



あさがお

NEWS!!



こんにちは！

訪問看護ステーションあさがおは、9月で設立6周年を迎え、7年目がスタートしました(*^-^*)

令和2年は、COVID-19（新型コロナウイルス）の流行で、私たち訪問看護の現場も大きく変化しています。今年の冬は、インフルエンザとCOVID-19への感染対策が重要になりますね！

あさがおのスタッフは、感染予防に努め、ご利用者様へのご家族の笑顔に会いに365日車を走らせます！



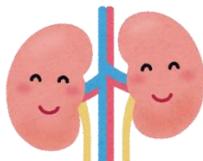
私たちが訪問します！

「疲れやすい」の・・・ 腎臓が弱っているのかも！？

腎臓は、老廃物の排出、血圧の調整など、体内環境を整える大切な役割を持っており、その働きが衰えると血行が悪くなって疲れやむくみの原因になります。働きを高めるには、**深い呼吸と体をねっじて内臓を刺激**すること。骨盤底筋に力が入るので、尿漏れや頻尿予防・改善にもなります。また、背中やおなか周りがスッキリする効果も！

体操中、動きに合わせて

「あー、うー、んー」と声を出すと腹式呼吸になり、さらに効果的です。



疲労を回復するためのストレッチング



大腿後面

片あぐらで、前傾する



股関節

足の裏を合わせて引き付け、前傾する



肩背部

手で支え、背筋を伸ばす



肩甲帯

片方の腕を後頭部に曲げ、ひじを引き付ける(20秒)



大腿部

片方の脚は曲げたまま上体を倒す



腰部

片方の脚を立てひざを反対の腕で押さえて腰を回旋

訪問地域が
広がりました!!

訪問看護ステーションあさがお水戸 サテライト事業所1周年！



令和1年9月1日より、水戸市青柳町にサテライト事業所がスタートして1年！ひたちなか事業所と同様、元気いっぱいスタッフが訪問をしています。

《24時間・365日》緊急時の連絡・訪問のご対応を行います。夜間の緊急時も安心です！

《訪問地区》

水戸市・ひたちなか市・
那珂市及び茨城町・大洗町・
東海村・常陸太田市の一部
その他、ご相談下さい。
訪問看護のご利用承ります！

水戸事業所

〒310-0004
水戸市青柳町655-102

TEL:029-297-8015

Fax : 029-297-8016

E-mail : asagao-mt@seibikai.jp.net



ひたちなか・水戸事務所スタッフ募集中！

訪問看護未経験の方も安心！同行訪問を致します。
ご利用者さんに寄り添いその人らしく生きる看護のお仕事を一緒にしませんか？訪問看護未経験の方も安心！
同行訪問を致します。



沢山の笑顔に
お会いしたいです！



あさがおスタッフ紹介コーナー



こんにちは(*^-^*)
9月19日から「あさがお」の一員になりました、
事務の関根 美紀です。
皆さまと、直接お会いする事はなかなか出来な
いと思いますが、お電話でお話しさせて頂く機
会があると思います！
よろしくお願いいたします。

事 務

関根 美紀 (せきね みき)

あさがおの新スタッフ紹介です♡
笑顔が素敵なかわいらしい女性です。
(><<><>)。♡♡
訪問看護の事務は初めてで、本買って読
んでみました…と。在宅に興味があると、
あさがおの仲間になってくれました。
あさがおにお電話ください！事務の私た
ちもたくさんお話をさせてください！

スタッフYより



こんな時こそ「訪問看護」の出番です！

～ その人らしい生きかた…共に生きる ～



病院で亡くなるのが当たり前になってきた今…

もう一つの選択肢として在宅での生活を実現。

病院、在宅医、訪問看護、ケアマネージャー、ヘルパーの支えによって…

◆ 難病と訪問看護 ◆

訪問看護を必要とされる方の中に、「難病」の方がいらっしゃいます。

難病とは、「原因不明で治療方法が確立していない病気」です。このようなご利用者さまには、長期にわたって身体の状態変化が大きくなります。ご自身やご家族だけでの意思決定が迫られる場面や、医療的処置に不安を感じる場面なども自ら判断しなければなりません。

当然のことながら、この決定は簡単なことではなく常に「これでよかったのだろうか…」と迷われます。

そんなときに、身近にいる訪問看護師だからこそ、訪問中に、ご本人やご家族と話し合い「その人がその方らしくどう生きるか」を一緒に考えます。

迷いながら、揺らぎながら、それでもこの意思決定は、その方が生きる活力になります。

在宅での中心は、その療養者さまとご家族です。訪問看護師は、医療と介護の両面から療養者さまはもちろん、そのご家族の療養生活全体を支えます。

看護師だけでなく、医師・ケアマネージャー等多職種連携し、安心安全な療養生活を24時間365日支えていきます！

私たち、あさがおのスタッフといっしょに、一日一日を大切に、笑顔で生きていきましょう！

24時間・365日緊急訪問ご対応させていただきます！



訪問看護師が
家にやってきた



一人ひとりの利用者様を大切に

心に寄り添う看護をおとどけます

訪問看護ステーション あさがお

管理者 吉崎 由希子

〒312-0015 ひたちなか市中根3337-103

TEL : 029-229-0014 FAX : 029-229-0081



これからも、皆様のお力に添えるようスタッフ一同 努力し、たくさんの笑顔と出会い、地域の皆様がご自宅で安心して暮らせるよう全力でサポートします。

《 訪問看護師 》

吉崎由希子・田村咲子・末次佐紀子・大森由紀
遠藤正恵・武藤文子・三浦百合子

