

2015.10号

イツモ

タイムズ

# Itumo TIMES

## 今月の写真

シルバーウィークに府中美術館で開催中のローランサン展示会で買って来たレプリカの絵と、箱根ガラスの森美術館の写真。絵は所内に飾っています。



所長パーソナリティ FM 府中

ラジオ「郁子のいつもそばに。」 毎週日曜日 19:00~19:30 放送中! 【URL】 <http://ustre.am/116UB> 【局番】 89.2MHz

## 音楽療法を計画中!

身の回りや利用者さんに「最近気分が沈みがち」「ひきこもりがち」といった方はいませんか? 音楽に触れると気持ちが前向きになったりウキウキしたり、音楽は心と身体に素敵な効果を与えてくれます。でも病気の方や高齢の方が音楽に触れる機会は、普通の人に比べて少ないはず。

そこで我がステーションでは音楽にまつわるイベントを企画することにしました!

現在予定しているイベントは下記3種類。日にちはどれも未定ですが、決まりましたらホームページやFACEBOOKなどでお知らせしますね!



### ■ボイストレーニング

実は、声を出すということは、手足を動かすことと同じ、「筋肉の運動」なんです。50歳を過ぎたあたりから筋力は減少傾向となり、発声もしにくくなります。ボイストレーニングで発声器官をケアしたいですね。先生によれば他にも下記のような効果も期待できるそうですよ!

- ・肺活量の向上
- ・胃腸の調子が良くなる
- ・いろいろ、不眠解消
- ・表情が明るくなる
- ・尿漏れ防止
- ・姿勢改善

【場所】 いつもそばに。訪問看護ステーション内

【講師】 NPO法人 日本フィジカルボイス協会理事長 玉澤 明人 先生



### ■唱歌・歌謡曲コンサート

所長がラジオでお世話になっている FM 府中の局長であり、プロデューサーでもあり、凄腕歌手でもある、島さとしさんの唱歌・歌謡曲コンサートを開催します!

### ■コンサート依頼 受付中!

「うちの老人ホーム内でコンサートできないかな?」と思ったケアマネさん、ご連絡ください! 食堂や部屋などでミニコンサートを開催してみませんか。

利用者さんの聞きたい曲を選んだり、一緒に歌って楽しんでみるのもいいですね。一緒に企画してくれる事業所さん、募集しています♪

## コンセール・パリ・トーキョウ Presents クラシックコンサート

コンセール・パリ・トーキョウの企画により、読売交響楽団の方、演奏のために来日されている超一流の演奏家の方々によるクラシックコンサートの開催を予定しています。

クラシック鑑賞が久々な方も、クラシックコンサートが初めてな方も楽しめるコンサートにしたいと思います。

普段着でもオシャレ着でもOK! 利用者さん、患者さんにぜひ一声かけてみてくださいね!

場所は小平市にある放送大学に場所を借りられないかと計画中!



## 病棟と在宅 埋めたい段差

杏林大学医学部付属病院の入退院支援室 患者支援センター師長さんに8月に話を聞いてきました。

昨今では高齢化社会が進み国も在宅での医療に舵を切っていることもあり、在宅医療を受ける方も増えてきていますが、まだまだ過渡期の今、同じ医療に携わる者の間でも意識や感覚に違いがあるようです。

お話を伺った看護師さん曰く「病棟ナースは患者様が在宅で過ごしている姿が想像しにくい。また終末期の患者さんの場合、ご家族も最期を自宅で看取することを希望されないケースも多い」とのこと。また医師も在宅での看取りや療養という選択肢をよく知らない...そんなケースも見受けられます。

ただ、そんな中でも、各病院でも在宅移行への取り組みをされている話を耳にします。

お話を伺った杏林大学医学部付属病院では昨年から看護相談外来を設立。患者様が退院後も安心して暮らせるような関わりを入院時から持ったり、専門的知識を有する看護師が外来で指導や処置を行っているそう。患者様が安心して豊かに生活できるように努力をしてゆく点では、病院も訪問看護も目標は同じ。

しかし、同院は併設の訪問看護ステーションを持っておらず、歯がゆさを感じているようでした。

私達、訪問看護ステーションの役割を再認識させられたお話でした。

## HAPPY HALLOWEEN

お祭り好きの所長、ステーション内をハロウィンにしよう!と発案しました。夜にチマチマと飾りつけ。(一応)医療機関とは思えない雰囲気(笑)写真は飾りの一部。窓は全面的に飾っているのでぜひ見に来てくださいね!



## いつもそばに。訪問看護ステーション

〒187-0045 小平市学園西町 1-22-27 第二村石ビル 1F 【TEL】042-313-5155 【FAX】042-313-5156