

NHKの朝ドラを見続けている。

「ちむどんどん」は開業前の沖縄中頭病院の頃を思い出し、言葉が本物に近くとても懐かしい。視聴率のためか、たいてい「文化の中心」(?)「東京編」があるのが不自然かな。地元で頑張り続けるパターンも見てみたいものだが。

ストレスが溜まると人は「北」か「南」に心と足が向かうらしい。前者は昔の演歌。個人的には後者、特に離島が好きだ。患者さんで、煮詰まっている方には暖かい「なんくるないさ」の沖縄か、年中暖かい東南アジアの旅行や移住を、本気で薦めたいと思う場面がある。「東京編」になった途端に、堅苦しさを感ずるのは私だけではなかろう。今のままで頑張りたければそれもよし。だが居場所を変えるだけで問題の多くが解決するのも事実だ。

大学卒業後一カ月間アメリカをキャンピングして回った際に、世界を気楽に移動・移住する外人の多い事を知り驚いた。自由の国アメリカは、移動の自由の国だと思った。以後できる限り動き回ろうとして来たし、なるべく、心が放浪できるように心掛けている。自分に合った街を心の中にいくつも見つけておくと気が楽だ。

さて、現実的な話だが、近い将来に備えて準備しておく必要がある。少子高齢化に伴う日本。老々介護、認知症患者、空き家、介護離職、未婚、ひとり暮らし、社会保障費負担(個人も企業も)国の財政赤字など増大する一方だ。マクロでの根本的解決策は無いから、個人個人で防衛するしか無いが。

まずは心が負けないように、思考停止せずに情報を集めて楽天的に準備することが大切だと思う。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊



スタッフブログを毎週更新中!

ハーブ内科 検索

発行元:(医)ハーブ内科皮フ科・(株)ハーブライフケア

所在地 知多郡阿久比町横松宮前 67

TEL 0569-49-2752/FAX 0569-49-2753

【訪問看護】

入職して半年が経ちました。皆様から「もう慣れた?」とよく声をかけていただき有り難かったです。いまは皆様にお会いするのを楽しみに訪問しています。

日々の実践でも多くの学びがありますが、スキルアップのため訪問看護の基本の研修を現在受講中です。

その中で印象的だったのは、訪問看護は、基本ご自宅へ看護師が一人で訪問しますが、チームケアということです。医師、介護支援専門員、他事業所などご利用者様に関わる多職種がチームとなり皆様の生活を支えます。

私もチームの一員としてお役に立てるよう、これからも努力していきたいと思っています。

【運動療法デイサービス】

運動療法デイサービスでは、ニューステップというマシンを導入しています。使う方の体レベルに合わせて負荷を調節するため、無理なく全身運動ができる優れたものです!

ご利用者様からも「身体を動かすと気持ちいい」「外に出なくても運動できていいね」と喜ばれています。慣れてくると回数も増えていき、5分で700回を目標に取り組まれている方もいます。これからも、ご自身のペースで楽しく運動を続けていきましょう!



【くもん学習療法】



頭の体操では、読み書き計算と数字盤の取り組みをしています。その中でも、数字盤には30・50・100があり、それぞれ置くスピードに合わせて選んでいます。

100が出来る人は、50が2分以内で置ける事が必要で、デイサービスでも少人数の人です。皆様、スピードをあげて100に挑戦できるように頑張ってくださいね。



ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。