

保健婦だより

在宅で療養されている方 訪問看護に伺います

「訪問看護ステーションながと」

「訪問看護ステーションながと」は、長門市医師会館内に開設され、在宅寝たきり、又は寝たきりに準ずる方を対象に、保健婦、看護婦等が家庭を訪問し、安心して療養生活が送れるようお手伝いしています。

平成7年5月の開設当初3人だった利用者も、今は30人に増え、訪問回数も月110回を超えるようになりました。

医療機関、行政、福祉施設等と連携を持ちながら、住みなれた家庭で療養者の生活の質を高めるよう看護サービス（病状の観察、日常生活の支援、医師の指示による医療的処理、リハビリテーション、家庭への療養上の相談・指導など）を提供して



今日わ！新人保健婦です

お世話になります

椎野佳代子と申します。

「健康の町」宣言の名に惚れて、三隅町の保健婦として働くことになりました。

住民の方が、毎日を健やかに生活されることのお手伝いをしたいと思えます。どんな事でも御相談下さい。

もちろん職務上の秘密は、免許上しっかり守ります。どうぞ、声をかけて下さい。そしてどんな保健婦を利用して下さいませようお待ちしております。



医師会館

○問い合わせ先
訪問看護ステーション
医師会事務局
☎ 22-8560
☎ 22-4017

★訪問看護スタッフを募集しています。

（非常勤看護職若干名）

《利用料》

老人医療受給者 250円

健康保険被保険者は算定により一部負担

《利用時間》

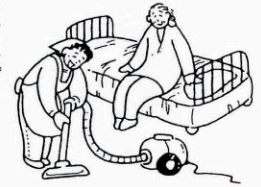
8時30分～17時まで

（土・日曜日は休み）

います。

《申し込み方法》

かかりつけの医師にご相談下さい。



ロイヤルミルクティー

材 料

(1人分)

牛 乳	1カップ
紅 茶	2g
砂 糖	5g

作 り 方

- ① 小なべに牛乳を入れて温め紅茶の葉を入れて煮出す。
- ② 温めておいたカップに①をこして注ぎ、砂糖を入れる。

毎日の食生活の積重ねが健康に大きく関係している大切さを、地区の皆様へ訴えながら普及活動しています。気軽に声をかけてもらえる様、又推進員自身の励みにもなる様に、全国の仲間で「ヘルスメイト」と名前をつけました。自治会や地区で何か行事をされる時、役割を下さい。一緒に楽しくすごしましょう。

食生活改善推進員も今年度36名から40名の大所帯になりました。一日30食品目をめざして、減塩運動、増やそうカルシウム、減ら脂（肪）なさい等々、健やかに歳を重ねて素敵な老後を社会参加の中で暮らせる様に、お互いに頑張りましょう。忙しい毎日、時にはリッチな気分でお茶を♪



私たちは

「ヘルスメイト」
声をかけて下さい

三隅町食生活改善推進協議会会長
三好ヒナ子さん（土手）