

シンポジウム

3月17日(火)第7回東京訪問型精神医療研究会において「訪問看護ステーションの地域差を考える」というシンポジウムテーマで、「訪問看護ステーションナース花きりん」も発表させていただきましたので、その一部をご紹介します。

立川市にある訪問看護ステーションでは、利用者数が多いため2チームに分けて対応しているようです。統合失調症の方の割合が多く、保健福祉サービスの生活訓練事業、地域活動支援センターI型、計画相談、グループホームを併設して多職種支援ができることが特徴です。墨田区にある訪問看護ステーションは医療機関併設のステーションで、墨田、江東、江戸川区等広域に活動している点の特徴として挙げられると思います。統合失調症の方が8割を超えており、男性の利用者が半数を超えていました。こちらは、相談支援事業、就労支援事業を併設しています。

「ナース花きりん」は、葛西地域を中心に活動しており、移動距離3キロ以内が7割強、8キロ以上は1割弱です。特徴としては、男女比は圧倒的に女性が多く7割弱を占めています。疾患別では統合失調症5割、気分障害3割、人格障害や発達障害をもつ方の支援も行っています。訪問滞在時間では、ほとんどが30分以上で体調管理、服薬管理の他、様々な悩みに対する傾聴や、生活リハビリなどを行うため60分超も多いといえます。

今後の課題として、「職員が健康で明るく働き続けられること」「モチベーションを維持し高めること」「サービスの質の向上を目指すこと」などがあげられます。

今回のシンポジウムでは、東京都多摩地域の精神科病院は、23区と比較すると7対3の割合となっており、福祉施設等の社会資源も多いことがわかりました。今後、江戸川区でも福祉施設等の充実が進むことを願っております。そして、当事業所もその一翼を担っていただけるよう関係機関との連携をさらに強化していきたいと思っております。また、精神科病院においては入院期間が短縮化されている現状があり、在宅支援の「精神科訪問看護」の必要性も益々大きくなると考えています。

見学・利用のご相談は、下記事業所までお気軽にお問い合わせください。

☆就労継続支援事業所 ワーク花きりん

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西 6-10-7 江戸川ビル1階
TEL: 03-6808-1670 営業日: 月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間: 10:00～16:00

☆訪問看護ステーション ナース花きりん

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西 6-10-8 コンフォール中葛西 403
TEL: 03-3869-1730 営業日: 月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間: 9:00～18:00

☆相談支援センター ハート花きりん

〒134-0083 東京都江戸川区中葛西 6-10-8 コンフォール中葛西 403
TEL: 03-3869-1731 営業日: 月～金(祝・年末年始を除く) 営業時間: 9:00～18:00

※各事業所の詳細はホームページでご確認いただけます。

【コラボえどがわ】で検索いただくか、【<http://www.collaboedogawa.net/>】



* 花きりん新聞 *

7号

《平成27年5月末発行》

5月現在のご利用者数 (前号比:平成27年1月)	ワーク(就労支援)	ナース(訪問看護)	ハート(相談支援)
	27人(+1)	88人(+15)	63人(-11)

ご挨拶

新緑の美しい季節になりました。皆様におかれましては益々ご健勝のこととお喜び申し上げます。桜の季節は慌ただしく過ぎ、もう初夏の陽気です。このめまぐるしい時期は体調の狂いが生じやすく風邪をひいたり疲れやすかったりしますよね。身体が暑さになじむまではくれぐれもご無理なさらないように・・・。

私たち「花きりん」は、精神障がいを持つ方を中心に支援させて頂いております。利用者の方は、様々な病名の診断を受けて治療されていますが、私たちは、“その人”の生活環境や人間関係、これまでの生き立ち、能力など様々な角度からその人を理解していきます。また、主治医や関係機関の支援者とも連携を取りながら、少しずつ“その人”の力を信じて寄り添い、変化の兆しを見逃さず、成長を後押ししていくのです。そして、私たちも利用者の方からしっかり人間観察を受け(笑)共に成長させて頂いていると感じる今日この頃です。

ホームページ RENEWAL & アドレス変更のお知らせ

この度、沢山の方々に当法人のホームページを見て頂こうと考え、リニューアル致しました。見やすく、わかりやすく、当法人らしいホームページを作りたいと思っております。まだまだ作成途中ではありますが、少しずつ更新して参りますのでお時間のある時に覗いてみて下さい。

<http://www.collaboedogawa.net/>

また、メールアドレスを変更いたしましたのでこの場を借りてお知らせいたします。

ワーク花きりん: work-hanakirin@collaboedogawa.net

ナース花きりん: nurse-hanakirin@collaboedogawa.net

ハート花きりん: heart-hanakirin@collaboedogawa.net



昨年度もたくさんの方々にご理解とご賛同を賜り、厚く御礼申し上げます。

今年度も『コラボえどがわ』では正会員・賛助会員としてご支援くださる方を募集しています。

皆様の温かいご支援とご協力をお願いいたします。

ナース花きりんから皆様へ

皆さま、こんにちは。今年の春は、雨も多く何だか気持ちも落ち込みがちになりましたね。訪問の仕事では、雨は天敵ですが、そんな中、楽しみである、様々な花を沢山見る事ができ、春の季節はとても心地よい、好きな季節です。

日本には、四季があります。四季には、色々な花が咲きます。色や形の美しさで存在を示す花もあれば、目立たなくても香りで生きる花もあります。何の花にせよ、咲くためには、努力が必要です。私たち人間も同じ事だと思います。様々な生き方があってよいのです。自分らしさを発揮してそれぞれの素晴らしい花を咲かせる事が出来ると良いと思います。そして、皆さまのそれぞれの花を咲かせる事が出来るように、これからも、一緒にお手伝いしていきたいと思っています。

その一つとして、食事について、お伝えしたいと思います。

近年、精神疾患の治療や予防において、食事は重要視されています。精神疾患に罹患すると、メタボリック症候群や糖尿病といった生活習慣病にかかりやすく、その状態が長期になると、心筋梗塞等により、比較的若い年齢で亡くなる方が多い事が知られています。

特に現代は、食べ物が過剰にあり、食事の欧米化や治療薬により、食べ過ぎや水の飲み過ぎを引き起こします。又、病状が悪化すると、食欲不振や食べ過ぎ傾向になったり活動量が低下したりと、メタボリック症候群を引き起こしやすくなります。

<良い食事とは>

- ① 3食しっかりと食べる。(特に朝食は重要です！)
- ② 5大栄養素をバランス良く摂取。(炭水化物・タンパク質)
- ③ 炭酸水等のジュースは控える。(コーヒー・紅茶等は、出来るだけ無糖を心がける等)
- ④ 食事が美味しく摂取できるよう環境を整える。(適度な運動や良く噛んで食べる等)
- ⑤ 間食やサプリメントは、ほどほどに…。
- ⑥ レトルトやインスタント食品も上手に活用する。
- ⑦ 出来る限り、自炊を行い、薄味に慣れる。



おかげさまで、事務所の【花きりん】も可愛い花を咲かせ、3回目の春を無事に迎える事が出来ました。順調に、ご利用者様も増え、地域に少しずつ根付く事が出来てきているように思います。私たちスタッフも皆さまと共に、**脱メタボ!**を目指し、健康体で、頑張っていきたいと思っていますので、どうぞ、宜しくお願い致します。



ワーク花きりんからご報告

① 司会について

新年度を迎えて、ワークでは4月から新しい試みを始めました。今までは、作業前後のミーティングの司会をスタッフが行っていましたが、利用者さんに司会をして頂くようになりました。他の利用者さんやスタッフの見守る中、お話をするという事は緊張するかと思います。将来的に就労をした際のコミュニケーションの練習として、役立てていただければと思い、開始しました。

実際には、利用者さんがマニュアルを見ながら進行をしています。また、そばにスタッフが座り、困ったときは補佐しています。最初は不安な声も聞こえてきましたが…さすが！皆さん慣れるのが早く、今では上手に司会をこなしていらっしゃいます。

② お花見について

お花見に行ってきましたあ〜♥

4月6日月曜日、車3台に乗りあい、21名でがらガーデンに集合。

連日の雨にもかかわらず今日だけはとお日様が微笑んでくださったのでしょうか。

暖かな陽射しの中で、さわやかな風と共に桜吹雪に喜びお茶とお菓子を頂きながら語り、質問ゲームにドキドキしながらも楽しいひと時を過ごしました。

次回のレクリエーションには今回参加できなかった方も是非一緒しましょう。

〜仲間との 花見しあわせ また来るね〜

