

# ももたろ便り 秋号

OCTOBER, 2014 発行



医療法人ザイタック ももたろう往診クリニック

☎ : 086-242-3232 Fax : 086-242-3233

URL : [www.momotaroclinic.jp](http://www.momotaroclinic.jp)

MAIL : [info@momotaroclinic.jp](mailto:info@momotaroclinic.jp)

街路樹も少しづつ色づきはじめ、秋を感じながら訪問しています。皆さんいかがお過ごしでしょうか。暑さも落ち着き、過ごしやすい季節になりました。町の様子も週末毎に運動会や秋祭りなど様々なイベントが行われ賑やかですね。この時期は昼夜の気温差が大きいので体調管理が大変だと思います。風邪などひかないように気をつけましょう。

## セミナーを開催しました



8月の終わりに在宅医療セミナーを山陽新聞社・さん太ホールで開催しました。今回は愛媛県から全国でも在宅医療分野では有名な永井康徳先生を講師に迎えました。多くの医療機関や連携事業者の方に参加いただき、大変盛況なセミナーとなりました。

参加者は訪問看護の複雑な制度や在宅医療のシステムについて知識と理解を深めることができました。在宅療養の鍵をにぎる訪問看護は患者さんの在宅療養にも直接かかわってくる重要なサービスです。少しずつ制度も変わってゆくの、うまく活用出来るように学ぶことも必要です。

今後は患者さんをはじめ、医療機関や連携事業所の方にも喜んでいただける様に様々なことに取り組んでゆきたいと考えています。

～ナースももこ からのワンポイントアドバイス ～

秋は肺といって、肺が弱る時期です。

【秋の風邪は生姜で予防】

生姜は健胃・整腸作用のほか発汗・保湿の佐用があるので風邪のひきはじめに料理にいれたりすりおろして熱湯に溶いて飲むと体が温まります。はちみつを少し入れると飲みやすくなりますよ。また、大根と生姜をすりおろし熱湯で溶いて1日に2～3回飲むと喉の痛みにも効果があります。



ナースももこ

～お知らせ～

インフルエンザ予防接種のご案内

【実施期間】

平成 26 年10月末～

【対象者】

定期訪問している患者さん、またはそのご家族

【自己負担額】

65歳以上 2,050円(岡山市に住民票がある場合)

※各市町村により料金が異なります

(助成券をお持ちの方) 1,020円

(無料券をお持ちの方) 0円

65歳未満の方 3,000円

