

2024年 今年も宜しくお願い致します

明けましておめでとうございます。利用者様、各事業所の方々におかれましては、素晴らしい1年になりますよう心からお祈り申し上げます。今年のすまいるは、より良いサービスはもちろんですが、とびきりの笑顔と元気を皆様届けたいと思います！皆様今年もよろしくお願い致します。



すまいる君リニューアルしました！
新規キャラクターとして奥さんも完成しました。現在奥さんの名前募集中です！

現在の訪問受け入れ可能枠

(令和6年1月1日現在の情報となります)

看護師による訪問

	月	火	水	木	金
午前	△	○	△	△	△
午後	△	○	○	△	△

リハビリによる訪問

	月	火	水	木	金
理学療法士	△	△	○	△	△
言語聴覚士	△	△	○	△	△

◎：余裕あり ○：空きあり △：ご相談ください

空き状況には変動がありますのでお気軽にお問い合わせください。



0859-36-8030

すまいる訪問看護リハビリステーション

住所：米子市両三柳 693-3

HPはこちらへ

営業時間：平日 8:30~17:30
(盆・年末年始除く)

訪問エリア：米子市、境港市
怡耆町(旧岸本町エリア)





脳卒中は早期発見が大事です！

脳卒中（脳出血・脳梗塞）は発症からどのくらい時間が経過したかで治療内容が変わります。本人や発見者が的確に発症を確認し、医療機関を早期に受診することで劇的に症状が改善する場合があります。皆さんもぜひ「**脳卒中急性期のFAST**」を覚えてくださいね。



Face

顔



うまく笑顔が
作れますか？



Arm

腕



腕を上げたまま
キープ
できますか？



Speech

言葉



短い文が
いつも通り
しゃべれますか？



Time

すぐ受診



症状に気づいたら、
すぐに119番を！

医療機関受診時には

「**Face 顔**」・「**Arm 腕**」・「**Speech 言葉**」の症状が出現した時間を確認し、医師にその時間を報告しましょう。

☆すまいるコラム☆

バランスの良い食事を摂りましょう、なんて言いつつ自分の食事はどうなんだと思い、食事の記録を始めました。この日は品数少なめですが、バランス+色々な食材を使うことを意識しています。（継山）



・ 茄子チーズ
中華風卵焼
牛肉スープ
いんげんの
胡麻和え
ジャーマン
ポテト
豚トロ
ねぎダレと
焼肉ダレは
手作りです♪