

新入職員紹介

ばんどう もか

坂東 萌佳（言語聴覚士）

2月より入職いたしました。利用者様、ご家族様の支えとなれるよう精一杯頑張ります。宜しくお願いします。



現在の訪問受け入れ可能枠

（令和6年3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

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
伯耆町（旧岸本町エリア）

HPはこちらへ↓





花粉症の症状って？

⇒一般的な症状としては、くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみですが悪化すると皮膚症状・頭痛・うつなどの症状が現れることも・・・また、ぜん息の悪化や口腔アレルギーを併発することもあるため症状がひどくなってから対策するのではなく、症状が出る前から早めの対策をすることが大切です!!

対策って
何をしたらいいの？



❁対策①…外出時はマスクや眼鏡、帽子を着用し花粉が付着しやすいウール製の衣類は避ける。在宅時はうがいや洗顔をして花粉を洗い流したり、こまめな換気や部屋の掃除を心がける。

❁対策②…お薬の使用を検討する。

(内服薬、点鼻薬、点眼薬)

市販薬も可ですが購入時は一度薬剤師さんに相談を。

❁対策③…医療機関を受診する。鼻炎や風邪の症状にも似ているため、正しい薬の選択ができないことも…おかしいと思ったら一度受診してみましよう!



☆すまいるコラム☆

ひな祭りは女の子の健康と幸せを願う行事です。今年も我が家では雛人形を飾っています。娘が保育園で制作し持ち帰るひな人形も毎年個性あふれる髪型や表情に成長を感じ、この時期に飾って眺めるのが私の楽しみの一つになっています。(川本)

