

新入職員紹介

おおつか まさあき

大塚 正瑛（理学療法士）

この度入社しました大塚と申します。利用者様に寄り添いながらの支援が出来ればと思います。よろしくお願いいたします。



現在の訪問受け入れ可能枠

（令和6年6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、日吉津村



【今月のコンテンツ】

梅雨の時期にも注意！ 带状疱疹について



梅雨の時期は湿度が高く、急激な気温の上昇などで身体への負担が出てしまい、疲れがたまりやすくなる時期です。『带状疱疹』は加齢やストレス・疲労などの免疫低下が梅雨時期に発症しやすいと言われています。

〈带状疱疹の症状〉

- 頭、顔、体の片側の神経に沿った部分に、チクチク・ズキズキする（針で刺されるような・締め付けられるような）痛み出現
- 皮膚の赤い発疹（虫に刺されたようなかぶれ）
- 発疹から水ぶくれが集まったようになり、やがてカサブタとなって取れる
- 高齢者は痛みが強く、発疹がおさまった後も痛みが残ることがある（带状疱疹後神経痛）



〈予防〉

- ワクチン（带状疱疹ワクチン・水痘ワクチン）
- 一度水痘にかかった人でも、加齢に伴い免疫力が低下しますので、予防接種を検討（50歳以上を対象に、带状疱疹ワクチンの接種が可能となりました）
- 日頃から栄養バランスの良い食事、十分な睡眠、適度な運動などで免疫力を高めておくことも大切です。



〈治療〉

- 抗ウイルス薬 ●痛み止め

※発疹が出来てから**3日以内**に治療することが後遺症を防ぐ対策

☆すまいるコラム☆

今年の3月に大好きな推し（男性アイドル）の東京ドームでのライブに行ってきました（*´艸`）推し活は最高です♡
帰りに田無神社という五龍神様がいらっしゃる神社に行ってきたのですが、平日でも大行列…中央本殿から東西南北順番に参拝するのですが全て周るのに3時間程かかり、夕方までかかりました(´-`;)ご興味のある方、ぜひライブや神社のお話し聞いてやってください♪



屋賀部

