

看護師：12名 PT：1名 OT：3名 ST：1名 在籍

## 春の健康管理

桜咲く綺麗な春が近づいてきました。

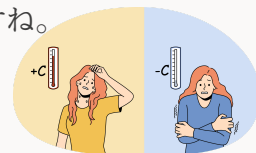
春といえば、桜、お花見、卒業入学と生活に変化が訪れる時期です。

今年度健康で元気に過ごせる様に、この春に気をつけたい「春の5K」についてお話しします。

「春の5K」とは？ →頭文字がKから始まる春に気をつけるポイントです

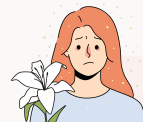
### ①寒暖差

春の時期、朝と昼間の寒暖差が20℃程になることもあります。朝寒くて厚着をして出かけたものの、昼間には汗をかいたという経験をした事がある方も多いと思います。羽織ったり脱いだり出来るアウターがあると便利です。



### ②花粉

もうすでに花粉症に悩まされている方も多いと思いますが、春は花粉の飛散が始まる時期です。自分に合った花粉症対策で乗り切りましょう。



### ③乾燥

空気が乾燥し風邪などひきやすい時期です。手洗い、うがいを徹底しましょう。



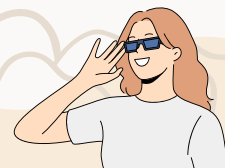
### ④強風

北からの風がとても強くなる時期です。車の開閉や、外に出る際には急な強風に十分気をつけましょう。



### ⑤黄砂

北からの強風に乗って黄砂が飛来します。外出時はメガネやマスクなどでしっかり防御していきましょう。



春の季節には、その中に四季があると思えるほど  
変わりやすい季節です。その季節を身も心も健康で乗り越え、  
今年も病に負けない一年にして下さい。（看護師 金子）

# 令和6年4月1日 管理者変更のお知らせ



## 林田 拓也

訪問看護リハビリテーション姪浜  
管理者・看護師

出身： 長崎県

資格： BLS、ICLSインストラクター、ACLSプロバイダー

趣味： 読書、旅行、スキューバダイビング

モットー： 一期一会、意志あるところに道は拓ける

福岡南より異動してまいりました。看護師の林田拓也です。

この度令和6年4月1日より誠心訪問看護リハビリテーション姪浜の管理者を務めさせて頂くことになりました。私はこれまで手術室、ICU、救命救急センターでの急性期看護から救急総合診療科での多角的な疾患の看護と在宅復帰に向けての退院支援まで様々な臨床経験を積んできました。

これからも地域の皆様に信頼されるステーションを目指していきます。そして、ご利用者様とご家族様の意志を尊重し、どんな疾病や障害を抱えていてもその人らしく安心して生活が送れるようにスタッフで協力し合い問題、課題解決に向けて一緒に取り組んで参ります。

よろしくお願いいたします。

3月31日まで管理者を務めて参りました立石 佑季は、4月1日より看護主任として引き続き同ステーションにて勤めさせていただきます。今後共、よろしくお願い申し上げます。



## LINE公式アカウント

### 始めました！



### ▼ 友だち追加方法

1



ホーム画面へ

2



友だち追加ボタンを  
タップ

3



「QRコード」から  
読み取る

4



友だち追加で  
完了



@129hyach

新規・既存のご利用者様の相談・報告、各種データのやりとりなどにご活用ください。

誠心訪問看護  
リハビリテーション

姪浜

〒819-0002 福岡市西区姪の浜4-22-31-50

TEL：092-892-8585 FAX:092-892-8586

姪浜 誠心

検索

<https://houmonhango-seishin.com/>