

きらめき 訪問看護

リハビリ ステーション



在宅支援は、
お任せください



訪問看護って どんなサービス？



『訪問看護』って医療処置だけじゃない。

“**安心して生活をするため**”のサービスです

- 体調管理・服薬確認
- 転倒予防・歩行訓練
- 筋力・体力の維持、向上
- ご家族の介護相談
- 主治医との連携

「まだ大丈夫だけど少し不安かも...」

そんな段階から利用出来るのが訪問看護です

○利用するには？

→介護保険の申請が必要です

①市役所生活福祉課へ相談

②お近くの地域包括支援センター(ほっと支援センター)



独居で人の目が入ることが少ない

認知症により
体の不調をうまく
伝えられない



自分で爪を切るの
が難しくなった



利用者様や
ご家族での内服管理
が難しい

体調が優れなく
ても病院に行きた
がらない



看護師が来る

メリット



“病気を看る”だけでなく

“生活を診る”ことができます

- 小さな体調変化に気づける
- 脱水・感染・転倒リスクの早期発見
- 病院への受診が必要か相談出来る
- 服薬の飲み忘れ確認、服薬セットの提案
- ご家族の負担軽減



—こんな事でも訪問出来ます—

- ・ 最近食欲が落ちてきた
- ・ 薬が変更になりしっかりと飲めているか不安
- ・ 病院に行くほどではないけど心配
- ◎ 一人暮らしで様子を見て欲しい
- ◎ 家族だけでは対応が難しい
- ◎ 転倒が増えてきた。動きにくくなった。

※24時間緊急時訪問対応可能

→24時間緊急時訪問とは？

急な体調不良時の状態確認

発熱・血圧上昇・呼吸苦への対応

転倒後の状況確認

疼痛コントロールの相談



「もしもの時に、看護師へ24時間相談・訪問依頼が出来る体制」です

→“困ってから”ではなく、“**困る前**”に関われるのが強みです

デイだけでは見えにくい 『家の困りごと』

実際の生活環境で支援出来ます！



～よくある話～

「デイでは歩けるけど、家の中や外歩きは不安(出来ない)」

- 家では段差に躓く、おぼつかない
- 夜間のトイレに行くまでが不安定
- 家事になると疲れてしまう
- 実際の生活では転倒リスクが高い

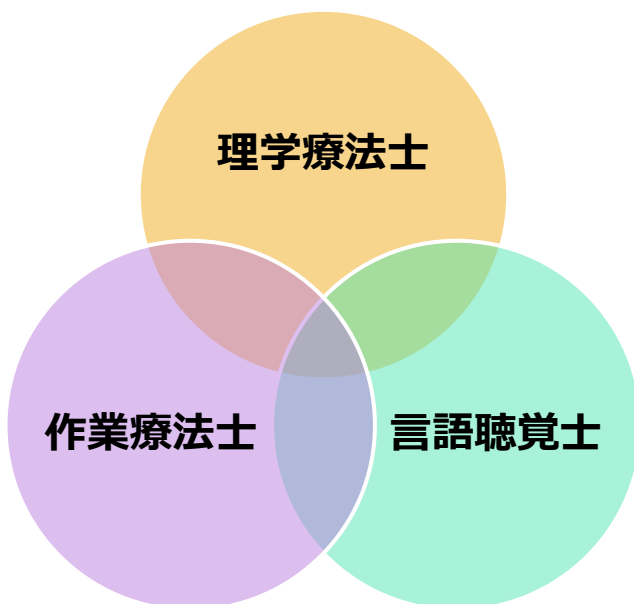


訪問看護では、実際の家の動線や生活動作も確認しながら、その人に合った支援が可能です。

【この先も、その人らしく安全に生活出来る】

ことを支援します

【それぞれの役割(概要)】



○理学療法士

→立つ、座る、歩行

この3点の基本動作を重点としたリハビリを行います

○作業療法士

→立つ、座る、歩行に加え、精神面や認知機能面のリハビリを行います

○言語聴覚士

→飲み込みや発語・発話、高次脳機能障害や認知機能面のリハビリを行います。

訪問看護においては、どの種類の療法士もその人の生活や問題点に対し、アプローチが出来ます。

主治医との連携も お任せ下さい



“言いづらいこと”も含めて橋渡しします

- 主治医への報告・相談
- 受診のタイミングの調整
- お薬の相談
- ケアマネジャー・デイや施設との情報共有

「病院では元気に見せてしまう」

「先生には言いづらい」

「毎回通うのが大変」

「こんな事で通院しても良いのかな？」

→そんな内容も私達が整理して連携します

医療と生活の“間”をつなぐ存在として支援します

🌿 介護保険でリハビリが訪問する場合 🌿

		40分 (訪問看護15)	60分 (訪問看護15・2組)
算定単位数		588単位	795単位
要介護	(1割)	650円	879円
	(2割)	1,300円	1,757円
	(3割)	1,950円	2,636円
算定単位数		568単位	
要支援	(1割)	628円	
	(2割)	1,256円	
	(3割)	1,883円	



🌿 介護保険で看護師が訪問する場合 🌿

		30分未満 (訪問看護12)	30分以上 1時間未満 (訪問看護13)	1時間以上 1時間30分未満 (訪問看護14)
算定単位数		471単位	823単位	1,128単位
要介護	(1割)	521円	910円	1,247円
	(2割)	1,041円	1,819円	2,493円
	(3割)	1,562円	2,729円	3,740円
算定単位数		451単位	794単位	1,090単位
要支援	(1割)	499円	878円	1,205円
	(2割)	997円	1,755円	2,632円
	(3割)	1,205円	2,409円	3,614円



※リハビリの効果の面から、60分週2回のリハビリを推奨しています。

※各種公費負担で受けられる場合もあります。お気軽にお問合せください。

よくある質問～一問一答～

① 自宅から事業所が離れているけれど、移動に料金はかかるの？

→かかりません。訪問可能なエリアは届け出の元で制定してあります。

② 同じ市内の事業所じゃないと使えないの？

→そんなことはありません。東大和市内でなくても、小平市や立川市の事業所を利用することが出来ます

③ 家の片付けもしてくれる？

→できません。家事の手伝いは訪問介護(ヘルパー)の仕事になります。あくまで訪問看護では看護師やリハビリスタッフが利用者の身体機能面に準じた生活支援を行う業務です。

④ どうやったら使えるようになるの？

→介護保険を利用したサービスになります。お近くの包括支援センターや市役所生活福祉課へお問い合わせください。また、主治医の先生かの訪問看護指示書という書類が必要になります。

⑤ 毎回同じ人が来るの？

→基本的には同じスタッフが一人一人の生活に合わせたオーダーメイドの看護やリハビリを行います。業務都合での担当変更もゼロではありませんが、しっかりと引継ぎ業務を行いサポートします。

⑥ 家族が留守で一人でも利用可能？

→利用可能です。現状、お一人暮らしの方の方が多いです。施設などに関してはキーボックスなどやハウスルールを厳守して訪問させていただいています。



小平事業所紹介

リハビリ管理者 理学療法士

金澤 雅訓



病院、クリニック、老健、訪問と多様な現場で管理者を経て、現在に至ります！
臨床経験は17年目になりますが、学生の頃の様なひたむきさと、経験からの引き出しを武器に皆様の在宅生活を支援出来るように、努めて参ります！お身体の事、生活環境の事、どちらでもないお困りごとも是非、ご相談ください！

所長 看護師

星野 一樹



臨床で培ったアセスメント力と判断力を基盤に、訪問看護ステーション管理者として組織全体の質向上に取り組んでいます。状態変化を見逃さず重症化を防ぐ力をスタッフへ浸透させ、高水準の看護を実践しています。多職種連携と人材育成を通じて組織力を高め、「ここでなければならぬ」と選ばれるステーションを目指します。

看護師**8**名、リハビリ**11**名

豊富なスタッフ在籍で、すぐに対応致します！！！！

TEL ☎ 042-313-5121

足首が、固くなっていませんか？

今日から転倒予防をしていきましょう！

足首が固くなると...

- 立ち上がりにくくなる
- 歩行中つまずきやすくなる
- 坂道や階段が登りにくくなる
- 立位でのバランスが悪くなる



などなど...

「足の裏」は歩くうえで、初めに地面に接地する重要な部位になります。その土台となる「足首」が固くなってしまくと、転倒の確率が高くなるという研究報告もあります。

足首をしっかり動かすと、第2の心臓と呼ばれているふくらはぎの筋肉を働かせることが出来、むくみ予防にも良いとされています。

足首の機能を向上させることで、 転倒予防やむくみの予防に効果的です！

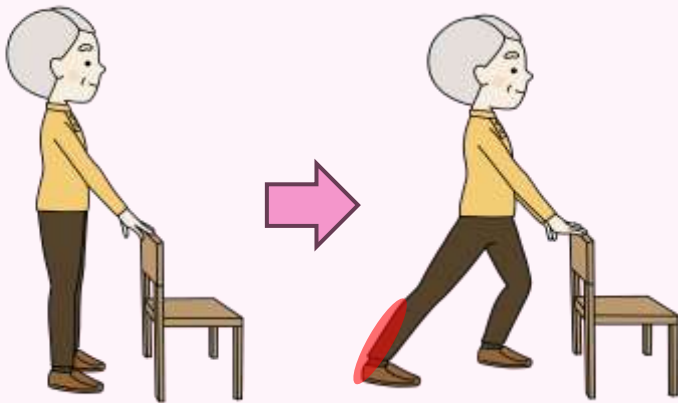
心あたりがあれば、まずは相談を

足首の固さの原因は様々あり、何が原因で固くなっているかを明確にしていく事が大切です。ストレッチや筋力トレーニングも、正しい方法で行わないと、十分な効果が得られないばかりか、かえって足首を痛めてしまう原因にもなってしまいます。

リハビリで出来る、足首への
アプローチは裏面へ

足首の運動は、まずこの2つを行いましょう！！

アキレス腱のストレッチ

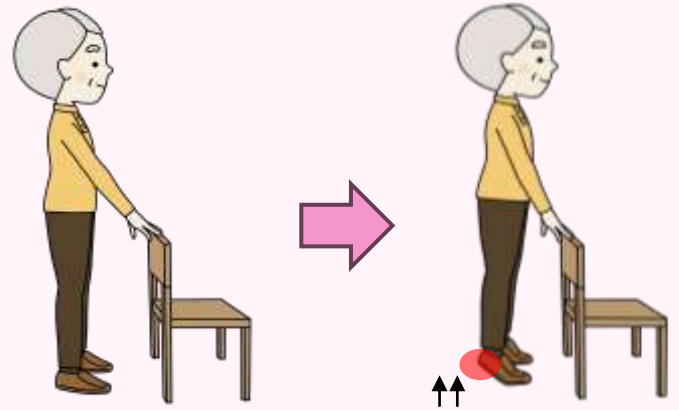


支持物に掴まりゆっくりストレッチ
20秒キープを3回繰り返し！

【注意点】

- ① 息は止めずにリラックスして
- ② 反動は付けずゆっくり伸ばす

カーフレイズ



支持物に掴まりゆっくり踵上げ！
10回×3セット！

【注意点】

- ① まっすぐ上にあげる
- ② 痛みがあるときはやめる

その方にあった負荷量で、毎日コツコツとトレーニングを継続することが重要です！

朝に行うこと良い運動とは



体に無理なく血流を促進し、筋力や柔軟性を維持できるものがおすすめです。

- 深呼吸やストレッチ
- 関節をほぐす運動
- 低負荷の筋力トレーニング
- ウォーキング などなど...

その方にあった負荷量で行うのがポイントです！



生活リズムを整えて、

認知症を予防しましょう！

認知症を予防するためには、生活リズムを整えることが大切です。
生活リズムを整えるためには、**朝方に適度な運動**をすることが推奨されています。

朝に行うこと良い運動とは



体に無理なく血流を促進し、筋力や柔軟性を維持できるものがおすすめです。

- 深呼吸やストレッチ
- 関節をほぐす運動
- 低負荷の筋力トレーニング
- ウォーキング などなど...

その方にあった負荷量で行うのがポイントです！

リハビリで、朝から適切な運動を行うことで、睡眠の質を高めて、生活リズムを整えましょう！

まずは、ご相談ください！

無料で『身体評価』が可能です！

「導入するか未定だけど、看護師・リハビリスタッフに直接アドバイスしてほしい」そんな場合もお任せください。必要に応じて、ケアマネージャーさんのアセスメント訪問に同行することも出来ます。まずはお気軽にお問い合わせください。

TEL ☎ 00-0000-0000