

親の介護、自分たちだけで
やっていけるだろうか

難病の子の子育て、いつでも
相談できる相手がいたらなあ

ご存じ ですか？ 訪問 看護

最期まで、住み慣れたこの
家で過ごしたいですね

こころの病気、
見守ってくれる
人がいれば
心強いんだけど

寝たきりに
なりそう。
何とかしたいわ

訪問看護とは、ご自宅で療養生活を送る方のところへ看護師が訪問し、
その方の病気や障がいに応じたお世話を行うサービスです。
赤ちゃんからお年寄りまでご利用いただけます。

「うちも利用できるかな？」

そんな時には

- お近くの訪問看護ステーション
- かかりつけ医
- 介護保険の担当ケアマネジャー
- 地域包括支援センター

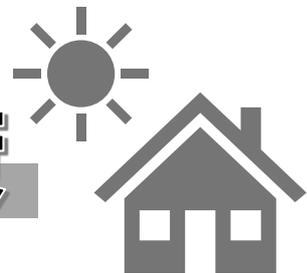
にご相談ください。

このチラシは
2024年度
大阪府訪問看護実践研修
教育ステーション事業
の一環で作成されました

お近くの訪問看護ステーションは、
「大阪府訪問看護ステーション協会 事業所を探す」
「介護サービス情報公表システム」などで検索して調べることができます

屋内でも注意が必要です！

家の中でも熱中症対策

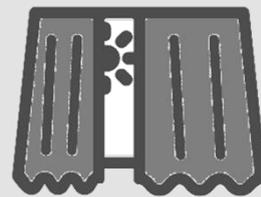


部屋を涼しく保ちましょう

エアコン・扇風機を
つけて温度調節

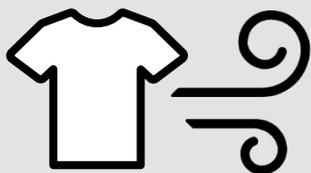


室温を
こまめに
確認しましょう



カーテン、
すだれで
日差しを遮る

からだに熱がこもらないように



風通しのよい
衣服の着用

特に高齡の方は
暑さを感じにくいので
厚着になっていないか
ご注意ください。



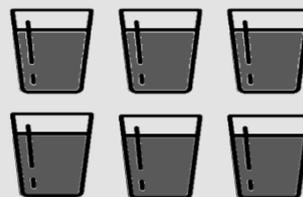
暑さ対策
グッズで冷やす

水分補給もお忘れなく

のどが渇いていなくても、
こまめに水分・塩分をとる



梅干し



1日あたり1.2リットル
(コップ約6杯)を目安に

※水分や塩分の摂取量は
かかりつけ医の指示に従いましょう

！ 「熱中症警戒アラート」発表時にはなるべく外出を控えましょう

参考：厚生労働省「熱中症予防のための情報・資料サイト」

作成：なにわ訪問看護ステーション（2024年度大阪府訪問看護ステーション協会市南ブロック教育ステーション）