

リカバリーの道を歩む

リカバリーという言葉をご存知ですか？

リカバリーとは、「人々が生活や仕事、学ぶこと、そして地域社会に参加できるようになる過程であり、またある個人にとってはリカバリーとは障害があっても充実し生産的な生活を送ることができる能力であり、他の個人にとっては症状の減少や緩和である」と定義されます¹⁾。

精神症状や障害があったとしても、一人の人として、人生の意味や目的を自ら創り出し、希望する自分になっていくことを感じながら生きていく、という重要な意味のある言葉です。関わる全ての方にリカバリーの道を歩んでもらいたいと思っています。安心できる居場所が見つかること、自分で決めてそれを実現していくこと、そして自尊心を取り戻すことを、**LIFEDESIGN**（ライフデザイン）では大事にしています。



1. President's New Freedom Commission on Mental Health : Achieving the promise: transforming mental health care in America- Executive summary of final report (Rep. No. DMS-03-3831). Department of Health and Human Services, Rockville, 2003.

お楽しみグルメのコーナー

料理人： ひさ やみつきキャベツ

今回は、居酒屋でもおなじみの「やみつきキャベツ」です。今回も超簡単料理です^^ キャベツをザクザク手でちぎります。お皿にちぎったキャベツのその上から、ごま油を一回し、かけます。そして、お次に用意するのが、「塩昆布」。

塩昆布を、適当な量をふりかけ、混ぜます。混ぜるときは、ビニール袋に入れて混ぜる方が、汚れないで良いかもしれませんね^^



完成です^^
野菜嫌いのお子様も、きっとやみつきになること必修です(^_^)

♪ スタッフのつぶやき 看護師・副代表 井上

宇宙人や幽霊、妖怪、UMAなんて話は信じますか？実は僕は結構信じています。いるかないかは別として、とてもロマンのある話だなあって僕は思うんです。例えば、UMA (Unidentified Mysterious Animal) 未確認動物ですが、皆さんがご存知の「ゴリラ」も19世紀に正式に確認されるまでは空想上の未確認生物で、当時の動物学者達は「そんな大きな類人猿が存在する訳ない」と信じていなかったそうです。世の中、まだまだ分からないことで溢れています、何事も信じるか信じないかはあなた自身です。

LIFEDESIGNの
公式ページができました



Facebook・LINEからステーションブログ
やホームページにリンクできます。

LIFEDESIGN(ライフデザイン)が 力を 入れているところ その2

地域社会で自分らしい生き方を望んでいる方の気持ちに寄り添い、数多くの壁が立ち上がった時のサポートをする上で、当ステーションは、人的支援「お互いを知り合うこと」を大切にしています。私たちはご利用者の方にとってご家族以外の重要な他者の一人になれるよう、医療者と利用者の関係ではない、自然な人との関わりを目指しています。

お互いを知り合うには時間がかかるので、訪問看護の限られた時間をめいっぱい利用し、考え方や気持ち、どのように行動するかなどを共有し、そういった経験を積み重ねながらお互いを理解していきます。自然に人と人が助け合う、という経験は自分自身を豊かにし、自分も相手を支えることにつながります。それは、人間にとって基本的に必要なことではないでしょうか。お互いを知れば知るほど、リカバリーへの道を歩む助けになります。



「お互いを知り合うこと」は、ご利用者の方が地域でどのような夢や希望をもちながら、どのような生活を送りたいか、を知る手立てになります。



また、関係機関で共有することで、リカバリーに向けた支援ができます。人的支援「お互いを知り合うこと」は、信頼関係につながり、チームの連携力を強めます。これからも自然な人との関わりを大切にし「お互いを知り合うこと」を続けていきたいと考えています。

自立支援医療のご案内

自立支援医療をご利用すると、自己負担額が**3割→1割**になります
LIFEDESIGN(ライフデザイン)も自立支援医療指定機関として認可を取得しておりますので、自立支援医療制度をご利用できます。

訪問看護利用に当たり、自己負担額に不安で利用できないなどのご相談もお受け致します。

また、各都道府県や市町村によって、ご利用できる助成制度がございます。ご不明点など、かかりつけ病院もしくは当ステーションまでお問い合わせください。

FAX専用番号ができました。

24時間いつでも送信可能です。

FAX 0742-95-5322

訪問看護ステーション LIFEDESIGN(ライフデザイン)
〒630-8357 奈良県奈良市杉ヶ町86-8 MIRA1BLDG.Ⅲ3F
☎ 0742-22-1325 FAX 0742-95-5322
ホームページ <http://www.houmonkango-lifedesign.com/>

