

## パーソナルアシスタント町田通信

9月からの上半期も後わずか！再度確認を！

PAM・PAS 共に、ヘルパーの皆さんに健康診断と研修を毎年受けて頂いています。  
24年度より双方とも上半期達成を目標にしています。

PAM 通信 vol183でもお知らせしましたが、健康診断は24年度より定期的に週に1回以上夜勤をおこなっている社会保険加入の方が2回必須になりました。あなたは上半期の法定検診を終えていますか？もし受けていなければ、すぐに受けて下さい。

上半期 9月から1月の間に1回目(法定検診)  
下半期 3月から7月の間に2回目(省略検診)  
を毎年お願いします。

上記二種の検診に対応しており当社付近の原町田診療所を推奨しております。  
下記電話番号よりご予約下さい。

電話 042-722-6665

定休 土曜、第2、第4木曜

住所 〒194-0013 東京都町田市原町田 4-17-11

原町田診療所以外の任意の病院でも結構ですが法定検診と省略検診を合わせて15,000円を超えないかご確認をお願いします。※超過分は自己負担となってしまいます。

不明な点、質問はお気軽にパーソナルアシスタント町田 能登山までお願いします。

法定・省略検診をする皆様には今までより速いペースで健康診断をお願いしないといけなくなりました。

お手数をおかけしますが労働法遵守のためよろしくをお願いします。

会社都合による拘束日の増加をふまえ交通費と1時間の勤務時間が付与されることになりました。

なお、年一回の健康診断と研修を下半期に検診・受講されていた方も上半期に検診・受講し時期をリセットして、毎年の上半期全員達成に御協力をお願いします。その上で更に自己のスキルアップの為、他の研修を受けて、ヘルパーとしての質の向上に努

## 実は結構危険！抗菌薬・抗生剤の処方について

抗菌薬・抗生剤（抗生物質）は細菌感染症に対する重要な薬です。膀胱瘻や導尿カテーテルによる排尿者は、本来無菌状態である膀胱の中に細菌が入り込んでいます。そのため時として尿路感染や膀胱炎により高熱が出て、抗生物質の投薬が必要になりますが、必要時に限った適切な使用をする必要があります。

### 1. 抗菌薬・抗生剤の副作用

頻度は少ないのですが、重い副作用が起きることを知っていますか？日本全国で、毎年数十人の人が、命をおとしているのです。

#### 例 1 重症アレルギー反応

スチーブン・ジョンソン症候群：全身の皮膚や粘膜が脱落し失明や死亡に至ることもある。

アナフィラキシーショック：呼吸困難や血圧低下など死亡率が高い。

#### 例 2 重篤な肝障害

これらの副作用は、今までの内服で大丈夫だった人にも、おこる可能性は他の方と同じです。この他にも、頻度は低いものの重篤な副作用、軽度ではあるが頻度が高い副作用がいろいろあるようです。

### 2. 抗菌薬・抗生剤服用の負の連鎖

あなたやあなたの周りの人が、飲めば飲むほど効かなくなります。

耐性化・耐性菌の出現により、皆さんの周りに、抗菌薬が効きにくい(効かない)菌が蔓延してきて、感染症になった時、薬が効かず治療が困難になるのです。

抗菌薬・抗生剤は、全人類の財産です。安易な使用をする事で、負の連鎖がおきて、皆の不利益になるのです。

尿が濁ったりしたときは、安易に抗菌薬・抗生剤を内服しないで、飲水量を増やす、導尿回数を増やす、時間を掛け丁寧に残らず排出する、菌がなるべく入らないよう手の消毒など清潔に配慮する。これだけでも、有効な処置だそうです。

今、抗菌薬・抗生剤を常備薬としてお持ちの方は、なるべく自己判断での内服は止めて、症状が出たら医師の診断のもとに服用する事をおすすめします。

## 「PAM café 告知（たこ焼きパーティー）」

次回のPAM caféのお誘いです。PAM caféでは、普段顔を合わせる機会が少ない当事者やヘルパーさん、福祉関係のお仕事に就かれている方々の交流の場を設け、その中で「普段困っている事や、他の方にも教えてあげたい情報など」意見交換の場を、『食事』『レクリエーション』『お出掛け』を通して年3回行っています。

前回好評戴いた『たこ焼きパーティー』を再度開催致します！場所は昨年5月にオープンしたばかりの『パーソナルアシスタント相模原事務所』を予定致しております。まだ、パーソナルアシスタント相模原の事務所に来た事が無い人、是非この機会にお越し下さってみてはいかがでしょうか？

準備の関係がありますので参加希望の方は、事前にお名前と人数をお知らせ戴けると幸いです。

日時：3月8日（金） 14:00～16:00

場所：パーソナルアシスタント相模原事務所

〒252-0331 相模原市南区大野台 7-6-1 1F オフィス

目的：地域にお住まいの当事者同士の方や、社内の交流。

参加：無料

お問い合わせ先：[serizawa@pa-machida.co.jp](mailto:serizawa@pa-machida.co.jp) 芹澤。

\*駐車場がありませんので、お車でお越しの方は近隣のイオン等の駐車場をご利用下さい。（有料）