

5月に増える精神的不調への早期対応

5月は、新生活や環境の変化によるストレスが影響し、精神的に不安定になる方が増える時期です。

「元気がない」「通院や服薬が不安定」「生活リズムの乱れ」など、小さな変化が見られるケースはありませんか？

この時期は、

- ・服薬の乱れ
- ・引きこもり傾向の強まり
- ・対人ストレスの増加

といったご相談が多く、早めの関わりが重症化予防につながります。

精神訪問看護では、

服薬管理・体調観察・不安の傾聴・生活リズムの調整・関係機関との連携などを通して、在宅での安定した生活を支援します。

「まだ導入するほどではないかも」という段階でも相談可能です。

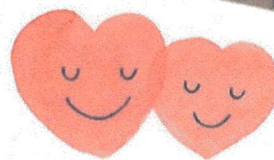
実際に、通院が途切れていた利用者が訪問看護の導入により生活リズムを整え、通院再開や次の支援（就労など）につながったケースもあります。

- ➡ 「少し気になる」段階での相談がポイントです
- ➡ 導入を迷っているケースでも気軽にご相談ください

公開講演会に参加して

4月25日、家族介護の会コスモスの公開講演会に参加しました。講師の丸屋優子さん（メンテナーズえんざくら）より、「介護する人の心の守り方」をテーマにお話を伺い、介護に関わる方の心の在り方や、その思いに寄り添うことの大切さを改めて実感しました。

また、本講演は私たちにとって大きな学びの機会となり、介護に関する知識や視点を深めるとともに、関係者同士が連携しながら支え合うことの重要性についても考えさせられました。あわせて、ストレスとの向き合い方や解消法についても学び、心の負担を少しでも軽くする方法を見つけたいと感じました。



空き状況

※2026年5月1日現在

- ◎：即時対応可能
- ：調整可能
- △：要相談
- ×：対応不可

	月	火	水	木	金
午前	○	○	◎	○	◎
午後	◎	○	○	◎	◎

LINE

Instagram



ETOILE_080201