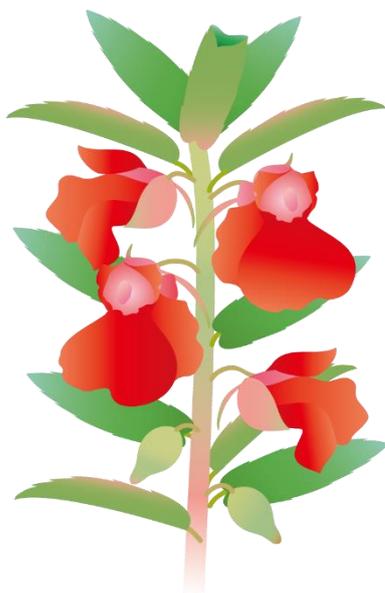


「看護を切れ目なく提供するための知識と役割

～本人の生きるを支えるために～」

看護師職能Ⅰ・Ⅱ合同交流会を開催しました

山梨県立大学看護学部教授(がん看護専門看護師)の前澤美代子先生をお迎えして講義とアロマテラピー リンパドレナージュセラピストによるアロママッサージの実演と演習で学びを深めました。



365日その日の花が決まっています、この日9月8日の花は「ホウセンカ」花言葉:心を開く

今日のお花のお話から始まる講義って素敵ですよ。

これが、本日の「癒し」の始まりでした。

ちなみに・・・

この記事を書いているのは9月11日なので、調べたところ「ムクゲ」とありました。



「ムクゲ」の

花言葉:信念・新しい美

*アロマ(精油の作用)

・肩こり・腰痛・筋肉痛:ローズマリー

・集中したい:ローズマリー

・よく眠りたい:ラベンダー オレンジ

・だるい :ラベンダー セラニウム

・イライラ :ラベンダー オレンジ

*作り方

精製水またはホホバオイル 30mlに対し精油 6滴=1%濃度

ベース2種 追加1種

*前澤先生講義資料より拝借

先生が提供して下さったハンドマッサージに癒されました。。肩がス〜ッと楽になりました。

「看護している自分をどれだけ大事にできてるか？」大事ですね。

癒される時間も作りましょうね。。。

*認知症アロマ

午前はローズマリー+レモンをリフューザーで、午後はラベンダー+オレンジで鎮静

*各施設で相談してすすめてみてはいかがでしょうか