



不安を安心に、悩みの相談処

笑顔の出会い 暮らしの保健室



「ジョイフル三ノ輪で、暮らしの保健室が毎週、開かれています。」

コロナ渦の中、人と接触する機会もなく、健康や生活に不安を抱えて過ごされている方が多いと思います。そんな方たちの強い味方ができました。

暮らしの保健室は、学校の保健室のような役割をもつ、敷居のない空間です。

暮らしの保健室はこれまで都立大学荒川キャンパスで開催されてきました。二月よりジョイフル三ノ輪商店街にある「なにかし堂」で開催されています。

暮らしの保健室のスタッフは東京都立大学看護学科の教員（看護師・保健師・助産師）です。交代で二人が在っています。

「何科を受診すれば良いのか、判らない。」

「病院受診したほうがいいのかしら。」

「病院で説明を受けたが、もつと詳しく内容を知りたい」

「こんな症状で困っている。」

「孫のことで相談したい」など

暮らしの保健室には高校生、三十代の方や高齢者まで幅広い年代の方たちが、毎回十数名が立ち寄りられています。

外来の困りごと、妊娠・出産・子育て、自宅でも最期まで過ごす事、癌等、暮らしの事など何でも悩みの相談に乗ってくれます。

「血圧や酸素飽和度の測定を行います。」

酸素飽和度は、血圧・脈拍・体温・呼吸数に次ぐ第五の生体サインともいわれています。新型コロナウイルスの感染拡大のなかで、重症化の目安となる血中酸素飽和度をパルスオキシメータを使用して測定を行います。ご自身の血圧や血中酸素飽和度を知り、その場で対処法のアドバイスも受けられます。

「ふらりと立ち寄りください。」

自粛生活でサロンや行事が無く、出掛ける場所がない。話す相手もない高齢者の方が多くいます。

一週間に一度、血圧や酸素飽和度の測定に暮らしの保健室に通ってみませんか。

相談できる居場所では温もりの笑顔が待っています。看護のプロの保健室の先



生が寄り添い耳を傾けてくれます。心身ともに健康維持になります。

三月二十五日（木）は10時～14時まで保健室は開いております。

四月より、第一、第三木曜、第二、第四火曜11時～14時に変更し保健室は開いております。ご利用は無料です。

なにかし堂（南千住1-25-11）はジョイフル三ノ輪商店街の瑞光公園から荒川一中に向かう途中にあります。



暮らしの保健室

場所：なにかし堂（ジョイフル三ノ輪南千住1-25-11）

日時：第一、第三木曜・第二、第四火曜 11時～14時

お問い合わせ 都立大学 健康福祉学部

看護学科在宅看護学准教授 島田恵先生

電話3819-1211（代表）

