

# 青い鳥通信11月号



## 青山訪問看護ステーション

### 認知症に効果的なアロマオイル

認知症の予防に効果的として着目されたのは「嗅神経」です。

認知症を発症する際に一番最初にダメージを受けるのがこの嗅神経です。嗅神経がダメージを受けることで、嗅覚と連動している海馬にもこのダメージが伝わり、認知症が悪化するので、嗅神経を香りで刺激することで海馬も活性化し、認知症の予防や改善に役立つという事です。



### 認知症の予防・改善に期待できると

#### されるアロマオイル



[昼用（日中用）のアロマオイル]

- ・ 集中力を高める ローズマリー 2滴
- ・ 気持ちを高める レモン 1滴

[夜用のアロマオイル]

- ・ 安眠効果 ラベンダー 2滴
- ・ リラックス効果 オレンジ 1滴

それぞれ、二つのオイルをブレンドし、二時間以上香りを嗅ぎます。

看護 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	○	○	○	○	△
午後 13:00~17:00	○	○	○	○	○	△

- 空きあり。
  - △ 若干、空きあり。
  - × 対応できる場合あり。
- お問い合わせください。

リハビリ 空き状況	月	火	水	木	金	土
午前 9:00~12:00	○	△	△	△	○	△
午後 13:00~17:00	○	△	○	△	○	○

#### 訪問エリア

- \* 羽曳野市
- \* 藤井寺市
- \* 松原市
- \* 堺市 東区
- \* 堺市美原区 など。

**ブログ 随時更新中!!**

スタッフのプライベートな  
話が満載(?)  
ぜひ、遊びに来て下さい。



<http://www.aoyama-care.jp/nurse/index.htm>

### 青山訪問看護ステーション

藤井寺市野中 2-5-14 TEL 072-952-4174  
FAX 072-952-4175

### 青山訪問看護ステーション羽曳野出張所

羽曳野市伊賀 4-6-1 TEL 072-931-4174  
FAX 072-931-4175

営業日：月～土（祝日あり）

営業時間：8:45～17:30

管理者：山内

