

冬期に流行する感染症について

冬は、インフルエンザ、ノロウイルスなどによる感染性胃腸炎が流行する時期です。ウイルス等の接触・飛沫感染により感染が拡大する事が多いため、予防法として「**手洗い**」「**うがい**」が一番大事になってきます。

手洗い — 外出から帰った時、調理前、食事前、トイレ使用後には必ず手を洗いましょう。石鹸をよく泡立てて、こすり洗いをします。指や手のひらのしわの間・指の間・爪のまわり・手首など、洗い残すことがないようによく洗い、流水できれいに洗い流しましょう。

うがい — 外出から帰った時には、手洗いをしてからうがいをしましょう。



インフルエンザ

- ※潜伏期間 1～3日
- ※流行時期 11月下旬から12月上旬頃に始まり、1～3月頃にピークとなります。
- ※主な症状 38℃以上の高熱・全身の倦怠感、筋肉痛等の症状が起こり、これと同時に喉の痛みや咳などの呼吸器症状が現れます。
- ※予防法 インフルエンザワクチンを12月末までに受けるようにしましょう。人の多い場所では必ずマスクを着用しましょう。

ノロウイルス

- ※潜伏期間 通常1～2日以内
- ※流行時期 最近では流行時期はなく、11月頃から発生件数が増加し、12～3月が発生のピークになります。
- ※主な症状 突然の吐き気や嘔吐を発症し、下痢、腹痛が起こってくるのが特徴です。症状は3日程で軽快しますが、体力の弱い高齢者等では下痢による脱水症や合併症により重症化する事があります。感染しても軽い風邪のような症状だけの場合や、自覚症状のない場合もあります。

※予防法・消毒法

ノロウイルスは、人の腸管内で増殖し、人から人へ広がります。下痢や嘔吐等の罹患者からの排泄物・嘔吐物の中にウイルスが存在しているため、これらの始末の後、十分な手洗いが必要です。

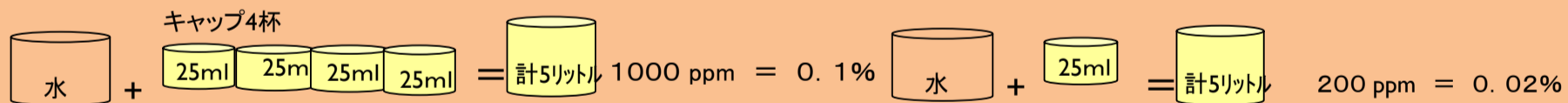
※消毒方法

塩素系消毒薬を使用し、嘔吐物や糞便を速やかに処理する事が重要です。ウイルスは乾燥すると空気中に漂い、経口感染することがあるので、便や吐物を乾燥させないことが大切です。

※処理方法

便や嘔吐物はペーパータオル等で取り除き、ビニール袋に入れる。残った便や嘔吐物の上にペーパータオルをかぶせ、市販の塩素系消毒薬を約50倍(0.1%濃度)に薄めたもので十分に浸し、汚染場所を広げないようによく拭く。他に原因として、ノロウイルスに汚染された二枚貝を生や加熱不足で食べた場合に発症しますが、中心部が85℃以上で1分間以上となるよう十分に加熱して食べれば問題ありません。

※次亜塩素酸ナトリウム希釈液の作り方 市販の漂白剤(塩素濃度5%)・キャップ1杯25ml



吐物そのもので汚染された場所や、衣類 → 200 ppm = 0.02%

二次感染予防

調理器具・テーブル・床・ドアノブ・手すり・便座等 → 1000 ppm = 0.1%

冬の感染症対策として、出入り口・各階のエレベーターホールに消毒液を設置しておりますので、面会の際には必ずご使用ください。

また、風邪症状がある方は面会を控えていただけますようご協力をお願いいたします。

感染委員 福田久枝



7月に入職しました。名前は「としのぶ」と読みます。年齢48歳。所沢で妻と2人暮らしです。介護の仕事は未経験ですが、どうぞよろしくお願い致します。

2階 介護職員 佐久間 敏暢



八月に入職しました吉田です。以前に老健で仕事経験がありますが、ユニットでの経験は初めてなので一から頑張りたいと思っています。まだまだやりはじめでわからないことばかりですが、早く利用者様のことをいっぱい知り利用者様に喜んでもらえる介護ができるように頑張りたいと思っています。まだまだいたらないことばかりですが、これからよろしくお願いたします。

4階 介護職員 吉田 健一



今年の7月に入職しました穂本高浩(アキモトカヒロ)です。未経験の介護職で学ぶことも沢山ありますが利用者様に必要とされる存在になれると思っていますので宜しくお願いします。

5階 介護職員 穂本 高浩



6月に入職した御厨浩二(ミクリヤコウジ)です。初めての介護の仕事でまだまだ不慣れな点が多いですが、自ら笑顔で接し、また、ご利用者様から笑顔で「ありがとう」と言われるような存在になっていけるように頑張っていきたいと思っていますので宜しくお願いします。

6階 介護職員 御厨浩二

2階 敬老会

1日遅れとなりましたが、9月16日にビンゴゲーム大会と、たこ焼き器を使ってお菓子作りを行いました。

ビンゴゲームでは、職員が読み上げる数字を一生懸命に聞き、読み上げた数字を探して塗りつぶしていました。数字が揃うととても嬉しそうで、準備した景品をそれぞれ選んでいただきました。

お菓子はホットケーキミックスを器に流しこみ、利用者様にも手伝っていただき美味しく焼きあがりました。「美味しかったあ、お腹いっぱい」という声がたくさん聞かれ楽しんでいただくことができたようです。

敬老の日のお祝いに、利用者様と一緒に作った貼り絵の前で、記念撮影を行いました。



2階介護職員 小島 貴子

3階 敬老会

3階では9月に敬老会を行ないました。

まず、当フロアを利用して頂いている皆様の平均年齢をクイズ形式でだし、その場で平均を算出し、発表をしました。平均年齢『89歳』という数字が出ましたが、お元気な方ばかりであり、日々職員のほうが元気をもらっていると感じています。その後は、肩もみや女性にはマニキュアを塗ったりという時間を過ごして頂きました。

他にも、おしるこを作りました。

お餅のかわりにマカロニを使いましたが、食感が似ているということもご利用者様にも好評でした。

3階介護職員 菅沼康弘



5階行事 すいか割り

5階では8月の行事として8月25日(月)にスイカ割りを行いました。

行事として行なった為か、普段のレクなどよりも大変盛り上がりが見受けられました。

下記の写真を見ていただくとよくわかると思うのですが、皆様が真剣な表情でスイカに向かい思いっきり木刀を振り下ろされていました。

記事を書くにあたり、写真を見返していると、こんなにいい表情ができるのだな、と感じさせられ、行事以外でもこのような表情が見られるように努力しなければ、と改めて思いました。家族の方にもぜひこのような表情を見ていただきたいと思いますので、行事の際にはぜひいらしてみてください。



5階介護職員 下村昌弘

6階行事 花火大会

夏の夜空に咲く大輪の花といえば花火。6階フロアでも毎年恒例の花火を8/3(日)に開催しました。天気にも恵まれ、夕方から施設の特設会場(駐車場)に利用者様をご案内して、子供の頃にタイムスリップしていただき、あの頃に味わった‘楽しさ、‘きれいだあ、という感情をみなさんに思い出していただきました。今、花火は昔と違い、色の出方がさまざまに火をつけて色がでると、皆様から‘凄、‘綺麗、という言葉が聴かれました。

最後に打ち上げ花火(大輪の花とまではいきませんが)でしめくくりましたが、また来年も夜空に大輪の花を咲かせたいと思っています。まだまだ暑い日が続きます。脱水症にならないように、スタッフ一同利用者様の健康管理に努めていきたいと思えます。

6階 看護師 宮本弘子



4階行事 紅白団子作り

4階では9月15日の敬老の日にあわせて、お団子作りを利用者様と一緒に行いました。敬老の日のお祝いなので、紅白のお団子にしてみました。

赤い団子は食紅を混ぜて作りました。団子を丸めるのはもちろん利用者様自身です。

手袋をはめ、片栗粉を手にもまぶして団子がくっつかないように工夫しました。あんこもつぶとこしを用意し、みたらしのたれも用意して好きな味で食べられるように工夫してみました。

利用者様からも、「色がきれいなね」や「おいしいわ」といった、好評の声が聞かれました。



4階介護職員 杉山太一郎

1階 テイケア

秋の夜長の名月を、思い思いに表現しました。

主役の月はステンシル。(スポンジに絵の具を付けて、叩くように塗っていくこと)うさぎの形は、はさみを使わずに手でちぎり、和紙で暖かみを演出しています。

月の模様や全体の構図に同じものは二つとなく、どれも素敵に仕上がっています。みなさん真剣に作業をしていましたが、賑やかにお互いの作品を褒めあいながら作る姿が印象的でした。

テイケアホール入り口付近に掲示していますので、足を止めてゆっくりとご覧下さい。

テイケア 山科宏之



秋の旅行に最適な温泉

暑い夏が終わり、気持ちのいい秋の気配が忍び寄って参りました。涼しい時期になると私は温泉が恋しくなります。

8月号では青梅市の「梅の湯」を紹介しました。

季節は旅のシーズン秋ということもあり、お勧めの温泉スポットを紹介しようと思えます。

今回は少しだけ遠出して旅行の参考にしていただけたらと思えます。さて、紹介する温泉は「万座温泉」です。

泉質は硫黄です。硫黄というとあの卵の腐ったような臭いのあれです。それもそのはずで。この万座温泉エリアは山の奥にあります。草津を抜け、鬼押し出しを越えて山の奥へ行くと白い煙が噴出しているのが見えます。

湧出量は1日に540万リットルと豊富でその為か窓を開けると硫黄の香が充満してきます。温泉らしい温泉と言えると思えます。

私も温泉といったらやはりこの硫黄の臭いだと思っています。その濃厚な臭いは服に染み付き、貴金属を黒く変色させるほどです。

しかし気持ちよさは最高です！一度は体験してみてください♪

今の時期ですと紅葉もきれいな場所が多いです。

是非秋の旅行には万座温泉でゆっくりしてみてください♪



4階 介護職員 杉山太一郎