

《冬期に流行する感染症について》

～冬はインフルエンザ・感染性胃腸炎(ノロウイルス)の流行する時期です～

これらはウイルスに触れた手を介して感染が拡大することが多いため、今のうちから手洗い・うがいを習慣づけ、感染および拡大の予防に努めましょう。
☆手洗い: 帰宅後・調理前・食事前・トイレ後には必ず石鹸をよく泡立て、指や手の平のシワ、指・爪の間や手首まで、洗い残しのないようよく洗い、流水できれいに洗い流しましょう。



☆うがい: 喉奥に水を溜め、ガラガラうがいをするのが有効です。手洗いと一緒にやる習慣をつけましょう。



インフルエンザ

- ※潜伏期間: 1～3日
- ※流行時期: 11月下旬～12月上旬頃からはじまり、1～3月頃がピーク
- ※主な症状: 38℃以上の高熱・全身の倦怠感・頭痛・関節痛・筋肉痛などの症状とともに、喉痛・咳などの呼吸器症状が現れます。
- ※予防法: 流行前の12月末までに、予防接種を受けましょう。外出時は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: なし (ただし11月頃から発生件数が増加し、12～3月頃がピークとなる傾向)
- ※主な症状: 突然の吐き気や嘔吐、下痢・腹痛が起こってくるのが特徴。症状は3日程度で軽快するが、体力の弱い高齢者などは、下痢による脱水症や合併症により重症化する場合があります。(軽い風邪のような症状だけで済む場合や、自覚症状のない場合もあります。)
- ※予防法: 二枚貝は85℃以上(中心温度)で1分以上加熱したものを食べる。(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。)
下痢や嘔吐などの罹患者からの排泄物や嘔吐物の中にはウイルスが存在しているため、それらの適切な処理と十分な手洗いが感染拡大予防の重要ポイントとなります。

- ☆消毒液(0.1%次亜塩素酸ナトリウム)の作り方☆
500mlペットボトル1本の水に10ml(ペットボトルキャップ2杯)
- ☆消毒液(0.02%次亜塩素酸ナトリウム)の作り方☆
500mlペットボトル1本の水に2ml(ペットボトルキャップ半分)
[市販の次亜塩素酸ナトリウムの濃度は6%]

→適切な処理方法とは・・・

使い捨ての手袋、マスク、エプロンを使用する。
便や嘔吐物で汚染された床は、布やペーパータオルなどをかぶせ、0.1%次亜塩素酸ナトリウム水溶液(作り方は右を参照)で十分に浸し、汚染場所をひろげないように拭く。

使用した布等はすぐにビニール袋に入れ、口を縛って処分する。
(この際、ビニール袋に0.1%次亜塩素酸ナトリウム水溶液を染みこませて消毒することが望ましい)

- その後、手袋、マスク、エプロンも同様に処分する。
- *ウイルスは乾燥すると空気中に漂い経口感染する可能性がある為、速やかに処分し、乾燥させないことが重要である
- ☆嘔吐物で汚染された場所や衣類→0.1%次亜塩素酸ナトリウム水溶液で消毒
- ☆二次感染予防(調理器具・テーブル・床・手すり・ドアノブ・便座など)→0.02%次亜塩素酸ナトリウム水溶液で消毒
東京都健康安全研究センターより抜粋



付属のキャップ
20ml×約5杯



6Lの水に入れる

60倍

※所沢ロイヤルの丘では冬の感染症対策として、出入口・各階のエレベーターホールにアルコール消毒液を設置しております。面会の際には必ずご使用ください。
また、風邪症状のある場合は面会を控えていただきますようご協力をお願い致します。

3F 看護師 深沢さおり

職員紹介



10年間脳外科病院の回復期リハビリテーション病棟に勤務し、2人目の出産を経てこちらに7月に入職しました。施設でのお仕事は初めてですが、麻痺のある患者様の看護には慣れていて、利用者様との関わりが大好きです。子育てと両立しながら頑張りますので、よろしくお願い致します!

3階 看護師 深沢 さおり



5階で勤務をしている倉澤豪自です。ロイヤルの丘で働き始めて11年目になります。これからも初心を忘れずに、ご利用者の方が過ごしやすい環境を整えていきますので、よろしくお願い致します。

5階介護リーダー 倉澤 豪自



ロイヤルの丘開設時より6階ショートステイで勤務させていただいていましたが、昨年3月から2階認知症棟で1年間勤務後、今年4月に5階一般棟へ異動になりました。ご利用者様が安心して過ごしていただけるよう、また、生活を楽しんでいただける環境作りのお手伝いできればと思っていますので、今後よろしくお願い致します。

5階 看護師 福田 久枝



平成21年12月に入職し、5階に配属されて、5ヶ月経ちました。日々皆様の笑顔と励ましに元気をいただいております。利用者様が楽しんで頂けるように頑張っていきますので、よろしくお願い致します。

5階 介護職員 中村 幸恵

2階 スイカ割り

夏といえばスイカ!!

という事で8月はスイカ割りを皆さんにやって頂きました。
割る前にスイカを持って頂いた所、想像以上に重かったようで皆さん驚かれています。「もう少し右ー!!行き過ぎー!!」などと声を出しあって、スイカ割りを楽しんだあとはおやつにスイカを頂きました。
2階のエレベーター前に他の利用者様のお写真も貼ってありますのでお越しの際はどうぞご覧下さい。

2階 介護職員 天野 あゆみ



3階 流しそうめん

3階の夏の恒例行事となりました「流しそうめん」!!
本物の竹は使用していませんが、職員手作りの流しそうめん台で本格的(?)です。
暑い夏の日、水に流れるそうめんはなんと涼しげで食欲を誘います。
食の細かい方や、夏バテ気味で食欲のなかった方もたくさん召し上がっていらっしゃいました。
そうめんを取ろうと真剣に頑張っていた方、前にいる方が上手に取ってしまうため、後ろで待ちぼうけしてしまった方、皆様それぞれの流しそうめんを楽しんでいらっしゃいました。

3階介護職員 関口 敦士



4階 花火

4階の8月の行事は、夏の夜を彩る花火(手持ち花火)をお楽しみいただきました。
ドカーンと上がる打ち上げ花火も良いですが、手持ち花火も味わいがありますよね。積極的に楽しむ方、火をみて怖がられる方、反応はさまざまです。
中には花火をふりまわす(←よい子はマネしないでね)やんちゃな方も!
夏の夜の素敵な思い出作りが出来ました。

4階 介護職員 沓沢 武久



5階 スイカ割り

5階では8/17(月)、にスイカ割りをしました。
皆さんの一挙手一投足に会場は大盛り上がり!
スイカを割れた方も割れなかった方も、童心に返ってはいしゃいでいらっしゃいました。
終わった後は、おやつにスイカを召し上がっていただきました。
皆さんおいしそうにたくさん召し上がっていらっしゃいました。

5階 介護職員 望月 誠



6階 カキ氷

6階では8月26日にカキ氷を作りました。
電動と手動のカキ氷機を使い、利用者の方々と一緒に作りながら、ブルーハワイ、苺、メロン味をそれぞれ選んでいただきトッピングにフルーツやあんこをのせて食べていただきました。
「久しぶりに食べたわ」「子供の頃を思い出した」など沢山の笑顔をいただき、皆さんと少し遅めの夏を楽しみました。

6階 介護職員 宇津木 美樹代



デイケア作品作り 焼き秋刀魚

デイケアご利用者様の作品『焼き秋刀魚』です。
美味しそうに並んだ焼き秋刀魚の中には、新聞紙半分をねじった物が入っています。
最初にアルミホイルを魚の形にしたときは、秋刀魚と言われてもまったく秋刀魚には見えませんでした。それが尾びれが付き目が入り、そして背に青い和紙を貼り付けお皿に乗せたら美味しそうな秋刀魚が焼きあがりました。

ご利用者様にも大好評の秋刀魚ですが、面会にいらっしゃったご家族の方も『まあ美味しそう!』と多くの方が足を止めてごらんになっています。



デイケア リーダー 清水 桂子

トピック(コメダ珈琲)



今回は私の行きつけの喫茶店『コメダ珈琲』新所沢店をご紹介します。

名古屋発祥の喫茶店ということで、モーニングの時間帯はドリンクを注文すると、なんと「トースト」と「ゆで玉子」が無料で付いてきます。雑誌や新聞等も豊富に揃い、やわらかく座りやすいソファなので、とても居心地がよく、何かに集中したいときや、時間が空いたとき、友人と一緒にゆっくり足を運んでしまい何時間も長居してしまうこともよくあります。

ホームページによると「漆喰をモチーフにした壁、天井の木材、レンガも本物を使っているからこそ実現できるお客様におくつろぎ頂ける軟らかい空間」「安定感のある大きめで温かみのある色彩の椅子、高さ&幅にこだわりしっかりと固定された分厚いテーブル、プライバシーを守るさりげないパーテーション...」などで「くつろぎ」を演出しているそうです。どうりで長居してしまう訳ですね。興味のある方はぜひ、お近くの「コメダ珈琲」まで足を運んでみて下さい。

3階 介護職員 細沼 健