

地震災害に備えての準備

近年、地震などの災害が多発しており、事前の準備や非常時への日頃からの備えが、生死を分けると言っても過言ではありません。今回、地震が発生した場合の対応について、ご説明させていただきます。

【地震】

- 地震発生の瞬間は身体がこわばって頭が真っ白になり、適切な判断が出来なくなるため、揺れを感じても慌てて行動せず、自分自身とご家族の命を守ることを最優先に考えて行動する。周囲の様子を確認し、すぐに物が「落ちてこない・倒れてこない・移動しない」場所に移動して、揺れが収まるまで様子を見る。
※キッチン、冷蔵庫や電子レンジなどの大きく重い家電、棚からの物の飛び出しなどにも注意を払うこと。
- 揺れが収まってからといって、慌てて行動してしまうことは怪我につながりやすく、落ち着いた行動をとり、「火元の確認」「出口の確保」に当たる。ラジオ・テレビや行政などからの情報を自分の目や耳で確認する。
※誤った情報に従った行動は、危険なため、行動する前に正確な情報であるか確認すること。
避難が必要な場合、近くの避難場所等へ移動する。家を出る前に、「ブレーカーを落とす」「ガスの元栓閉める」などの対応が必要。
もし、閉じ込められたり身動きできなくなってしまう場合、大声を出し続けると体力を消耗し命の危険があるため、硬い物でドアや壁をたたいたり、大きな音を出して、自分が屋内にいることを知らせる。

【発災時のNG行動】

- 暗闇でのライターの使用…ガスに引火して爆発する恐れがあるため、火はつけない。
- エレベーターの使用…閉じ込められる危険性があるため、使用しない。



【もしものときの持ち出しリスト】

- | | | | |
|-------|--------|--------|-------------|
| ・懐中電灯 | ・携帯ラジオ | ・ヘルメット | ・防災頭巾 |
| ・軍手 | ・毛布 | ・電池 | ・ライター |
| ・ろうそく | ・水 | ・食品 | ・インスタントラーメン |
| ・缶切り | ・ナイフ | ・現金 | ・救急箱 |

いずれにしても、事前に何が必要かリストアップしておくことが重要です。



所沢ロイヤルの丘
事務長 富岡 良

職員紹介



4月から4階に配属された、看護師の森下です。今までは病院で勤務していたので、介護施設で働くのは初めてです。毎日緊張の連続ですが、利用者の皆様の笑顔に励まされて、頑張っています。皆様が安心して過ごせるようにご支援していきたいと思っております。よろしくお願ひします。

4階看護師 森下 史保子



こんにちは。このたび4月から所沢ロイヤルの丘で働かせていただくことになりました神山玲奈です。社会人1年目でまだ右も左もわかりませんが研修や先輩方の教えを通じて、しっかりと施設に貢献していけるように、日々頑張りたいです。これからよろしくお願ひ致します。

4階介護職員 神山 玲奈



4月に入職しました、山崎万里子です。所沢への引っ越しを機に、所沢ロイヤルの丘へ入職しました。介護施設での勤務は初めてですが、人生の先輩方とのふれあいの中で、たくさん学ばせて頂いております。今後ともよろしくお願ひ致します。

2階看護師 山崎 万里子



この4月から所沢ロイヤルの丘の一員としてスタートをきりました、新入職員の宮下幸枝です。覚える事が沢山あり、今は必死に脳みそをフル回転させております。目指すは、「この人がいれば安心」といわれる、職員になりたいです。

2階介護職員 宮下 幸枝

2階 和食レストラン「とんでん」へ外食

4月は金仙寺へお花見に、5月は外食に出かけました。外の空気や、普段と違う雰囲気での食事に、とても喜んで頂けました。また来月も外出の企画を予定しておりますので、よろしくお願いします。ご利用様の写真は、2階フロアに掲示してありますので、お越しの際は是非ご覧下さい。

2階介護職員 天野あゆみ



3階 お花見行事

4月は、2日間に分けて航空公園周辺の散策、入間市博物館内の公園に、お花見に出かけました。桜は満開で天気は晴天でした。お菓子やお饅頭を桜の下で召し上がり、たくさんの笑顔での写真を撮り、良い思い出作りができました。

3階介護職員 田中 絵津子



4階 端午の節

5月は端午の節句をみんなでお祝いました。端午の節句の歴史を学び、クイズを行いました。クイズの内容が難しかったようで、正解人数は残念ながら少ない結果となってしまいました。端午の節句は男の子の節句ですが、男女共に楽しむことが出来ました。来年もこのような企画していきたいと思えます。

4階介護職員 沓沢 武久



5階 お花見

5階では4月の行事として、金仙寺と狭山湖へお花見に行ってきました。久しぶりの外出ということで、利用者の皆様が心待ちにされていました。3月はとても暖かくて、桜の開花も早かったため、桜が見られるか心配されましたが、きれいな桜が見られて、皆様にとっても喜んでいただけました。今後も、利用者が楽しめるよう、外出の機会を増やしていきたいと思っています。

5階介護職員 望月 誠



6階 ミニピザ作り

6階では5月6日に『ミニピザ作り』をしました。餃子の皮をピザ生地にし、玉ネギ・ピーマン・コーン・ツナ・ピザソースを利用者様とトッピングし、ホットプレートで焼き上げました。もう一つはバナナ・カスタードクリーム・チョコチップで、デザートピザを作りました。「餃子の皮でこんなものが作れるんだね！どちらも美味しい」と、喜んでいただけました。

6階介護職員 深川 千春



デイケア 作品作り

4月の作品作りは、利用者様全体作品では「巻き巻きこいのぼり」、個人の作品では「張子の達磨」を作成しました。

「巻き巻きこいのぼり」は、短冊状の画用紙を1枚1枚巻き上げたものを沢山作り、それを並べてウロコや目玉を作成し、細かい作業ですが、ひとつひとつ丁寧に作成し沢山出来上がりました。出来たパーツを、こいのぼりの型紙の上にレイアウトするのも、利用者様に考えて頂き、すばらしい4体のこいのぼりが出来上がりました。作成途中では、利用者様よりこいのぼりの由来や、昔話を聞くことが出来ました。

「張子の達磨」は、先ず風船の周りにちぎった新聞紙を、水のりを使い2~3重に貼り付け、乾いたところで、さらに赤い和紙を重ねて貼っていきます。最後に達磨の顔を筆ペンで書き入れて完成です。苦勞して作成した分出来上がった時には、「出来て良かった！」「かわいいね」と、喜びの声が聞かれました。

デイケア介護職員 小林 成夫



和食レストランの「とんでん」

今回は和食レストランの「とんでん」を、ご紹介したいと思います。春になり、当施設の利用者様方をお誘いして、外食に出かけることがあるのですが、よく利用させていただいているのがこの「とんでん」の狭山ヶ丘店です。施設からも車で5分ほどと近くにあり、バリアフリー対応なので車椅子の方でも、安心してお連れすることができます。普段施設だと提供することが難しい料理や、季節に合わせた料理などもあり、メニューが豊富です。一食ごとのボリュームも多く、それでいてお値段もリーズナブルなので、利用者様方にもご満足いただいているようです。

これから暖かい季節となり、お出かけする機会も増えてくると思いますので、是非、行かれてみてはいかがでしょうか。

2階介護職員 向野 弘基

