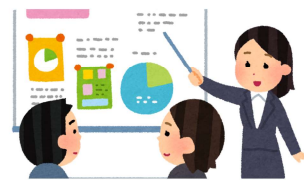


介護老人保健施設大会

9月22、23日に兵庫県神戸市で、第33回全国介護老人保健施設大会が開催され、当施設からは2名が口演発表を行いました。23日の医療と看護介護のセクションでは「コロナ禍での看取り～家族への定期便～」を介護福祉士 高見恵太が、同日の食事ケアのセクションでは「重曹水を用いた口腔ケアの取り組み」を介護福祉士 鷲見寿子が発表しました。両名ともにこのような舞台での発表は初めてで緊張しつつも無事に発表が行えました。大会に参加し、全国の老健施設が行っている取り組みを知ることが出来たことは大変勉強になり、学んだことを当施設でも活かしていきたいと思いました。



はまかせ入所クラブ活動紹介

はまかせ入所では、生活リハビリの一環として主に園芸・運動・調理・音楽のクラブに分かれ、小集団でクラブ活動を行っています。しっかりと感染対策を行いながら利用者の同士の交流の場となっています。

園芸クラブは、季節にあった花や野菜など栽培するものを皆で話し合いしながら決めて植え、水やり、間引き作業を行っています。今年は夏野菜のトマト・きゅうり・なすを植え沢山収穫する事ができました。



運動クラブは、セラバンドや棒、バランスボールなどの器具を使用し上半身や下半身の筋力維持ができるように運動を行っています。皆さん、しっかりと体を動かして体力作りをされています。

調理クラブは、園芸クラブが育てた野菜を使用し炒め物や和え物・汁物などを管理栄養士と一緒に一人一人調理行程を決めて料理を作っていきます。最近はコロナ対策のため、活動が少なくなっています。



音楽クラブでは、季節にちなんだ童謡を選曲し歌詞カードを持って歌の練習を行っています。「昔はよく歌っていたわ。子どもの頃は…」など懐かしさを感じエピソードを話されたり、歌声や笑い声がフロアに響きわたっています。

はまかせ便り

令和4年秋号

介護老人保健施設はまかせ はまかせ広報委員会 〒684-0062 鳥取県境港市蓮池町78番地1 TEL 0859-42-3190

入所・看護師より

ノロウイルスによる感染症 冬は特にご注意ください!!

晩秋から春先にかけての冬季に多く、高齢者施設などで集団発生しやすい感染症です。これから流行期を迎えますので、原因・症状・予防方法などをご紹介します。

ノロウイルスの感染経路

牡蠣などの貝類

生食、加熱不十分で食べると…

糞便や嘔吐物を処理時に手指にウイルスが付着
その手を介して口からウイルスが入ると…

消毒されていない井戸水がノロウイルスに汚染されている場合
生水をそのまま飲むと…

糞便や嘔吐物が飛び散る
嘔吐物が乾燥し、空气中に拡散
拡散したウイルスが口から入ると…

感染者が調理した食品にウイルスが付着
ウイルスが付着した食品を食べると…

ノロウイルス感染症とは?

ノロウイルス感染症は幅広い年齢層に急性の胃腸炎を引き起こすウイルス性感染症です。感染力が非常に強く、少量のウイルスでも感染・発症します。症状は激しい嘔吐、吐き気、下痢、腹痛、発熱などです。

ノロウイルスの予防と対策

食材は十分に加熱処理する

- ・生食はできるだけ避ける
- ・85度～90度で1分以上加熱する

衛生管理につとめる

- ・調理器具の消毒
- ・ドアノブやテーブルなどの消毒

排泄物、嘔吐物の処理に注意

- ・マスク、手袋などを着用し処理にあたる
- ・換気をする
- ・嘔吐した場所の消毒を行う
- ・使用した着衣は廃棄が望ましい



感染予防と対策

食材を調理するときは、加熱処理をすることをこころがけましょう。アルコール手指消毒薬はノロウイルスには効果が低く、最も効果的な予防法は手洗いです。食器や環境などの消毒は塩素系消毒剤でなければ消毒できません。

通所

調理活動をしました

園芸活動で栽培した野菜(玉ねぎ・ジャガイモ)を使い調理実習を行いました。「シチューはどうだろう」と利用者さんより提案をいただき、クリームシチューを作りました。野菜の下処理から利用者さんに関わってもらい、美味しいクリームシチューができました☆
職員も味見をさせていただきましたが、とても美味でした！



栄養とリハビリについて

8月4日は「**栄養の日**」でした。足立管理栄養士より栄養とリハビリについて話がありました。栄養がなければ筋力しや歩く練習をしても効果はない。栄養状態が良好であれば、食べたたんぱく質が筋肉合成に利用され筋肉がアップするとの内容でした。皆さん真剣に聞かれ栄養の大切さを理解されているようでした。



健口習慣



今年のデイケアの取り組みは、ご利用者様の口腔衛生に対する知識や関心を高め、より良い口腔習慣(健口習慣)が身に付けることを目的に取り組みを行っています。口腔体操や皆様の食事に対する意識や歯磨き習慣等の健口習慣チラシの作成、ポスターの掲示も行っています。これからも口腔内の清潔、嚥下機能の維持・向上を目指しはまかぜの『口腔体操』を継続的に行っていきましょう！

入所



甘くてしょっぱくて…

6月はおやつバイキングでした。はまかぜには日頃から踊りの練習をされている利用者さんの「踊ら会」があります。最初にその方々に踊りを披露してもらいました。優雅な手さばきで少し見とれている所に、ケーキや飾り切りした果物、サンドイッチ等たくさんのおやつが登場！皆さん好きなものを取って食べ、楽しいひと時を過ごされていました。美味しかったですね。



勝負だ！景品だ！じゃんけん大会！

8月はじゃんけん大会でした。はじめにラジオ体操で準備体操をしっかりと行ってから気合いを入れてじゃんけん大会がスタートしました。普通のじゃんけん、後出しじゃんけん、あいこじゃんけん、負けたら勝ちじゃんけんの4つのじゃんけんを皆さんと景品をかけて勝負しました。「最初はグー、じゃんけんぽんっ！」と職員の合図がかかり手があがると皆さん、真剣なまなざしで手を一生懸命のばしてじゃんけんされていました。「勝った！」と喜びの声や「ああ…負けた」と悔しがる声もたくさん聞こえ、とても盛り上がりました。勝った方から順番に景品として準備した駄菓子をかごの中から選んで取ってもらいその後、お茶と一緒に美味しく頂きました。