

第32号

めぐみだより

平成27年1月1日発行

社会福祉法人 福祉の森

- ・特別養護老人ホーム 恵の海 ・ショートステイ事業
- ・デイ・サービス事業 ・恵の海地域相談センター
- ・めぐみのうみ居宅介護支援事業所 ・ケアハウス

〒737-2603 広島県呉市川尻町西6丁目10-1
TEL(0823)87-0280 FAX(0823)87-0282

新年のあいさつ

新年おめでとうございます。年頭にあたりまして、ご利用者さま、ご家族さま、そして関係の皆様のご健勝とご多幸を心よりお祈り申し上げます。

お蔭様をもちまして、恵の海も21回目のお正月をご利用者さまとお屠蘇とおせち料理で楽しく迎えることができました。

本年も、「より良い福祉サービスの提供を通じて、社会に貢献します。」の理念のもと、これまで築き上げてきたものを大切に、職員一同さらなる研鑽を積み、地域の皆様に一層お役にたてるよう努めてまいる所存です。今後ともご理解・ご支援をいただきますようお願い申し上げます。

施設長 山岡 壮吾



北島
三郎!?



恵の海納涼会

祝百歳おめでとうございます!!



特養 行事

すてきな演奏ありがとうございました。

エキセントリックバンドのみなさん

敬老会

記念写真
ハイチース

ガンバルゾーツ!!!

ワシが
1番はもろーたっ!!

運動会

白鳥幼稚園のみなさんと

もうけし
頑張れ!

よいっよいっ!!

進撃の巨人

恵の海デイサービス運動会

フレ-
フレ-

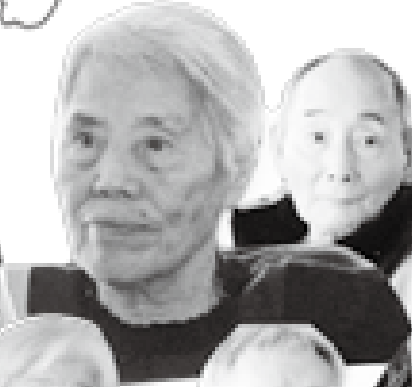


勝てるかなあ?

どすこいっ



ワアー



音楽の時間

ワッハッハ

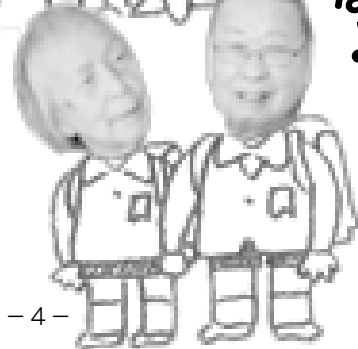


ワッハッハ



楽しいな♪

楽しいな♪



デイサービス盆踊り大会

はじまるよ～

2014.8.3



イヨ！大将



別に



私を見なさい



ハイ



ついておいでヨ～～



ハイ



ハイ

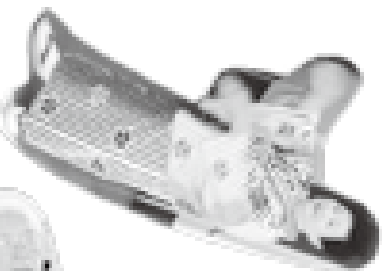


ドンドコ

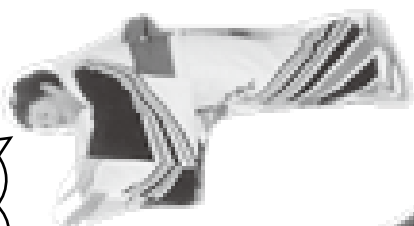
ドンドコ

ドドドド

ド～～



いっし踊るのよ



ハイ



お久しぶりね、あなたにあうなんて



おどりよりメシじゃい!!



ほろほろ

いあれからって



あれから何年？ たつてるかね

ケアハウス恵の海

クリスマス会
ハンドベル
ビンゴゲーム
おいしいお料理

みんなでハンドベル演奏
上手にできました

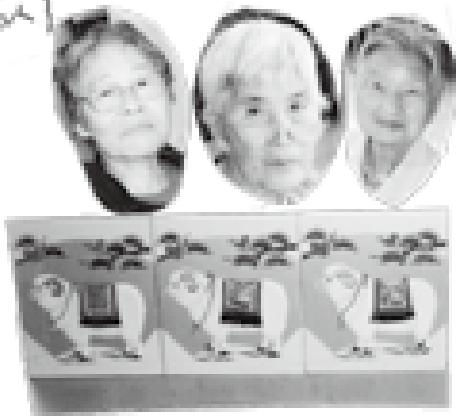
花の館へ
ようこそ!!

入居者様の
丹精込めた
作品です



お花がイヤリング
みたい♡

手芸教室



千支の押し絵



満開のブーケンピレア



めぐみのうみ居宅介護支援事業所より ～ヒートショックにご用心!～

ヒートショックとは、急激な温度変化により体が受ける影響です。

暖かいリビングから廊下・トイレ・脱衣所・浴室など、温度変化に対して血圧を急激に変化させたり、脈拍を速くしたりして対応するため、脳卒中や心筋梗塞などにつながる恐れがあります。



温度差が大きいことが原因ですので、できる限り住まい全体が温度差がなくなるよう工夫をしましょう。

1. 脱衣所・トイレに簡易暖房器具の設置をするとよいでしょう。
2. 浴室は、浴室暖房の設置や、入浴前に浴槽のふたを開けておくだけでも違います。
3. 高齢者や高血圧症等のリスクを持っている人はできるだけ一番風呂は避けましょう。

在宅介護のご相談はお気軽に!

参考資料 リハビリネット

めぐみのうみ居宅介護支援事業所

電話0823-87-0285



医療だより ノロウイルスの感染を広げないために

食器・環境・リネン類などの消毒

- 感染者が使ったり、おう吐物が付いたものは、他のものと分けて洗浄・消毒します。
- 食器等は、食後すぐ、厨房に戻す前に塩素液に十分浸し、消毒します。
- カーテン、衣類、ドアノブなども塩素液で消毒します。
 - 次亜塩素酸ナトリウムは金属腐食性があります。金属部（ドアノブなど）消毒後は十分に薬剤を拭き取りましょう。
- 洗濯するときは、洗剤を入れた水の中で静かにもみ洗いし、十分すすぎます。
 - 85℃で1分以上の熱水洗濯や、塩素液による消毒が有効です。
 - 高温の乾燥機などを使用すると、殺菌効果は高まります。

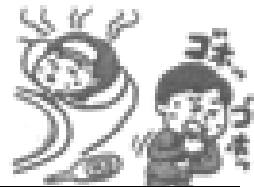
おう吐物などの処理

- 患者のおう吐物やおむつなどは、次のような方法で、すみやかに処理し、二次感染を防止しましょう。ノロウイルスは、乾燥すると空中に漂い、口に入って感染することがあります。
 - 使い捨てのマスクやガウン、手袋などを着用します。
 - ペーパータオル等で静かに拭き取り、塩素消毒後、水ぶきをします。
 - 拭き取ったおう吐物や手袋などは、ビニール袋に密閉して廃棄します。その際、できればビニール袋の中で1000ppmの塩素液に浸します。
 - しぶきなどを吸い込まないようにします。
 - 終わったら、ていねいに手を洗います。

ノロウイルスによる食中毒予防

作業前などの手洗い

- 洗うタイミングは、
 - ◎トイレに行ったあと
 - ◎調理施設に入る前
 - ◎料理の盛付けの前
 - ◎次の調理作業に入る前
- 汚れの残りやすいところをていねいに
 - ◎指先、指の間、爪の間
 - ◎親指の周り
 - ◎手首



調理器具の消毒

塩素消毒
洗剤などで十分に洗浄し、**塩素濃度200ppmの次亜塩素酸ナトリウム**で浸しながら拭く。
※エタノールや逆性石鹼はあまり効果がありません。
※洗剤などで十分に洗浄し、熱湯で加熱する方法も有効です。

インフルエンザ予防方法まとめ 厚生労働省

インフルエンザの特徴

- ・潜伏期間…1～3日
- ・感染経路…おもに飛沫感染(※)
- ・発症…急激に38℃以上の高熱が出る
- ・症状…悪寒、頭痛、関節痛、倦怠感などの全身症状、咳、痰、呼吸困難、腹痛、下痢などの胃腸症状 など
- ・療養期間…一週間程度

※飛沫とは、くしゃみや咳などで唾液や鼻水が小さな水滴となって飛び散ること。

<p>すぐに捨てる</p> <p>口と鼻を覆ったティッシュは、すぐにごみ箱に捨てましょう。</p>	<p>口と鼻を覆う</p> <p>周囲にかからないよう顔をそらせ、ティッシュなどで口と鼻を覆う</p>
<p>周囲の人からなるべく離れる</p> <p>くしゃみや咳の飛沫は、1～2メートル飛ぶと言われてます。</p>	

詳しくは厚生労働省のウェブサイト
政府広報オンライン

栄養だより

れんこん 蓮根

淡白な見かけによらずビタミンCが多く、カリウム、カルシウム、鉄、銅などのミネラルも豊富です。また、野菜にはめずらしいビタミンB₁、B₂が含まれており、貧血予防に効果があります。

不溶性の食物繊維やねばりの成分ムチンも豊富で、便秘の改善や整腸、粘膜や胃の保護など、美容と健康に効果がある頼もしい野菜です。

料理に応じた切り方、さらし方

れんこんのかたい繊維をどう切るかで食感が大きくかわる。シャキシャキ仕上げたいきんぴらなら、輪切り(横切り)がよい。ホクホク仕上げたい煮物には、乱切りがおすすめ。ただし、酢水に浸けたれんこんは、加熱してもホクホクにはならないので、煮物用には酢は不要。



●おいしい時期

11～3月

●選び方

色むらや傷がなく、ふつくと厚みがあり、重みのあるもの

●保存

丸ごと新聞紙とビニール袋に包み、冷蔵庫で4～5日

慰

問



<記念品をいただきました>

民生委員
児童委員
様



▲H26.11.19

奉

商工会 女性部 様

仕

作

業



▲H26.10.26

行事予定

1月

互礼会

2月

節分会

3月

ひなまつり会

4月

お花見会

家族会

5月

端午の節会

法話会

6月

映画鑑賞会

7月

七夕まつり

初盆供養



▲H26.8.2

民生委員
児童委員
様

感謝

平成26年8月～平成26年11月 受付

ご寄付

堀 光子様
匿名 2名様

ご慰問・ご奉仕

さんさ踊り保存会様
民生委員・児童委員様
古賀 眞利子様
白鳩幼稚園様
小尻先生(折紙教室)
たんぼぼの会様
商工会女性部様
オンブズマン様

ご寄贈

望月 文子様

*個人情報掲載については、

ご本人の承諾を得ています。

次回発行日 平成27年9月1日

編集者 喜多・谷口・初島・新田・石田・後藤・竹本・新谷・榊原・古賀・高橋