

# 愛寿会だより

12 月号  
第 233 号  
平成 30 年  
12 月 10 日発行



【 昨年シイタケの菌を植え付けた木をいただきました。  
なかなか生えませんが、今年はややぐ少し収穫できました！ 】

## 感染症の予防と対策について

愛寿会 嘱託医 溝口康司 医師

(施設内研修における先生のお話の要旨を掲載いたします)

### インフルエンザについて

#### 症状

口や鼻から入ったインフルエンザウイルスが、どの粘膜などで増殖することで起こる急性の呼吸器感染症です。症状としては、急な発熱、咳、悪寒、咽頭痛や頭痛、筋肉痛・関節痛、倦怠感など全身症状がみられます。

#### 感染経路

くしゃみや咳によってウイルスを含んだ飛沫から感染する飛沫感染のほか、手についたウイルスで口や鼻を触り、粘膜から体内に侵入する接触感染もあります。

#### 予防接種

成人一回（小児は二回）が基本で、接種後一週間から抗体が上昇して一ヶ月後がピークとなり三ヶ月頃から低下していきます。インフルエンザは毎年一〜二月に流行のピークを迎える傾向にあります。

#### 治療について

症状発現から二日以内に開始し、抗ウイルス薬の投与を行います。抗ウイルス薬には予防投与に適応しているものもあります。新薬やジェネリックも開発されています。

すぐに熱が下がったとしても平熱に戻るには数日かかる場合があります。また、免疫力が低下しているため十分に休養をとる必要があります。

### もしも、かかってしまったら？

早い段階での治療、そして「いかに拡げないか」という行動が重要です。

#### ◇感染症予防や拡大防止対策を理解し、

普段の生活の中でも注意が必要です。

- ・免疫力低下は感染しやすい状態をつくりまします。バランスの良い食事と十分な睡眠を心がけましょう。（普段から熱を測り自分の平熱を確認すること、ちょっとした変化に気づくことも大切です。）
- ・手指衛生の徹底をしてください。
- ・呼吸器を衛生的に保つことが重要です。マスクを正しく着用し咳エチケットを守りましょう。
- ・感染拡大防止のため、流行時の不要不急の外出を控えることも必要です。



### 【11月28日に行われた 溝口康司医師による 感染症対策の様子】

今回はインフルエンザに関することを中心にお話いただきました。流行期を目前に、対応策や予防について再確認しました。



# 思わず笑顔に リフレッシュしました



十一月八日(木)、小淵沢町にある AOB ビューティークリエイト専門学校の学生の皆様が来園されました。午前・午後ともに約一時間ずつ、グループに分かれて特養、デイサービスセンター、グループホームにてハンドマッサージやお化粧の実演をして下さいました。

肌も乾燥するこの季節。利用者様の中にも手荒れが気になる方もいらつしやり、好きな香りのハンドオイルを選んでマッサージを体感されると「手首から指先のマッサージで体の芯まで温まるね」「肌が潤ったね、若返ったかしら?」「毎日来てもらいたい!」と笑顔で喜ばれておりました。

またお化粧の体験では、十色程ある口紅の中からお好みの色を選んで学生さんに塗っていただきました。お化粧した自分の顔を見て、「自分じやないかと思ったよ」と顔を赤らめ照れている利用者様もいました。マッサージやお化粧、学生さんとの交流を通して、気分もリフレッシュされた様子でした。



肌も乾燥するこの季節。利用者様の中にも手荒れが気になる方もいらつしやり、好きな香りのハンドオイルを選んでマッサージを体感されると「手首から指先のマッサージで体の芯まで温まるね」「肌が潤ったね、若返ったかしら?」「毎日来てもらいたい!」と笑顔で喜ばれておりました。



## 特別養護老人ホーム 仁生園

### お買い物へ♪



半年に一度の衣料ショッピング。今回は中央市のむろい株式会社様にご協力いただき、十一月十一日(日)に開催しました。普段の生活では目にするのではない、たくさん衣料品を並べていただき、まるでお店に来たような感覚でショッピングすることができました。

皆様とても楽しい表情で衣類を選ばれている様子が印象的でした。職員に手伝ってもらいながらレジの前で支払いを自身で行う方もおり、それぞれにお買い物満喫されていました。



### 教員初任者研修



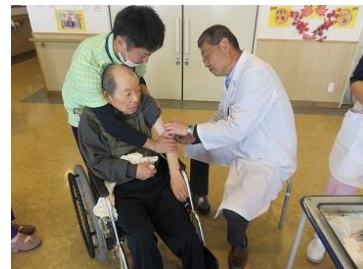
十一月十六日(金)、県内の公立学校で今年度採用された教員の皆様が研修の一環で仁生園に来園され、利用者の皆様と交流されました。

この日は十一月に誕生日を迎えられる利用者様の誕生会があり、先生方には事前に準備してきていただいた出し物をご披露いただきました。歌、後出しじゃんけん、〇×クイズなど趣向を凝らした内容で、利用者様も参加しや



### 予防に努めます

今年も感染症の流行が懸念される季節を迎えました。仁生園及び第二仁生園におきまして例年通り、インフルエンザの予防接種を順次実施いたしました。利用者様がこれからの季節も健康に過ごしていただけるよう、支援に努めてまいります。



すくとも楽しまれていた様子でした。大いに盛り上がった誕生会となりました。

## この季節のお楽しみ



利用者様と職員で協力して皮をむき、紐に吊るしていきます。外にだして、準備完了です。



十二月になり、寒さも厳しくなってきました。この寒さが活躍するのが冬の風物詩「干し柿」。「いい柿だねえ」「けがしないようにね」と会話しながら、今年も手慣れた手つきで



小荒間の冷たい風にも手伝ってもらい、渋柿がおいしくなるのを待ちます。

### 仁生園 デイサービスセンター

#### リースづくり



すっかりデイサービスセンター内の飾りつけも冬の装いになってきました。クリスマスに向けて「クリスマスリース」を作りました。

つるを丸い形に編んでリボンや鈴、まるい形やプレゼント

どの作品も味があり、この時期にぴったりのかわいらしい作品に仕上がりました。

次は新しい年に向けてお正月飾りの制作をする予定です。



### グループホーム やすらぎ

#### アットホームな時間をすごしました

十二月一日(土)、家族会を開催しました。今回の家族会はやすらぎのフロアで行い、多くのご家族様にもご出席いただき賑やかに過ごしました。

まずはやすらぎ職員の手作りのメニューでおもてなし。おこわや煮物、五平餅、デザートなど普段にも増して腕を振り準備し、会食を楽しんでいただきました。



会食後はプレゼント交換をしたり、談笑したり。「回想法」では映像を見ながら感じたことや思い出を語っていただきました。今回の回想法のテーマは「昭和二十〜三十年代」。ちょうど入居者の息子・娘様が子どものころ



ました。

ご家族との時間をゆっくり過ごすことができ、入居者様もとても喜ばれているようでした。また来年春の家族会の開催を約束して今回の家族会を終えました。

### 第二仁生園

#### 冬のコンサート

十二月に入り、「うたなかま八ヶ岳」の皆さんが第二仁生園を訪問してくださいました。

楽しみにしていたコンサートの始まりです。「雪の降る町を」「冬の星座」「たき火」など、冬を感じる曲のプログラムでした。また、今回



はトーンチャイムという楽器を使い「小さな木の実」と「ジングルベル」の演奏を聴きました。十五人の皆さんの息の合った演奏に拍手喝采です。優しい音色に聞き入っている様子でした。

最後は、「お正月」を利用者の皆さんと一緒に歌い、心温まる冬の日のコンサートでした。

#### クリスマスを迎える準備!



十二月の手工芸の活動の中でクリスマスリースを作りました。

のり付けするクリスマス用のアクセサリを選ぶ際には、迷わず「これとこれ!」と決めた方もいれば、バランスや色合いをゆっくり考えている方



など様々です。試行錯誤しながらもオリジナルの素敵なリースが今年も出来上がりました☆



完成品は、皆さんの居室のドア側に飾ってあります。ご面会に来られた際には、ぜひご覧ください!



### ご来園の皆様へ 手指の消毒などにご協力を!

感染症の流行が心配される季節となりました。施設のご利用者様の健康を守るため、左記の項目をお守りください。また、ご理解とご協力のほどをお願いいたします。

◆施設への出入りは正面玄関からのみとさせていただきます。

◆ご面会の際にはマスクの持参と着用をお願いいたします。

◆玄関に入りますと正面に消毒液を設置しております。手指を丁寧に消毒してください。

◆ご面会などに訪れたことを必ず事務室にお話しください。  
また、各フロアの職員にも来意を告げてください。

◆風邪症状等、体調に不安がある方は事前に来園をお控えください。

◆感染症の流行期には、急な面会制限をさせていただくことがございます。ご了承ください。

(特に遠方からお越しの方は状況をお問い合わせいただいた上、来園くださるようお願いいたします。)

### 感謝

平成三十年十一月一日

平成三十年十一月三十日

### 愛寿会・仁生園・第二仁生園への ご協力ありがとうございました。

いつもご協力をいただき心から感謝申し上げます。今後とも利用者の皆様に、よりご満足いただける施設運営を目指し、役職員一体となって誠心誠意努めて参ります。

何卒、これからもご支援のほどを、また、ご叱正を賜りますようお願い申し上げます。略儀ながら、お礼状に替えさせていただきます。

#### 後援会へのご協力

- 北杜市 坂本 忠征 様
  - 北杜市 清水 かの枝 様
  - 北杜市 小林 脩 様
  - 北杜市 内藤 松子 様
  - 北杜市 児玉 菅子 様
  - 北杜市 入江 薫 様
- 金員・物品のご寄附



愛寿会サービスへのご意見・ご要望や施設見学等のご希望がございましたら左記までご連絡ください。

仁生園 電話 0551(32)3340  
第二仁生園 電話 0551(32)8270

#### ボランティア活動

- ・レクボランティアほがらかグループ 代表 吉田 道子 様
- ・レクボランティアゆずっこの会 代表 佐野 恭子 様
- ・北杜市 うたなかま八ヶ岳 様
- ・北杜市 保坂 多枝子 様
- ・北杜市 山口 潤子 様
- ・北杜市 市原 彌恵子 様
- ・北杜市 楽謡甲斐(がくようかい) 様
- ・北杜市 お話サポート なの花の会 様
- ・A O B ビューティークリエイト専門学校 様

#### 年末年始のお知らせ

※仁生園サービスセンターは、十二月三十日(日)と一月一日(火)から一月三日(木)の間を定休日とさせていただきます。

※事務所は、十二月二十九日(土)から一月三日(木)まで、宿・日直者が対応させていただきます。

よろしく願いたします。



今年も一年、大変お世話になりました。皆様良い年を迎えられますよう、お祈り申し上げます。

愛寿会 職員一同