

映山紅

発行日:令和4年1月15日

発行者:ケアホームちどり広報委員会

迎春

あけましておめでとうございます

皆さま、明けましておめでとうございます。2020年に引き続き2021年も新型コロナウイルス感染症対策に明け暮れる日々でした。ご家族の皆様方にも面会制限等、様々なご心配をお掛け致しました。そんな中、東京オリンピックが開催され、日本人選手の頑張りは私たちに勇気と感動を与えてくれました。現在、新型コロナウイルス感染症が再流行してきておりますが、そんな選手に負けじと我々も感染防止により一層、取り組む所存です。ご家族の皆様方にもご心配をお掛けしますが何卒、ご理解ご協力、そして応援をお願い致します。本年もどうぞよろしくお願い致します。【施設長 牧野 香織】

年末年始のご利用者の皆さんの様子



あらやだ、お屠蘇！素敵！



ぶはぁ美味い！イエ～イ！



おせちにニッコリ



お正月はおせちやね

みんなで餅をつきました！



一緒に振りかぶって、ヨイショ！



鏡餅の形にこねこね



美味しいわ！



はぁ～体が温まる

楽しいクリスマス会



美味しそうやわ！



物凄いイチゴの量やな



プレゼント2つもらおうか！



サンタさんからプレゼント

職員の紹介:堀岡 英明(手鞠草・秦・牡丹ユニットリーダー)

新年明けましておめでとうございます。私は門真市で生まれ育ち、早いもので41年になりました。現在も門真市で暮らしながらケアホームちどりでユニットのリーダーをさせて頂いております。私は晋栄福祉会に在籍し、「デイサービス」「従来型特養」「ユニット型特養」と勤務させて頂いております。その経験を活かしながら「私がお利用者の皆さんに出来ることは何なのか」を常に自問自答しながら、ケアホームちどりで暮らすご利用者の皆さんに安心して楽しく幸せな人生が送れるよう支援して参りたいと思っております。

新型コロナウイルスでは、昨年はデルタ株が猛威を振るっておりました。ワクチン接種などが比較的スムーズに進み、ようやく落ち着いてきたところでしたが、12月頃より新たにオミクロン株が出現し、再度警戒が必要な状態となってきております。年明け早々ではありますが、今一度気を引き締めて、感染予防の徹底を図りたいと思っております。本年もどうぞ宜しくお願いいたします。



～医務室より～

昨年12月中旬頃までは新型コロナウイルス感染症の感染状況が少し落ち着いていましたが、ご承知のように、年末年始よりオミクロン株の市中感染が始まってきました。感染力が非常に強いといわれており、引き続き気を引き締め、万全の感染対策をして参ります。3回目のコロナワクチン予防接種の準備に備え、ご家族へ近々お知らせをさせていただきますので、ご協力のほど宜しくお願い致します。

感染が落ち着いていた期間は、対面での面会が実施され、ご家族とご利用者が久しぶりにお会い頂くことができました。現在は再度オンラインでの面会となっておりますが、感染状況を見ながら対面面会の再開を検討致します。

また、この季節は、ノロウィルスの感染症が流行する季節でもあります。症状は、嘔吐、下痢等の症状です。感染拡大を予防する為、日頃のご利用者の健康管理に努めて参ります。



～ユニットスタッフより～

2階は手鞠草・棗・牡丹・撫子の4ユニットがあります。コロナ禍でなかなか外出しにくいですが去年は近くの公園までドライブし、紅葉を楽しんでいただきました。

ユニットの壁画は季節に合ったものを飾るようにしています。ご利用者の皆さんの手形を使用してイチヨウの葉を制作したり、写真付きの年賀状も一緒に制作しました。

牡丹は入居4名+ショートステイのユニットです。他のユニットとは少し雰囲気の違いがあります。その日によって人数も違うため大変なこともあります。楽しいこともたくさんあるユニットとなっています。



～管理栄養士より～

差し入れ（菓子など）についてお願い

喉詰り窒息防止、食中毒予防、栄養状態の維持改善の為、下記4点、ご理解・ご協力をお願い致します。

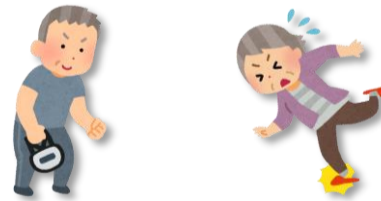
- ①喉詰りリスクの高い食べ物はお控えください。
(例) 餅、おはぎ、大福、飴、キャラメル、パンなど
- ②にぎり寿司など生ものはお控えください。
- ③果物をご自宅でカットせず、そのままお願いします。
※1週間で食べきれる量(下記参照)をお願いします。
- ④菓子類の摂取量が増えると食事摂取量が少なくなり、栄養状態低下の恐れがあります。その為、お預かりした菓子などは1日100kcal程度を目安に提供しております。
(最大で2週間分を目安に差し入れて頂きますよう、お願い致します。)

～機能訓練指導員より～

握力を図ってみましょう！

コロナの影響による運動不足から、全身の筋力低下を引き起こしている人が増えている、という話を最近よく聞きます。全身の筋力の指標となるものにはいくつかありますが、最も簡単に把握できる方法として「握力」の測定があります。

「握力」は全身の総合的な筋力と関連があることが多くの研究で明らかになっています。また、握力の低下している人ほどよく転倒するという事も統計的に確認されています。握力が男性で25kg、女性で20kg以下になると全身の筋力低下から転倒のリスクが高くなるとされています。もし握力の測定で筋力低下が判明した場合には、以前にも紹介した「踵上げ」や「スクワット」などの運動を、無理のない範囲で行って頂くと良いと思います。



～相談員より～

新年あけましておめでとうございます。昨年の下半期に入り新型コロナウイルス感染症の感染状況が落ち着き、対面での面会やご利用者の皆さんに楽しんで頂けるようなイベントも再開されつつありました。しかし年末年始にかけ、新たにオミクロン株が出現し、大阪でも感染者数が増加傾向となってまいりました。

今一度、感染症対策を徹底し、ご利用者の皆さんが健康で安心して生活して頂けるようケアホームちどり職員一同引き続き頑張ります。

何かとご不便をお掛け致しますが、家族様に置かれましてはご多幸な一年となりますようお祈り申し上げます。今年も一年、何卒宜しくお願い申し上げます。

ケアホームちどり 相談員 森嶋 淳

～インターネット情報～

ケアホームちどりでは、ホームページやインスタグラムでも情報発信を行っております。是非一度ご覧ください。

- ホームページURL
<https://www.chidori.or.jp/facility/carehomec/>
- インスタグラムアカウント
carehomechidori

編集後記

あけましておめでとうございます。2022年は十干が「壬(みずのえ)」、十二支が「寅」の年にあたるので、干支は「壬寅(みずのえとら)」となるようです。「壬寅」は厳しい冬を越えて、芽吹き始め、新しい成長の礎となる、といった一年になるとされています。今年こそはコロナが落ち着き、新たな希望の日々がやってきて欲しいと思います(濱浦)。