

ほほえみ 通信

ストレスの多いこの特別な時、通信をお読み頂いている皆様に心からお見舞いを申し上げます。既にインフルエンザの時期から面会をご遠慮頂いております。や淋しい想いをお掛けしております。我慢の時間がこんなに長くなるとは思いもよらず、ただ一日も早い終息を願うばかりです。この度のウイルスの感染は世界を貧富の差なく席捲し、奇しくも人々の考えや行動を浮き彫りにしました。しかしどんなに遠い国々の人々であっても病に苦しむ人々を治療し看病する医療関係の方への感謝の心は変わりません。様々な憶測やうわさが飛び交うことになりがちなのこの特別な時期、高齢者を守り又ご家族共々に支援する介護関係者の気持ちや行動も揺れがちですが、我々職員は肅々とルーティーンを守り、更に気持ちを引き締めてまいります。

理事長 吉井順子

社会福祉法人起生会
特別養護老人ホーム
ほほえみの園
〒563-0053
池田市建石町 8-10
TEL 072-751-9494
令和 2年 5月 1日
第 90号

お知らせ

ほほえみ喫茶は当面の間、中止となります。



ほほえみ桜も葉桜となり、いよいよ新緑の季節となり若葉も輝きます。こんな良い季節になって大きく深呼吸して太陽や新緑を思いっきり感じたいところですね。しかし、皆様も痛烈に感じている世界中を震撼させている新型コロナウイルスの感染拡大に歯止めが利かない状態となっております。

ほほえみ地蔵も感染対策にマスクをつけて、ケアハウスの利用者様からは安全祈願の白い前掛けを奉納頂きました。ほほえみ地蔵も見守っています。



新型コロナウイルス騒動でデイサービス、ショートステイ、特養、ケアハウスのご利用者様は、ご家族様と会える機会や、たくさんのイベントなど楽しみが奪われてしまい、生活に刺激が少なく不安になってしまいます。地域の皆様、関係機関の皆様におかれましても、認知症カフェや子ども食堂、地域イベントが中止となり、ご心配やご不安をお掛け致しまして、本当に申し訳ないと思っております。

そんな中、何としても感染症を持ち込まないように職員一同、最善を尽くして対応しております。ご不自由をおかけしているご利用者様に心から安心して笑顔で過ごしていただけるよう努めています。

ご承知ではあると存じますが、医療現場や福祉施設、保育所でのクラスターが起きています。どれだけ予防に努めても入り込んできます。あつてはならないことですが、防ぎきれないことも考えなければなりません。どうか、ほほえみの園に力をください。一緒に祈ってください。時には力をお貸しください。

今までの日常が戻りますよう切に願うばかりです。どうぞ感染症予防に努めて一緒に乗り越えていきましよう。

施設長 山田直輝

特養

若葉の色が美しい季節となりました。ほほえみ桜は三月末に開花し、てっぺんの桜が咲くころは下の桜はもう緑の若葉が開いていました。今年は雨も短く、長く桜を鑑賞する事ができました。お散歩へも度々行き、春の季節を感じる日々でした。

ニュースでは連日コロナウイルス肺炎の報道で皆さん心落ち着かない日々ですが、園内では出来る限りいつもの生活に心がけ、利用者様の声に耳を傾けるようにしています。

おやつ作り〜桜もち〜

毎年恒例の桜餅作り。道明寺粉で作りました。桜の塩漬は、食べる人もいたり避ける方もいて、人それぞれ（笑）フロアに、桜の葉っぱのいい香りが漂い、大きめの桜餅もパクっと食べておられました。



お花見

四月二日、樹齢百年以上のほほえみ桜を眺めながら、お花見弁当を食べました。丁度満開を迎え、お天気も良く、みなさんうっとり桜を見ながら「綺麗ね〜♡」と言って頂けましたよ。お花見弁当も豪華で色とりどり★お弁当の後は、ベランダや中庭に出て写真撮影。寒がりの方は風が吹くと「寒い〜」と言われることも🌧️皆さん、春の心地良さを味わって頂けたのではないのでしょうか？



園芸始めました

三階ベランダに、苺やジャガイモ、マツクスラム、マリーゴールドといった野菜やお花を植えました！毎朝利用者様に水やりをお願いし、ベランダまでは出にくいので鉢を食堂へ運び入れ、机の上で水やり。元気に成長中です!!



スタッフ紹介

岩田 悟



今は理学療法士を目指して学校に通いながら働いています。休日しか出勤できませんが宜しくお願いします。

最所 梨香



四月から入職しました。早く利用者様の名前と顔を覚え沢山お話し、利用者様にも私の名前と顔を覚えて頂けるようにしていきたいです。宜しくお願いします。

デイサービス

お花見



今年はや暖冬でしたので、桜が咲く時期が例年より少し早かったようです。ここほほえみの園の中庭にある、大きな桜の木が今年も元気いっぱい満開の桜が咲き、利用者様と一緒に中庭に出てお花見を満喫しました。桜を見ているだけで皆様、自然と満面の笑顔になっていました。



毎日、午後のレクリエーション前に全員でラジオ体操や、脳トレ体操を行っています。脳トレ体操では右手と左手が違う動きをして、更に足も追加して動かすので皆さん「できないわ」と言いながら頑張っ取り組んでいます。



おやつ作り (関東風さくらもち)

皆様が楽しみにされている、おやつ作りを行いました。今回のおやつは満開に咲いた桜に合わせて、桜餅作りに挑戦しました。お馴染みの桜餅とは少し違った物を作りました。ホットプレートで桜色にした生地を伸ばして薄く焼き、餡を包んで出来上がりました。



とても美味しく出来上がったので、一口食べ

ると、もう止まりません。あつという間に完食してしまいました。次は何を作りましょうか？是非、楽しみにして下さいね。



工作レクで壁紙作り

今月も利用者の皆様と一緒に少しずつ協力して頂き、季節ごとの貼り絵で壁紙が完成いたしました。春と言えば皆様の心を癒してくれる桜です。この完成した美しい桜はずっと見ても花びらが散る事はありませんので何時までも眺めている事が出来ます。



ボランティアの皆様へ

いつもほほえみの園デイサービスへお越しいただき本当にありがとうございます。職員一同言葉では言い表せない程の感謝でいっぱいです。現在、当施設ではボランティア様の受け入れを中止していますが、一日も早く新型コロナウイルスが終息し、心温かい皆様のご来園をお待ちしております。



ケアハウス 五月園



新緑が美しく爽やかな季節になりました。しかし、今年は「新型コロナウイルス」の流行でケアハウスでも状況の変化に応じて対策をしています。

二月より寒餅つき大会、くるみ絵や川又体操、その他のボランティア活動が全て中止になりました。これを受けてケアハウス職員が代替えとなるレクリエーションを実施しました。

カーネーションのリース作り

出来上がったそれぞれの作品は居室のドアに飾っています。



唱歌（懐メロ・童謡）

カラオケに代わりピアノ伴奏で懐かしい歌謡曲や童謡を歌っています。



勉強会



一、「尊厳ある生活・高齢者虐待やいじめについて」

共同生活をする中で気付かないうちに他者を傷つけてしまっていないか等、職員の寸劇をもとに色々な意見や皆様の経験談などが交わされました。



二、「手洗い講習会」

正しい手洗いの仕方を実際に石鹸を使用して行いました。お馴染みの歌「ハッピーバースデー・チュー」を2回歌いながら手洗いをするとほぼウイルスを洗い流す事ができます。

三、「新型コロナウイルスの現状」

身近に迫っている新型コロナウイルスの現状と予防策について話をしました。伊丹の福祉施設の発症状況などを踏まえてケアハウスでも皆様の理解と協力を得て散歩コースや外出先、特に人混みの多い駅前などへの外出も控えていただいています。

お花見



今年も満開のほほえみ桜を愛でながらのお花見を開催いたしました。



満開の桜の下では、チーズ！



四月七日に緊急事態宣言が発令され不要不急の外出の自粛や三密（密集・密接・密閉）を避けるようにとの要請が出てケアハウスで過ごす時間がほとんどとなりました。体力維持の為に皆様が楽しみにしておられるリズム体操や映画、世界の絶景などのDVD鑑賞は換気をしながら間隔をあけて実施しています。

また、脳トレ用のプリントを希望者に配布して居室で取り組んで頂くなど心身の健康維持にも努めております。次のほほえみ通信をお届けする頃には新型コロナウイルスが終息している事を願っております。

ケアプランセンター

新型コロナウイルスの感染拡大予防のために不要不急の外出自粛が呼び掛けられています。今回は、外出や調理ができない時に便利な食事宅配についてお伝えします。

配達の方法は、常温・冷蔵・冷凍の3種類あります。常温は昼食又は夕食とその都度届けられ、そのまま食べる事が出来ます。一食から注文できます。冷蔵・冷凍は電子レンジで温めて召し上がっていただく弁当です。複数食まとめて届く物が多いです。冷凍物は長期保存して非常時のための備蓄も出来ます。

内容は普通食から、やわらか食、ミキサー食、塩分やカロリーなどの制限のある方向けの物など、様々な方に対応できます。お弁当ではなくおかずのみも出来ます。

安否確認や買い物代行などの追加サービスを行っている店もあります。試食もできますのでケアマネージャーにご相談下さい。

厨房



免疫力UPを目指しましょう

免疫とは、体内に侵入したウイルス等を制する仕組みのことをいいます。免疫力の維持・向上には、規則正しい生活と栄養バランスの取れた食生活、ストレスの軽減・適度な運動が大切です。

免疫力を上げる食事

免疫力を上げるには、腸内環境を整えましょう！

腸管には人体最大の免疫システムがあり、腸内環境が全身の免疫力に影響するといわれています。

腸内環境を整えるということは、善玉菌を多く含む食品を取り入れて善玉菌を増やすようにする事が重要です。

ヨーグルトやチーズ・味噌・納豆などの発酵食品から摂取できます。

また、便通を良くする食物繊維を多く含む食品も腸を活発にしてくれます。

毎日の食事にうまく取り入れ、ウイルスに負けない身体づくりをしましょう！



事務所

◆介護保険負担限度額の更新の時期が近づいて参りました。

所得に応じて池田市より認定を受けたご利用者の方は、食費及び居住費の費用負担が軽減されます。

但し、申告が遅れると費用負担の軽減が無く償還もされません（後から現金の払い戻しの事）。ご注意ください。

申請は、通帳のコピー等個人情報のご提出が必要なおことから、ご家族様に行って頂いております。（施設記入欄はございません。）

◆介護保険高額介護サービスの対象のご家族さまも更新の時期となっております。

こちらは、施設に入所している証明が必要ですが、ご住所を施設に移されていない方は、事務所窓口までお持ちください。

但し、高額介護サービスは、償還払いされますので、対象で申請されない方も、後日ご指定の口座に振り込まれます。

◆介護保険負担割合証は、全てのご利用者が7月31日で有効期限が切れます。お手元に届きましたら事務所までお持ちください。（※ご住所が施設の方を除く。）よろしくお願い致します。

静 養 室

「ほほえみの園」では新型コロナウイルスの対策として、「感染症委員会」を招集し、特養は委員会を中心に「新型コロナウイルススマニユアル」を作成、スタッフ間で話し合いを重ねています。

「持ち込まない」「持ち出さない」「拡げない」を原則にスタッフはしっかりと健康管理をし、勤務前、中2回検温の実施、手洗いはもちろん、ケア毎の手指、靴底の消毒の習慣化、ご利用者様のいらつしやるフロアや居室の定期的な消毒、換気の徹底など、たくさんの方の対策案を実施しています。

池田市でも発症事例が発表され、予断を許さない状態ですが、特養では防護服やフェイスシールドをそれぞれ各自で作成を行ったり、ミシンのあるスタッフは手作りマスクを作成し、ご利用者様にプレゼントしています。皆様中々お似合いですよ。

ご家族様との面会も儘ならない中、ご利用者様が安心して過ごして頂く為、スタッフ一同試行錯誤しています。一日も早く収束し、皆様とお会いできます日を中心から楽しみにしています。

ヘルプサービズ

新型コロナウイルスのニュースが毎日、各局で報道されています。

大阪府の感染者は何人かなと毎晩、心配してみています。

緊急事態宣言が発出されてから、ようやく増加が食い止められてきたように思われます。

初めに発出された7都府県の中で最初に大阪が「本日の感染者は0名です」と報告を行いたいものです。

しかしながら、池田市においては、大阪府下での、総人口に占める、感染者の割合が高く、感染者が多い事を危惧しています。

家庭内感染は、致し方ないと思う事もあります。どうみても、会食か趣味の集まりで雇ったような事例もあります。

仕事上、街中を自転車で走る事も多いのですが、ちよつとした立ち話。肩を並べて、会話をしながらの散歩。残念ですが、結構見かけます。

私達、訪問介護員も人様のお宅にお邪魔するので、いつも以上に注意を行っています。ほんの少しの気の緩みが悲しい結末に直結するかも知れません。お互いに注意をしていきたいと思っています。

徒然なるままに

かつて「帰心矢のごとし」という思いを体感した。高校時代のことで当時は今程簡単に大陸間の電話連絡は学生の身ではままならず、留学生生活約1年間一度も故国の人々と話すことなく過ごした。愈々帰国の時となり合衆国を東からバスで横断し西海岸に到着、そこから飛行機で太平洋を飛び一路東京へ。道中ハワイで乗り換え便を待つ頃には一秒毎に故郷への懐かしさと家族や友人への熱い想いで心が爆発しそうであったのを今もよく憶えている。

そして「光陰矢のごとし」の言葉― 若いも若きも皆が自粛の日々を送ることになった今この言葉はこれまでと受け止めかたがすっかり違うのでは？時間の動きが全く変わってしまったのだから・・ 暗く鬱陶しい時間はのろろしか進んでいかないものだ。しかし済んでみれば1か月も1年も信じられないくらい早く感じるようになるだろう。そのように感じる事が出来る時が来るよう一日一日を大切に過ごす努力をしたいと思う。

〜 編集後記 〜

一刻も早く事態が終息しますように。

(J・Y)