

八瀬の里だより

協力  社会福祉法人 芳清会

■発行 社会福祉法人芳清会 理事長 岡田 力
〒350-1172 埼玉県川越市大字増形164番地
TEL 049-247-7311(代表) FAX 049-247-7312
<https://www.houseikai-y.jp/> yasenosato@houseikai-y.jp

2022年1月

第24号

新春のごあいさつ

社会福祉法人 芳清会

理事長 岡田 力

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。皆様には、輝く新春をお向かいのことと、心よりお慶び申し上げます。

さて、一昨年より蔓延拡大し、いまだ収束の兆しどころか猛威を増加している、中国・武漢市発祥の「新型コロナウイルス」でありますが、些か閉口しております。

これほど蔓延拡大したのは、初期対応のまずさと発祥地中国の隠蔽工作ともいえる、対応策に起因しているのではないかと。我が国は時期的に冬季の「雪行事」が盛んであった。その証拠には、人口密度の少ない北海道での感染者が多数であった。あの時分北海道は「雪まつり」で多数の来訪者を歓迎、中国からの観光客が多数押し寄せた。中国では、不審な病気を訴え始めて二か月を経過していたのである。WHOも事実承認されている。

わが施設では、これは感染症ウイルスで感染拡大することが判明した二月上旬に対応した。まずは、家族面会者並び外来業者の全面遮断、職員のマスク、検温、手洗いの励行を決定した。

以来二か年の長期間に亘り、ご利用者は勿論ご家族近親者の心情を察すると心苦しいことに尽きるわけでございます。どうか本年こそは収束を願うものであります。

世紀の祭典「オリンピック・パラリンピック」も成功裏に無事終了いたしました。新型コロナも、現時点では下降気味で推移しております。どうか、本年は「明るく平和」な時代を祈念するものであります。

施設「八瀬の里」は開所来十七年を経過、内外共に安定充実に参りました。これも偏に、ご利用者ご家族並びに役員皆様の、心温まるご支援ご協力の結果と肝に銘ずるものであります。

何はともあれ、本年が「明るい平和な年」でありますように、祈念し筆を認める次第であります
令和四年 元旦

特別養護老人ホーム 八瀬の里

施設長 岡田 哲

「新年に当たり」

新年あけましておめでとございます。

皆様、ご家族そろって穏やかな新年を迎えられたことと思います。

昨年度・一昨年度と新型コロナウイルス(covid-19)で世界中が痛手を受け当施設においても敬老会・八瀬の里祭り・忘年会が縮小又は中止となりご利用者様ご家族様には面会制限でご不自由をおかけしました。2020東京オリンピック・パラリンピックも延期開催となりました。経済に与える打撃も大きく企業での収益低下、倒産・縮小・リストラ等、厳しい状況はまだ消えませんが、昨年十月からは非常事態宣言は解除され徐々にではありますが人の動きも見られますが今後も第6波も予測されていますので皆様、自宅・外出時には更なる注意をして下さい。又、施設においては十一月半ばから一部面会制限の解除をしましたが今後も医療・介護分野は厳しい防衛体制を敷かれる状況は続きますの

社会福祉法人 芳清会

特別養護老人ホーム八瀬の里

ショートステイ八瀬の里

デイサービスセンター八瀬の里

居宅介護支援事業所八瀬の里

生計困難者に対する相談支援事業



でより一層の注意をするようお願いいたします。さらに近年、自然災害に対するBCP防災対策等もあり職員の方には介護面だけでなくあらゆる角度から利用者様への支援を要求されておりますのでスクラムを組んで取組んで下さい。介護につきましても施設理念であります『忠恕・敬愛・感謝』を実行し、『勤務の五訓』を守り職員一同、チームワークで利用者様・御家族様から愛される職場にして下さい。

最後になりますが皆様・ご家族様の益々のご健康・ご多幸を祈願し年頭のご挨拶といたします。

令和四年 元旦

新年のご挨拶

コロナ禍での生活について

特養生活相談員 遠藤 孝治

新年明けましておめでとうございます。旧年中は格別なご高配を賜り、まことに有難く厚く御礼申し上げます。

一昨年より、世界中で、新型コロナウイルス感染の猛威により生活が一変してしまい、ご入居者様にも外出・面会の自粛制限と激動の年でした。世間一般でもステイホームが常になり、外出自粛に伴う心的ストレスが社会問題となっておりました。

弊所の職員も、休日での過ごし方に制限がある中で、感染対策に努め、特養での新型コロナウイルス発症ゼロで経過する事ができました。

私自身も、外部機関へ赴く事も多く、消毒に努めてまいりました。自宅でも、受験生がおりますの

で、清掃消毒を欠かさず行い、常態化するまではストレスでした。

趣味の野球も、控えるようになり、気力も徐々に失っていました。

そんな中、野球のメンバーとキャンプに行った際に「絶メシROAD」なるドラマを観まして、ソロの車中泊が楽しそうで、満を持して始めました。最初は寝袋だけでしたが、遮光シートやら、ポータブル電源やらを揃えて、昨年10月に愛犬と富士五湖制覇をしました。

昨年の12月からグラランピングにも挑戦しておりまして、テント内での薪ストーブにはまっております。

今までは団体スポーツが主でしたが、自分だけの時間が、これ程まで貴重なものかと思えて感じました。何も考えないで過ごす事もストレス発散になるんだなど。

世界的には収束の兆しが見えない感染症ですが、一日も早く薬が開発され、外出にも制限が無い生活になればと思います。

最後に、本年もご入居者様及びご家族様に寄与できますよ、業務に精励いたす所存でございます。本年もどうぞ宜しくお願い申し上げます。



面会が再開されて

特養介護支援専門員 黛 裕子

皆さま健やかに新春をお迎えのこととお喜び申し上げます。新型コロナウイルス感染症の影響でご家族様との面会が思うように行えずにりましたが、ようやく昨年十一月から一部条件つきではございますが、直接面会が再開されました。久しぶりのご家族様との面会に涙されている入居者様もおられ、私たちも本当に嬉しく思っております。ご家族様が来所される事で施設の中も活気が見られてきたように感じます。オミクロン株など、まだまだ予断を許さない状況下ではありますが、感染対策をしっかり行いながら、直接面会が継続できることを切に願います。ご家族様もご不便をおかけいたしますが、ご理解ご協力をお願いいたします。

【芳清会よりお知らせ】

八瀬の里では、介護職員に毎週一回のPCR検査を行っております。引き続き新型コロナウイルス感染予防を徹底してまいります。



コロナ禍でのレクリエーション

特養四階 発知 昭仁

入居者様の生活におきましては、コロナウイルスの発症も無く、皆様、特別にお変わり無く過ごされており、職員一同、引き続き十分な感染対策を行ってまいります。

また、コロナ禍で、様々なレクリエーションや行事を開催する事が難しい中、焼きそばやフランクフルト等の屋台を催した『屋台レク』を実施する事が出来ました。入居者様から、「美味しかった」「楽しかったから、またやって」等、入居者の皆様が楽しまれていた様子でした。交流等に色々と制限されている中ではありますが、少しでも生活の中で楽しみが生まれる様なレクリエーションの開催を実施して行きたいと思っています。

八瀬の里だより
面会においても、まだ制限がありますが、安全な体制をとってまいりますので、ご家族様のご来所も職員一同、お待ちしております。



変わりゆく生活様式

特養二階介護職員 大谷 衿菜

新型コロナウイルスが流行し始めてからもうすぐ二年が経ち、今までの生活が少しずつ戻り始めようとしている今日この頃。面会も再開され、ご利用者様がご家族様と面会をして、笑顔でお話されている姿を見ると、こちらでも思わず笑みがこぼれ、温かい気持ちになります。

外出が出来なくなり、中々季節を感じる事が難しくなっている今、私達はご利用者様と一緒にフロア飾りを作ったり、作った飾りをフロア散歩時に眺めて季節を感じています。また、暖かい日にはベランダ散歩に行き、庭になっている柑橘類や様々な木々の色づき、一緒に水やりをしながら育てているお花を見て、日々季節ともに、お花が咲く喜びを感じています。

時にはレクも行い、一緒に作る喜びや達成感を感じていただいたり、普段とは違ったお食事を召し上がっていただくことで気分転換をしていただいています。「おいしい。」と言っていただいた時には、作って良かったなどとても嬉しく思います。昨年の十月の屋台レクでは、お祭り気分を皆で味わいました。

まだまだ外出ができるまでには時間が掛かりそうですが、外出できないからこそ、思い出に残るような行事や活動をたくさん提供していきたいと思っています。これからはインフルエンザ等様々な風邪が流行する時期となりますが、職員・ご利用

用者様ともに体調管理をしっかり行い、日々のリハビリ体操やお散歩を大切にしながら、時には冗談を言い合い、笑顔で元気に過ごしたいと思っています。

取り組みたい、見てみたいもの

シヨートステイ介護職員 吉田直希

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。私は昨年四月に入職しました。以前は直接支援をしていましたが、一身上の都合により間接的支援に移行しましたが、ですが、直接支援に携わりたい気持ちが徐々に大きくなり、再び直接支援へ戻りました。ブランクがあるため、忘れていたこともあり先輩職員から教わり、日々勉強の毎日であり、機会があれば資格取得にも取り組みたいと考えています。

さて、八瀬の里だよりでは時事、イベント・レクリエーション、クラブ活動など様々なことが書かれています。時期は少し先になる十月(神無月)についてお話しします。神無月は旧暦十月の異称、「神が不在」になる伝承から呼ばれることがあります。では「神様はどこ？」という疑問が出てきます。神様は「出雲」にお集いになられ、人々の幸せのご縁を結ぶ会議「神議(かみはかり)」がなされること故事に由来します。そのため、出雲地方では「神在月(かみありづき)」とされています。昨今、武官肺炎ならびに変異種により遠出の外出が自粛されていますが、いつかは出雲大社やその地域で神在月と書かれて売られているカレンダーを見てみたいと思っています。

新年のご挨拶

今年の漢字

特養三階介護職員 間根山邦彦

新年あけましておめでとうございます。令和四年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

さて、昨年末、日本漢字能力検定協会から「今年の漢字」は「金」と発表されました。

米大リーグの大谷翔平選手や将棋の藤井聡太竜王の活躍で「金塔」が打ち立てられたとする意見、東京五輪史上最多の二十七個、パラリンピックで十三個の「金メダル」を獲得したことが理由に挙げられました。また、新型コロナウイルスに絡む「給付金」等を挙げる声もあったそうです。

未だ新型コロナウイルス感染症の拡大は収まらず、当面は感染症予防対策が欠かせない日々が続くことになりそうです。私自身、だいぶこの生活に慣れてきましたが、やはり息苦しさを感ぜずにはいられません。

ご家族様におかれましては、当施設から面会時の制限等でご不便をおかけしており、現場の介護職員として大変心苦しく思っております。

「金」石之交(きんせきのまじわり)「や」、「金」蘭之契(きんらんのかい)など、極めて親密で変わらない友情や友人関係を表す言葉があります。このような厳しい状況だからこそ、家族友人や地域の繋がり、人と人との繋がりがより大切なものになってくるのだと思っております。

一日も早くこの感染状況から脱し、ご入居者様

とご家族様が不自由なく面会でき、穏やかな時間をお過ごしいただけるようにならないかと願ってやみません。

末筆ながら、皆様のご多幸とご健康を祈念し、新年のご挨拶とさせていただきます。

新年を迎えて

医務室 轟木まり子

新年明けましておめでとうございます。

世界的に新型コロナウイルス感染症が起り施設ご利用者・ご入居者・ご家族・ご関係者の皆様は不安な日々を過ごされていたと思います。昨年、緊急事態宣言も解除されましたが、ご高齢者の感染・重症化リスクは変わらず、ご心配のことと思います。しばらくは、感染症対策を続けながら、日常生活をしていく状況になると思います。本年度も、施設での生活の中で安心・安全に過ごして頂けるように、職員一人一人の感染症対策を継続し、介護・看護ケアサービスの提供に努めさせて頂きます。





寄席の楽しみ

デザイナービス機能訓練指導員 渡邊 潤

あけましておめでとうございます。

皆様におかれましては、新春を清々しい気持ちでお迎えのこととお慶び申し上げます。

私のここ数年の趣味は、演芸場(寄席)に行くことです。

一度入場すれば、次々に現れる演者さんたちを一日中見ていられます。

落語に講談、手品に漫談に曲芸、紙切り。

笑いあり、ときにはちよつと涙あり、感動あり、拍手あり。

年に数回しか行かれませんが、いつも支払ったお金以上に楽しめます。

私は人前で話すことがとても苦手なので、話芸を仕事としている人を見ると、心の底から「すごいなあ」と感心してしまいます。

しかしそんな楽しみも、コロナ禍では行くことができず、とても残念です。

最近は動画配信などが広まり、自宅でも落語を観ることはできますが、やはり寄席に足を運んで、生身の演者さんたちと向き合い、笑うという楽しみには勝てません。

ああ、早く自由に寄席に行けるようになりたい・・・。

今年の干支の「寅」は、もとは「のびる」といい、地中の種が春の気配を感じて、硬い殻を破り、目をのぼさうとしている瞬間を意味しています。

昨今は新型コロナウイルスの脅威に振り回されていますが、そろそろ明るい地表に出て名実ともに「寅びる」年になってほしいものですね。

一陽来復、天を待つ。

皆様にとって、幸多い年となりますよう、お祈り申し上げます。

褥瘡

機能訓練指導員 川合 夏海

八瀬の里では、ベッドマットの選択、清潔保持や保湿、除圧やポジショニングで皮膚トラブルや褥瘡予防に努めています。褥瘡は骨が出っ張っている場所に出来やすく、長時間同じ姿勢でいると同じ場所に圧がかかる為、出来やすくなります。また、皮膚が弱いとオムツや洋服などに引っ張られたり、擦られたりするだけでも出来やすいです。

先日、褥瘡の研修があり、褥瘡やポジショニングを学ぶ機会がありました。解っているつもりで解っていなかったことや知らなかったこともあり、とても為になる研修でした。普段はポジショニングの相談を受けることが多いので、この研修で学んだことを生かし、今後も入居者様に苦痛なく安楽に過ごしてもらえぬのかを、ユニット職員と一緒に考えていけたら、と思います。



免疫力のはなし

管理栄養士 山田 みゆき

『免疫力』よく耳にする言葉ですが、一体どんな力なのでしょう。

免疫力とは、『病気(疫)を免れる力』のこと。病原菌やウイルスなどの異物から体を守る機能のことです。免疫力が下がるといふことは、体を守る機能が弱くなり病気にかかりやすくなってしまうことを指します。

では、免疫力を上げるにはどうすればよいのでしょうか。

免疫細胞の中には体温が上がると活発に働く性質を持つものがあります。免疫細胞が正常に働ける体温は36.5℃。1℃下がると免疫力は30%程度下がり、1℃上がると免疫力は5倍の力を発揮するといわれています。風邪をひいたときに熱が出るのは、体温を上げて免疫細胞を活発にし病原菌と戦っているからなのです。また、体温が上がると副交感神経が優位になり体がリラックスするため、ストレスの軽減につながります。適度な運動をしたりお風呂にゆっくりと入って体を温めるとよいでしょう。

さらに腸内環境を整えることも重要です。腸内には全身の約7割の免疫細胞が存在しているほか、善玉菌・悪玉菌・日和見菌も多く存在しています。これらが活発に働く栄養素を毎日の食事に十分取り入れ免疫力を高めましょう。

※腸内環境を整えるのに役立つ

栄養素と食品

- ビタミンA…卵・チーズ・緑黄色野菜など
- ビタミンB…卵・納豆・乳製品など
- ビタミンC…柑橘類・野菜など
- ビタミンE…ナッツ・かぼちゃなど
- ミネラル…魚介類・ココアなど
- タンパク質…卵・乳製品・肉・魚・豆類

最後に、免疫力を高める最も簡単な方法はよく笑うことです。笑うことは副交感神経を優位にさせリラックスやストレス解消の効果があります。

マスクで表情が分かりにくくなっている今日この頃ですが、新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスに負けないよう、たくさん笑って免疫力を上げていきましょう。



【編集後記】

八瀬の里だより委員 田中 幸一

あけましておめでとうございます。休刊してりましたがまた八瀬の里だよりをよろしくお願ひいたします。

昨年の年末にちょっと感動した事がありました。車好きゆえの出来事なのですが、自動車レースの最高峰の通称「F1」の事です。唯一日本から参戦の自動車メーカーのホンダが撤退という年でした。年間21戦。全周回数を足すと1,283周、全走行距離6,420,996m。ここまで戦って2人のドライバーが同点(1レース毎に順位で点数がもらえます)。そんな状況で迎えた第22戦の最終戦。周回数58周。その最後の58周目でドラマが起こりました。トップの圧倒的な速さのメルセデスのドライバーに後ろを走っていたホンダのドライバーが見事抜き返す。そしてそのままゴールして年間ドライバーズチャンピオとなりました。まさか1年戦って最後の周でこんな事があるのだと思った出来事です。絶対にあきらめなかった事が勝利に結びついたのだと思います。あらためて最後の最後まであきらめない事が大事なのだと思います。アイルトン・セナ以来30年振りのホンダのドライバーがチャンピオン。ホンダの皆様もお疲れ様でした。そして感動をありがとう!!