かじかのさとだより

第78号

発行／〒889-2401 日南市北郷町大藤甲3186番地1／TEL0987(55)3738　FAX0987(55)3739
社会福祉法人 愛泉会　特別養護老人ホーム　河鹿の里
ホームページ　http://www.aisenkai.jp/kajika/index.html

謹賀新年

令和3年元旦、新年を迎えられたご利用者様はみんなで河鹿神社を参拝され、おみくじや運玉投げで運だめしをされました。また、手作りの獅子に頭をかまれ無病息災を祈りました。

新年のご挨拶

河鹿の里施設長
小玉　武士

謹んで新年のお慶びを申し上げます。

昨年中は、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様、関係機関の皆様に温かいご支援とご協力を賜り、心より御礼申し上げます。

この度、昨年六月一日付で特別養護老人ホーム河鹿の里施設長を仰せつかりました。微力ではございますが、尽力させていただく所存でございますので、どうぞご指導の程よろしくお願い申し上げます。

さて、二〇一九年末に始まった新型コロナウイルスの世界的な感染拡大により、世界各国多数の方がご逝去されました。ここにご冥福をお祈り致します。この感染拡大による日本国内での緊急事態宣言により、ご利用者様・ご家族様には大変ご不便をお掛けしている状況ではございますが、皆様から頂戴する温かいお言葉等によって未曾有の事態に目を背けることなく向き合っている私たちはどれ程助けて頂いているか計り知れません。また、当施設や、事業所の運営を継続していくには非常に逆風の中、介護老人福祉事業を運営する河鹿の里の施設長として、それぞれ各専門職の高い意識と信念をもって、ご利用者様の生活支援を続けてくれている職員一人ひとりを誇りに思っております。

この新型コロナウイルスとの闘いは、今後も長期化するであろう今、全ての国民が偏見や差別を受けることなく、被災者という認識の下で、皆様と手を携え歩んでいくことが必要と考えます。

職員一同「感染しない」「感染させない」「拡げない」を基本に、これからも感染防止に取り組んで参りますので、今後とも皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

皆様におかれましても今年が良き年になりますようにご祈念申し上げ、年頭のご挨拶とさせていただきます。

昨年は創立四十周年をむかえ、記念として職員の制服に四十周年のロゴを入れたポロシャツとTシャツを作成しました。

職員の制服はこれで三種類の上着が揃いました。今後もご利用者様の安全を確保し、安心して生活できます様、職員一同一丸となって支援して参ります。

※ 写真、名前の掲載はご家族、ご本人の承諾を得ています。

祝百歳

今年度、百歳をむかえられた方が2人いらっしゃいます。
今回は、ご家族へお母様のことをいくつか聞いてみました！

白石　ナミヲ様

大正10年3月生

①お母様が作られていた好きな料理は何ですか？

・全部おいしかったです。昔のことで母は、豆腐とかこんにゃくを手作りしていました。寒い時も暑い時も色々と作ってくれました。弁当でおはぎやいなりも作ってくれました。当時はめずらしくて友達からうらやましがられました。本当、おいしかったー。でも今は妻が作ってくれるごはんが美味しいです（笑）。

②お母様はどんな人だと思われますか？

・勉強しろとは言われなかったです。とにかく父と二人で下払いや炭焼きをして生計を立てていました。六人の子供を育てていましたが、とにかく働いている姿しか見てないというか、外でも家でもよく動いているイメージしかないです。

③今、お母様に伝えたいことは何ですか？

・百歳おめでとう。すごいね。でもまだまだ元気にすごしてほしい。兄弟みんなお母さんのことを大切に想っているから。コロナ感染予防でなかなか会えないけど、三月の誕生日には必ずお祝いに来ます。今までと変わらずに過ごしてほしいです。お母さん、届いてますか～。

話を伺いながら、お母様への感謝の想いやかけがえのない愛情を示される息子さんに共感させて頂きました。大切なお母様をお預かりしている気持ちを新たにした所でした。白石様、ありがとうございました。

山下　ナミオ様

大正9年6月生

①お母様が作られていた好きな料理は何ですか？

・母は配慮が細やかでまめまめしく働く人でした。特にごはんはたくさんの種類のものを作ってくれました。今ここで一つあげるのは難しいけれど、でも、食べ終わったあとよく感想をきかれて「おいしかったー。」と答えていた気がします。本当に、すべてがおいしかった…。

②お母様はどんな人だと思われますか？

・とにかく思いやりのある優しい人だということです。例えば、父の場合は厳しく叱られましたが、母は納得させる言い方でおこることはしなかったです。妹ともよく話をするのですが、お母さんは人当たりの良い、優しい人やがね。と言っています。　又、決して人の悪口は言わない人でしたから、今でも近所の人に「お母さんはどう」「元気にしてるとね」等よく聞かれます。とにかく、まぁ～優しい人、優しい。につきると思います。

③今、お母様に伝えたいことは何ですか？

・お母さん、元気で一日でも長くがんばってちょうだい！又、コロナ感染が落ち着いたらすぐに会いに行くからね。待っててよ～。

お母様の優しさは、顔に現れていらっしゃいますね。笑顔の似合う山下様です。きめ細やかに過ごされてきたからこそ、ご近所の方が今でも覚えていてくださるのですね。

改めて、人の一生について考えさせて頂きました。

山下様、ご協力どうもありがとうございました。

冬は特にご注意！

ノロウイルスによる食中毒

食中毒は夏だけではありません。
ウイルスによる食中毒が
冬に 多発しています!!!

ノロウイルスによる食中毒 予防のポイント

残念ながらノロウイルスに対するワクチンは実用化されていません。ノロウイルスの予防法としては、手指を介した接触感染の経路を遮断する意味で石けんを用いた手洗いが最も重要です。特に、食事を用意する際や食事の前、トイレに行った後、いろいろな物に触れた後、外出から帰った後は、手洗いが欠かせません。石けん自体にはノロウイルスを直接失活させる効果はありませんが、ウイルスを手指からはがれやすくし、さらに水道水で洗い流すことにより、物理的にノロウイルスを除去できます。

データでみると

ノロウイルスによる食中毒は、

◆患者数で第1位

原因別の食中毒患者数（年間）

◆冬期に多い

ノロウイルス食中毒の
発生時期別の件数（年間）

◆大規模な食中毒になりやすい

食中毒1件あたりの患者数

※出典：食中毒統計（平成27～令和元年の平均。病因物質が判明している食中毒に限る）

食品はしっかり加熱

ノロウイルスを失活させるには、何よりも食品の十分な加熱を行い、生食を控えることが大切です。
調理する食品の中央部を85度・60秒以上加熱することで、ノロウイルスは不活化するといわれます。

ノロウイルスに感染しやすい食べ物は？

ノロウイルスと聞くと、まず牡蠣などの二枚貝を思い浮かべる人も多いことでしょう。二枚貝から感染する理由は次の通りです。まず、感染者の排泄物にはノロウイルスが含まれますが、それらは下水から河川、海洋へと流れていきます。牡蠣などの二枚貝は海水を体内に取り込むと、餌を体内に残しながら排水するという生態です。そのため、河口付近などに生息する二枚貝は、海水と共にノロウイルスを取り込みやすく、取り込まれたノロウイルスは二枚貝の器官内に蓄積されていくのです。そしてこれを生食、または十分に加熱せずに食べることで食中毒が引き起こされるというわけです。牡蠣以外では、シジミ、ウチムラサキ貝、バカガイ、大アサリ、アサリなどもノロウイルスの感染リスクが高いといわれています。

新型コロナウイルス感染症

感染から発症まで1～14日（多くは5日前後）程度といわれています。感染者のほとんどが軽症で治ります。一方、発病後早い段階で急激に悪化することもあり、最悪の場合、死亡する場合もあります。

これって…発病したかも？

重症化しやすい人とは？

- 高齢者
- 透析を受けている人
- 糖尿病や高血圧、心臓疾患、呼吸器疾患などの基礎疾患がある人
- 免疫抑制剤や抗癌剤を使用している人

感染予防のために何をすればよい？

主に飛沫感染と接触感染によりうつるといわれています。感染予防は正しく予防対策を行うことが大切です。

①飛沫感染対策

感染者の咳やくしゃみ、会話などで飛び散るウイルスを含んだ飛沫（つば・しぶき）を口や鼻から吸い込むことで感染します。

マスクや咳エチケットで感染を広げない！

②接触感染対策

感染者への直接的な接触、間接的にウイルスに汚染されたドアノブなどに触れることで手指が汚染され、その手から口や鼻などの粘膜などを介して感染します。

こまめな手洗い、アルコール消毒で予防！

③その他の対策

人混みを避け、不要不急の外出を控える！
栄養バランスのよい食事を心がけ、睡眠をしっかりとって体調を整える！

デイサービス活動風景

百歳祝い

根木村フサエ様が、百歳を迎えられ、デイサービスで百寿のお祝いをさせていただきました。私達が試行錯誤したアトラクションをご覧下さい。

ご家族の皆様も出席され、懐かしい写真を見て喜ばれていました。

料理教室

初めてとなる料理教室を開催しました。

皆様、おいしく出来るか不安を抱いていましたが、無事とてもおいしいデザートが完成しました。

今回は「どら焼き」と「フレンチトースト」を作り、大大大満足でした。

みんなで協力しておいしくできあがり大満足でした。

正月

皆様、交替して餅つきを行いました。台所に立つ時間も少なくなったけど、手つきはまだまだ現役です。

今年もしめ縄作りを行いました。力が必要な作業で、二人一組になり協力して作成する事ができました。

敬老会

今年も無事、敬老会を行う事ができました。利用者の方々にも参加していただき、笑いに溢れた敬老会となりました。

コロナウイルスの影響で初詣ドライブへ行く事が出来なかった為、デイサービスで手作りの神社を作り、今年の抱負を絵馬に書きました。

また、職員による獅子舞を行い、見事な舞？を披露しました。皆様、大変喜ばれました。

編集後記

日南市でもコロナウイルスが増えています。感染症予防を行い、健康な一年をお迎えください。