

社会福祉法人 幸  
定期便

令和2年 8月発行 第54号

# なごみの里



介護老人福祉施設 なごみの里  
・特別養護老人ホーム ・ショートステイ  
・デイサービスセンター ・居宅介護支援事業所

雨でも  
行く!



ドライブにて...

## ～ 目次 ～

ページ1・2 : 特養トピックス

ページ5・6 : グループホームトピックス

ページ3・4 : デイサービストピックス

ページ7 : コラム

ページ8・9 : クイズ・その他

# カラオケ大会



# 行事食



# 星の笑顔



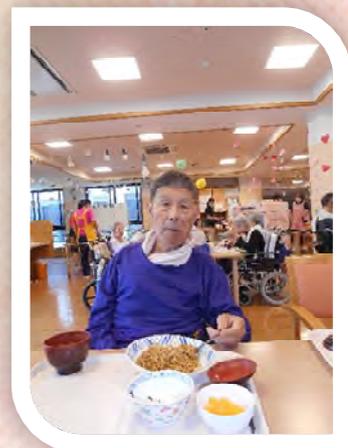
# 屋上散歩



# 焼きそば



ソースの匂いに食欲増進。  
たくさん召し上がられ大満足されました。



# ミニ笹作り

レクリエーションでミニ笹づくりを行いました。  
利用者様それぞれに個性ある作品が完成しました。





優勝！！



く、く、やしく

3位かー、  
まあまあ  
だな！



ビンゴゲーム



優勝ですー！



準優勝でしたー！



なかなか  
当たらないなあ



紫陽花ドライブに出掛けました！！



お誕生日  
おめでとう

これからもお元気でお過ごしください



祝

5月



壁飾り作りました。



母の日メニュー

Mother's Day



# アルモニー早瀬町の日常

掃除・洗濯・お料理にメダカのお世話などなど  
もちろんおしゃべりも♪ 毎日、大忙しです。





6月

御津へドライブに行きました。  
海も紫陽花も、とても綺麗でした。



久しぶりの散歩です。お天気も良く気持ちよかったです。



7月

七夕会を行いました。願い事が叶いますように☆



たなばたメニュー



### 習字の様子

久々の毛筆を  
とても  
楽しめました。



# 真夏のコロナ対策って どうすればいいの？



新型コロナウイルスの感染対策として政府から打ち出された『新しい生活様式』では、「身体的距離の確保（ソーシャルディスタンス）」「マスクの着用」「手洗い・うがい」「3密（密集、密接、密閉）を避ける」や、「不要不急の集まり・外出は避ける」などの内容は皆さんご存じかと思います。

そして今、夏の感染対策を行っていくうえで心配されている問題があります。それは「**熱中症**」です。2020年6月1～14日までの熱中症による救急搬送人数は、前年同期の確定値と比べると、約1.4倍に増えています。

気温や湿度が高い中でマスクを着用すると、熱中症のリスクが高くなる恐れがあるのです。

そこで新たに発信された真夏の感染対策が「**3とる**」です。

「顔まわりに暑さがたまるので、その暑さを扇風機で逃がすのは非常に効果的だと思います」

「暑くなると、呼吸が苦しくなってきたり、呼吸筋というものを使って全身が汗をかく。全身の体温が上がってくるので、マスクの負荷は顔まわりだけでなく、全身に影響します」（教えて！「かくれ脱水」委員会 谷口医師）

**熱中症対策「3密」ならぬ「3とる」？**

<b>①</b>		<b>人との距離をとる</b>
<b>②</b>		<b>マスクをとる</b>
<b>③</b>		<b>水分をとる</b>

（教えて！「かくれ脱水」委員会 谷口英喜医師の提言）

谷口医師によると、ウイルスや細菌は、気管や消化管の「粘膜」を通して体に入ってくるといいます。この粘膜にはウイルスや細菌から体を守る抗体がありますが、脱水状態がひどくなると、粘膜が乾いて免疫機能が低下してしまい、ウイルスや細菌への感染のリスクが高まってしまうそうです。

脱水や熱中症を防ぐためには、こまめな水分補給だけでなく、首を冷やしたり、コンパクトな扇風機を携帯したり、「3とる」を実行しながら「3密」を避ける必要があります。

これから夏本番、どんどん暑さが厳しくなってきます。コロナウイルスの「第二波」も到来しているので「密」を避けるだけでなく、「暑さ」を避けることも重要になってきます。

## ～・ご挨拶・～

この度、令和2年4月1日付で、介護老人福祉施設なごみの里の施設長を拝命いたしました渡邊裕樹（わたなべひろき）と申します。

ご利用者様、ご家族様、地域の皆様におかれましては、日頃よりなごみの里の運営にご理解とご協力を賜り、心より厚く御礼申し上げます。これからも、法人理念「共に生きる」を念頭に、安全と安心、そして心地良い毎日の暮らしが実感できますよう、福祉サービス人として、そして管理者として、自身の役割をしっかりと見据えながら務めを果たしていきたいと存じます。

どうぞ、今後ともご指導、ご鞭撻を賜りますよう宜しくお願い申し上げます。

介護老人福祉施設「なごみの里」 施設長：渡邊 裕樹

お世話になっております。

この度、新しく介護主任になりました松本昌悟（まつもとしょうご）と申します。新型コロナウイルスの影響でご挨拶が遅れました。段階的に面会制限の解除を行っていく予定でしたが、市より「感染拡大期」に入ったということで、8月から再度全面的に面会制限を行うこととなりました。厳しい状況ではありますが、少しでも家族様とのかかわりを持つことで、信頼関係を築けるよう努力して参りますので、よろしくお願い致します。

初めてで色々にご迷惑をおかけするかもしれませんが、少しでも皆様のお役に立ちたいと考えておりますので遠慮なくお声かけ下さい。

一日も早い新型コロナウイルスの終息と皆さまのご健康をお祈り申し上げます。

特別養護老人ホーム「なごみの里」 介護主任：松本 昌悟

## ～・御礼・～

新型コロナウイルスの影響により、消毒液やマスク等の衛生用品の入手が困難にも関わらず、施設に寄贈して下さい誠にありがとうございます。

日ごろ私どものほうこそお世話になっておりますのに

過分なお心遣いをいただき、恐縮に存じ厚くお礼申し上げます。

時節柄、皆様くれぐれもご自愛のほどお祈りいたします。

- ・(株)姫路生花卸売市場 様
- ・(株)本田商店 様
- ・吉村 武裕 様
- ・田浦 実 様
- ・堀内 勝美 様

