



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
・グループホーム アルモニー早瀬町



姫路城西「好古園の紅葉ライトアップ」

時期/11月中旬～12月上旬 時間/9:00～20:00

※コロナ禍の影響により開催時期・時間の変動する可能性があります。事前にご確認下さい。

～ 目 次 ～

ページ1・2 : 特養トピックス

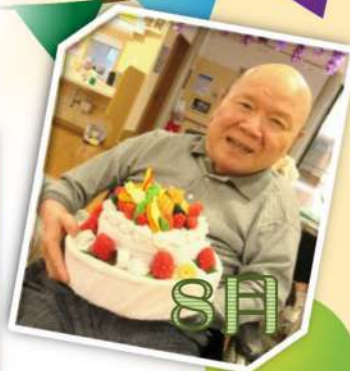
ページ3・4 : グループホームトピックス

ページ5・6 : デイサービストピックス

ページ7・8 : コラム

ページ9 : その他

2階フロア



お誕生日

おめでとうございま

毎月恒例の誕生日会！！
これからも元気で

3階 フロア





焼きそば

ほぼ毎月のように開催している行事食の1つ「焼きそば」の様子です。目の前で調理される食事に期待を膨らませながら、笑顔で召し上がって頂くことが出来ました。作り手も、喜んでもらえるか結構不安で...失敗しないよう緊張感をもって作っています(笑)



七夕会

集合写真

七夕会を開催しました。
 輪投げ・射的・千本引き・
 おやつはソフトクリーム最後は
 皆さんで記念撮影しました！！
 とても楽しい時間でした。

あげる😊

全集中！

射的

思い思いの飾りを
 台紙に貼って自分
 だけの素敵なうち
 わが完成しました

うちわ作り

ここに貼ってと！



8月 

「そうめん流し」を楽しめました。



おはぎ作り



おはぎを作りました。楽しく美味しくできましたよ♪

アロマトリートメントで癒されました



お誕生日
おめでとうございます

お誕生日
おめでとうございます

祝



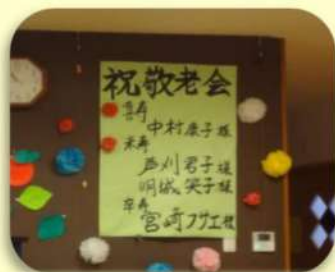


幸 寿

米 寿



祝 ご長寿おめでとうございます



日頃の感謝を含め「敬老会とお茶会」を行いました。
「はおとの森こども園」より、ビデオによる歌と贈り物を頂きました。



♪アルモニーの日常♪



気持ちを込めて作りますね

どら焼き

美味しい

ふわふわのどら焼きを心を込めて職員が作りました！

お茶に合うわ

美味しくなあれ

ちらし寿司

ちらし寿司作りをし
昼食で頂きました。
冷たい素麺とも
相性抜群でした!?

合格！

新型コロナウイルス抗体ワクチン

新型コロナウイルスの感染は鎮まる事なく猛威を振り続け、令和初期は混沌の時代となりました。このパンデミックに対し最有力の対策となっているのが“抗体ワクチン”の接種です。接種開始当初は情報が錯綜し接種に抵抗を持つ方も多くいらっしゃったのではないのでしょうか？我々医療福祉従事者は早い段階で接種を勧められたため、各所でも困惑の声があがっていたと聞きます。しかし、それから月日が経ちより確かなものとして“抗体ワクチン”の接種を推し進められるようになりました。

ワクチンの種類

日本では現在、ファイザー社、武田/モデルナ社、及びアストラゼネカ社（※）のワクチンが薬事承認されており、予防接種法における接種の対象となっています。

（※）アストラゼネカ社のワクチンは原則40歳以上の方（ただし、他の新型コロナワクチンに含まれる成分に対してアレルギーがあり接種できない等、特に必要がある場合は18歳以上の方）を対象としています。現時点では、アストラゼネカ社のワクチンの接種を行う機会は限られており、通常は、皆さまに、ファイザー社又は武田/モデルナ社のワクチンを接種いただいています。（厚生労働省 公式HPより抜粋）

ワクチンの副反応

具体的には、注射した部分の痛み、発熱、倦怠感、頭痛、筋肉や関節の痛み、寒気、下痢等の症状です。こうした症状の大部分は、接種の翌日をピークに発現することが多いですが、数日以内に回復していきます。

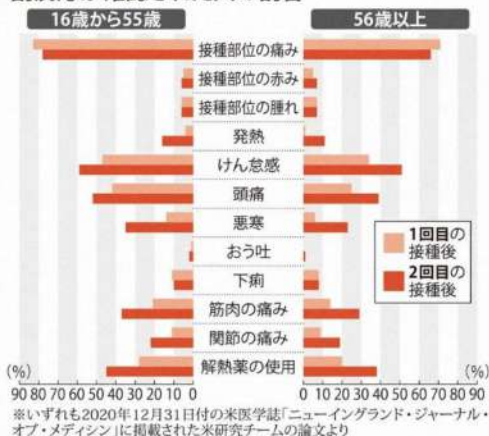
1回目の接種により、体内で新型コロナウイルスに対する免疫ができることによって、2回目の接種時には、1回目より強い免疫応答が起こり、発熱や倦怠感などの症状がより出やすくなります。症状には個人差があります。

（厚生労働省 公式HPより抜粋）

接種当時から懸念されていた“妊娠・妊婦への影響”について。妊婦は新型コロナウイルスに感染すると重篤化しやすい為、接種を強く勧められているようです。なお、妊娠に影響はないとのことです。

メディアが抗体ワクチン接種後の死亡者についてニュースで取り上げていました。この発表されている数字ですが、抗体ワクチンが原因で死亡した人の数ではありません。接種後に寿命を全うされても、交通事故でも“接種後の死亡者”として計算されています。実際にワクチンの副反応が原因で死亡したケースは限りなく稀であると言えます。100万回接種してアナフィラキシーを起こした件数は3～5件のみです。メディアも意地が悪いで

ファイザー製ワクチン接種後7日以内に副反応が確認された人の割合



新型コロナウイルスワクチンの比較

	ファイザー	モデルナ	アストラゼネカ
特徴			
発症を防ぐ	95%	94%	70%
対象年齢	12歳以上	12歳以上	原則40歳以上
2回目の接種時			
うずくような痛み	90%	88%	データなし
倦怠(けんたい)感	69%	84%	データなし
頭痛	53%	68%	データなし
かゆみ	12%	14%	データなし
発熱(38度以上)	21%	62%	データなし
ヘデルタ効果株			
感染を防ぐ	42%	76%	データなし
入院を防ぐ	75%	81%	データなし

※ファイザー・モデルナは米国、アストラゼネカは英国のデータ
※厚生労働省研究班の8月の報告による
※米メイヨー・クリニックなどの研究による

ワクチンの違いは？

ファイザー		モデルナ
95%	発症予防効果	94%
約90%減	感染リスク(2回目接種から2週間)	約90%減
2回	接種回数	2回
3週間(21日間)	接種間隔	4週間(28日間)
希釈後:6時間 2~8℃:5日	保管温度と使用期限	針刺し後:6時間 2~8℃:30日
必要	希釈	不要
4.7件	77ファイブキシー(100万回当たり)	2.5件

副反応がでる確率

副反応の症状についてお話しさせていただきました。では、どれぐらいの人が副反応の症状がでるのでしょうか？なごみの里でもワクチンの先行摂取を行っていますが、腕の痛みを訴える職員は多かったものの、ほとんどが無症状か微熱がでたぐらいでした。数名、高熱がでる職員もいましたが思っていたよりは少なかったですね。

アナフィラキシーがおきたら

アナフィラキシーショックを起こす場合、摂取後30分以内といわれています。摂取後30分は医療関係者の近くにるようにしましょう。症状は右の表をご覧ください。

アナフィラキシーを起こした場合、すみやかに注射をうつことで治療できます。怖いとは思いますが、発生する確率はかなり低く治療法も確立されているのであまり過敏になる必要はないかなと考えます。

●アナフィラキシーの代表的な症状



変異株に対する抗体ができた人の割合

	1回目の接種後	2回目の接種後
従来株	57%	99%
英国株	18%	94%
南アフリカ株	21%	90%
ブラジル株	16%	94%
インド株	37%	97%
カリフォルニア株	39%	97%
ニューヨーク株	55%	98%
由来不明の「E484K変異」のある株	34%	97%

変異株と抗体ワクチンと効能

新型コロナウイルスには複数の種類(株)があります。変異株に対しその効力はどの程度なのかについて調べてまいりました。どの種類のワクチンかで多少数値は変動しますが、接種することで高い確率で抗体を獲得する事ができます。

ワクチンを接種することで抗体を獲得し、感染予防へとつながることはみなさんもお存じかと思います。ではその効果はどれぐらいまで続くのでしょうか?とある研究チームの発表によると、接種1年後の抗体数を検査したところ100%残っていたそうです。それ以降は記載がなかったので分かりませんが、接種してから1年は大丈夫そうですね。

インフルエンザウイルス同様に、毎年予防接種を受けるようになるのではないかと考えられます。とりあえず国として2回目の接種を完了させないと3回目の接種が始められない、間に合わないなんて心配もできますね・・・。

ワクチンのリスクとベネフィット

ワクチンは打つべき?やめるべき?明確な情報をもとに判断しましょう。摂取当初は情報が錯綜し、デマや誤解を招く情報が拡散され不安ばかりが募っていたかと思いますが今は違います。

副反応はワクチンを接種したことにより免疫機能が働いて起きています。ワクチンを接種しても必ず抗体を獲得できるという訳ではないので抗体検査をする方もいらっしゃるかもしれませんね。つまり無症状の方が「抗体できたのかな?」なんて思ってしまいそうです(汗)。副反応があったほうが、免疫機能が働いて抗体作ってくれているのだと安心できる、とも考えられますよね。不安な方は1万円程度で抗体検査を受けられるようです。

(ベネフィット=意味:利益)

COVID-19ワクチンのリスクとベネフィット

	ベネフィット	リスク
過去の(嫌な)思い出	“過去”がない	天然痘ワクチン、インフルエンザワクチン、MMRワクチンの副反応
確率論	交通死亡事故、落雷事故よりも小さい確率 → 統計的には“0”といってもいい	ワクチン副反応に当たった人にとっては、確率100% → 個人的には全く無視できない話
恐怖	抗体が存続中は、発病の心配はない(と言いつけるレベル) → 恐怖は払拭	人間としての生活をする限り、発病(最悪、死亡)に怯え続ける → 恐怖は継続
不安	発病率0の二セモノの人工ウイルスを使っている → 超安心	人類発の技術(mRNA等)が使われている → 超不安

米ファイザー社などのワクチンで公表されたことは?

発症を防げるか	接種によって発症のリスクが95%減少
重症化を防げるか	不明
感染を他人に広げない効果は	不明
効果持続期間は	どれだけ続くかは不明
リスクが高い人にも有効か	65歳以上で94%超の発症予防効果
副作用は	臨床試験では深刻なものは見つからず。英国での接種でアレルギーの報告

(ファイザー社発表などを基に作成)

最後に私個人的なお話をさせて頂こうと思います。新型コロナウイルスの恐怖というものは肺炎だけではありません。注目すべきは後遺症です。感染して無症状で済む方もいらっしゃるかと思いますが、無症状でも後遺症が残った方がいらっしゃいます。

症状はコロナ後遺症を持つ多くの方は、倦怠感、頭痛、息切れ、体の痛み、持続性の咳などがあり、一部の方には微熱、胃腸の不調、動悸や心拍数の変化などに加えて集中力の低下や脳の霧 (brain fog)、耳鳴り、四肢の感覚の低下などの神経学的な症状が出る場合があります。耳鳴りも数時間に一度、爆発音がするといった話や、集中力の低下・脳の霧 (brain fog) がまた恐ろしく、数歩あるけば今やろうと思っていたことを忘れてしまい仕事や家事に支障をきたす方もいらっしゃるようです。そしてなにより、この後遺症について明確な治療法がないことが最も懸念すべきことです。

以上のことを踏まえても新型コロナウイルスに感染しないにこしたことはありません。



～敬老会～

特養で行われた敬老会の様子です。100歳を超えられている方々が3名もいらっしゃり、最高齢で106歳を迎えられた方もいらっしゃいます。90歳を超えられた方々も、数えればそれはそれは大勢いらっしゃいます。コロナ禍で中々ご家族様と会えず寂しい思いをいらっしゃり、窮屈な思いを強いられる今の日本ですが、それでも毎日を生懸命生きていらっしゃいます。これまで世の為人の為に生きて来られた皆様に寄り添うべく、これからも職員一同、感染予防に努めつつより安全で安心な生活を支援できるよう、尽力してきたいと思います。（一部機材トラブルの為、掲載できていない方がいらっしゃいます。申し訳ありません。）



10/16から予約制で利用者様1名につき同時2名様まで、15分間の面会が可能となりました。

面会中止期間中は、ご理解・ご協力ありがとうございました。感染対策を徹底し、安心してご面会していただけるよう努めますので、引き続きご理解・ご協力よろしくお願い致します。

季刊誌に掲載された写真は、当施設にデータ保存しております。プリントアウトをご希望の方は、なごみの里事務受付へ直接お申し付け下さい。なお、ご本人・ご家族様以外への提供はできませんので、ご了承ください。

<編集発行> なごみの里 編集委員会

TEL: 079-274-7530 FAX: 079-274-7531

ホームページ: <http://sachi-himeji.com/index.html>