

ナースコール

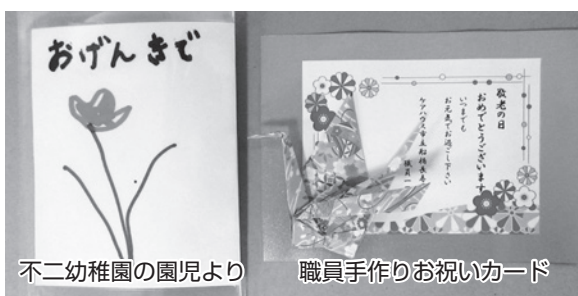
作:Fujita



令和4年度 ケアハウス市立船橋長寿園敬老会

ケアハウス市立船橋長寿園 生活相談員 岡村 祐子

令和4年9月19日、ケアハウス市立船橋長寿園にて敬老会を開催致しました。新型コロナウイルス感染症の影響により来賓をお呼びしての敬老会を開催する事は出来ませんでした。今年度は「米寿」1名、米寿を名の入居者が節目を迎えられました。当日、職員手作りの敬老の日お祝いカードを入居者様にお渡しし、ワインで乾杯致しました。また昼食は、厨房職員によるお手製「松花堂弁当」をお楽しみ頂きました。これからも入居者様がいっつまでも元気に充実した生活を送られますよう、職員一同お手伝いさせていただきます。



第29回 北老人福祉センター文化祭

北老人福祉センター 所長 井上 等



北老人福祉センター文化祭は、コロナウイルス拡散防止のため2年間中止となっており、今年度は10月21日(金・22)の2日間に渡り開催いたしました。今年度の文化祭は、従前は違い検温・趣旨消毒・マスクの着用等のコロナ対策を講じ、出店・食事禁止して開催しましたが、歌唱クラブ他10クラブは、日頃の練習の成果を元気に発表し、多いに観ている人に感動を与えました。また展示部門の書道クラブ他5クラブは素晴らしい作品を展示し、見た人に感動を与えました。その他、日程を替えて、健康講座、卓球、将棋・囲碁クラブが文化祭の冠を付けたいと企画し、会員同士で親睦を図る事が出来ました。その他、料理・茶道クラブについては、飲食を伴うため中止とさせて頂きました。来年度はコロナウイルスが終息し、全クラブが揃って開催出来ることを願っております。最後に協力頂きました清和会等の皆様方に厚く御礼申し上げます。今後も職員一同、利用者から「ありがとう」「利用して良かった」と言われるような施設運営に心掛けて参りますので、ご支援下さるようお願いいたします。

追補 コロナ対策



清和会 嘱託医 鈴木 信夫

コロナウイルスに分類されている新型コロナウイルスとインフルエンザウイルス、その感染状況を鑑み、今回は、私事を含めての報告をいたします。新型コロナウイルスについては、WANAニュースの令和4年4月1日付第14号と令和3年1月1日付第1号で、諸報の掲載を記載しております。ウイルスにおける変異の懸念、エタノール製剤の重症化、無症状感染者によるウイルスの放出と拡散、感染による多種多様な症状、感染の終息予測、そして、ワクチンの期待などを受けて、今回は、家族から送信したメール文を紹介いたします。『熱発により新型コロナウイルスPCR検査を受けて陽性のこと。』
1. 第一に、ご家族の方は別々の生活をしてくださいと言われたかも知れませんが、その後、ご家族の方には別々の生活をしてくださいと言われたかも知れません。しかし、そのような指示を受けても、不明点が多々あります。そこで、3LDほどの家での4人家族(1名の感染者)の場合です。換気を配慮の上、感染者が過ごす部屋は、扉や窓に隙間テープで目張りやビニールシートなどで遮断します。そこで、食事に必要な物資をビニール前から提供するようにします。
2. プラスマイオン、あるいはオゾン発生器や紫外線付空気清浄機など、ウイルス除去用機器の設置をします。ただし、オゾンや紫外線は、人体にも有害です。身体への直撃をしないよう工夫します。
3. 一方、換気が必須です。空気の流れを確保し、扇風機を回すようにして徹底します。夏期でない場合は、弱めの換気とならざるをえません。必ずしてください。
4. トイレなどで家族全員が共用する箇所がある場合、使用ごとに消毒作業をします。水洗トイレでは、水を流すのは蓋をしてからにします。
5. 無事隔離生活終了する際に留意する点ですが、感染者の使用物は、ゴミ袋に入れて処分して廃棄します。原則、布団などは全てです。概略以上の指示を実行してご家族は、お一人の感染者のみで終始し、無事、日常の家庭生活に戻れた次第です。その上で、引き続き、次のこともお伝えします。
③なお、ウイルスRTAが諸臓器に長期観察されるとの報告があります。万が一、数週間を経て、原因不明の発熱など、体調不良がありましたら、後述外来を受診することをおすすめします。一方、無事日常に戻り、約2週間後、その後の対策も重要です。と言っている。再度感染すると、重症化率が高くなるという研究報告があります。そこで、基礎疾患を有する私のような高齢者の日常生活上、感染対策生活についても、その概要を追加してお知らせします。
1) 人々との会話による飛沫感染対策が重視されます。不特定多数が利用する場所での対策は、必須です。飛沫を暴露されず、通常のマスクや机上に設置されたシールドでは、万能ではありません。そこで、会話後のうがいを徹底します。
2) カフェン類による口腔内からのウイルス侵入を阻止することが期待されています。紅茶や緑茶を利用します。ポピドンヨド(商品ですとイソジンなど)に用いても、防止効果の報告があります。さらに、目から感染も想定し、ゴーグルを利用します。シールド付き帽子の利用も有効と考えられます。首掛けブラスマイオン発生器の活用もありません。
3) 外出時の帰宅時、玄関入りでの着替をします。また、入浴シャワー浴びで、身体を清潔にする心がけが大切です。
4) そして、なによりも、食事、運動、睡眠などの日常生活による健康維持が大切となります。

二宮・飯山満地区 認知症高齢者徘徊模擬訓練

二宮・飯山満在宅介護支援センター センター長 高橋 信行

11月16日(水)、飯山満公民館2階講堂にて地域の自治会町会の会長、役員の方々、地区民生児童委員、地区社会福祉協議会関係者など地域で活動されている方々を対象に認知症高齢者徘徊模擬訓練を行いました。52名の方に参加していただき、船橋市東警察署より高齢者を保護した際の警察への届け出方法の手順及び電話で相談予約について、講話を頂いた。また、船橋市包括保健課より徘徊についての講話を頂いた。また、船橋市包括保健課による徘徊高齢者のこえかけ保護の寸劇を行い参加者イメージとしてえかけのポイントを伝えていただきました。徘徊模擬訓練は講義内4グループに分け、それぞれのグループに進行司会役、見守役、高齢者役のスタッフを配置。参加者に声をかけ保護、警察に連絡する一連の体験をしていただきました。訓練終了後、グループ内で意見交換をしていただき、声をかけること、どのような話をしたらいいのかの難しさ、威圧感を与えない、目線合わせる、時間をかけるなど、気づきや感想などの発表が各グループからありました。色々外見で判断するとしたら、季節違いの服装や靴の履き違えなどを目安にするといったのではと回答がありました。また、警察の通報の仕方では、対象者の方はこの言葉で構えました。まづ、警察の通報の2ご意見もあり、その際「警察の方は、あなたにこの協力者です」と出してみると、安心につながるのではないかと意見が出ていました。感染予防対策の実施となり、制限もあやうく無事開催できたのは早くから準備等をしてくださった実行員の皆様方、また当日ご協力してくださった関係機関の方々本当にありがとうございます。二宮・飯山満地区でも「認知症になっても安心して暮らせますように」を目指して、地域全体に広めたいと思います。

船橋中央ライオンズクラブから 助成金の贈呈

船橋中央ライオンズクラブからは、清和会に対して毎助成金をいただいております。清和会は高齢者福祉のために助成金を大事に使わせていただいております。紙面をお借りして、船橋中央ライオンズクラブの会員の皆様から御礼申し上げます。ありがとうございました。



前原地域包括職員による徘徊高齢者の声掛け保護の寸劇



船橋東警察署による高齢者を保護した際の警察への届け出方法の説明

令和5年1月12日(水)、船橋中央ライオンズクラブの新年例会が東郷楼本館で行われました。この新年例会にワールドナッシングホームの垣内事務次長と第2ワールドナッシングホームの山本理事秘書が招待され、船橋中央ライオンズクラブ副会長の遠藤幸四郎様から助成金を贈呈されました。
なお、第2ワールドナッシングホームの林茂樹副施設長(兼ケアハウス市船橋長寿園園長)、第2ワールドナッシングホームの呉服総務主任も船橋海洋少年団の代表として招待されており、同じく船橋中央ライオンズクラブから助成金を贈呈されました。
船橋中央ライオンズクラブからは、清和会に対して毎助成金をいただいております。清和会は高齢者福祉のために助成金を大事に使わせていただいております。紙面をお借りして、船橋中央ライオンズクラブの会員の皆様から御礼申し上げます。ありがとうございました。



船橋中央ライオンズクラブ新年例会に出席

職員感謝状表彰

全国社会福祉協議会 会長表彰	船橋市前原地域包括支援センター 主任介護支援専門員	柿沼恵美子
	第2ワールドナッシングホーム 介護員長	今野義人
全国老人福祉施設協議会 20年表彰	船橋市前原地域包括支援センター 主任介護支援専門員	山本香代子
	第2ワールドナッシングホーム デイサービス介護員	原園美由紀
	ケアプラン飯山満 介護支援専門員	内本淑恵子
	二宮飯山満在宅介護支援センター 生活相談員	松野司
全国老人福祉施設協議会 15年表彰	第2ワールドナッシングホーム 看護員	大野朋子
	事務員	大野貞聡
千葉県社会福祉協議会会長表彰	ワールドナッシングホーム 介護員長	大鈴木宏祐
千葉県高齢者福祉施設協会表彰	ワールドナッシングホーム 介護主任	篠崎高
千葉県高齢者福祉施設協会表彰	第2ワールドナッシングホーム 介護員	

2022年 合同不審者対応訓練

第2ワールドナッシングホーム 生活相談員 岡村 渉

令和4年1月22日に、船橋東警察署 生活安全課係長会員のものと、第2ワールドナッシングホーム、ケアハウス市立船橋長寿園、二宮飯山満在宅介護支援センター、船橋市ケアハビリセンターの4つの事業所合同で不審者対応訓練を行いました。当日は、2名の警察職員の見守りにより「不審者が侵入してきた」という設定で、通報訓練、防犯訓練、刺す又使用法訓練を行いました。防犯訓練で大切なのは、乗客が不審者なのか、早くに見極め、組織で対応することです。警察に通報してから警察官が到着するまで、平均で8分から10程度かかるそうです。警察官が到着するまでの10分間は、現場にいる職員が対応しなければなりません。非常時に何をしなければならぬか、各自、役割をしっかりと把握し、訓練時以外もイメージトレーニングをすると良いそうです。刺す又使用法訓練では、刺す又の持ち方・構え方について指導頂き、使用時のコツも教えて頂きました。使用方法を誤れば、刺す又を有効に使用する事が出来ただけでなく、不審者に刺す又を取られ攻撃される可能性すらある事も学ぶ事が出来ました。今回の訓練も、船橋東警察署のご協力とご指導により、実践的な訓練を行うことが出来ました。ありがとうございました。



刺す又使用法訓練の様子

林静誠氏の 人を感動させる「言葉の魔力」

法人事務局長 中田 俊一

昨年、大河ドラマ「鎌倉殿の13人」が終わり、欠かさず、ドラマを楽しんでいた私が、一番印象に残った場面は、「承久の乱」勃発の時の尼持軍北条政子様が御家人衆に語りかけるシーンであった。『頼朝様の御恩は、山よりも高く、海よりも深い。』という語りで、北条氏の歴史書「吾妻鏡」にも、そのようなことが記述されているが、私は歴史を振り返りてみて、多分、そう演説したのだと思う。この場面は、二代執権北条義時追討の院宣を出した後羽上皇に反旗を翻すこと等、絶対あり得ない時代に、敢えて京都へ19万の兵を進軍させた鎌倉幕府だったが、まさに北条政子の発する言葉の力がそうさせたものであつて、私には興味深い。なぜ、惹かれるのか。京の朝廷に絶対、逆らえない時代にあつて、東国の御衆を結束させた北条政子が発した二片の言葉は、家も所領も命を捨てても良いのだという覚悟を皆にもたらす程、強烈なもので、これこそが人の心を激しく揺さぶり、ついに皆が感動してしまふ「言葉の魔力」の最たるものではないから。また、突き詰めれば、人生に



ボランティアのみなさん

いつもありがとうございます

- 天理教 明るく社会づくり、れ同好会、若柳流、高根台台喜喜会、船橋さんかライオン学校、EARTH、デイサービスクラブ、船橋中央ライオンズ、ビビ御儀、きらぎグループ、船橋シニアライオンズ、日本中国重陽功功協会、オンスクラブ、船橋中央、千葉混成合唱団、アロハフレオクラブ、阿弥山清房院、NS、大正琴サークル、リリーやうらた大鼓愛好会、ふれあい、ドーモ、櫻風会、船橋給紙、認定こども園不効、太鼓同楽、ユラユラ華バ、推園、飯山満小学校、飯山満、トナメオクラブ、船橋市南小学校、立正佼成会、さんか少年少女合唱団、夢の明日葉サークル、芝山高等学校、ダンボランディア、ウクレレ、船橋市赤十字奉仕団、船、レバンド、モナタカ、新橋北高等学校、西八太鼓同好、高根、ソックス、詩吟、会、同和会、千葉県病院、東葉琴派会、大正琴、習合、高根、七林中学校
- 澤田 幸子、坂本千代子、落合美代子、長谷川初子、吉岡 久子、向井千恵子、飯原 優、上中 真澄、清水さかえ、加藤よし子、朝日恵美子、大綱 敏子、能勢 悠子、大木久美子、佐藤 洋子、大澤 正子、片山千代子、千葉 穂子、廣瀬 幸次、玲菜、市原 洋子、近藤 裕子、雷門 高子、岸 美隆、辻村 晴子、小酒部晶子、森岡 長治、中村ちかえ、平岡 睦、岩崎 品子、渡辺 和子、飯原智子、吉岡 健、飯塚 重子、清水真佐子、伊藤 光枝、山口 妙子、高山 静子、矢口 雪子、伊藤 晶子、藤間 和恵、長瀬 芳子、山崎 恵、宮越 守、鈴木佐知子、菅原 昭子、伊藤 吉田みえ、北島身和子、浅見 陽子、桐ヶ谷佑和子、高橋みえ、金野紗綾、湯本美彌子、伊藤 樹一、神部 晴美、市原夜香梅、佐藤いさを

WANA川柳

(作品)	(所属)	(ペンネーム)
センターは いつも満開 うば桜	北老人福祉センター	センターじい
お年玉 振込先を 指定され	北老人福祉センター	齊藤 八枝子
孫からの お年玉には コロナなり	北老人福祉センター	与太郎
夢を買う 有馬記念で 年越しだ	ケアハウス市立船橋長寿園	ジン
振られても 酒が全てを もみ消しよ	ケアハウス市立船橋長寿園	バーボン
くつしたを 探しコタツは 猫渋滞	第2ワールドナーシングホーム事務	時間ですよ
手伝いに 期待して待つ 完成度	第2ワールドナーシングホーム管理	なんでもや
仲間内 飲み会やるも 人目避け	第2ワールドナーシングホーム事務	ちようしもん
若返り 目指して運動 ひざ痛い	ワールドナーシングホーム事務	花より団子
ラガーマン 杵を振り上げ 皆笑顔	ワールドナーシングホーム事務	007

※応募数80点の中から選出されました

選者：九十九 古銭先生

冬型栄養失調

「冬に不足しがちな栄養素について」



第2ワールドナーシングホーム

管理栄養士 小笠原 真由美

寒さも厳しくなってきました。今回は、冬型栄養失調とその解決策についてご紹介いたします。冬型栄養失調は体調不良や思わぬ疾患にも繋がりがねない為、気をつけましょう。

皆さんは、こんな症状はありませんか？まぶたがピクピクと動く・傷が治りにくい・髪がよく抜ける・疲れやすい・外に出るとドキドキする……こんな症状が見られたら、冬型栄養失調かもしれません。

なぜこのようなことが起こるかと言及、栄養素の種類によっては寒さに対応する為に多く消費され、いつ

もと同量を摂っていても不足して栄養のバランスが悪くなってしまうことが原因です。特に冬型の栄養失調は、心臓や血管、脳に影響を及ぼすことがあるので注意が必要です。では、冬に不足しがちな栄養素はどのようなものがあるかご説明します。

栄養素①マグネシウム：寒さで硬直した筋肉、血管を元に戻すのに使われる為、冬に不足しがちです。マグネシウム不足は心疾患につながりやすく、逆に効率よく摂ると心臓の筋肉の動きをスムーズにして突然死を防いでくれます。大豆加工食品(納豆・豆腐・油揚げ等)、海藻類(ひじき・海苔等)、ナッツ類(アーモンド・クルミ等)、バナナに多く含まれています。

②葉酸：冬は冷えた体を温めようと、体を燃焼させる酸素を体中に届けるのに赤血球が大量に消費されます。この為、赤血球の材料の一部である葉酸は冬に不足しがちです。葉酸が不足すると貧血を起こしやすくなり

ます。また、葉酸は血管を柔らかくする働きもあるので、不足すると高血圧や動脈硬化につながるリスクが高くなってしまいます。葉酸は、モロヘイヤ、ほうれん草、春菊、レバーなどに多く含まれます。

③脂質：保湿成分であり、脳の構成成分です。冬に乾燥して湿度が低下すると、体の乾燥を防ぐ為に消耗します。効率よく摂ると、肌の乾燥を防ぎ、記憶力を高め、認知症の予防にも繋がります。良質な脂質を、魚類やオリーブオイルから摂ると良いでしょう。

④たんぱく質：肌や毛髪、筋肉など身体作りにたんぱく質は欠かせません。また、免疫力を強化し、身体を温めたり動かす為のエネルギー源にもなるので、風邪を引きやすいこの時期に大切な栄養素です。

冬の定番の鍋料理は、冬型栄養失調予防にとても効果的でおすすです。良質なたんぱく質が摂れる肉や魚、豆腐、ミネラルやビタミンが豊富な野菜を沢山食べられることが出来ます。からだを温めながらバランス良く栄養を摂って、寒い冬を健康的に過ごしていきましょう。

不二幼稚園園児と3年ぶりの落花生掘り

令和4年10月の爽やかな秋空のもと、新型コロナウイルス感染拡大の懸念から途絶えていた「落花生掘り」を実施しました。

職員が丹精こめて、育てた落花生の収穫は、いつも、ご利用者の皆さんの大きな楽しみのひとつでしたが、ここ3年、孫かひ孫のような、可愛い園児たちと一緒にイベントを企画しても実施不可能でした。今日の落花生掘りは園児たちが参加してくれたので、大いに盛り上がりました。



万々に備え、秋の消防訓練を実施

令和4年11月2日午後、恒例の「消防訓練」を実施しました。

一時間の訓練に、21名の職員が参加し、火災報知器連動操作盤の取り扱いや火災を想定した避難誘導訓練、近くのグラウンドでは10本の粉末消火器を使った消火訓練等を行いました。

自力では避難できない施設利用者を守るために、職員を対象とした日頃の訓練は欠かせません。



～おめでとうございます～

[結婚]	令和4年12月	齋藤 早紀 (旧姓 宮城)	ワールドナーシングホーム	生活相談員
[出産]	令和4年10月	重川 恵太 長女	第2ワールドナーシングホーム	介護主任
	令和4年9月	篠崎 宏太 長女	ワールドナーシングホーム	介護主任
		篠崎 郁美	ワールドナーシングホーム	介護員
	令和4年9月	塚本 真優子 長女	ワールドナーシングホーム	生活相談員

主要行事だより

ワールドナーシングホーム

3月 ・桃の節句 ・春の合同彼岸回向会 ・誕生日会 ・マッサージの会		1月 ・お屠蘇 ・書初め ・昔遊び (福笑い) ・新年会 ・誕生日会
	2月 ・清房院 節分会 ・豆まき ・節分会 ・マッサージの会 ・誕生日会	

第2ワールドナーシングホーム

	2月 ・清房院 節分会 ・豆まき ・お菓子作り ・創作活動 (ひな人形) ・誕生会	
3月 ・ひな祭り ・春の合同彼岸回向会 ・ゲーム大会 ・お好み食 ・誕生会		1月 ・正月遊び ・外出会 (初詣) ・新年会 ・鍋の会 ・誕生会