

第113号 R3.10.15

# 悠々だより

社会福祉法人 萬里の会  
特別養護老人ホーム悠々の里  
デイサービスセンター悠々の里  
悠々の里居宅介護支援事業所

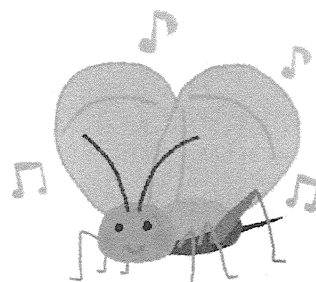
愛知県愛西市小茂井町宮浦64番地1  
TEL: 0567-28-6618 FAX: 0567-28-7183  
ホームページ <http://www.yuuyuu.or.jp>



## 「2021 夏だ! 悠々の夏祭り!!!」

「悠々だより」第113号 一目次

- P1 ……表紙
- P2 ……夏祭り、8月・9月合同誕生日会
- P3 ……敬老会、雑穀について
- P4 ……新入居者紹介&新職員紹介
- P5 ……看取り介護の定義と考え方
- P6 ……委員会活動報告【感染褥瘡対策委員会】
- P7 ……デイサービスだより
- P8 ……これからの予定、お誕生日おめでとう、編集後記

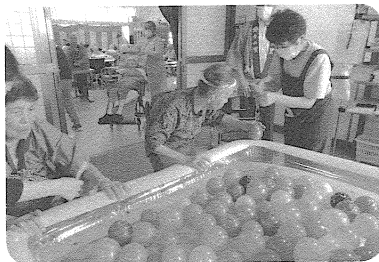
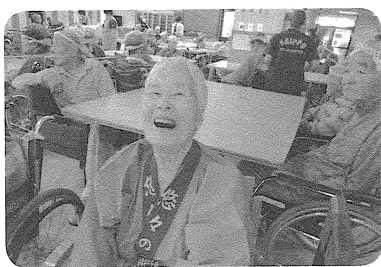




# 夏祭り

介護士 太田 俊正

今年の夏祭りは去年と同じくコロナ禍により館内で開催しました。今年のテーマは「屋台のゲーム」ということでライオンの当て・射的・水風船釣り・ヌイグルミ釣り・輪投げで楽しんでもらいました。各ゲームに参加されると駄菓子と交換するチケットが渡されました。祭りの最後にジュースとチケット交換した駄菓子を食べてもらいました。利用者様の皆さんは、笑顔が絶えませんでした。では詳細は写真でどうぞ。

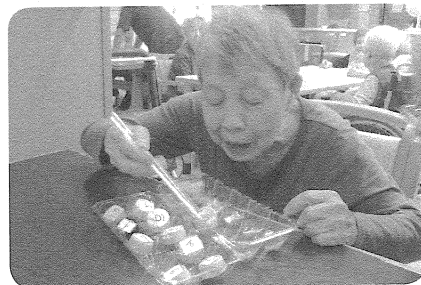


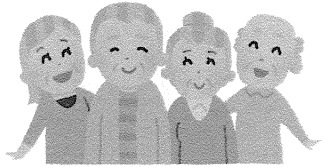
## 令和3年8月・9月 合同誕生日会



介護士 山室 有加

9月8日(水)に8月、9月合同誕生日会を行いました。誕生日の利用者様の中には、100歳を迎えられる方もおられました。はしで数字を移動する数字ゲームを行い、皆様楽しそうに参加しておられました。





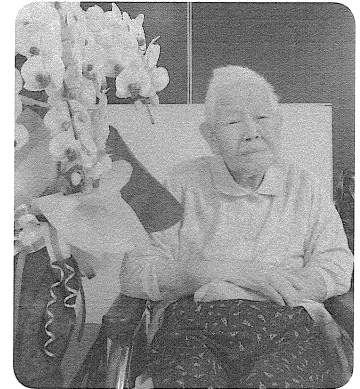
# 敬老会

介護士 小林 秀幸

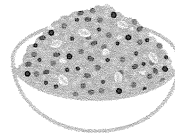
令和3年9月15日(水)に、施設内で敬老会を行いました。

長寿番付では、令和3年度で100歳になる利用者様お二人を発表させていただくと、皆様から「わあー、すごいね。」と、あたたかい声援がありました。

100歳になるお二人に長寿の秘訣を聞くと「良く食べる事」「笑顔」と、それぞれのお言葉を頂きました。とても和やかな雰囲気、あたたかい敬老会になりました。



## 雑穀について



調理員 宮崎 小百合

雑穀とは、白米以外の穀物の総称です。種類も多く、土壌や気象条件が悪くてもたくましく育つ、生命力の高い食品です。

雑穀の特徴は、精製されずに流通されるので、日本人に不足しがちといわれている、ビタミン、食物繊維、鉄分やカリウム、カルシウム、マグネシウム、亜鉛等のミネラルも豊富に含まれていることです。また、雑穀の種類によっては、白米ではとりにくい、タンパク質やGABA（ギャバ：抗ストレス作用のあるアミノ酸）も含まれています。

このように栄養価の高さはもちろんですが、雑穀米として炊飯すると、白米のみと比べ、うま味が1.5倍ほど増した、おいしくそして彩の美しいごはんができあがることも、雑穀の特徴といえます。

雑穀の調理法は、白米に混ぜて炊くことが一般的ですが、ここではちょっと違った調理法を紹介したいと思います。

### ★雑穀いりレンコンはさみ焼き★

- ・柔らかくゆであお好みの雑穀：ひき肉＝1：1であわせ、よく混ぜる。
- ・雑穀とひき肉を混ぜあわせたものを、輪切りにしたレンコンで挟む。
- ・小麦粉や片栗粉で衣をつけて、油を引いたフライパンで焼き上げる。
- ・お好みのたれやソースを添えていただく。

これから旬を迎える地元特産のレンコンとともに、一度作ってみてはいかがでしょうか。

## 新入居者紹介



澤田 ちよこ 様

皆さんと仲良く過ご  
したいです。



加賀 峯子 様

穏やかにすごした  
い  
です。



山田 美代子 様

健やかに過ごした  
い  
です。



八木 敏子 様

元気に過ごした  
い  
です。



村瀬 かつ子 様

元気に生活した  
い  
です。

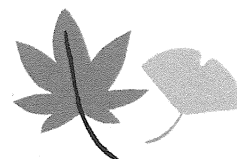


## 新入職員紹介



荒木 里加  
介護士

7月から職員になりました。  
楽しく、優しい介護士を目指して頑  
張  
ります。  
よろしく申し上げます。



# 看取り介護の定義と考え方

看護師 富田 朱美

## 『看取り』とは

近い将来、死が避けられないとされた人に対し、身体的苦痛や精神的苦痛を緩和・軽減するとともに、人生の最期まで尊厳ある生活を支援することです。



## ～ 私たちにとって理想の死とは？～

「みなさんはどのような人生の最期を迎えたいですか？」という質問に対して、65%の人が「突然死」と答えています。理由は、「家族に迷惑をかけたくないから」となっています。介護は本当に大変なことであり家族に迷惑をかけるくらいなら、突然死したい。そんな大切な想いがにじみ出ています。

また「死への心配なことは？」という質問に対して、男性は「自分のやりたいことができずじまいになること、やり残した仕事があること」「残された家族が経済的に困るのではないかということ」といった回答が女性よりも多い結果となっています。また、女性は「家族や親友と別れなければならないこと」「残された家族が精神的に立ち直れるかということ」といった回答が男性を大きく上回る結果となり、残される家族のことを経済的に心配する人は男性に圧倒的に多く、精神的な立ち直りを心配する人は女性に多いという結果となりました。どちらにしても死を考えた時に、自分よりも残された家族のことに安心して得ることが理想の死に近づくのだと考えます。

## ～ マザーテレサの言葉～

『人生の99%が不幸だとしても、

最期の1%が幸せならば、

その人の人生は幸せなものにかわる』



## 感染・褥瘡対策委員会

看護師 森 茂子

新型コロナの感染者が国内で報道されたときは、インフルエンザの流行期に入っていた時期で季節性の感染症と思われていました。しかし、変異を繰り返すうちに1年を通して注意が必要な感染症となり、日々メディア・行政からの情報をもとに感染対策を模索する状態です。

安全で安心できる生活を継続するために正しい知識と実践で感染予防に努めています。

現在は新型コロナウイルス感染症に対する対策が主になっていますが、感冒症状を起こすウイルスにはインフルエンザ・RSウイルス・ライノウイルスなどもあります。集団生活をしているので、食中毒（ノロウイルス・O-157など）、水虫や疥癬などの皮膚疾患についても注意をしています。施設に入居されている方の中には免疫力の低下により薬が効きにくい耐性菌の保菌者もおられ、日頃より標準予防策の実践をしています。

また、予防としてワクチン接種（インフルエンザ・肺炎球菌・新型コロナ）を推奨しています。また「感染を持ち込まない 持ち出さない 広げない」ために職員の研修を行い感染対策に対する知識の普及確認の機会にしています。

(例) 手洗い 正しい方法 汚れが残りやすい部分知り、30秒かけて洗う  
手洗い・手指消毒のタイミングについて

マスク・防護具について 着用の定義、着脱の方法

環境整備 清掃 接触感染対策共用部分や汚染されやすい所に配慮して  
加湿

換気 空気清浄機の設置

離設の可能性のある認知症の方もいるので解放制限しての  
喚起を行っています。

コロナ禍の現在、利用者の生命を守ることが大前提となり、ウイルスを持ち込まない、広げないための感染対策は情報をタイムリーに入手し、行っていかななくてはなりません。面会制限など、利用者様、家族様、職員ともに制約の多い生活が続いており、ストレスがかかる状態が続いています。

しかしながら、当施設は1フロアの多床室で認知症の方も多くみえます。持ち込みがあれば、すぐに拡大しやすい状況と考え、対策に取り組んでいます。感染者数の増加に脅威を感じ、急速に状態が悪化するとき、不安を感じながら発生時の対応についても詳細に検討しています。



# デイサービスだより

— 10月号 —



デイ生活相談員 野田 直子

## オリンピック メダル数予想大会

今年の夏は東京オリンピックが開催されました。デイサービスにおいても、連日のようにテレビ中継が流れ、「わしが行ったら、優勝だ」等と冗談がでるぐらい、皆さん熱心にご覧いただきました。東京開催は2回目と言うことで、レクの時間にはオリンピックについての回想を行ったり、その時代に流行したこと等の質問をしたりしました。メダル数予想では職員がヒントを出しながら「想像もつかないわ」「これぐらいかな」等と色々な意見が出ました。残念ながら予想は当たりませんでした。良い思い出作りとなりました。



## 実習生が来ました！ ～7/26から8/5まで～

県立海翔高校から2名の実習生が来ました。高校生は初めての實習という事もあり、緊張した面持ちでした。利用者に対する接し方や声の大きさ、介助の方法など…。日々、勉強の毎日だったと思います。当施設として久しぶりの実習生の受け入れで利用者様に、どのような反応があるか心配されましたが、孫をみるような表情で、暖かく受け入れてくれました。ありがとうございました。





# これからの予定

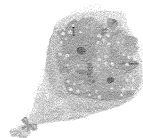
## 10月【神無月】

- ・運動会  
13日(水)
- ・避難訓練  
20日(水)



## 11月【霜月】

- ・10・11月  
誕生日会  
10日(水)
- ・法人記念日  
17日(水)



## 12月【師走】

- ・クリスマス会  
15日(水)
- ・もちつき大会  
22日(水)



## 新型コロナウイルス感染症 対策について

新型コロナウイルス感染予防の為、引き続き  
外出行事及び来訪行事は中止させていただ  
いております。

毎年の行事を、ご利用者様と職員とで感染  
対策を実施したうえで行ってまいります。

3密(密閉・密接・密集)を避け慎重に対応  
させて頂いておりますのでよろしくお願いいた  
します。

\*\*\*\*\*

## お誕生日

### おめでとうございます!

\*\*\*\*\*

### 10月生まれの方

大知	力江様	95歳
加賀	峯子様	92歳
榊原	笑子様	85歳
服部	君江様	94歳
吉田	米様	98歳

### 11月生まれの方

田中	典子様	86歳
----	-----	-----

### 12月生まれの方

森下	倉男様	85歳
横井	ひさ子様	83歳
和田	スギ様	82歳

## 編集後記

1年間延期となっていた「東京オリンピック・パラリンピック2020」が開催されました。東京に緊急事態宣言が出る中で、全ての会場が無観客になるなど異例尽くしの大会でした。しかし、日本人選手団の活躍はめざましく、オリンピックではメダル獲得数が史上最多となりました。またパラリンピックでも、過去最多だった2004年アテネ大会に次ぐ2番目となるメダル数を獲得しました。

大会閉幕後、「Thank You」ではなく、「ARIGATO」と日本へ向けて発信する海外選手・関係者が続出しました。コロナ禍の中で、大会を実現した大会組織委員会、最大限のおもてなしを見せてくれたボランティアの方々、そして1年間の延期に耐え、最高のパフォーマンスを見せてくれた選手たちに最大級の感謝を!!

