

# 阿久比一期一会荘だより 11月号



〒470-2212

知多郡阿久比町大字卯坂字桜ヶ丘 195 番地

特別養護老人ホーム 阿久比一期一会荘

TEL : 0569-47-0205 FAX : 0569-47-0208

## 「避難所宿泊体験」

阿久比一期一会ケアプランセンター

管理者 若尾卓司

9月末、私が住んでいる自治体で開催された避難所宿泊体験に参加しました。

この企画は、大地震に被災したときの避難所生活を、主に食事、トイレ、就寝を体験するために小学校の体育館で一泊するというものです。

当日、屋外は風が涼しい時期でしたが、それに反して体育館の中は蒸し暑かったです。

参加者はそれぞれ食事の準備をする班や物品を運搬する班などに分かれて作業を割り当てられ、作業の合間に AED や心臓マッサージによる心肺蘇生法、消火器を使った消火方法などを消防士から指導されました。

食事は、コンビニの袋に米と水と梅干しを入れ、湯の中で茹でることでおにぎりにするというもので、お世辞にも美味とは言えず量も少なかったため、この時点で参加したことを後悔しました。また、断水しているという設定だったためトイレも水洗を使うことができず、バケツに汲み置きしてある水で流さなければならなかったのも後悔の念を強くしました。

寝床は、体育館の床に持参したマットや毛布を敷いて対応しました。21時半ごろに消灯だったので、夜型の私は眠りに就くまでの時間が長くて辛かったです。いびきが大きい人が近くにいなかったのは幸いでしたが、夜中にトイレに行く人の足音はやっぱり響きます。それに、夕方は蒸し暑かった体育館も、夜には寒いくらいに気温が下がるとともに床の冷たさが伝わってくるので、衣類を重ね着しなければ耐えられませんでした。

今回の体験で得られた教訓は、次のとおりです。

1. 体育館の内外で気温差が激しいので、衣類は寒暖に対応できるものを用意すること
2. 食事の数量が限られるので、非常食を持参できるとよい
3. 就寝用のマットは断熱と床からの振動音防止のため、厚手のウレタンマットがよい

実際の避難所生活ではもっと大変なことや辛いことが多くあると思いますが、その片鱗でも体験できたことは収穫だったと思います。ただ、正直に言うと体験は今回で懲りたので、次に同じ企画があったとしても参加することはないでしょう。

そして、本番が来ないことを祈ります。



# 特別養護老人ホーム

## 家族交流会

10/22（日）に秋の家族交流会を行いました。  
台風も近づく荒天で足元も悪いなかでしたが、  
たくさんのご家族様がおみえになりました。

各フロアの介護職員が企画を立てて、ご利用者様の様子や職員の紹介、ご利用者様が行う体操やおやつ作りを参加者全員で行いました。

準備不足の部分もあり、ご家族様にはご迷惑をお掛けしましたが、ご利用者様・ご家族様と交流が出来ましたことに感謝いたしております。



## 外出レク

10月に入り天候も穏やかになってきましたので、外出の企画を立てました。

阿久比のアピタや常滑のイオンへお買い物に行ったり、近くの喫茶店カフェヨシノでスイーツを召し上がるなど、ご利用者様それぞれに楽しんでみえました。



## 11月の予定

3日（金）	お花クラブ	2階	14：00～
6日（月）	2階誕生会	2階	11：00～
10日（金）	体操クラブ	2階	10：30～
12日（日）	仲間の会	3階	14：00～
13日（月）	美容	1階	9：00～
14日（火）	ご馳走の日	昼食	12：00～
	書道クラブ	2階	14：00～
17日（金）	移動美容室	玄関前	9：30～
	お花クラブ	2階	14：00～
21日（火）	弘法様	1階	10：30～
23日（木）	いちご誕生会	3階	14：00～
24日（金）	体操クラブ	3階	10：30～



## コーヒーボラ

10/19（木）に、有志によりドリップで美味しいコーヒーを入れていただきました。ご利用者様はコーヒーを口に含んで、焙煎された香りを楽しんでみえました。

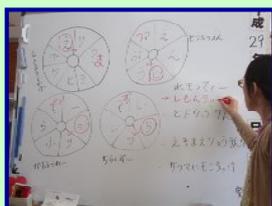


## 感染症予防

施設内での感染症拡大を防ぐため、お越しの際は、玄関に設置してある消毒液で手指の消毒・マスクの着用をお願い致します。

また、周辺地域で感染症の流行拡大が見られた場合には、嘱託医の判断で面会制限を行う可能性がありますので、皆様のご理解とご協力をお願い致します。

# デイサービス1単位目



1 単位目では毎朝プリントに取り組んで頂いています。「私は苦手だから・・・。」「計算ならなんとかできるけど漢字はね～」と言いながらも、鉛筆を手に持ち真剣に取り組んで下さっています。時にはお隣の席の方と協力して考えることもあり、時には職員が解けないこともあり・・・。

内容は四字熟語、漢字の読み書き、計算、迷路、数独、各種脳トレなどなど、毎日様々です。この取り組みを始めてから2年程になりますが、ご利用者様は確実にレベルアップしています。頭を使って考えること、鉛筆を持って字を書くことで、脳に刺激を与え活性化できたらと思っています。

# デイサービス2単位目

## 外出



暑い暑い夏が終わり、待ちに待った秋！2 単位目では積極的に外出しています。

彼岸花、コスモスといったお花を見るドライブや、上記の写真のように半田市の博物館、知多市の梅の館といった施設の見学にも出掛けています。お出掛けの前、ご利用者様に「お出掛けしますよ」とお伝えすると、皆さん「どこ行くの?」「何時から?」とそわそわ嬉しそうです。

11 月は恒例の菊花展も予定されています。寒くなる前のお楽しみを存分に満喫したいと思います。

## 寒くなってきました!

### 衣替えに伴い衣類等への記名をお願いします。



日に日に気温が低くなり、ご利用者様からも「寒いね～」との声がよく聞こえてきます。衣類も冬物へと変わる時期です。今一度、衣類の記名確認をお願い致します。また、上着や帽子、手袋等を使用される方も増えています。こちら併せて記名をお願い致します。

# ケアハウス

## わらびもち作り

おやつ作りです。甘党も甘味苦手党も「おいしい」と声を揃えてくれたわらびもち。懐かしい味に昔話も弾み、賑やかな時間となりました。



## 車椅子公用車

急な車椅子利用時のために公用車訓練をしました。車椅子公用車の使用頻度が少ないケアハウスですが、いつでも使えるように備えます。



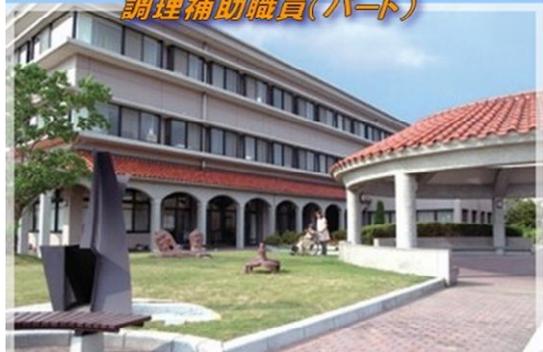
## インフルエンザ予防接種

ケアハウスでは、10月24日（火）にインフルエンザの予防接種を行ないました。感染症の流行しやすい時季になりましたので、ご面会の際には、手指消毒を必ず行なって頂きますよう、ご協力をお願い致します。



## スタッフ募集

介護職員(正職員・パート)  
ホームヘルパー(パート)  
調理補助職員(パート)



ご興味のある方がおみえになりましたら、是非お知らせ下さい。

阿久比一期一会荘 0569-47-0205