

# 阿久比一期一会荘だより

## 令和2年7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

### 栄養のチカラで感染防止

主任調理員 小野木 善章

厨房：主任調理員の小野木です。最近、新型コロナウイルスが流行していますので、ウイルス感染防止についてお話したいと思います。

ウイルス感染防止には、密閉、密集、密接を避けること、十分な手洗いやマスク着用が推奨されています。これらを守ることを前提に、さらに気を付けたいことがあります。それは、ウイルスに対する抵抗力を維持、強化することです。

この仕組みを「免疫」と言い、免疫機能が低下すると種々の感染症にかかり易くなります。免疫機能の低下の原因には、極度のストレス、疲労、睡眠不足、運動不足、飲酒や喫煙、さらに病気等がありますが、中でも重要なのは栄養と食事です。近年の研究により、その仕組みには、多くの種類の栄養素がいろいろな形で関わっていることがわかってきました。

一方、肥満や糖尿病等の過剰栄養は免疫機能の低下を誘発します。免疫機能に関係する栄養には、食事から摂る多くの成分が総合的に作用しており、これらによって私たちはウイルスと闘い健康を維持しているのです。このことから、ある特定の栄養素や食品に依存するのではなく、いろいろな食品から、栄養バランスのとれた食事を摂ることで、免疫に関与する全ての成分を摂取するのが、科学的な根拠に基づいた方法だと言えます。

今こそ栄養のチカラを活用し、新型コロナウイルスに打ち勝つ体力を持つことが必要です。既に、栄養不良で著しく体力が低下している人、高齢で咀嚼や嚥下機能が低下している人、何らかの食事療法を行っている人等は、医師や管理栄養士の指導の下に、特別用途食品や栄養サプリメント等を活用して、できる限り健康な食事が維持できるようにして下さい。

皆様とご家族様が、安心、安全、安気に過ごされることを願っています。

# 特別養護老人ホーム



## 余暇活動

5月は母の日の企画として、カーネーションを観たり、写真を撮ったりして、楽しんでいただきました。そこで、6月は父の日の企画として、ノンアルコールビールを提供しました。ご利用者様同士で乾杯をしたり、手酌で飲んだり、楽しんでいただきました。

また、気候の良い日には、屋外（敷地内）に出て散歩もしております。



## 健康診断

特養入所中のご利用者様は、毎年秋頃に当施設にて健康診断（主な項目は胸部レントゲン、心電図、採血です）を実施しており（費用は施設負担）、今年は9月28日～10月2日の予定です。お住まいの保健センター等からの健康診断に関する案内については、特別に希望がなければ手続き及び施設への提出は不要です。

ご不明な点がございましたら、施設へお尋ね下さい。

## 後期高齢者医療被保険者証 介護保険負担割合証の更新

後期高齢者医療被保険者証と介護保険負担割合証が8月1日から更新されます。市役所・町役場から新しい保険証が郵送されますので、ご自宅に届きましたらお早めに施設へご持参下さい。医療機関によっては7月下旬に必要となり、医療提供に支障をきたす恐れがありますので、ご理解とご協力をお願い致します（医療被保険者証は各種手続き等でご家族様を使用される場合があるため、ご自宅に写しを保管されておくと良いかと思っております）。



## オンライン面会

5月からオンライン面会を実施しておりますが、5月は13組、6月は14組の方にお越しいただきました。ご協力いただき、ありがとうございました。

新型コロナウイルス感染症対策として、6月まで面会を中止としており、ご迷惑をおかけ致しております。7月以降の面会等の取り扱いについては、この記事を作成している時点で検討中のため、別途ご案内致します。皆様ご理解とご協力の程、よろしく願い致します（右の写真はオンライン面会時のご利用者様のご様子です）。



## 納涼まつり中止

6月号にてご案内しておりますが、8月に予定していた納涼まつりは中止とさせていただきます。



## 7月の予定

16日（木） ご馳走の日 昼食 12:00～

## 介護保険負担限度額認定証 をお持ちの皆様へ

介護保険負担限度額認定証（対象：特養、ショートステイサービスご利用者様）をお持ちの方は、有効期限が令和2年7月31日となっており、こちらは更新手続きが必要となります。手続きが未だお済みでない方は、お早めに手続きをしていただきますよう、お願い致します。尚、更新後の新しい認定証がご自宅に届きましたら、お早めに施設へご持参下さい。

# デイサービスセンター

デイサービスでは、新型コロナウイルス対策のため、従来の内容を変え、新しい生活様式に基づいたサービスを提供しています。慣れるまでは違和感もありましたが、新たな楽しみも見つげながら、皆さんに過ごしていただいています。その様子をご紹介します。

## 三密を避けています

- ・朝の送迎時の検温に加え、昼過ぎに検温と血中酸素飽和濃度を測定しています。平時の数値と体調不良時の変化に早く気付くためです。
- ・対面を避け、今まで4名で使用していた机を横並びに2名までの使用としています。何だか学校のような雰囲気ですね。(左下写真)
- ・レクリエーションも大人数で行うものは避け、席で行うクイズやホワイトボードにカラオケ映像を映したり、脳トレやYouTubeの映像を流しています。(右上写真)
- ・共用物品(色鉛筆やゲームで使用するもの)は使用する度に消毒をしています。換気や手指の消毒に加え、来荘時と帰りに温かいタオルで顔を拭いていただき、ウイルス予防をしています。(中央下・右下写真)
- ・お風呂の脱衣室もできるだけ密を避け、席数を減らしています。ゆったりとした空間で入浴を楽しんでいただいています。

## ～お知らせ～

マスクの予備をご用意いただけると大変助かります。

新型コロナウイルス対策に様々なご協力をいただき、ありがとうございます。スタッフ一同、これからも安心してサービスを利用していただけよう、努力してまいります。



ご存じですか? 「アマビエ」です。

疫病が流行したときに描かれる妖怪です。人魚に似ていて口はくちばし状。首から下はうろこに覆われています。三本足で目がひし形、長髪という特徴があります。デイサービスでも塗り絵や折り紙などでアマビエの作品を制作してきました。

国内外で落ち着いた生活を取り戻せる日が、早く来ますように・・・。



# ケアハウス

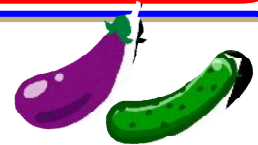
## 海老おろしうどん

昼食の海老おろしうどんに少し手を加え、とろろ芋、刻みねぎを入れてボリュームを出しました。お汁も、温かいものと冷たいもので提供出来るようにしました。お天気は、曇り時々雨。湿度が高く蒸し暑い日でしたが、温かいものを選ぶ方も半分くらいいらっしゃいました。



## ケアハウスの畑

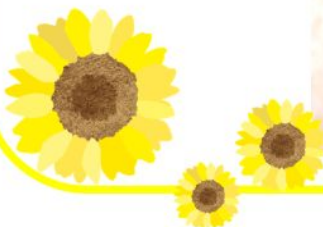
5月に植えた苗がすくすくと成長し、収穫の時期が始まりました。初収穫でご利用様がキューちゃん漬けを作って下さいました。毎日の収穫がとても楽しみです。笑顔と一緒に収穫されたお野菜を食べ、夏を乗り切ろうと思います。



## 職員挨拶

この度、4人目の出産で産前産後・育児休暇をいただくことになりました。小さな命と上の子たちとの時間を大切に過ごさせていただこうと思います。ケアハウスご利用者様のことは後任者がしっかりと引き継いでいておりますので、ご相談事は安心してお伝えいただければ幸いです。ケアハウスあぐいのご利用者様が日々お元気に過ごされることを心より願っております。

ケアハウス生活相談員  
谷端 樹



## 『寄付御芳名』

令和2年4月1日～令和2年6月30日

金	50,000円	匿名
	50,000円	匿名
	50,000円	匿名
	100,000円	匿名
マスク	90枚	(株)一宮福祉サポート様
	100枚	関佳代子様
	200枚	大口町健康生きがい課
	550枚	(株)福利厚生倶楽部中部様
	1,000枚	伊藤真弓様
	250枚	(一財)愛知県民間社会福祉事業職員共済会
	637枚	匿名5名
	総数	2,827枚



温かいご支援ありがとうございます。

より一層のご利用者様へのサービス向上と施設運営、新型コロナウイルス対策に役立たせていただきます。

理事長 白井 和香奈