

職員紹介

自慢のスタッフを紹介します

特養介護員 石波 智子

私は、今年介護の仕事を始めて3年目に入ります。

最初は、何も分からず無我夢中でやっていましたが、あっという間に2年が経ってしまいました。3年目を迎える今年は、今までみたいにただ夢中で頑張るのではなく、仕事をしていく中で一つ一つのことに、介護の奥深さを感じ、意味を考えながら介護をしていけたらと思っています。

またそれと同時に、初心を忘れないようにいつも心にとめて頑張りたいと思います。



デイサービス介護員 塚田 彩美

私は、去年の7月に入社し現在8か月目になりました。以前は、工場で8年間働いていましたが、人と関わる仕事がしたいと思い、介護士になりました。担当がデイサービスですので、ご利用者様の現在の生活ができるだけ長く続けられるようにサポートしていますし、こうして一緒に過ごすことができ、とてもうれしく思うとともに大きな感謝をしています。また、何よりもご利用者様から「ありがとう」と言葉をかけていただけることが私の一番の励みとなり、原動力となっています。これからも皆様のお役に立てるよう、頑張っております！！



特養介護員 中村 由歩

4月から社会人になって、この仕事につき1年が経ちます。

慣れないことばかりで戸惑うこともたくさんあり、大変なことやうれしかったこと、それぞれにたくさんありましたが、ご利用者様の笑顔を見るたびに介護の仕事を選んで良かったと改めて感じることができました。

4月からは、社会人2年目です。ご利用者様一人一人に合ったケアができるよう、これまで以上に介護の技術を磨き、常にご利用者様の立場に立って、考えることができる介護士を目指して頑張ります！



看護師 相原 陽子

私はこれまで、病院・特養・サービス付き高齢者住宅で看護師をしてきました。やはり、高齢者の方と携わっていききたいという気持ちが強く、今年まごころの杜に入社しました。

看護師として、まごころの杜のご入居者様たちが、常に健康で笑顔の多い毎日が過ごせるためには、早期での体調変化に気づき、迅速に対応することが大切です。これからも他職種と協力し従事していきたいと思っています。



編集後記

自粛ムードにより各イベント、卒業式や入学式などの節目の行事も中止や規模を縮小しているとのニュースを聞くと、仕方のないこととはいえ、寂しい気持ちになりますが、4月は新年度も始まり新入社員も入って活気も出てきます。こういった状況がもうしばらく続くと思いますが、これまで以上に皆様に笑顔をお届けできるようスタッフ一同頑張っております。

お知らせ

新型コロナウイルス感染症では、基礎疾患を持たれている方や、免疫力が低下している高齢者の方は、感染することで重症化しやすい傾向にあります。まごころの杜でもご入居者様の面会方法を変更する等し、感染予防対策を講じております。

また、毎月実施しておりました、地域の方向けの健康教室も当面の間中止とさせていただきます。

今後の予定につきましては、事態が終息していくことを確認次第、再びご案内させていただきたいと思っております。ご理解の程よろしくお願い申し上げます。



〒308-0845 茨城県筑西市西方1667
Tel. **0296-28-8556**
<https://sekiyoukai.or.jp/>



まごころ

“ずーっと笑顔”で安心できる、やすらぎの暮らし



見守る姿勢を大切に

今号の表紙

日常での一コマ、ボタンの付け替えをご自分でされていました。

目次

- 季節の行事…………… 2
- 地域交流…………… 2
- コロナウイルス感染予防対策…………… 3
- スタッフ紹介…………… 4



豆まき



2月3日は節分でした。「鬼は外〜♪福は内〜♪」とユニットの中からも大きな声が聞こえてきました。髪がもしゃもじゃで、トラ柄のパンツと、迫力のない鬼でしたので、優しいご入居様は思い切り豆をぶつけることができず、終始にこにこ。それでも習わしに従い、豆をぶつけるようスタッフが声掛けすると、そろ〜と遠慮気味に投げていました。こういったときの鬼は、少し怖いぐらいがちょうどいいですね。

季節の行事

ひなまつり

ユニットにひな人形を飾りました！今は、ガラスケースに入っているものや、親王飾りが一般的ですが、ひと昔前は七段飾りが主流でしたので、飾るのも大仕事だったと思います。先日、まごころの杜でもスタッフの自宅にあったものを借りて飾りましたが、いざ作業に取りかかると、この場所にどの人形を飾ればいいのか分からなくなってしまいました。インターネットで調べながらようやく飾り終わりました。やはり七段飾りは素敵ですね！ご入居者様にも「きれいだな〜」ととても喜んでいただきました。また、お茶の時間にはひな人形をかたどったかわいい和菓子で、ひなまつりをお祝いました。



出張販売が来ました〜

普段の生活ですと、「自分で選んで買う」ということが当たり前ですが、高齢者になってくると、ご家族様の協力や福祉サービスを利用することで買い物に行く機会がだんだん少なくなってきます。しかし、まごころの杜では「自分で選ぶ楽しみ」をこれからも持たせてあげたい！と、先日、筑西市にある「ひがの米菓」さん、「セブンイレブン藤ヶ谷店」さんのご協力により、出張販売を開催しました。いろんな商品を前に、どれにしようか迷ってしまう様子でしたが、「これは孫に」「これは仏様に」ととても楽しそうに買い物をしてくださいました。これからも定期的に開催していく予定です。今後の詳細については、まごころの杜のFacebookやホームページで随時お知らせいたしますので、是非ご利用ください。



食事で人を笑顔にする！

〜まごころの杜うどん市〜

「食事の時間をもっと楽しい時間にしたい！」「みんなの笑顔がもっと見たい」。そんな思いで某製麺店をイメージした、うどんバイキングを開催しました。うどんや天ぷらは昔から馴染みのあるメニューですし、普段のまごころの杜の献立でも人気があるので、それなら作り立てにこだわって、自分の好きなものを選んで召し上がってもらおう！と企画しました。2日間に分けて開催しましたが、総勢120名分の調理だったので、担当スタッフはすごい量のうどんをひたすら茹でたり、天ぷらも揚げましたが、そんな大変さをご利用者様の「おいしい」の笑顔で全部吹っ飛びました。



コロナウイルス感染症予防対策について

コロナウイルスとは？

人に感染する「コロナウイルス」は、現在7種類見つかっています。その中の一つが、昨年12月に降に問題となっている、いわゆる「新型コロナウイルス」です。このうち、4種類のウイルスは、一般の風邪の原因になっているウイルスで10〜15%（流行期は35%）を占め、多くは軽症のもので済んでいます。残りの2種類のウイルスは、2002年に発生した「重症急性呼吸器症候群（SARS）」や2012年以降発生している「中東呼吸器症候群（MERS）」となっています。現在、流行している新型コロナウイルスには治療薬がないために高齢者などが重篤化することが多いところから怖がられています。

新型コロナウイルスに感染しないようにするために！

- ①手洗い ▶ 指先の洗い残しに注意！しっかり手洗いをしてくださいね！
- ②十分な睡眠と栄養 ▶ 寝不足や偏った栄養などは、免疫を下げてしまいます！
- ③適度な湿度を保つ ▶ 空気が乾燥すると、のどの粘膜の防御機能が低下します！適切な湿度（50〜60%）を保って過ごしましょう！

新型コロナウイルスもそうですが、毎年流行するインフルエンザにも役立つ情報をお知らせいたします。一人一人が注意して、毎日健康で過ごせるよう気を付けていきましょう。

正しい情報を身につけ冷静な判断で行動しましょう！

どうやって感染するの？

感染ルートは2つ！！

- 1 飛沫感染** 感染者の飛沫（くしゃみ、咳（せき）、つば など）と一緒にウイルスが放出され、他者がそのウイルスを口や鼻から吸い込んで感染します。
※感染を注意すべき場面：屋内などで、お互いの距離が十分に確保できない状況で一定時間を過ごすとき
- 2 接触感染** 感染者がくしゃみや咳を手で押さえた後、自らの手で周りの物に触れると感染者のウイルスが付きます。未感染者がその部分に接触すると感染者のウイルスが未感染者の手に付着し、感染者に直接接しなくても感染します。
※感染場所の例：電車やバスのつり革、ドアノブ、エスカレーターの手すり、スイッチなど

正しい手の洗い方

手洗いの前に 爪は短く切っておきましょう 時計や指輪は外しておきましょう

- ① 流水でよく手をぬらした後に、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- ② 手の甲をのばすようにこすります。
- ③ 指先・爪の間を念入りこすりこぎます。
- ④ 指の間を洗います。
- ⑤ 親指と手のひらをねじり洗いします。
- ⑥ 手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。

お出掛け〜♪

ご入居者様の希望をお聞きしながら、外出なども行っています。初詣などの神社への参拝もそうですが、好きなものを食べに行ったり、趣味の材料を買いに行ったりと、その都度外出にも出掛けています。先日は、あるご入居者様の誕生日だったため、大好きなラーメンを食べに出掛けてきましたが、「やっぱりおいしいなあ」ととても喜んでくださいました。高齢者になると、こもりがちになってしまいがちですが、こうして外出しながら外の空気を吸って、これからも元気に過ごしていただきたいと思っています。

下館のだるま市散策

下館のだるま市へショートステイのご利用者様が行ってきました。羽黒神社へ行ってお参りをしてから、だるま市へ行くと道にはたくさんのだるまが並んでいました。寒い日でしたが散策の途中では甘酒でホッと一息つき、おしゃべりも楽しむことができました。