

# ひまわり

令和2年6月発行

第29号



つきみ園 茶話会にて

## 「ごあいさつ」



社会福祉法人三蔵会  
施設長 有馬 綾子

春から夏へとうつろいゆく季節となりましたが、新型コロナウイルスの影響が鹿児島にも押し寄せ、今までにない感染症対策に不安な日々をお過ごしのことと思います。

当法人でも、「密越し面会やテレビ電話での対応」、「外出レクの中止」「家族会延期」など利用者の皆さま・ご家族の皆さまにとっても寂しい思いをお願いしています。緊急事態の解除がありました。油断することなく、私たちは「命」を守る取り組みを継続してまいります。もうしばらくのご協力よろしく願います。

四月に入り三か年計画として「選ばれる園づくり」を目標にかかげ二〇二〇年度をスタートしました。

「地域に選ばれる」「利用者を選ばれる」「職員に選ばれる」の三本柱を、一つ一つ実行できるよう、職員一丸となって頑張つてまいりますので、よろしく願います。

最後に、今年度はコロナの影響もあり、多くの行事も開催できない場合がございます。しかし、入居されている皆さま、利用者の皆さまが四季折々を楽しんで感じていただけるように工夫していきたいと思えます。



# ごあいさつ

特別養護老人ホームつきみ園 副施設長



宮里 祐太郎

昨年度中は大変お世話になりました。

まず現在、コロナウイルス対策での面会制限で、入居者様、またご家族の皆様にも大変なご不便とご心配をおかけしている事と思います。皆様のご理解とご協力に感謝申し上げます。

私たちはこの期間中に入居者様、ご家族様の「思い」を感じさせて頂く事も多く、そういった「思い」に寄り添い、支援していかなくてはいけないと気を引き締め直している所です。

つきみ園は今年で十年目を迎えています。九年間を振り返り、これまで以上に「選んでいただける園づくり」を意識し、何ができるのか、何を求められているのか、常に考え、一人一人が研鑽していかなくてはなりません。

まだまだ至らない点も多くありますが、職員一丸となって努力して参りますので、本年もどうぞよろしくお願い致します。

特別養護老人ホームおおむら園 生活相談員



大山 幹広

二〇一九年度はご家族の皆様をはじめ、大変お世話になりました。

これからの介護を見据え、入居者様お一人お一人がこれまで生きてこられた人生に心を寄せ、「その人らしさ」を大切に支援してまいります。皆様に選んでいただける施設作りを目標として、昨年度の反省について改善を行い、より一層おおむら園がこれまで以上に発展していけるよう職員一同力を合わせていきたいと思ひます。

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

特別養護老人ホームつきみ園 生活相談員



小田原 俊二

特別養護老人ホームつきみ園で、今年の四月より生活相談員になりました小田原俊二です。

生活相談員としてまだまだ学ばなければいけない事が多くありますが、頑張っていきたいと思っています。

使命感を持ち入居者様、ご利用者様、ご家族様の「想い」に寄り添い満足して頂けるように、職員一同力を合わせていきたいと思ひます。今後ともよろしくお願ひします。

認知症対応型デイサービスセンターの管理



今西 涼子

さわやかな風が吹き渡る季節となりました。昨年度中は大変お世話になりました。

新型コロナウイルスのニュースが連日報道され、昨年度とは全く異なる一年のスタートとなりましたが、今年度も心のこもったサービス、利用者様、ご家族と寄り添い、繋がっているサービスを提供できるよう職員全員で努めてまいります。今年度もどうぞよろしくお願い致します。

居宅介護支援事業所おおむら園 管理者



宮本 美華

新緑がまぶしい爽やかな季節となりました。

したが、新型コロナウイルスの影響で例年と大きく違った新年度がスタートし早くも二ヶ月が経ちました。当法人では感染拡大防止に向け緊張感を持って日々の業務に取り組んでおります。

感染症の早期収束を願いつつ、これから自己研鑽を心掛けて専門職として更なる質の向上を目指してまいります。

今年度もよろしくお願い申し上げます。

デイサービスセンターかがやき 管理者



北村 尚久

昨年度中は大変お世話になりました。

本年度よりデイサービスセンターの管理者に就任することになりました。今までは特養や小規模といった施設系やお泊りができる事業所での業務が多く、通所系はあまり経験がありませんので職員とともに日々勉強、研鑽の日々です。新年度はコロナウイルス感染拡大防止と共にスタートした年度です。職員、利用者様には我慢ばかりのスタートとなり心苦しい年度はじめてとなりましたが、この事を前向きにとらえよい経験と考えていきたいと思ひます。今後ともよろしくお願い致します。

小規模多機能ホームせせらぎ 管理者



内野 奈々子

四月より小規模多機能ホームせせらぎで管理者兼介護支援専門員になりました内野です。今回のコロナウイルス対策では利用者様、ご家族の皆様にも多大なご心配をおかけし、またご協力を頂いており大変有難く感謝しております。

支援する側（スタッフ）もされる側（ご利用者様）も元気に明るく楽しくかがやかない日々を過ごしていただくために、自身の経験と知恵を生かしワンチームで対応してまいります。今後皆様様の指導ご鞭撻のほどよろしくお願い申し上げます。



# おおむら園

節分

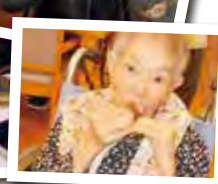
お食事バイキング



ひな祭り



茶和会



藤川天神





# つきみ園

ひな祭り



こいのぼり



お花見





せせらぎ  
かがやき

2月・節分



2月・大村市



3月・たこ焼き作り



3月・彼岸【ぼた餅作り】



4月・春の野菜植え



4月・職員の手料理にて花見の会



5月・ミニ運動会



5月・鯉のぼり作製



5月・母の日



5月・節句の団子作り



園内散策





# レクリエーション

・つきみ園  
・かがやき





# 社会福祉法人 三蔵会（新型コロナウイルス対策）

## ①面会制限

2020年2月24日より「面会禁止」を開始。

2020年3月16日より「面会制限」に変更。

## ②全職員の手洗い、手指消毒の徹底、消毒スプレーの携帯

感染源持ち込み防止のため、当法人の全職員は施設入館時に毎回、手洗いと消毒を実施しています。併せて、常に消毒が実施できるように、消毒用携帯スプレーを全職員に配布・携帯し、使用しています。



## ③施設館内の定時消毒実施

2020年3月11日より全事業所内の定時館内消毒を実施しています。

## ④法人独自も新型コロナウイルス感染症対策計画を作成

自法人の「事業継続計画（BCP）」や、他法人の計画などを参考に感染症対策委員会を主体として、「新型コロナウイルス感染症対策計画」を作成し、それに沿い対策を実施しています。また、国、厚生労働省、都道府県、市町村等の通知を参考に、情勢に合わせて随時見直しを行っています。

## ⑤利用者様及び職員分の非常備蓄準備

今後、当法人近隣で陽性者が発生または、法人内で陽性者が発生した場合を想定し「新型コロナウイルス感染症対策計画」に沿って、職員の施設内寝泊まり（外部との接触を極限まで制限するため）も含めた対応のため、利用者様及び職員分の非常食備蓄を準備しています。



## ⑥認知症カフェや地域サロンの休止

感染症持ち込み防止のため、毎週木曜日開催「地域のカフェひまり」と毎週火曜日に開催場所の提供「上手すこやかクラブ」の実施を休止していましたが、緊急事態宣言が解除されたため、「地域のカフェひまり」を再開。「上手すこやかクラブ」は6月より再開しております。

## ⑦会議等々

当法人では日ごろ行っている会議類はすべて中止し、必要な会議を「三つの密」にならないように、風通しの良い場所で、2メートル以上離れて会議の方を実施しています。



# 栄養コラム

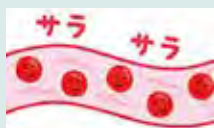


## 水分補給

### 体内の水分不足は、心筋梗塞や脳梗塞の大きな原因

日本人の死亡原因の多くを占める脳梗塞や心筋梗塞。最大のリスク要因のひとつに、体内の水分不足があげられます。脳梗塞や心筋梗塞には、血液に含まれる中性脂肪が多い“ドロドロ血”や、高血糖の“ベトベト血”などといった血液の異常が大きく関係します。体内の水分が不足すると、血をさらに濃縮させることとなり、リスクを高めてしまいます。

血液中の中性脂肪や血糖が高いと



健康な状態は血液サラサラ



血液が濃縮されドロドロに！

さらに水分が不足すると



脳梗塞や心筋梗塞のリスク上昇↑

### こんな時は脱水症に注意！

- ☐ 高温下・屋外での作業
- ☐ 下痢や嘔吐、発熱時
- ☐ トイレに行く回数が減っている
- ☐ 尿の色が濃くなる（茶色くなる）
- ☐ 便秘になる

- ☐ 食欲が出ない
- ☐ なんとなく元気がない
- ☐ 昼間寝てばかりいる
- ☐ 暑いのに汗をかかない
- ☐ 皮膚のハリがない

### 脱水症にならないために、こまめな水分と電解質補給を心がけましょう

健康な状態では、水やお茶での水分補給で問題ありませんが、発汗時は塩分も水分と共に失われてしまいます。水には塩分が含まれていないため、水だけを飲むと、体液が薄まってしまい、余分な水を外に出そうという働きが進み、かえって脱水が進んでしまいます。発汗時には、体液に近い成分で身体に吸収しやすい経口補水液をこまめに飲みましょう。

また、寝る前は夜中にトイレに行きたくなるからと水分を控えがちですが、就寝中はコップ1杯程度の汗をかき、血液がドロドロして脳梗塞の危険が高まるので注意しましょう。予防のために、夜寝る前と朝起きた時に1杯の水分補給を行いましょう。

### 水分不足の度合いと飲料の選択

| 正 常                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・水</li><li>・お茶</li><li>・スポーツドリンク</li></ul> |

スポーツドリンクは、糖分が多めであるため、血糖値の上昇や口腔ケア（虫歯）に配慮。

| 正 常                                                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・Na 低め（80 mg 前後 / 100ml）の経口補水液</li></ul> |

脱水になりつつある時に最適です日常的に飲むのに適したNa 濃度。

| 脱水症                                                                                 |
|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <ul style="list-style-type: none"><li>・Na 高め（110～120 mg 前後 / 100ml）の経口補水液</li></ul> |

脱水になりつつある時に適します。Na 高めなので、日常的に飲む時には注意が必要。



脱水症は症状が進行する前に、適切な水分補給で予防しましょう。

「高齢者にこそ知ってほしい ほんとうに必要な水分補給のはなし」より

## ★ボランティアについて★

ボランティアの受け入れは、現在見合わせております。

### お知らせ

新型コロナウイルスの影響により、残念ながら夏祭りの方を中止する次第となりました。誠に申し訳ありません。

## 編集後記

少しずつではありますが、今までの日常が戻りつつあります。一日でも早く日常を取り戻すことが出来るように、3つの密を引き続き避けて日々をすごしていきましょう。