



介護課 だより 冬号



インフルエンザの猛威に負けるな！

1.インフルエンザと風邪の違いとは？

インフルエンザは、一般的な風邪に比べて発症が急激であり症状も強いものです。高熱や全身倦怠感などで自宅にいても**通常の日常生活を送れない**ほど調子を崩してしまう、というのも普通の風邪との違いといえるでしょう。



2.新型インフルエンザとは？

毎年冬になると「新型」と騒がれるのに、その定義をはっきり答えられる方は少ないのではないのでしょうか。沢山の種類があるインフルエンザウイルスのうち、**新型とは新たに「人と人の間」で伝染する能力を獲得したインフルエンザウイルスによる感染症を指します。**インフルエンザウイルスは、毎年のように旧来のウイルスが組み合わさって新しい性質を獲得します。そして、人から人へ感染するようになったり、より症状が重篤になりやすい性質をもったりなど、好ましくない特徴を持ったウイルスが次から次へと現れるのです。こういった新型のウイルスは、前年までのウイルスとは**異なる構造**を持ち、だれもがこのウイルスに免疫を持っていないことから、次から次へと感染し、大流行の感染源になるというわけです。

3.インフルエンザ感染予防方法！

- ・ワクチン接種は毎年受け、免疫力を高めていく
- ・人混みや繁華街への外出を控える
- ・外出後の手洗い・うがいの実施（その他の感染症予防にも通用する）
- ・適度な湿度の保持（50%～60%）
- ・十分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ・毎日沢山笑い明るい気持ちで過ごす（気持ちの免疫力）
- ・適度な運動を行う、水分を多めにとる



その他にも予防法はありますが、上記の内容を毎日継続する事は簡単そうに思えますよね。しかし実際は時間に追われたり面倒くさくなって出来ない方もいるのではないのでしょうか。

今一度、施設でお仕事をしているという立場から感染予防を強く意識してみてください。

介護主任研修会での取り組み

- ・介護主任研修会にて勉強会を行なっています。勉強で学んだ事を各施設へ持ち帰り、勉強会を開催しケアの向上に活かしております。今回、勉強会を実施した内容をご紹介します。

<接遇と虐待について>

普段、何気ない言動や対応なども虐待に繋がる恐れがある。チェックリストなどを用いて、どのような状況が虐待に繋がるのか、また予防出来るのかを学ぶ。グループディスカッションを通して、他の人はどのように対応しているのか意見を参考にして考えていく。
担当講師：ふちえ明生苑 佐野主任
ハートランド明生苑 山岸副主任



<安全・充実した食生活を送る為に>

高齢者と食の関係性について勉強会を実施する食の重要性、食事介助の際のポイント、誤嚥の危険性など学ぶ。水分のトロミ状態をレベル毎に実際に試飲して状態変化の確認を行なう。
担当講師：すみだ明生苑 若杉主任



わたしたちの施設をご紹介します！

☆かさい明生苑☆

～江戸川区葛西にある定員56床の要支援も受け入れ可能な施設です～

平成19年6月にオープンし早11年が経過しました。かさい明生苑は「アットホーム」な施設です。ご利用者様が、いかに自由にお過ごし頂けるかに拘ります！
又、スタッフの仲も良くイベント時には職員一丸となり、ご利用者様と一緒に楽しんでいます♪



豆知識

- ・北枕の真実⇒一般に縁起の悪いものとされている北枕。実際には地球の磁気力により、北枕で寝ると**最も安眠できる**とのこと。
- ・生ゴミのにおいを一瞬で消す方法⇒きついゴミの匂い、気になりますよね。そんな時、ゴミの上に**数滴お酢**を垂らしてみてください。悪臭が一気になくなります！介護施設では重宝する豆知識かもしれないですね♪



