

# かわまたホーク ほほえみだより

発行  
平成26年2月15日  
第28号



## 安全・安心・ゆとり

川俣ホームは、利用者の主体性と自主性を尊重し、人間としての尊厳に根ざした介護を進めます。

川俣ホームは、家族・地域社会との連携を密にし、あたたかい家庭的環境を築きます。

## みなさまの御利用お待ちしております。

あけましておめでとうございます。新年最初の表紙は、特養利用者様と職員合作による、川俣ホーム一同の願いを込めた一枚とさせていただきます。

今年の目標は、利用者様の笑顔がより多く見られる施設、事業所となることです。そのために、より一層利用者様の健康管理に努め、様々なニーズに対応し、職員一丸となって質の高いサービスの提供を行ってまいります。これからも永く、川俣ホームをよろしくお願い致します。

川俣ホーム園長 嶋原 誠



# 特養

あけまして  
おめでとうございます  
今年もよろしくお願いします

平成26年の行事初めとして、  
1月11日に新年会を行いました。  
獅子舞も飛び出し、今年の無病  
息災を祈りました。その後、  
なごみ棟、のぞみ棟対抗  
のすごろくを楽しみ  
ました。

何が出るかな!?

わあー!  
負けないよ!

足湯

秋の紅葉狩りは、ちょっと足を  
伸ばして、飯坂の旧堀切邸の  
足湯まで行ってきました。  
久しぶりの遠出にドキドキワクワク、  
バスの中では♪さささ、さかさか、  
飯坂へ〜♪と歌も飛び出し、  
楽しい1日を過ごして  
きました。

極楽♪  
極楽♪

あったまんない

良い  
気持ち♡

いいない♪

いやあ〜  
あったまったない  
さあ、ご飯  
食べに行くべ

川俣ホーム  
美人三姉妹

スリムな長女

照れ屋の次女

胃腸の弱い三女



川俣町のイベント「コスキンパ  
レード」に参加して来ました。今回  
で3回目の参加となりましたが、  
年々派手になってきました。川俣  
ホーム名物女装もエスカレート、町  
民の皆様温かい声  
援を頂き、楽しいひと  
ときを過ごす事がで  
きました。  
ご利用者様も終始  
にこやかな1日でした。







9:30~11:30

入浴時間。大浴場から体が不自由でも安心して入れる機械浴もあります。月1回は行事湯があり今回はリンゴ湯です。

12:00

みんなで食べる昼食は美味しいですね!

12:30~14:00

午睡時間です。午後の活動までゆっくり静養されています。



9:15~

看護師によるバイタル測定! ゆっくりお茶や、お菓子をどうぞ。



~9:15

来所されたら手洗い・うがいをを行い風邪やウイルスから守りましょう!

「今日もヨロシくない!」



16:45

1日お疲れ様でした。また来週お会いしましょう!



14:45~15:45

午後からは活動の時間となります。みんなで楽しく体操をしたり、ゲームをして日頃の運動不足を解消しましょう!

16:00~

ゲームで楽しんだ後はおいしいおやつをどうぞ。



16:40

「北国の春」リズム体操でサヨナラ〜。

# 今日も笑顔、元気で デイサービス センター

節分が過ぎ、暦の上では春ですね。まだまだ寒さ厳しい日が続くなか、デイサービスはご利用様のとて元気な声とともに1日が始まります。

「おはよう」の挨拶とともに、「デイサービスが待ち遠しかったよ...」「ここに来るのが楽しみだ」などなど、とてもうれしい言葉を掛けて頂き、私たち職員の力になります。

『デイサービスって何?』『どんなところ?』と、まだまだ知られていない事が多いので、簡単ではありますがデイサービスの1日をご紹介します。

## 御利用者家族様からの声



三浦 サワ様

いつも皆様には大変お世話になっております。デイサービスから帰ってくると「お風呂に入れてもらったよ。ありがでない」と教えてくれます。

感謝の気持ちでいっぱいです。ありがとうございます。



菅野キヨシ様

ホームから帰ってくると「次はいつだい?」と、とても楽しみにしております。職員の方々に明るく優しくしていただき、とても元気になって帰ってきますので、とても感謝しております。

これからもよろしくお願ひ致します。

大好評の

## 忘年会

今年もやっちゃいました

H25.12.23~28

平成24年から始まった忘年会...1年間、御利用いただいた感謝の気持ちを込めて今年もにぎやかに開催されました。

1週間お鍋のメニューも変わり、具材も豊富で皆さん大変喜んでおられました。御利用者様と職員が力を合わせて作ったお鍋は、どこにも負けない、とっても優しい味がしました。





# 群雄割拠！ソフトバレーボール大会



外は寒さでキンキン…体育館は熱気ムンムン！というわけで、今年も済生会川俣病院主催の「第8回地域医療・福祉施設親善ソフトバレーボール大会」に参加いたしました。前回大会の雪辱を果たすべく乗り込んだ川俣ホーム選抜2チームでしたが、はたしてその結果は…。

残念ながらD・E各ブロックの1位にとどまり、優勝カップを取り返すことは出来ませんでした。今大会前は、あまり練習時間も取れず、正直不安を抱えておりました。そして正にその不安を露呈する結果となってしまったのです。これから来年の大会に向けて練習量を増やし、この屈辱を倍返しだ!!

今年も川俣ホームスポーツサークルをよろしくお願い致します。



## 医務コーナー Q&A

### 冬季に多い感染症について

#### ■ノロウイルス

ノロウイルスは、非加熱の2枚貝、又は人から人に経口感染して、伝染性の感染症を起こします。最近では集団感染のニュースもよく聞かれます。

始まりは突発的に起こることが多く、突然腹の底から込み上げてくるような感触がきて、嘔吐してしまうことがあります。しかも、一度で終わらず何度も激しい吐き気が起こったりします。吐き気が終わった後は、悪寒、発熱を伴うことがあります。最近では、症状が軽微な変異性のノロウイルスも確認されています。

これらの症状は通常1～2日で治まり、後遺症が残ることもありません。免疫力の低下した老人では、死亡した例（嘔吐物を喉に詰まらせることによる窒息、誤嚥性肺炎による死亡）も報告されています。

※身近な予防法としては、やはり「手洗い」と「うがい」です。ノロウイルスはとても感染力が強く、感染者の吐物や便の処理が不完全で、乾燥した粉末を少量吸い込んだだけでも感染してしまうことから、後始末、お掃除の仕方が二次感染を防ぐ重要なポイントとなります。また、激しい嘔吐や下痢により脱水症状に陥ってしまうこともありますので、経口補水液 O S - 1 などですっきり水分、ミネラルを摂取しましょう。

#### ■インフルエンザ

風邪症候群の中でも、最も強い全身症状と呼吸器症状を示します。頭痛、筋肉痛で始まり、発熱、悪寒戦慄、関節痛が続きます。通常3～4日ほどで自然に軽快します。まれに肺炎や細菌の二次感染を引き起こすことがあります。

※対策としては、ワクチンの接種、部屋の湿度管理、手洗い、うがい等が有効です。外出時はマスクの着用を心がけましょう。



## 管理栄養士に聞きました

寒い冬には身体が暖くなるメニューを摂りましょう。代謝が上がれば体内の免疫力も上がり、風邪などをひきにくく、治りやすい身体になります。

今回ご紹介させていただくのは「生姜の炊き込みご飯」です。

【材料】（3合分）

お米…3合  
生姜…2かけ分  
薄口しょうゆ…大さじ2  
塩…小さじ1  
酒…大さじ3  
だし昆布…10cm  
油揚げ…1枚



1. 生姜を千切りにし、油揚げは横半分に切ってから、1～2mmほどの細かい千切りにします。昆布を濡らしたキッチンペーパーで拭いておきます。
  2. 米を洗い、調味料・昆布を入れてから、分量通りの水を入れ、最後に生姜・油揚げを乗せます。
  3. 30分以上浸したら、炊飯器の炊き込みご飯モード（無ければ通常モードで。）で炊きます。
  4. 炊きあがったら昆布を取り出し、千切りにしたらご飯とよく混ぜ、出来上がりです。
- ゆずの皮なども加えると、さらに免疫力がアップします。お好みできのこや鶏そぼろなどを入れても美味しくそうですね。是非一度お試しください。

## 川俣ホーム行事予定表

3月：ひな祭り      4月：お花見ツアー  
5月：花団子作り      6月：買い物ツアー

## 編集後記

とても寒い寒い毎が続いておりますが、皆様はいかがお過ごしでしょうか。寒いからといって水分摂取を怠りますと、冬の脱水症にもなりかねません。部屋の加湿も忘れずに、しっかりと水（お茶）を飲んでくださいね。

年に3号発行しておりますほほえみだよりは、下記のホームページにバックナンバーを掲載しておりますので、是非まとめてご覧になってみてください。懐かしいあの顔にも会えるかも!?

本年も川俣ホームとほほえみだよりを、どうぞよろしくお願い致します。

楽しく働いてみませんか?

## 職員募集中!

看護職……………若干名

【勤務形態】 ●8時間勤務(当施設勤務表による交代制)  
●パート勤務(勤務時間は相談に応じます)

○川俣ホームに通勤可能な方

○給与・待遇については、信達福祉会の給与・就業規程によります。

電話連絡の上、履歴書等をご持参下さい。担当：成尾、高橋

〔発行〕社会福祉法人信達福祉会 特別養護老人ホーム 川俣ホーム

〒960-1406 福島県伊達郡川俣町大字鶴沢字川端2-1 TEL024-565-2881 FAX024-565-2230

ホームページ・<http://www.shintatsu.jp> メールアドレス・[kawamata@shintatsu.jp](mailto:kawamata@shintatsu.jp)