

あずま荘に寄せられたご指摘・ご意見

① ～ご指摘内容～（報告日：令和2年9月18日：入所利用者ご家族より）
 ・起床介助のため職員が訪室したところ、左手の甲に3cmの裂傷が見つかり、荘長（医師）の指示により看護師が消毒・処置を行う。その後、ご家族に傷の状況をご連絡したところ、「今後、傷が治癒したかどうかについても連絡をいただきたい」とのご意見をいただきました。

～ご指摘に対する回答～

・この度は貴重なご意見をいただきまして、ありがとうございました。
 あずま荘の事故対策委員会で話し合い、感染予防対策における面会禁止の中で、ご家族が直接怪我の程度や治癒したかどうかの確認もできない状況にあるため、今後、怪我をされた場合は患部を写真で撮って、経過及び治癒した状態をご家族に説明することと致しました。

② ～ご指摘内容～（報告日：令和2年9月19日：入所利用者ご家族より）
 ・コロナ禍における面会について、「入口付近にビニールやアクリル板を挟んで、直接利用者との面会ができないか検討をいただきたい。」のご意見をいただきました。

～ご指摘に対する回答～

・この度は貴重なご意見をいただきまして、ありがとうございました。
 「政府から施設での面会に関して一時中止すべき」との基本的対処方針が出ていることと、群馬県内の新型コロナウイルス感染症の流行が収まっていない状況で、施設内で感染症が発症した場合、多くの高齢者の命が危険な状況になるため、地域での流行が収まるまでは、これまで行っていたタブレットを使用してのオンライン面会を継続させていただくこととなりました。

なお、高齢者施設での面会の緩和について、10月22日に厚生労働省の助言機関から「面会を一律に中止するのではなく、地域の流行状況を踏まえて管理者に制限の程度を判断してもらう方針」が出されており、当施設においても群馬県内の感染状況等を踏まえ、適宜検討を行っていきます。

ご寄付者各位

多くの皆様から賜りましたご寄附については、
・超低床ベッド3台
・本館正面玄関の自動扉の交換
 の費用に充てさせていただきました。
 皆様のご厚意に対し、職員一同心から感謝を申し上げます。

あずま荘新聞

はや一年の締めくくりの月を迎え、皆様には諸事ご多用のことと存じます。日頃は特別のご厚情にあずかり心より御礼申し上げます。今年もあと少しとなり、時の流れの速さを感じる今日この頃です。どうぞよいお年をお迎えください。

感染症を予防する取り組みについて

感染症対策 新型コロナウイルスを含む感染症対策の基本は、「手洗い」や「マスクの着用を含む咳エチケット」です。

①手洗い 正しい手の洗い方

- 1 流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。
- 2 手の甲をのぼすようにこすります。
- 3 指先・爪の間を念入りにこすります。
- 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、十分に水で洗い、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。

②咳エチケット 3つの咳エチケット

電車や駅、学校など人が集まるところでやる

- 1 マスクを着用する（口・鼻を覆う）
- 2 ティッシュ・ハンカチで口・鼻を覆う
- 3 袖で口・鼻を覆う

正しいマスクの着用

- 1 鼻と口の両方を確実に覆う
- 2 ゴムひもを耳にかける
- 3 隙間がないよう鼻まで覆う

咳やくしゃみを手でおさえる

首相官邸 Prime Minister's Office of Japan
 厚生労働省
 ■詳しい情報はこちら
 厚労省 検索

- 三密を守りましょう。
 【密着・密閉・密接】をしないように注意が必要です。
- ウイルスを持ち込まない。
 マスクの着用・手指消毒・検温を行うことが必要です。
 上記の手の洗い方、咳エチケット、正しいマスクの着用方法を参考にしてください。
- 面会時、リモートでのやりとりを開始しています。
 利用者様・ご家族様にご好評を頂いております。



給食だより

10月～毎月1日はパンの日
メニュー（ロールパン）



8月誕生日会メニュー
（うなぎちらし）



10月誕生日会メニュー
（にぎり寿司）



免疫を高めるために食事にできること

細菌やウイルスから私たちの体を守ってくれる「免疫力」。この免疫力の向上に役立つ食べ物を普段の食事に取り入れ、感染症の予防をしましょう。今回は普段の食事に取り入れやすい食材をピックアップしました。

まずは・・・腸内環境を整えましょう。全身の免疫細胞の6～7割は腸に存在しています。なので腸の免疫細胞が活性化すると免疫力の向上につながります。

つぎに・・・肉や魚、卵などに多く含まれる良質のたんぱく質は免疫細胞の主成分となる栄養素です。免疫力アップには欠かせません。

また・・・亜鉛やセレンといったミネラルには免疫細胞を傷つける「活性酸素」から免疫細胞を守る働きがあります。ミネラルのほか、ビタミンAやビタミンCも抗酸化作用をもつため、免疫力低下の予防に役立ちます。

つまり・・・免疫力を高めるためには、たんぱく質やミネラル、ビタミンなどのさまざまな栄養素をとれるバランスの良い食事が重要というわけです。

- 良質なたんぱく質（免疫力アップ）が多い肉・魚・卵・豆腐など
→新鮮な食材を適量バランスよく摂取しましょう。
- 良質なたんぱく質と納豆菌（腸内環境を整える）がある納豆
→一度に大量より少量を1日1回（または2日に1回）程度の摂取がおすすめです。
- 良質なたんぱく質と乳酸菌（腸内環境を整える）が含まれるもの
→乳酸菌は毎日とり続けることが大切です。
- ビタミンAに変わるβカロチンが豊富なニンジン・青菜
→ニンジンは皮ごと調理がおすすめです。油で調理すると吸収力が上がります。



上記以外にも、食物繊維（腸内環境を整える）が豊富なきのこ、オリゴ糖が含まれるバナナ、亜鉛の豊富な階層、ビタミン・ミネラルが含まれるトマトやニンニクなどもおすすめです。

免疫力を保つために「規則正しい生活を」心がけましょう！

行事報告

一般棟

8月25日納涼祭が開催されました。
今年の納涼祭はコロナウイルスの影響で、室内のみでの開催となりました。職員手作りの競技やゲームに、利用者様は真剣に取り組んでくださり、白熱のバトルも繰り広げられていました。



一般棟

10月29日ボーリング大会を開催しました。
2つのレーンを設置し、行いました。優勝のかかった大会だったため、利用者様は必死にボールを投げ、楽しまれていました。



認知症専門棟

9月30日白玉団子作りを行い利用者様には白玉を作る工程を楽しんでいただきました。一人一人サイズや形もバラバラで個性があり、とても美味しそうな団子を作ることが出来ました。利用者様は「美味しい」と気分転換出来ているようでした。



認知症専門棟

10月29日運動会をイメージしたレクリエーションを行いました。赤組白組とチーム対抗で競技を行い、ボール渡しや玉入れを行いました。結果として赤組が勝ちましたが、勝ち負けではなく、みんなで楽しく体を動かしながら有意義な時間を過ごすことが出来ました。



通所

9月25日あずま喫茶を開店、コーヒー、ココア、カフェオレ、ほうじ茶ラテ等をご注文頂き和やかな一時を過ごしました。メニュー表を用意し、利用者の皆様に好きな飲物を選んで頂きました。併せてレクリエーションでコースター作成を行い、それぞれ自分で作成した物にコップをのせ、雰囲気を楽しんでいました。

