



ヘルパーステーション

* 冬場を快適生活するための環境整備のポイント *

気温が下がり寒さが厳しくなる冬場は、空気が乾燥し、肌も乾燥しやすくなります。風邪予防と肌の健康を保つには温度と湿度のバランスが重要です。

暖房器具の使用によって乾燥しがちな冬の場合は、温度が高くても暖かく感じません。45%以上の湿度を保つことが必要です。例えば、洗濯物の室内干しは湿度を10%上昇させる効果があると言われています。

更に濡れタオルを部屋に吊るしたり、水の入った器をテーブルに置くことは家庭で手軽にできる加湿方法です。

また、肌の乾燥予防として、冬場の入浴後には保湿剤を塗る習慣をつけましょう。乾燥してかゆみがあれば、ぜひお風呂のお湯の温度は低めにして強く擦らないことを心がけるとよいようです。

『人が快適と感じる温度と湿度』

- ・ 夏は温度25～27℃、湿度50～60%
- ・ 冬は温度18～20℃、湿度40～50%

居宅支援事業所・地域包括支援センター ～ “肺炎球菌” の感染を予防しましょう～

“肺炎球菌感染症とは”

肺炎球菌という細菌によって引き起こされる病気です。この菌は、主に気道の分泌物に含まれ、唾液などを通じて飛沫感染します。日本人の約3～5%の高齢者では鼻や喉の奥に菌が常在しているとされます。これらの菌が何らかのきっかけで進展することで、気管支炎、肺炎、敗血症などの重い合併症を起こすことがあります。

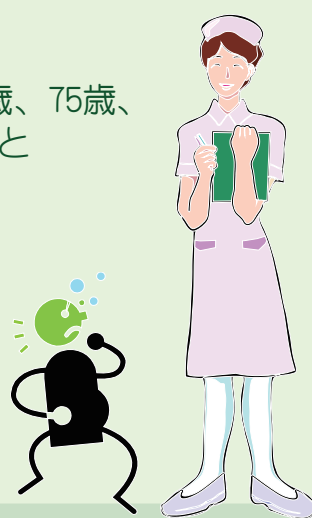
“ワクチンの予防接種を受けられる方”

平成26年度（平成27年3月31日まで）は、平成26年度に65歳、70歳、75歳、80歳、85歳、90歳、95歳、100歳となる方と101歳以上の方が対象となります。

“摂取を受けられる場所や費用”

実施主体は各市区町村になります。詳細については、お住まいの市区町村にお問い合わせください。

※参照『厚生労働省ホームページ』



その他

ケアタウン成増に対するご意見、ご要望、苦情などありましたらお気軽に声をかけてください。ご指導、ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

次号は4月上旬発行予定です。お楽しみにして下さい。

<http://misono-fukushikai.or.jp/>



たんぽぽ通信

平成27年1月発行 第29号

社会福祉法人みその福祉会・ケアタウン成増



新春のご挨拶

社会福祉法人みその福祉会 理事長 坂本 寛

皆様明けましておめでとうございます。穏やかな新年をお迎えになられたこととお慶び申し上げます。また本年が皆様にとってよい年でありますよう心よりお祈り申し上げます。

昨年の12月で20回目となりました「今年の漢字」を京都・清水寺の森 清範貫主が国宝の「清水の舞台」にて「税」と特大の和紙に大筆にてしたためられました。「税」が選ばれた理由を昨年起きた象徴的な出来事により考えてみたいと思います。1つ目は消費税率が4月より17年ぶりに引き上げられ、国民生活に大きく影響したことが挙げられます。2つ目は12月の衆議院解散総選挙により与党が勝利し、今年の10月に予定されていた消費税率10%への引き上げが1年半延期されることになったこと、3つ目は、消費税増税のタイミングに合わせ、改めて今後増え続ける年金、医療、介護等の社会保障費の財源について国民的な議論がされたことなどがあります。特に介護分野におきましては、ご高齢になられても安心して暮らせるような、そんな社会であり続けることを願うばかりです。微力ながら当法人においても全職員が一丸となり、地域の福祉力向上のために全力で取り組む決意でございます。

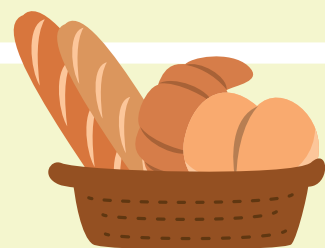
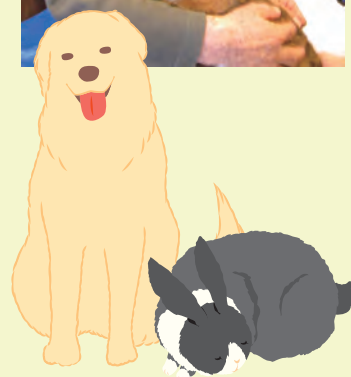
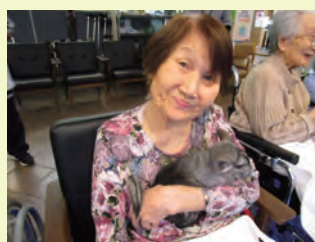
さて今年の干支は未年になります。羊は群れをなすことから「家族の安泰」、いつまでも「平和」に暮らすことを意味するそうです。平成26年は御嶽山の噴火など大変多くの自然災害がありました。今年こそ皆様にとって大災害のない、更に素晴らしい年となることを願っております。ご関係の皆様にはこれからもご支援・ご鞭撻を賜りますよう、心よりお願い申し上げます。

***** 特別養護老人ホーム・ショートステイ *****

アニマルセラピー



日本ペット＆アニマル専門学校のご協力により10月17日にアニマルセラピーを行いました。
当日はうさぎ・ハムスターの小動物や犬等の動物たちと触れ合いをしました。昔、ペットを飼われていたご利用者は喜ばれておりました。短い時間でしたが動物との触れ合いで心とむ時間を過ごすことができました。



イクトスパン販売



美味しいパンをぜひ皆さんに食べていただきたく、社会福祉法人むくどり イクトスパン工房さんのご協力によりパン販売を開始いたしました。毎月2回目で美味しいパンが食べられて大変好評です。



***** デイサービスセンター *****

絵馬作り



12月第1週に毎年、恒例の絵馬作りを行いました。
新年の干支、羊をモチーフに梅と松をあしらひ、裏には願い事や新年の抱負を書きいただきました。
「健康で過ごせます様に」「家族が幸せになりますように」といった願い事を書かれる方が沢山いらっしゃいました。



陶芸教室



毎月第2週の火曜、木曜日に陶芸教室を開催しております。
陶芸教室Futabaの講師の方に、作品作りのアドバイスをして頂いて難しい作品にも取り組んでいます。世界に1つだけの作品に皆様、とても喜ばれています。

紅葉ドライブ



風も少しありましたが楽しんで参加していただきました。
皆様は寒くないとおっしゃり、かなり長い間公園を散策されました。
「本当に気持ちのいい」とのお話もあり、次回のドライブも楽しいものにしていきたいと思います。

