

菜の花だより

〒448-0003 愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

医療法人豊田会
介護老人保健施設 ハビリス 一ツ木

TEL <0566> 29-3611
FAX <0566> 29-3621
E-mail: habirisu@dream.ocn.ne.jp
<http://www.toyota-kai.or.jp>

2020年 1月号
第79号
編集：ハビリス広報委員会

ねずみ年です

皆さま明けましておめでとうございます。

この新春は令和最初のお正月です。子年、十二支最初の干支、新天皇が即位されて初の新年を干支の始まりの年で迎えるというなにやらそれだけでおめでたい印象です。

干支の始まりがネズミになったいわれは神が十二支の動物を決める際、家の門の前に来た順番に決めることにした。牛は動きが遅いからと真っ先に出かけ、一番に門の前についた。しかし、門が開けられる時、牛の頭の上に乗っていた鼠が牛の前に飛び出たので、鼠が一番になったという。なお、猫も十二支に入れてもらおうと準備をしていたが、鼠が集合の日をわざと間違えて教えたので十二支に入ることができなかった。それで今でも猫は鼠を追いかけて回すのだという。ほかの話として、候補の動物たちが順番を投票で決められることとなった。しか

し鼠は「私は体が小さくて、誰の目にも入りません」と言った。神は承知して、ネズミを大きくした。人々は大きなネズミに驚いて、ネズミを一番に投票した。などの逸話がウィキペディアに記述されています。また漢書、律曆志によると「子」は「孳」（し：「ふえる」の意味）で、新しい生命が種子の中に萌ざし始める状態を表しているとされ、後に覚え易くするため、動物の鼠が割り当てられたとのこと。まさしく物事の始まりにふさわしい現象を表現した言葉のようです。私たちの周りにもネズミにまつわる様々な表現があふれています。身近なことわざ、格言としては大山鳴動してネズミ一匹（前触ればかりが大きくて、実際の結果は意外に小さいこと）、窮鼠猫を噛む（追い詰められた弱者が、強者に対し必死に反撃すること）、袋の鼠（追い詰められて逃げることができない状態のこと）、鼠捕る猫は爪を隠す（真にすぐれた才能のある人は、それをむやみにひけらかしたりしないということ）など。俗語的な言葉ではねずみ算、ネズミ講、ねずみとり、鼠小僧次郎吉（江戸時代後期に大名屋敷専門に荒らした窃盗犯、義賊）、ネズミ男（水木しげるの漫画キャラクター）、世界中で親しまれるミッキーマウス、アニメのトムとジェリー等々、ネズミにまつわる言葉はあふれています。哺乳類中もっとも繁栄している種とされ、良きにつけ悪きにつけ、今も昔も人間にとってネズミは身近な存在。イノシシは豚コレラ騒動で中部、北陸地方中心に酷いことになりましたが、今年のネズミはそんなことなく（外来種の大型ネズミのヌートリアによる農産物被害などありますが）、カピバラが温泉につかっているような平穏な年となりますよう、皆さまにも平穏な一年でありますようお願いしております。



施設長
深谷直樹

『ハビリス秋祭り』では、いろいろ

1-2F

10月5日にハビリス秋祭りが開催されました。

今年は、刈谷城盛上げ隊をお呼びし、剣さばき等を披露してくださり、利用者さまからは、「かっこいい〜」等の黄色い声援が飛び交っていました。

模擬店では、普段とは違った食べ物があると、目を輝かせて模擬店を探している姿がとても印象的でした。

催し物から模擬店まで、とても楽しまれており、終始笑顔の秋祭りでした。

来年も利用者さま・ご家族が楽しめる秋祭りを企画していきます。

1棟2階 岡田 明美



1-3F

大好きな息子さんと一緒に参加。

手を握ってもらって思わず笑顔に(^^)



両手にお団子！みんなで美味しくいただきました(*^o^*)

1棟3階 檜木 真琴

な出し物や模擬店が催されました

1-4F

秋祭りに展示するフロア紹介のポスターを利用者さまと一緒に作成しました。習字の半紙に色付けして作った色とりどりの花を、ポスターに写真フレームのように飾り付けました。

当日、完成したポスターの前で、思わずにっこり！ 満面の笑みで写真を撮りました。「会場で見ると、またいい感じだったよー」と嬉しそうな声に、職員も思わずピースサイン！ お団子や焼きそばを手に「お腹も、気持ちもいっぱい」と大満足な一日となりました。

1棟4階 加藤 純子



2-2F

秋祭りを締めくくる
盆踊りに参加しました。
昔取った杵柄で、一生懸命
踊って歌って楽しみました。



毎年参加しているカラオケ大会に
今年も出ることができました。
日頃鍛えた自慢の喉が冴え渡ります。



2棟2階 林 和秀

恒例の『ハビリス秋祭り』が10月5日に実施されました。

デイケアも60名以上の利用者さまがご家族やボランティア・職員と一緒に参加されました。

昔懐かしい射的などを楽しまれ景品のお菓子をたくさんもらったり、模擬店の焼きそばやみたらし団子などを「美味しいね！」と笑顔で召し上がっていました。

刈谷城盛上げ隊のみなさんと一緒に写真を撮って楽しく過ごされました。

デイケア 加茂 貴美恵



ハビリス 20 周年企画 20 周年を記念して
4 回シリーズでお送りします

～ベテランスタッフより～③

1999年世の中はノストラダムスの大予言に不安を感じ、2000年問題がよりリアルに懸念されるようになった年にハビリスは産声を上げました。それから20年、今では入所定員146名、通所定員120名と県内屈指の大規模施設へと成長しました。入職当時は、時間の流れが病院とあまりにも違い、ゆったりしていることに困惑したものです。また、認知症の利用者さまへの対応も分からず、つい大きな声が出たり、イライラしながら業務をしてしまっていたように思います。そんな中、認知症介護実践者研修を受ける機会があり、認知症について学ぶと同時に、自身の行動についても振り返ることができ、今では愛知県認知症介護指導者として、愛知県の認知症についての講義等の企画・運営や施設内での認知症に関する教育に携わっています。認知症介護指導者養成研修を受講したことで、相手のことを考える、人として尊重する、利用者さま中心のケアなど幅広く学び、自分自身の考え方やマネジメント力、利用者さまと接する態度などに大きく影響したことは確かです。成長させていただいたことに感謝しています。また、20年の間に介護の世界も大きく変わりました。その中でも変わらないものがあります。それは、職員一人ひとりの介護に対する思いです。業務が忙しくても、辛くても、利用者さまの「ありがとう」という言葉に、またがんばろうという気持ちになるのです。その思いをいつまでも忘れず、今できることをしっかり行い、常に笑顔を絶やさず、利用者さまやご家族の立場になって考えられるように、これからもがんばっていこうと決意を新たにしました。

デイケア 龍 美代子

健康だより

2020年1月発行

ノロウイルス

ノロウイルスは毎年11～1月に流行する、感染性胃腸炎の原因となるウイルスです。感染すると24～48時間で発症し、主な症状は吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱です。これらの症状が1～2日続いた後に自然に回復し、後遺症はありません。

しかし、高齢者や子供の場合では重症化や、吐いた物を誤って気道に詰まらせて死亡にいたることがあるので、特に注意が必要です。

予防のためにご家庭などでできる対策、3つのポイントを紹介します。

(1)「手洗い」をしっかりと！

特に食事前、トイレの後、調理前後は石けんでよく洗い、流水で十分に流しましょう。

※アルコール消毒は、風邪やインフルエンザなどの予防には効果的ですが、ノロウイルスにはあまり効果がないといわれているのでご注意ください。

(2)「人からの感染」を防ぐ！

家庭内や集団で生活している施設で発生した場合、感染した人の便や吐物からの二次感染や、飛散を予防する必要があります。

ノロウイルスが流行する冬期は、下痢便や吐物に大量のノロウイルスが含まれていることがあります。使用後のおむつなどの取り扱いには十分注意しましょう。手袋やマスクの使用をお勧めします。

(3)「食品からの感染」を防ぐ！

加熱して食べる食材は中心部までしっかりと「加熱」しましょう。85℃で1分以上の加熱が必要です。電子レンジの活用も有効です。

また、調理器具や調理台は「消毒」して、いつも清潔にしましょう。熱湯(85℃以上)で1分以上の加熱消毒が有効です。

2棟2階 看護師 阿部 則子



リハビリだより

～『人との交流がもたらす効果について』～

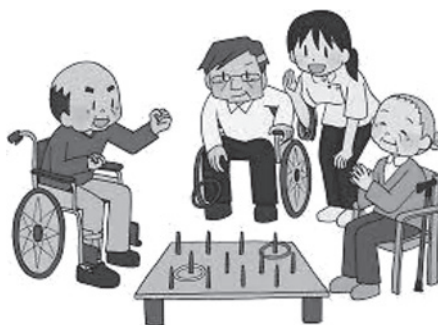
友人と遊んだり、習い事や町内会の役など、生活の中では人と交流する機会が多くあります。人との交流には身近な家族との交流もありますが、家の外、つまり社会で人と交流することには以下のような効果があると言われています。

- 認知症の予防
- 活動への関心
- 集中力
- 責任感
- 周囲への関心
- 仲間意識

ボランティア活動やサークル活動に参加している人たちは、認知症の発症リスクが低いという報告もあります。

ハビリスを利用されていると食事や入浴、喫茶など人と交流する機会が多くあります。それだけでなく、ハビリスでは集団体操や集団レクリエーションなど、多くの人と一緒に活動することがあります。高齢者の健康づくりでは、有酸素運動、筋力トレーニング、柔軟性運動などを組み合わせて行うことが推奨されていますので、1人で体操をして体を動かすだけでも効果があります。ただ集団で人と交流しながら行うことで、人との交流の効果も加わります。ぜひ、体操やレクリエーションを行うときには人との交流の効果も意識して取り組んでみてください。またハビリスでの活動以外にも、地域で行われているサークルやイベントなど、機会を見つけて参加して人と交流することを心がけてみてください。

作業療法士 浅田 樹来



編集 後記

明けましておめでとうございます。令和となって初めての、またハビリス開設から21回目の新年を無事迎える事が出来ました。これも利用者さまおよびご家族さまのご支援あってこそのものだと思います。これからも安心とくつろぎを提供できるよう職員一丸となって頑張っていきたいと思います。

広報委員会

お問い合わせ



医療法人豊田会 介護老人保健施設

ハビリスーツ木

〒448-0003

愛知県刈谷市一ツ木町4丁目41番地4

TEL.0566-29-3611

FAX.0566-29-3621

<http://www.toyota-kai.or.jp>