

職員日記

今月在宅へ帰られるHさん、下半身麻痺があり、車椅子、ベッドへの移乗に不安を感じておられました。居室担当者のMさんが何かいいことはないかと考えました。

なんとか工夫をして不安を軽減できないかと・・・インターネットなど検索して、得意な裁縫で作上げた作品がとてもすばらしくHさんも感激され（世界に一つしかないもの）家に帰る自信になりました。

と喜ばれています。業務に追われる毎日ですが、彼女の心のこもった行動や考え方が私たちの刺激になりました。利用者様の笑顔を見られるようにこれかも寄り添った支援を出来ればと改めて思いました。

介護職員 K・K



感染委員会よりお知らせ

新型コロナウイルスワクチン接種のお知らせ。
5月下旬から6月下旬にかけてワクチン接種を実施しご利用者様・スタッフともに大きな副反応もなく無事に摂取ができました。

ご理解・ご協力ありがとうございました。
面会は今まで通りガラス越しとなりますので、宜しくお願ひ致します。

面会日は水・木・日

時間は14:00～16:00までの予約制です。

※上記内容は委員会で定期的に話し合いを行い変更になる可能性もありますので詳しくは電話連絡等での確認をお願い致します。



＜コロナに負けないからだを作ろう＞

感染対策（体調管理法）のご紹介

- ①予防は水うがいで「クチュ・クチュ」を3回
「ガラガラうがい」を7回
- ②タオルをにぎって（朝起きたらタオルを2分間、強く握って1分間休憩する。）左右2セットすると血圧が落ち着きます。
- ③指先を使わず手のひらや肘を使う工夫をし余計なウイルスをつけない
- ④立ったり座ったりスクワット（在宅勤務等で長時間座っているのは喫煙と同じぐらい体に悪いそうです）
- ⑤昼寝と散歩をかかさない「15分の昼寝は血圧を下げる効果があります。椅子に座ったまま目を閉じるだけでもいいとの事です。」
- ⑥帰宅後は「手洗い」「顔洗い」
- ⑦緑茶を飲む（緑茶をこまめに飲むとインフルエンザの発症率が低くなるデータがあるとの事です。）
- ⑧平日と休日で睡眠のパターンを変えない。（いつもよりゆっくり寝とくのはプラス1時間まで）
- ⑨ストレスを感じたら「ココア」を飲む
- ⑩「トマトとリンゴ」を食べる。

上記の内容を試してみんなで体にいい生活を心がけていきましょう。

介護職員M・M



シルバータウン加治木ホームページ

行事等の報告はホームページの「シルバータウン便り」にも載せています。ぜひ、ホームページもご覧になって下さい。下記のアドレス若しくは「シルバータウン加治木」で検索して下さい。

シルバータウン加治木ホームページ

<http://kajiki-shokikai.jp/silver-t-k/>

ご家族様へ

施設や職員に対し、ご利用者様やご家族様からのご意見・ご要望をお待ちしております。
どんな些細な事でも構いませんのでお聞かせ下さい。

7月のカレンダー

1 木	お弁当の日	1 6 金	
2 金		1 7 土	
3 土		1 8 日	
4 日		1 9 月	
5 月		2 0 火	
6 火		2 1 水	おやつレク 3 F
7 水		2 2 木	入所お茶会
8 木	研修報告会・資質向上	2 3 金	デイお茶会
9 金		2 4 土	デイお茶会
1 0 土		2 5 日	
1 1 日		2 6 月	デイおやつレク
1 2 月	移動床屋 2 F	2 7 火	デイおやつレク・入退所判定会
1 3 火	移動床屋 3 F・入退所判定会	2 8 水	2 F 夏祭り
1 4 水	歯科指導	2 9 木	3 F 夏祭り
1 5 木	消防総合訓練	3 0 金	デイ夏祭り
		3 1 土	

お茶会写真

