かわしま
介護トピックス
第33号
2021年10月25日
発行／社会医療法人 玄真堂 在宅事業部 大分県中津市宮夫14-1 ☎0979-24-2423

「コロナの話はもう飽きました」と言える日

川嶌整形外科病院
診療副部長
後 藤　剛

新型コロナウイルスが、猛威をふるい世界中に広がって２年目突入です。毎日ニュースで新型コロナウイルスの話が流れます。昨年よりも日本では感染者数は急激に増え、ウイルスも変異していき現在必死に接種しているワクチンも効果がないのでは？と言われるようになりました。ただ感染率・重症化率を引き下げる効果はあります。ウイルス変異のため易感染性になった今、対抗出来る手段としたらやはりワクチンです。3回接種の話も出てきました。変異していくウイルスに対抗するには仕方のないことだと思います。何が正解で何が間違いなのかはまだ分かりません。インフルエンザのように抗ウイルス薬が出てくれれば安心出来るのでしょうが、2021年8月の現段階で頼るのは『ワクチン』『不織布マスク』『密』を避ける位しかありません。まだまだ気を引き締めて予防をしていくしかありません。一人一人が予防策を行い、感染が疑われる時は早めの医療機関受診が必要です。県北の感染率が高まっている今が踏ん張りどころです。「コロナの話はもう飽きました」と言っても不謹慎と思われない日は来ると思います。それまで自分が出来ることを続け頑張っていきましょう。

玄真堂家族会

通所リハビリテーション科
介護福祉士　岩 田 由香理

常日頃介護に携わっているご家族が孤立しないように、ご家族同士の交流と憩いの場として「玄真堂家族会」を2011年２月より開始しました。

「玄真堂家族会」では、介護をされるご家族同士が、それぞれの悩みや介護への思いをお互いに吐き出し、つながりを作り、そのことが生活の活力となるように懇談や体験の語り合い、専門職による介護技術の演習、役に立つ介護情報の提供などを行い、2019年までに18回開催してきました。

家族会で最重要に位置付けているご家族同士の懇談では、日頃の介護体験談をそれぞれに伝えあい、そして共感し、視点をかえ明日からの介護へ再チャレンジできるよう、孤立感を少しでも解消する場の提供が大切であると改めて思っています。

介護技術の演習は、「覚えておきたい！介護のつぼ〜こうすれば介護が楽になる〜」、「腰に負担のかからない介助」、「転倒した時の対応と介助方法」等について行い、介護情報の提供では、「介護用品の紹介」、「褥瘡とその予防」、「ベッド・マットレスの体験」、「高齢者施設について」などを職員より説明があり、実際に参加者に介護をされる側の立場も体験して頂くことで、お互いにとってより良い介助法の説明が行えました。

2020年以降は新型コロナウイルス感染症の発生拡大で家族会の開催を見送っていますが、感染が鎮静化した時には再開しますので、その際は多くご家族の参加をお待ちします。

スタッフ★クローズアップ

Q. 色々大変なコロナ禍だったからこそ、癒された事は？

通所リハビリテーション科・訪問リハビリテーション科

理学療法士 中 野　達 也

家族と遠出や旅行に行くのが楽しみでしたが、現在は休みの日も自宅で過ごすことが多くなりました。家にいる時間が増えたことで、家の掃除やいらない物の整理が出来ることは良い面かなと感じます。また、遠出が出来ないため子ども達と「探検」と題して家の近所を散策しています。近所を探検していると、人が通るの？と思う様な怪しい道や思いもよらない近道があり、子ども達とわいわいガヤガヤ言いながら楽しんでいます。探検中には、田んぼや池の周りの虫を捕まえたり草木を観察したりと童心に帰った気持ちになります。家の周りにもまだまだ自然が残っており、虫や草木に触れ、子ども達とワクワクしながら探検することが楽しみであり、癒しになっています。

訪問看護リハビリステーション

看護師 川 邉　知 美

我が家の家族を紹介します。先住猫のみーちゃん（白：メス9歳)と新入りのゴン太(オス推定2歳）です。2匹とも保護猫です。外出自粛の毎日ですが、我が家は家族全員、2匹の愛らしい姿にいつも癒されています。

かわしま介護保険サービスセンター

介護支援専門員 熊 谷　明 美

家に居るのが大好きなので、家で過ごす時間で癒され、楽しんでもいます。友人と家で食事するのは中断していますが、惣菜の遣り取りで変わらぬ交流が出来ているのが嬉しく癒されています。そして何より良かったとの実感は、女性がどんどん失業する中でも、仕事が “ある” ということです。しみじみ良かったなあと嬉しく思っています。

デイサービスひだまり

介護福祉士 高 山　和 恵

私の趣味はフラダンスです♪コロナ禍前は、所属している団体の皆さんと、地域のイベントや県外からもお呼びがかかり、休日を利用して披露に回っていました。しかし、コロナ禍となり、各種イベントの中止が重なり、フラダンスを踊る機会がなくなっていました。そんな私の “踊りたい！” 気持ちを察してくれた現場スタッフから『踊って！』とお声がかかり、ご利用者に披露させて頂きました。衣装もしっかり準備して、音楽講師のリチャード先生のギターに合わせて久しぶりの踊り！『高山さんの踊りで元気がでたよ！』と多くのご利用者にお声かけ頂き、コロナ禍だったからこその職場での披露、そしてご利用者からの嬉しい言葉をお聞きすることが出来たと思います。久しぶりにフラダンスを踊れ私自身も癒されました（＾−＾）『アロハ～♡』

免疫力アップ!! レシピ

通所リハビリテーション科　介護福祉士　松 井　貴 美

免疫をつけて
体調を
管理しましょう!!

甘酒の味噌汁

材料

- だし汁・・・・・・・200cc
- 甘酒・・・・・・・・100cc
- 味噌（白味噌）・・・大さじ1.5杯
- 好きな野菜（大根・人参・レンコン等々）

作り方

- 鍋にだし汁と野菜を入れ、野菜が煮えたら甘酒を加えます。
- 少し沸騰したら、味噌を溶きます。お好みでネギなどを盛りつけたら完成です！
（お餅や玉子などを入れても美味しいですよ。）

編集後記♪ 明けない夜はないと信じて、出来る事からやっていきましょう。