



ウエスト神社初詣

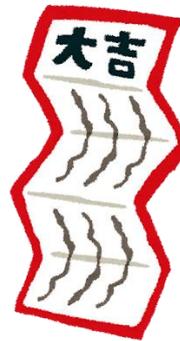


1月8日お正月にちなんでウエスト神社で初詣をしました。と言っても職員お手製の鳥居と賽銭箱と鈴で神社の雰囲気を出したものです。BGMはお正月らしいお琴の曲を流して盛り上げました。



利用者様それぞれがオモチャのお金を賽銭箱に投げ入れお参りをさせていただきました。皆様、熱心にお参りをしていたりました。

さてお参りの後のお楽しみといえばおみくじです。ウエスト神社では、大吉から凶までの4種類です。今年の運勢も書いてありました。結果に歓声をあげたり、ため息をつかれたり、親しい人と見せあったりと賑やかな初詣となりました。



残念ながら昨年ように巫女に扮した職員との記念写真を撮る、甘酒等の提供は感染対応の為にできませんでしたが、お正月の雰囲気を感じて頂けたのではないかと思います。

今年一年、皆様にとって良い年でありますように職員一同願っております。



介護福祉士 高野 久子

鏡開き (デイケア)

新しい年が始まり、1/11に鏡開きのイベントを行いました。お正月過ぎによく耳にする鏡開きですが、お正月に年神様にお供えていた鏡餅を下げ、割って食べる昔からの日本の習慣です。年末の餅つきイベントで作った鏡餅は大きくひび割れ少し汚れてしまい、残念ながら鏡開きをして皆様と美味しく頂くことは難しい様子でした。それなら、鏡餅の代わりにスタッフの頭をたたく事でデイケアの鏡開きとしよう！という事になり、ミニイベントを開催させて頂きました。



内容は、『たたいてかぶってジャンケンポン!!』 向かい合わせに座ったスタッフがジャンケンをし、勝った方はピコピコハンマーで相手の頭をたたき、負けた方はたたかれる前にヘルメットをかぶります。指名されたスタッフが勝ち抜き戦で戦っていきます。試合が始まる前に利用者の皆様には、『たたいてかぶってジャンケンポン!!』の掛け声を練習して頂き、準備は万全です。

前半の試合は女性スタッフ同士の戦いです。心優しいスタッフはかいっぱいたたけず、ピコピコハンマーの可愛い音が聞こえます。男女混合の試合が始まると段々と白熱し、ハンマーを握る手に力が入ります。また、ジャンケンに勝ったか負けたか混乱し、ハンマーとヘルメットを間違えて持ってしまったりと、一瞬の判断が勝敗を分けていきます。

最終戦は男性スタッフ同士の戦いです。容赦ない鉄槌が下り、ピコピコハンマーの派手な音が鳴り響きます。ヘルメットの防御も上手く決まり、なかなか勝敗がつかず緊張が高まります。何度目かのジャンケンの後に



「ピコッ」と一際大きな音が聞こえると、長かった戦いに終止符が打たれました。大きな拍手が巻き起こり、優勝したスタッフは両手を挙げて歓声に応えます。

本来の鏡開きではありませんでしたが、利用者様方も大変盛り上がり、スタッフも一緒に楽しませて頂きました。デイケアならではの鏡開きで年神様の力を授けて

頂き、皆様にとってこの一年が健やかで幸多い年になりますよう、心よりお祈り申し上げます。

介護福祉士 島 真砂美

2月行事
豆まきを2/4・2/5で行
いました。様子については、
来月号にてご報告させて頂
きます。



【編集後記】 2023年の『立春』は2月4日でした。暦の上では春ですが、寒さがまだまだ、身に沁みます。そして、メディアで花粉の事が取りざたされ、『今年は飛散量が多い』と…、なんだか毎年聞くような気もします。暖くなるのはうれしいのですが、少し複雑な気持ちになります。ウエストケアセンター広報委員会一同

発行元 介護老人保健施設ウエストケアセンター

発行年月日 令和五年二月七日

〒192-0151 東京都八王子市上川町 2135

TEL:042(654)5511

Fax:042(654)7716

<https://west-care.jp/>

自分で守ろう感染対策

～予防が大切!!感染症にかからないためにできること～

まだまだ新型コロナウイルスについての報道が続いています。身内や近所でも罹患したことがある方が増えているのではないのでしょうか。感染しても症状が出なかったり、軽症で終わったりする方がいる一方でワクチンを打っていても重症化する方がいると聞きます。季節性インフルエンザと同じく誰もが感染する可能性があるため、誰もが新型コロナウイルスに感染しないように注意しなければなりません。感染をなるべく防ぐには、風邪や季節性インフルエンザと同様、一人一人の予防対策が必要とされます。

自分で守るために家庭でできる予防対策について今一度ご確認ください。

ウイルスを家庭内に持ち込まない。基本は手洗い

家庭でできる基本の感染症予防対策として推奨されている手洗い。新型コロナウイルスにも当てはまります！



■感染予防の基本は、手洗い

帰宅後、食事前、トイレの後 などの適切なタイミングでしっかりと！
また、乾燥した皮膚（カサカサ皮膚）にはウイルスが付着しやすいため、手洗い後はクリームなどで保湿をすることも大切です。



■生活習慣を整え、身体の抵抗力を高める

栄養のバランスのとれた食事や規則正しい生活、十分な睡眠や休息をとることが重要です。

■予防接種を受ける。

感染症のなかには、予防接種で免疫をつけることで予防できるものが多くあります。かかりつけ医に相談して、流行前や決められた時期に受けることで、重症化を防ぐこと、発症をある程度抑えることができます。



■換気回数をしっかりと！

換気回数を毎時2回以上（30分に一回以上、数分間程度、窓を全開する。）とする。空気の流れを作るため、複数の窓がある場合、二方向の壁の窓を開放すること。窓が一つしかない場合は、ドアを開け換気をしましょう。

感染予防をしながら元の生活に！with コロナへ！

施設では感染拡大防止のために面会やカラオケの中止等様々な制限をしてきました。しかし、with コロナと行動制限が緩和され周囲の活動が広がれば感染も拡がり、さらに制限を強いる時期も多くありました。まだまだ油断は出来ませんが少しずつ日常が取り戻せればと思っています。通所では待ち望んでいたカラオケが再開されました。楽しそうな声が聞こえてきてこちら心も弾みます。今年は感染予防をしながら行事やレクリエーションが楽しく行えるようにしていきたいと思っています。

副看護部長 荒川 純子



お誕生日会（3階フロア）

3階フロアでは、1月23日に12月・1月生まれの方の合同誕生日会を開催致しました。合わせて8名いらっしゃり、プリンやケーキなどを召し上げて頂きました。「こんな誕生日、幸せ！」などと嬉しいお言葉を頂き、今後も利用者様から喜ばれる誕生日会を計画できたらいいなと思っております。

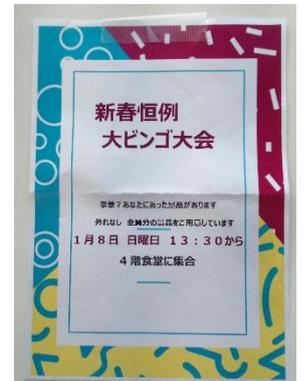


介護職員 高橋 愛



ビンゴ大会（4階フロア）

1月8日に、4階フロアにてビンゴ大会を開催しました。ささやかではありましたがフロア職員が景品を用意させていただき、利用者様にビンゴカードをお渡しして、フロア職員が1回1回くじを引き、番号が書かれた数字を読み上げ、縦・横・ななめ1列そろったら『ビンゴ!!』と司会者に申告していただくお馴染みのルールです。「これが当たった!」と職員に自慢気な様子で見せて下さる利用者様や、「それいいじゃない」「かわいいね」



などと利用者様同士でお互い景品を見せ合っている場面が見られました。



まだまだ新型コロナウイルスの感染流行が続いていますが、当施設では、利用者様の安全に配慮した行事を企画していきたいと思っております。

看護師 戸谷 仁美

新春！かくし芸大会（5階フロア）

1月の5階のフロアレクリエーションにて、職員のかくし芸大会を行いました。職員2人の懐かしのコント番組のひげダンスから始まり、手品、利用者様が参加しての輪投げ、テーブルクロス引きを披露しました。職員二人の巧みな話術に利用者の皆様は大笑いでした。お腹を抱えて笑う方、笑い過ぎて涙が出てしまった方も…。笑うと免疫力アップになる事もあるようです。皆様、今年も元気に参りましょう。介護福祉士 高野 久子

