



心

高幡会だより

こころ 74 2023.1



私達は、地域において必要とされる 病院・施設・事業所を目指します。



日本医療評価機構認定病院 大西病院 <http://www.oonishi-hp.or.jp/>

謹んで新年の御慶びを申し上げます。



今年も新型コロナウイルスについて年頭から触れなくてはならないのは、大変残念な事ですが、世界的な流行から4年目に入ってしまった。

昨年は、新型コロナウイルス対応に関連して、皆様には大変なご不便やご迷惑をおかけいたしました。ご協力いただきました事、誠にありがとうございました。

未だ収まる気配のないコロナ禍ですが、感染力こそ増しているものの、重症化のリスクは下がってきていると言われております。いずれ近いうちにコロナ感染症の対応は変わるものと思われま。

今年も新型コロナウイルスの第8波に加え、3年振りのインフルエンザとの同時流行も懸念されております。また、ロシアによるウクライナへの侵攻から1年が経過し、経済への影響も深刻さを増しております。

このような状況下ですが、地域の皆様により安全でより良い医療・介護を提供すべく高幡会職員は一丸となって本年も努力してまいります。どうぞよろしくお願いいたします。

高幡会の食事

～1月の行事食紹介～

新春



1日～3日にかけては、
毎年お節料理やお正月をイメージした
献立を提供しています。
巻き寿司や和菓子などを提供し、
少しでもお正月を感じていただけるよう
工夫しています。

＼ 7日には七草粥を提供しました ＼

本年も安全でおいしい食事が提供できるよう
職員一同努力してまいります



栄養科の取り組み ～栄養食事指導について～

栄養食事指導とは

医師の指示のもと管理栄養士が、食生活に不安のある方や病気によって食事制限のある患者様に対して、その病態に応じて食事相談を行うものです。

患者様に合わせた食品の選び方や調理方法、食べ方の工夫などについてお話させていただきます。

患者様の退院時には入院中の食事摂取状況やご自宅で気を付けていただきたいことなど、実際の入院中のお食事をみていただきながらお話をさせていただく場合もあります。

ご自宅でのお食事や栄養について心配なことがあれば、お気軽にご相談ください。



手洗いのすすめ

新型コロナウイルスやインフルエンザウイルスにはアルコール製剤による手指消毒も効果がありますが、最も効果的な方法は、流水・液体せっけんによる手洗いです。手指・腕などについてウイルスを除去する手洗いは、接触感染の感染症対策の基本です。

人は、無意識のうちに顔を触っており、そのうち、目・鼻・口などの粘膜は約 4 割とされています。

ウイルスの付いた手指で粘膜を触ることで感染する確率が高くなります。



接触感染に注意！

新型コロナウイルスの感染経路として
飛沫感染のほか、**接触感染**に注意が必要です。

人は、“無意識に”顔を触っています！



そのうち、目、鼻、口などの**粘膜**は、
約**44パーセント**を占めています！

厚生労働省 HP から

水と液体せっけんで手洗いをすれば、ウイルスを減らす事ができます。例えば、約 100 万個のウイルスは、流水で 15 秒すすぐだけで 100 分の 1 の 1 万個に減らす事ができ、更に液体せっけんで 10 秒もみ洗いした後、流水で 15 秒すすげば 1 万分の 1 となります。

また、手洗いには大切な5つのタイミングがあり、

- ① 公共の場所から帰った時
- ② 咳やくしゃみ、鼻をかんだ時
- ③ ご飯を食べる前と後
- ④ 病気の人へのケアをした時
- ⑤ 外にあるものに触った時



(参考文献) 森功次他：感染症学雑誌.80:496-500(2006)

手洗いの、5つのタイミング

公共の場所から
帰った時



咳やくしゃみ、
鼻をかんだ時



ご飯を食べる時



前と後！

病気の人への
ケアをした時



外にあるものに
触った時



★せっけんについて

せっけんには、固形せっけんや液体せっけんがありますが、液体せっけんをお勧めします。固形せっけんは、それ自体に菌やウイルスが付着することがあります。固形せっけんを使用する場合は、せっけん表面を流水で流したり、せっけん置き場をこまめに洗ったり、せっけんそのものを清潔に保つようにしなければなりません。

液体せっけんは、ポンプを押すだけで必要な量が手に取れるので簡単で使いやすく、また最近では泡タイプの物も発売されていて、泡立てる手間も省け衛生的で管理が楽です。



ひなた便り



新年、明けましておめでとうございます。
 今年は、兔年。ぴよんぴよん飛躍の年にしたいですね。
 寒い日が続きますが、くれぐれもご自愛ください。



新たな気持ちで
 今年も一年よろしく
 お願い申し上げます。



1月のカレンダーを
 利用者皆で作成しました。



皆様からの「投稿」をお待ちしております。
 病院へのご意見・ご質問、広報誌へのご感想
 ご意見などをお寄せください。

〒786-0007
 高知県高岡郡四万十町古市町 6 番 12 号
 TEL.0880-22-1191 / FAX 0880-22-1250
 ✉ e-mail : info@oonishi-hp.or.jp

知ってた？
こんな使いかた

老健

100年時代の
介護術

リハビリして
元気になって
帰りましょうね



老健が見てくれるから
安心して作業できるな



寒い冬のリハビリステイ

2カ月～3カ月

寒いからといって部屋にこもり切りになると、体の機能は低下します。そんな時こそ、リハビリステイ！



酷暑時期の熱中症対策

1～2カ月

節約のためエアコンを控える方がいます。酷暑時期はその判断が命とりに！



ほかにもこんな使い方が可能です

農繁期の1～2カ月

介護リフレッシュの1～2カ月



介護老人保健施設あけぼの

TEL : 0880-22-1108