

# 5月「試行錯誤」

新型コロナの影響のため、緊急事態宣言が発令され、時間短縮サービスという形で継続する月となり、ボランティアや理髪、行事が全て中止となりました。密を避けるため、フロアのレイアウトを変更し、机1つ当たりに対しての人数を2~3名とし、送迎車の乗り込み人数を3~4名程度に変更し、窓を開け換気をしながら行っていました。体操に関しては、今までは集まって行っていたが、密を避けることから、様々な体操を大きく映し出せることから、プロジェクターを使用行いました。今後も継続していきたいと思っています。消毒も、今まで以上に行うことでコロナ対策を行いました。



プロジェクター利用中



3密を避けるため、各机2~3名で着席してもらいます。



ギター練習中。お披露目はお待ちください。



鯉のぼりや鶴ちぎり絵等を室として展示しています

## 龍扇会



## 腹話術・マジック



# 7月「行事再開」

編み物で天の川を作成し、短冊等、飾りつけしました。個人的な願いから、地球規模の願いまで、様々な願いをされていました。皆様のお願いが叶うといいなあ職員一同願っております。七夕当日の昼ご飯には、そうめんがあり、具材の人参が、星の形になっている等、目でも楽しめるよう調理師の配慮が見られました。



## 行事予定紹介

- 9月 敬老お楽しみ会
- 10月 運動会
- 11月 紅葉見物

※状況により変更となる場合があります。

## 編集後記

暑い日が続く今日この頃、皆様はいかがお過ごしでしょうか。今年の梅雨は雨がたくさん降り、九州では歴史的豪雨の影響で被災された方々がたくさんおられ、大変な思いをされており心を痛めるばかりです。今後ますます暑くなり、熱中症や食中毒、コロナ感染予防と気をつける事がたくさんあるので、皆様も体調管理には十分気をつけてください。ハートフルふしおでは明るい話題をお伝えできるよう頑張っていますのでこれからもよろしくお祈りします。(紅葉館 久保)

## くじ釣り

コロナで行事が中止になっていましたが、その間に、職員で話し合いを行い、企画した行事を行いました。今回は、魚の裏に数字をつけ、1人3分を2回で、釣り上げた魚の点数の合計を出し、点数が高い方から、あみだくじの場所を選択してもらいました。あみだくじで当選された方には、景品をプレゼントしました。はずれた方も含め、全員に参加賞として、おかしをプレゼントしました。



# ハートフルふしおだより

人と人のハートを大切に  
ハートフルグループ

令和2年度 夏号  
第107号

特別養護老人ホーム ハートフルふしお  
〒563-0011 大阪府池田市伏尾町12-1  
TEL:072-754-2901 FAX:072-754-1326  
URL:http://www.daikyokai.or.jp/fushio/

阪急池田駅から車で約15分  
阪急バス「久安寺」前

お車の場合  
阪神高速11号池田線木部出口より5分。

電車・バスの場合  
阪急池田駅下車。池田駅前より阪急バス「久安寺」または「牧」行き乗車。「久安寺」バス停(約15分)下車、すぐ。

## 紅葉館

## 5A コいのぼり



フロアの壁に飾らせていただいている壁飾り(クラフト)をバックに記念写真をとりました!!「恥ずかしいっ(笑)」と照れながらも、皆様にカブトをかぶっていただきました(笑)

## 6A 紫陽花見物



今年の久安寺の紫陽花は、SNSの影響もあり前の道路が渋滞になるほど大人気で、たくさんの方が来られていました。入居者様の皆様は一足早く、色とりどりの花を見る事ができたと喜んでおられました。

- 行事予定
- 8月 花火体験
  - 9月 敬老会
  - 10月 運動会

## 6A おやつレク

緊急事態宣言が解除になった時期に、今年度初めてのおやつレクを実施いたしました。今回はホットケーキミックスを使ったどら焼き作りを行いました。自分たちで作った出来立てのどら焼きを食べる事ができて美味しかったと大好評でした。



きれいに丸くなってますね♪ 気泡がたくさん出るまで待ちます。緊張の瞬間ですネ。 ちょっと早かったみたい(笑) ひっくり返すの難しいですよネ

いい焼き色です!! 美味しくできた~。 あんこを入れ過ぎたみたいです(笑) 皆様楽しんでおられました!! お腹いっぱい食べました☆

## 7A 七夕飾り付け

七夕という事で、短冊に願い事を書いてもらったり、笹の葉の飾り付けなども行っていただきました。雰囲気が出たと好評でした!!



美味しそうなスイカですね!! 試行錯誤しました(^\_^A) バランスも考えてくれていました。 完成~!!

一生懸命願い事を考えました!! 集中していました(笑) 楽しかった~♪

## 誕生会

ケーキを食べながら入居者様の皆様と職員でハッピーバースデーを歌ったり、職員からのメッセージ入りバースデーカードをプレゼントさせていただきました。



お誕生日会  
お誕生日おめでとうございます!!  
皆でお祝いしました~☆  
ケーキもバクッw  
HAPPY BIRTHDAY



長い梅雨も明け本格的な夏が到来しましたが、今年は未だ終息の気配がみえない新型ウィルス感染や豪雨被害など暗い話題が多く私たちが近年経験したことの無い事態に戸惑う日々ではありますが、早期の事態終息と平穏な日々が送れる事を願ってやみません。ハートフルふしおでは本格的な夏を迎え利用者様の体調管理にも気を配りこの夏を乗り切って行けたらと思っています。さて今年は様々な行事も延期や中止、規模の縮小などで少し寂しいと感じておりますがそんな中でも利用者様が夏を感じて楽しんで頂けるようにささやかではありますがちょっとしたイベントを開催しました。

## 流しそうめん

7月19日(日)に1階玄関前にて流しそうめんを行いました。今回は3階の利用者様が楽しめました。少しずつ流れてくるそうめんを一生懸命お箸ですくい取り召し上がっていました。みかんも一緒に流してくれて、ん〜涼し気!終始和やかな雰囲気でおいしそうに召し上がられる様子を見ていたら一緒に食べたーい!と思いました。8月は2階の利用者様が流しそうめんを楽しむ予定です!



流しそうめんスタート♪



さあ取るでー!



やっぱりそうめんは美味しいわ



上手に取れましたよ!



慎重に慎重に...

## 包括支援センターコラム ~コロナ禍の中で~

池田市伏尾地域包括支援センター  
桑原 裕美

新聞やテレビの報道はコロナ色で百年に一度とも言われるこの感染症に地域包括支援センターでも右往左往しています。

報道でよく「コロナ禍」と目にしますが、【禍】という漢字は喜ばしくないことやわざわいを意味するようで、確かにこの病気は高齢者の生活に様々な【禍】を引き起こしています。

病院に行くのが怖くて、持病の受診を先延ばしにしている人、いつも帰省してくれる子供さんたちがなかなか来ることができずガクンと気落ちされている方、その中でも特に足が弱った方が目立ちます。高齢者の方の生活はできるだけ規則正しく連続していくことが望ましく、極度に外出を控えることは逆効果になってしまいます。

訪問介護やデイサービスなど介護保険サービスを利用されている方は、ケアマネジャーさんやスタッフの方とよく相談されてできるだけ日常のリズムを崩さないようにしてください。

暑い夏が続きますが食事をしっかり摂って介護サービスを上手に利用しながら乗り切りましょう。日本には「災い転じて福となす」という言葉があります。いつかこんなこともあったねと思える日々になることを願っています。



## 第6回 スタッフコラム ~谷口 裕一~

ハートフルふしお3階ケアスタッフ副主任の谷口裕一と申します。3階にいる眼鏡かけてない小さいあの坊主は何やと思われている方もいらっしゃると思うので簡単に自己紹介をさせていただきます。年齢は51歳です。が、この業界はまだ7年目で、まだまだ未熟者です。趣味は音楽観賞です。洋楽、日本の音楽問わず、ジャンルはヘビーメタルからポップスまで幅広く聴いています。あとギターを家でほんの少し弾いたりしています。これから新人の頃の初心を忘れることなく、日々精進してまいります。そして利用者様の大切な一日一日に寄り添っていきけるよう、頑張りますので今後ともよろしくお願いたします。



## すいか割

7月26日(日)これもまた夏の風物詩!すいか割り!今回は2階の利用者様が楽しめました。2階食堂内ですいか割り!割れたすいかが飛び散っても良いようにしっかりとブルーシートで養生して準備万端!スタッフは大きなスイカ丸ごと1個を割り皆様から大歓声があがりました。利用者様も半分のスイカを力いっぱい割って楽しそうにされていました。すいか割りが終わった後は予め用意していたスイカを堪能!普段なかなか口にしないすいかを美味しく召し上がってご満悦でしたよ。



冷たいけど美味しいわ!



かき氷なんて久しぶり!



うりゃ〜!



ほいっほいっ!



とても美味しゅうございます



左ー!やっぱり右!笑

## かき氷

梅雨も明け夏本番です。8月2日のおやつはかき氷!あつ〜い日に食べるかき氷は最高!イチゴ味のかき氷を皆さん美味しく召し上がられました。利用者様の中には遠い昔に食べたかき氷を思い出していたりするかも?本当は本格的に氷を削って蜜をかけて食べてもらいたいんですがね〜



美味しいけど寒くなるわ(笑)

## オンライン面会

当施設では新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言延長に伴い5月17日よりオンライン(スマートフォンを利用)による面会を開始しました。

当施設でも初めての試みで慣れない事もあるなかで元気な姿を一人でも多くの家族様に伝えたい、そして安心して頂きたいそんな思いで一杯でした。

しかし始めてみると音声が届かない聞き取りにくい状況など様々な問題もありました。ですが、家族様も元気な姿を徐々にみられ笑顔になられていました。

事態が終息し以前の日常が一日でも早く戻って来てほしいと願う事はスタッフのみならず、家族様、国民、全世界の人々が願っている事だと思います。

\*当施設ではコロナウィルス感染者再増加に伴い再び面会を中止とさせていただいております。なお、オンライン面会は実施しておりますのでご利用下さいませ。家族様にはご迷惑をお掛け致しますがどうぞご理解のほどお願い致します。



## 熱中症対策!

みなさま熱中症対策はしていますか。梅雨が明け、炎天下が増えるなかマスクをし暑さとの闘いが始まっています。いかに熱中症を事前に防ぐかが重要になってきます。

引き起こす条件は以下3つの要因が考えられます。

- ①環境…気温が高い、湿度が高い、風が弱い、締め切った屋内
- ②行動…激しい運動や労働、長時間の屋外作業
- ③身体…持病がある、低栄養状態、二日酔いや寝不足など体調不良

症状

- 軽度…めまい、立ちくらみ、筋肉痛、汗が止まらない
- 中度…頭痛、吐き気、倦怠感、虚脱感
- 重度…意識がない、痙攣、高い体温、歩行不安定 etc



発生場所(救急搬送)が一番多いのは、【屋内】の49.5%と約半数を占めます。屋外での発生が多いように思いますが、屋内での熱中症対策が重要になります。

対策

- ①こまめに水分をとり、塩分不足にも注意するように心がける
- ②風通しを良くする為、扇風機や冷房を適度に使用し部屋の環境を整える
- ③栄養バランスの良い食事を摂るなど、規則正しい生活を送る