

# ひなたぼっこ

グループホーム ひなたの家

平成 21 年 12 月発行

## 第3号

## 新型インフルエンザについて

### <新型インフルエンザの感染経路>

飛沫感染…感染者の咳、くしゃみ、唾などの飛沫と一緒に放出されたウイルスを健康な人が吸って感染すること

接触感染…感染者がくしゃみ、咳を押さえた手で机やドアノブ、スイッチ等に触れ、その触れた場所にウイルスが付着する。それを健康な人が触れ、その手で目や鼻、口に再び触れる事により、粘膜、結膜などを通じてウイルスが体に入り感染すること

### <新型インフルエンザの予防>

\*咳、くしゃみの際は、ティッシュ等で口や鼻を覆い、他の人から顔をそらす

\*使用したティッシュはただちにゴミ箱へ捨てる

\*咳や、くしゃみ等の症状のある人には必ずマスクを着用する  
(咳や、くしゃみ等の症状のある人には、着用を促す)

\*手洗い、うがいを日常的に行う

\*手洗いは石鹸を用いて最低 15 秒以上行う事が望ましく、清潔な布やペーパータオルで水を十分に拭き取る

\*流行地への渡航、人混みや繁華街への不要不急な外出を控える

\*十分な休養、規則的な生活をし、感染しにくい状態を保つ

### <ひなたの家の取り組み>

\*手すり、スイッチ、不特定多数の手が触る箇所の消毒

\*手洗い、うがいの施行

…ひなたの家には玄関にすぐ洗面所が備え付けられています。入居者様、職員はもちろん、来客者の方にも実施して頂いております。

## 熱が出た時の対応

発熱がある場合は 3 点クーリングをします。

3 点クーリングとは、「頭(首)」「脇の下」「ももの付け根」の 3 カ所に氷枕などを当てて冷やす方法です。

これらは、太い動脈や静脈が皮膚面に近いとされる 3 大部位でもあります。

発熱時の体温を最も効果的に下げる方法として、小児から高齢者まで広く用いられている方法です。

ただ、悪寒がある時は電気毛布、湯たんぽ等で保温してくださいね！

熱が出た場合、安静にし、早目の受診をおすすめします！！

\*インフルエンザのワクチン予防接種は、かかりつけの医療機関へご確認ください。

ワクチン接種には、ほとんど予約などが必要となる場合が多いようです。ご注意ください。皆さんも、インフルエンザはもちろん、風邪にも充分気を付けてくださいね！！

# ひなたの家での活動

## 誕生日会

10月20日(火)に91歳、11月5日(木)に88歳を迎えられた方の誕生日会が開かれました。職員によるギター演奏等が行われ、入居者様や職員からのお祝いの言葉に笑顔になられたり涙ぐ



## さんま焼き

秋といったら食欲の秋!!ひなたの家では、玄関前で炭をおこしてさんま焼きをしました。皆さんの箸さばきのなんと素晴らしい事!!一尾まるまる…ごちそうさまでした!!



## 干し柿

10月31日(土)、ひなたの家では入居者様の皆さんで干し柿を作りました。皮を剥く人、干す人に分かれて作業しました。昔を懐かしまれ、とても楽しそうに作業が行われました。100個程の柿を1時間程かかり、無事外に干す事ができました。「早く食べたいな」と楽しみにされておりました。



## 紅葉見学

10月16日(金)に、ひなたの家では紅葉見学と称して、東成瀬パークゴルフ場まで出かけました。まだ少し早いかと心配しておりましたが大変喜んで頂いた様子で、職員もほっと胸を撫で下ろしました。



## 敬老会

入居者様からリクエストの多かったお寿司をお昼に食べました。「お寿司なんて久々だ!」と皆さん喜んで召し上がられました。午後からはお茶の時間に合わせ、ささやかですが敬老会を行いました。メッセージカードと肩たたき券に皆さん大変喜んで下さいました。



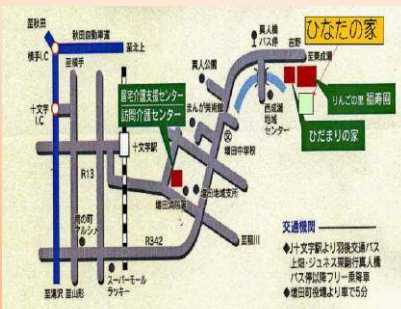
## 編集後記

この秋は行事が目白押しで、全ては伝えられませんが、少しでも楽しい雰囲気が伝わればと思います。早いもので、今年もあとわずかとなりました。皆さんで迎える初めてのお正月、笑顔で迎えたいものです。今年はいろいろお世話になりました。来年からも宜しくお願い致します。よいお年を!

発行・編集/認知症対応型共同生活介護

グループホーム ひなたの家

広報委員会 近美・内藤



〒019-0703

秋田県横手市増田町  
吉野字梨木塚 95-2

TEL 0182-55-1158

FAX 0182-45-2280

ひなたの家では、慰問やボランティアの方を募集しております。お気軽にお問い合わせください。