



マスクという思いやり



秋探し、今年も風邪が流行する季節がやってきました。

日本では、冬のシーズンにマスクで風邪予防は普通ですが、海外の人はマスクを付けている日本人の多さに驚くそうです。では、どうして日本にはマスクの文化が定着したのでしょうか？

日本でマスクが誕生したのは、大正時代です。当時のマスクは、石炭や鉱物の採掘現場で砂や埃を吸い込まないための道具として作られ「工場用マスク」と呼ばれていました。

ところが、第一次世界大戦中に、大流行したインフルエンザの「スペイン風邪」をきっかけにこの「工場用マスク」が注目されることとなります。このときの「スペイン風邪」は、猛威を奮い感染者は世界で5億人以上、死者は5,000万人にものぼり、日本でも39万人が亡くなったといわれています。

そこで政府が予防策としてマスクの着用を推奨したのです。それ以降インフルエンザが入るたびにマスクの出荷量も爆発的に増えていき、風邪予防＝マスクというイメージが定着してきました。しかし実際はマスクには風邪予防の効果はほとんど無いといわれています。

それはウイルスのサイズが関係していて不織布マスクの網目に対して、ウイルスの大きさが50分の1と非常に小さいためウイルス自体をマスクで防ぐことができません。

アメリカの疾病予防管理センターが推奨する「インフルエンザにからないための日々の予防活動」には、

- 感染した人に近づかない
- 石鹼で手を洗う
- 手で自分の目や鼻や口に触れない



などの予防法が書かれています。マスクの着用はありません。

それでも日本の厚生労働省はインフルエンザの流行時の対策の中にマスクの着用を推奨しています。それは風邪の予防ではなく飛沫感染予防にマスクが有効だからです。

飛沫感染とは、咳やくしゃみなどによって飛び散る病原体を含む水分が、他の人の口や鼻などの粘膜に付いて感染することです。ウイルスを含んだ水分の飛沫は不織布マスクの網目に引っかかるため感染の拡大を防ぐことができます。

インフルエンザに罹った子供にマスクをさせた家庭はその家族がインフルエンザにかかる確率が80%も減ったと報告されています。

つまりマスクには風邪にからないうといふ予防効果はありませんが、風邪の拡散予防には効果があるということになります。

日本のマスク文化は周りの人に迷惑をかけないといふ思いやりの文化なのかもしれませんね。



2019 秋

九十九園だより

社会福祉法人 幸生会 九十九園 〒610-0343 京都府京田辺市太住池平29番地 TEL.0774-63-0804 FAX.0774-62-7534

ごあいさつ

「笑みがこぼれる 笑顔を学ぶ」

日中はまだ少し暑い日もありますが、朝と夜は涼しくなってきたようになります。朝方や就寝時には、急な気温の変化もあり、風邪を引きやすくなるので注意が必要です。気温が下がると、体が体温を保持するために熱を作ろうとして、基礎代謝がアップし消費エネルギーが増えるので、体が消費したエネルギーを補おうとして食欲が出てきます。食材の美味しい季節の到来で、秋刀魚や松茸など旬の材料を使った料理を作り、お皿の上でも秋を感じられる美味しいご飯を食べて欲しいと思います。施設でも秋の味覚を感じられる食材が食卓を囲むことが多く、敬老会や文化祭をはじめ、施設イベントが多くなるこの時期は、御利用者さんの笑顔も増えて、満面の笑みがたくさん溢れているその姿を見れば、私たち職員も心を奪われてしまいます。下半期も、地域の皆様やボランティアの方々の協力を得て、たくさんの笑顔が届けられる施設を目指して、職員一同と共に歩んで参りたいと存じます。

施設長 大本 顯

「九十九園だより」は下記アドレスのホームページでもご覧になれます。

<http://www.tsukumo-en.or.jp>

特養から

介護職員 福島 綾 木村 翔馬

今年の夏も暑かったです。出かける時には水分と日よけが必要でした。
残暑も厳しくなると思います。皆さま体調には十分お気をつけ下さい。
さて、この夏に特養で催したイベントを紹介させていただきます。



在宅介護支援・居宅介護支援から

介護支援専門員 高原 英明

今回は、主治医意見書についてお話しします

要介護認定申請に際して、申請書に主治医を記入して頂く必要があります。それは要介護を決める介護認定審査会で、被保険者の主治医から医学的な意見を求めることが求められています。

主治医は、主治医意見書に被保険者の疾病や負傷の状況などについての意見を記入します。

要介護認定申請後に、前回説明した認定調査を受けていただくとともに、主治医意見書を作成することとなります。

京田辺市においては、作成依頼が京田辺市内の医療機関とそれ以外では変わってきますので、不明な点などがありましたら、九十九園までご連絡下さい。ご説明させていただきます。



ヘルパーステーションから

訪問介護員 宝来 真由子

今日は、暮らしの裏ワザをご紹介します ぜひ一度試してみて下さい!



◆家で毛布をきれいに洗う方法

毛布を屏風のように折りたたんで、洗濯ネットに入れてから洗濯機で洗います。そうすることでまんべんなく洗え、型崩れやシワが防げます。



◆短時間であさり(貝類)の砂抜きをする方法

50℃のお湯の中にあさりを入れます。5分後にお湯を水洗いすると砂抜き完了です。50℃のお湯は、沸騰したお湯に同量の水を混ぜると作れますよ。



◆排水溝のヌメリを撃退する方法

適当な大きさに丸めたアルミホイルを3、4個作り、排水溝に投入します。アルミホイルは水に触ることで化学反応を起こし、金属イオンが発生し、抗菌作用が活発になるのです!そのためヌメリや嫌な臭いに効果があるそうです。

デイサービスから

介護職員 三登 美江
田中 昌永

暑い夏がやっと終わり、ようやく秋の気配が感じられるようになりました。今年も敬老の日をお迎えになられた御利用者様と長寿のお祝いをさせていただきました。



午前の個別活動で
作成したティッシュ
カバーをプレゼント
敬老の日には!



今年節目のお祝いを迎えた御利用者様の紹介



米寿のお皆様



のど自慢大会

＼がんばれ～／



緊張するなあ…



七夕 今年も立派な七夕飾りが
できました！



レクリエーションの様子

流しそうめん

みんな楽しんでいました♪



＼(^o^)/

誰が一番高
く積めるか？！



食事レク

美味しそうに
出来たよ！



○○

イ玉イ玉



甘味
大好き

納涼祭のクラフトコーナー

今年はもれ切りチャームです



職員の紹介



樋口 理恵

8月より入職しました樋口理恵と申します。
毎日楽しく笑顔をお届けできるよう一生懸命
頑張りますので宜しくお願ひ致します。

ケアハウスから

生活相談員 中西 潤

蒸し暑い日が続きますが、皆様お元気でお過ごしでしょうか？今年も外へ出るのもためらうくらい暑い日が続いていましたね。私も、年齢を重ねるたびにこの暑さには耐え切れぬものがありました。

さて、ケアハウスでは、毎年恒例のピアーバティや、納涼祭、花火大会が行われ、入居者の皆様にも夏の季節を感じる行事に参加していただきました。納涼祭では、ご家族も一緒に参加され楽しいひとときを過ごし、笑顔が多い日になりました。今後も、作品を展示する文化祭や、サンタが沢山現れるクリスマス会などがあり、秋や冬を感じていただける行事が待っています。ケアハウスに興味を持たれた方は、隨時、説明や見学も行っていますので、お気軽に下記の担当者までご連絡下さい。

納涼祭



花火



食事イベント

(月に1回、入居者様のリクエストをふまえて提供しています。)

【7月 ピアーバティ】



【8月 助六】



【9月 盖揚げうどんと炊込御飯】



敬老の日

(敬老の日には、松茸ご飯や御造り、フルーツ盛などがでました。)



今後の予定

11月/文化祭

12月/クリスマス会

1月/元旦・鏡割り

ケアハウス 入居希望者様

ケアハウスの事をよく知って頂くために、パンフレットや資料をご用意しています。又、随时、見学や説明を行っていますので、まずは下記の担当者まで、お気軽にお問い合わせ下さい。

【京田辺市大住池平99番地1/電話番号 0774-63-0804/担当 中西】

おやつイベント



今年で103歳になられました

9月16日
「敬老の日」

御利用者様一部紹介です



今年で90歳です!!



今年で99歳です!!

スイカ割り!!

キレイに割れました 😊



食事イベント

久しぶりのお寿司、
美味しいそう! (^_^)



買い物デイ

たまにはおやつに
『ドーナツ』も(^_^)



ケーキ2つは
内緒です

ゆっこい、美味しい
頂きました



たまには外で『タコ焼』を(^ ^)



熱いけど
美味しい!

職員紹介



年ですが、身体が動く間は
働きたいです。
趣味も沢山ありますが、
まだまだ行き届いていない、
これからここで働きながら、
旅行や音楽などの趣味を広
げて行きたいと思っています。