じゅんぷう広報誌（季刊）

# えがお

第59号
令和4年
12月1日発行

発行元
（福）堀川健康会
介護老人保健施設
じゅんぷう広報委員会
平成二十年三月一日創刊

## 春風駘蕩～風の便り～

ヨーロッパの戦禍と東アジアの緊張に止む気配は感じられず、朝刊の記事に心を曇らせ、夜のニュース番組でそれを深めるという日々が続いています。

「とく暮れよ　ことしのやうな　悪どしは」
（小林一茶）

そんな気分で過ごす年の瀬です。しかしその一方で、新型コロナウイルス感染症の流行はやっと小康を得つつあるようです。第八波の到来は必至のように云われていますが重症化率は逓減しており、一般社会では概ね普段通りの暮らしが緩やかに回復されていくことでしょう。

ただもちろん、私どものような高齢者施設は全くの例外で、今まで同様に油断禁物、特にインフルエンザとの同時流行を深く憂慮している次第です。

「かくれんぼ　三つ数えて　冬となる」
（寺山修司）

ほっとする光景が目に浮かびます。来たる年、このように平和と安寧がかないますよう、ただ祈るばかりです。

施設長　吉田　巌

## 相談室よりこんにちは

【防災について】

皆様は「ハザードマップ」をご存じでしょうか。ハザードマップとは、過去の災害データや地理情報をもとに、それぞれの地域で起こる自然災害を予測し、被害範囲を地図にしたものです。各自治体のホームページで確認することができます。

自然災害（地震や河川の氾濫、土砂災害等）は、いつ起こるか分かりません。事前にお住まいの地域について危険度を知り、備蓄物品の準備や、避難場所の確認を行う等、災害に備えることが必要です。

ハザードマップで当施設周辺を確認すると、地震発生時（花折断層地震）には最大震度６強が想定されています。また、鴨川が氾濫した場合は、最大浸水が70㎝と表示されています。

当施設においては、災害が発生した際に迅速な対応が取れるよう、火災、地震、水害を想定した防災訓練を年に二回実施しています。

## 厨房コラム

【ブリを使った献立のご紹介】

ブリは冬が旬といわれ、脂がのっておいしいだけではなく、ＥＰＡ、ＤＨＡやビタミン類の含有量がピークになります。これらの栄養素は、『血中コレステロールを下げる』・『動脈硬化を防ぐ』・『脳の活性化を図る』など、生活習慣病の予防や改善に効果があると言われています。

当施設でも冬の味覚として、ブリ大根（写真）や、照り焼きなどを、お召し上がり頂いています。

スチームオーブンで30分間じっくり煮込み、
ブリの濃厚な旨みを冬大根にしみ込ませています。

## じゅんぷう取り組み紹介

【「ベスト・オブ・企画」職員表彰の取り組み】

じゅんぷうのレクリエーションは、リハビリテーションの視点も大切に考えています。

レクリエーション委員会の活動の一つとして半年に一度、職員が企画したレクリエーションの中から「ベスト・オブ・企画」を選出し、職員の表彰を行なっています。

選考の視点は、『ご利用者様の思いや願いに基づいた内容であること。そして、ご利用者様と職員がともに実現に向けてリハビリに取り組んでいる。』とし、レクリエーション委員会や責任者で選考をしています。

《令和四年度前期　ベスト・オブ・企画のご紹介》

**最優秀ベスト・オブ・企画**
『言葉を発声するリハビリに取り組み、ご自身の言葉でご家族へ思いを伝える』

**優秀ベスト・オブ・企画**
『当施設内で、ちぎり絵の個展を開催し、他ご利用者様を招待する』

## 職員紹介

今年度より新社会人として入職した職員を、自己紹介形式でご紹介致します。今号でのご紹介は、入所五階フロアに所属の介護職員、田中です。ご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。

田中　真奈
（たなか　まな）
五階フロア所属
介護職員

祖母が将来、介護を必要としたときに支えていきたいと思ったことが、介護職を志したきっかけです。実際に働き、ご利用者様に「またお願いね」と声をかけて頂けることがあり、やりがいを感じています。

音楽を聴く事が好きで、洋楽や演歌などジャンルを問わずに聴いています。『青い山脈』は、ご利用者様に教えて頂き、好きな曲になりました。

## ご利用者様川柳・俳句

紅白見終え
火縄を回し
お雑煮作り
四階ご利用者様　合作

最優秀ベスト・オブ・企画 【表彰式】

ご利用者様の素敵な笑顔は、
私にとって忘れられない宝物です。

職員表彰の際は、ご利用者様からも
温かい拍手を頂きました。

「優秀企画」、ちぎり絵個展
には、他フロアの職員も
見に行かせて頂きました。

昨年度に実施した企画の数
は、施設全体で87件でした。

企画の立案から実現までに、3ヵ月以上かける企画もあります。
（写真中央が、レクリエーション委員長　中田です。）