

あおぞら

千秋病院デイケア

2021年
(令和3年)



2月11日(木)
建国記念の日
休業いたします。

毎月🔥の日はイベント編

日	月	火	水	木	金	土
		脳トレ麻雀		脳トレ麻雀		脳トレ麻雀
	1	2	3🔥	4	5	6🔥
7	8🔥	9	10	休業 11 建国記念の日	12🔥	13
14	15	16🔥	17	18🔥	19	20
21	22	営業 23 天皇誕生日	24🔥	25	26	27🔥
28						



書き初め

縁起のよい字を書きましょう



きれいに
かけたかしら



お手本みたいに
書けるかな

頭かくしてえ
尻隠さず～

ちいも積もれば～
山となる～

ことわざカルタ

あったあ！

はい、
ありました

どこかしら？



新入職員紹介

はやかわ みほこ
早川 実穂子

1月から入職しました、早川実穂子です。
みなさまの顔を1日でも早く覚えて一緒に
楽しい時間を過ごしていけるよう頑張ります。
宜しくお願いします。



福笑いで
初笑い

こんな顔になっちゃった。



今日のおやつは
「めでたい」おまんじゅう
食べて、にっこり♪



美味しいよ

めでたい
今年もよろしく



こんな
かわいいうい
おやつが
できますよ～



はい、
あった

食事中の窒息事故に要注意!

月刊デイ Vol.253
(2021.1 月号)抜粋

のどに詰まりやすい食べ物



食事をするときの4ヶ条

- ① 飲み物で口の中を潤してから食べる
食べ物が口の中やのどに張り付くのを防ぎます。
- ② 食べ物の塊がなくなるまで噛む
塊が小さくなるほど、飲み込みやすくなります。
- ③ 口の中には一口分だけ入れる
量が多いと噛みにくくなります。
- ④ なるべく誰かと一緒に食事をする
家族、友人などと一緒に食事をして、「もしも」に備えましょう。

ご家族の皆さまへ

もしも食べ物がのどに詰まったら

まずは119番通報

食べ物がのどに詰まってすぐに吐き出せないときは、救急車を呼びましょう。電話は切らず、救急隊員の指示に従ってください。

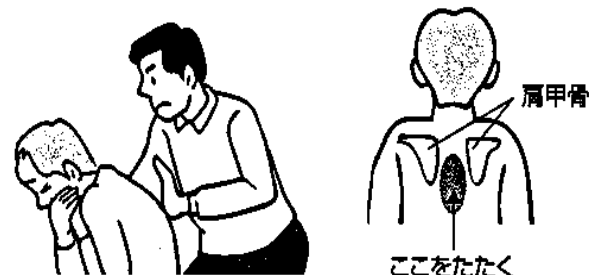
【119番通報の流れ】

1. 救急であることを伝える。
2. 住所を正確に伝える。
3. 負傷者の容態、年齢、性別など、救急隊員の質問に答える。
例) 父がのどに餅を詰まらせた
4. 通報者の名前と電話番号を伝える。



【通報以外にできること】※救急隊員の指示に従ってください

- ① 本人に強く咳をしてもらう。
- ② 本人に頭を下げてもらい、肩甲骨の間を手のひらの下部で強くたたく。



マスクの着用や手洗い・手指消毒、ご利用時の検温等
引き続き 感染予防にご協力ください。

あなたにインタビュー

後藤 喜久代 様



私は17年前に脳梗塞になり市民病院に2,3ヶ月ほど入院しておりました。脳梗塞により左麻痺が残り、その後 市民病院からの紹介により リハビリのため千秋病院に通っておりました。リハビリが終わり、麻痺は残るものの「絶対に動き続けたい」という願望から定年まで働き続けました。その後日常生活を送っていましたが、ある日、何もない平坦な道にもかかわらずひどく転んでしまい、また千秋病院に通うこととなりました。転倒をきっかけに身体の調子も悪くなり、精神的にも辛い毎日を過ごしていました。でも、「こんな毎日じゃいけない、元気になりたい!」という気持ちから、この千秋病院のデイケアを選び通所させて頂いております。

通所の楽しみといえば、やはりいろんな年齢層の方達やいつも元気な職員さん達との交流です。リハビリはやり甲斐もあり楽しいですが、もちろん辛い時もあります。そんな時でも一緒に悩み、笑って励ましてくれる職員さん達に今の私は元気をもらい頑張ることができています。

家に帰宅しても多少リハビリは行なっていますが、転倒の恐怖、自分への甘えなどいろんな理由から力を抜いて取り組んでしまっているのが、リハビリはみんなで一緒に行う事に意義があるものだと、そう感じています。おかげさまで、今ではデイケアの入り口に立つと、その途端に笑顔になってしまうほど楽しく通所できております。今後の目標は、口だけは達者といわれたいよう 身体の動きを少しずつでも良くして、家のお花のガーデニングが出来るようになることです。みなさんも、日々のリハビリと一緒に頑張っていきましょうね!

新型コロナウイルス感染は、身近な場所で起こります。

場面① 飲食を伴う懇親会等

お酒を飲むと注意力低下し、気分が高揚して大声になりやすく、会話がはずんだり、回し飲みや箸の共有など感染予防の意識が薄れます。狭い場所では密の状態が続き、感染リスクを高めます。



場面② 大人数や長時間におよぶ飲食

長時間、大人数(5人以上)での食事や接待を伴う飲食は、感染リスクが高まります。



感染リスクが高まる「5つの場面」

場面③ マスクなしでの会話

マスクをせずに会話をすると感染リスクが高まります。マスクなしの感染例として、昼カラオケや自宅の事例があります。車やバスでの移動中の車中でも注意しましょう。



狭い空間での共同生活

自宅では、部屋やトイレなどの共用部分も多く、長い時間を家族と過ごすため、感染に気をつけましょう。



場面⑤ 居場所の切り替わり

休憩や居場所が切り替わると、環境の変化や気の緩みから感染リスクが高まります。休憩室、喫煙所、更衣室などで感染が疑われる事例があります。

