



琴清苑だより

発行：社会福祉法人 双葉会
 介護老人福祉施設 琴清苑
 編集：広報委員会

〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川1099
 TEL 0428-83-3932 FAX 0428-83-3706
 URL <http://web.futabakai.or.jp>
 e-mail kinseien@futabakai.or.jp



冬の奥多摩湖 2019.12.25

恭賀新年



新理事長 新年挨拶

社会福祉法人 双葉会
理事長 小澤 大

新年おめでどうございます。
 どなた様も健やかに平成二十六年の初春をお
 迎えることと存じます。猛暑続きのあと秋が無
 く、いきなり冬がやってきたような移り変わり
 でした。

次から次へと明るみになる、日本を代表する
 老舗の食の虚偽表示等、まさに羊頭狗肉、何を
 信用したらいいのか。一方、猛烈台風・巨大竜
 巻・大洪水等々、世界で深刻な気象災害が頻発、
 特に台風二十六号での伊豆大島、台風三十号の
 直撃で壊滅的な被害を受けたフィリピン、レイ
 テ島の報道には目を覆うものがあります。この
 ような中、二〇二〇年の夏季五輪、パラリンピッ
 クの東京開催決定には日本中が大いに沸きあが
 りました。この二〇年間、日本経済はバブル崩
 壊に続く未曽有の金融不安等、低迷してしまし
 たが、これをきっかけにデフレ脱却へとつなが
 り、持続的な経済成長が実現するよう祈らずに
 はいられません。

さて当法人、小川理事長には二十数年の長期
 に亘りご尽力を頂きました。この度、ご退任に
 あたり改めましてそのご功績に深く感謝を申し
 上げます。後任としてご推薦頂きましたが、元
 より浅学非才、力不足は十分自覚しております。
 諸先輩の驥尾に付し、そして当法人創設者、佐
 藤照重大和尚の在天からのご加護を頂戴し、職
 務を全うしたいと思っております。

社会福祉をとり巻く情勢は益々厳しさを増す
 ことが予想されていますが、役・職員、心を一
 つにして邁進していく所存であります。変わら
 んご指導を賜りますようお願い申し上げます。
 皆様にとって本年が良き年となりますようご祈
 念申し上げます。

お知らせ

長年、理事長を務められた小川幸男理事長が辞任され、後任理事長に琴清苑長の小澤大苑長が12月5日より就任いたしました。小川前理事長につきましては長い間、双葉会理事長としてご苦勞頂きました。ありがとうございます。

小澤苑長には3月まで理事長と施設長を兼務して頂きます。来々年4月より法人事務局長の野尚氏が琴清苑新施設長に就任されます。平成28年度は新しい体制で施設運営を行ってまいります。



氷川保育園クリスマス会

日ごろお世話になっている氷川保育園のクリスマス会に、サンタクロースになって登場し場を盛り上げて来ました。



職員募集のお知らせ

ご家族の方で、介護職として琴清苑で働いていただける方が居ましたら、ご連絡をお待ちしています。年齢、性別は不問です。



氷川保育園児の訪問

誕生会に氷川保育園の園児の皆さんが訪問され、組体操を披露していただきました。



運動会

今年の運動会は参加される利用者様が多く、42名の方が参加されました。職員を含めると60人以上の人が一同に集まり、賑やかな雰囲気での運動会がおこなわれました。簡単なゲームを中心にプログラムが行なわれ、ほとんどの利用者様が参加することが出来ました。利用者様が笑顔で楽しんでいるのが印象的でした。



ホーム喫茶

12月のホーム喫茶は前年に引き続きイルミネーションの中で行なわれました。利用者様の中には普段はあまりお部屋から出ない人も参加され大変に賑わいました。今回のホーム喫茶ではクリスマスマスが近いので手作りイチゴゴムースと冬になると食べなくなる力ボチャを使用した力ボチャプリンを提供したところ、利用者様の中にはムースを二つ食べる方や両方食べる方もいて、皆様は笑顔で食べておりました。

ホーム喫茶の最中には明かりを消したなかで色とりどりのイルミネーションを職員と一緒に見て楽しんでおられました。



冬至



毎年、行われている行事の一つ『ゆず湯』が12月20日〜23日の3日間行われました。

地域の皆様方より頂いた沢山の柚子を湯船に浮かべ、利用者様に入浴をして頂きました。

皆様、柚子の香りを楽しまれ喜ばれていました。

感染症予防と飲食物の持込に関する注意について

琴清苑は集団入所の施設である為にインフルエンザやノロウイルスといった感染症が発生した場合、感染症が施設に蔓延する可能性が高い施設です。冬季になりますと毎年インフルエンザやノロウイルスの発生が見られます。ご面会等で施設に来苑される場合は、**風邪症状や嘔吐後の面会**はご遠慮していただきますようお願いいたします。

また、ご面会時に飲食物をお持込になられる場合は、サービスステーションにお声をおかけくださいますようお願いいたします。ご利用者の身体状況によっては嚥下状態が悪く誤嚥を起こし重篤な事故につながる場合もありますので、必ずサービスステーションにお声をおかけください。



琴清苑感染症対策委員会

お酒を飲むなら



琴清苑医師 柚木 雅至

何かとお酒を飲む機会が増える年末年始ですが、今回は飲酒と健康についてお話しさせていただきます。

適量の飲酒は虚血性心疾患を減らす等、健康に良い面もあるようですが過度の飲酒は、アルコール性肝炎、肝硬変のみならず、高血圧・高脂血症・痛風・肺炎・糖尿病・脳血管障害・認知症・癌等、さまざまな疾患のリスクを増やすこととなります。特に健康診断で肝機能、血糖、尿酸の異常や高脂血症を指摘されている方は要注意です。またよく睡眠剤代わりに飲酒する方もいますが、アルコールは中枢神経を抑制するので、確かに入眠し易くはなりますが、過度の飲酒はREM睡眠を阻害し睡眠の質を落とし、深夜や早朝に目覚めることが多くなります。アセトアルデヒドも代謝しきれずに体内に残存し、翌朝の体調も優れず精神的にも落ち込んでしまいがちになります。是非ともお酒は適量で健康的に楽しみたいものです。適量の飲酒量とは、1日20g程度の純アルコール量ですが、ビールならロング缶(500ml)1缶、日本酒なら1合(180ml)、チューハイ(7%)なら350ml缶1本、ウィスキーならダブル1杯(60ml)、ワインならグラス2杯弱(1杯120ml程度)といった量になります。週2日の休肝日も設けて下さい。飲むとすぐに赤くなる人や女性はアルコールの代謝が遅い人が多いので、適量もこれより少なめになります。適度のお酒は百薬の長、過度の飲酒は万病のもと。誰でも頭では分かっていることではありますが、一旦飲み始めると、気分が大きくなってしまって、とてもこの量では止まらないのが常です。ビンやボトルで買って飲んでいると気が付いたときにはかなりの飲酒量になってしまいがちなので、私は主として缶入りのものなどをその日に飲む分しか一度には買わないようにしています。そうすれば、ゆっくりと味わいながら飲むようになりますし、飲み終わってしまっても、さすがにまた替えて買いに行くのはおっくうなので、適量ですむこととなります。

これからインフルエンザ等、冬の感染症が流行しやすい季節になります。皆様、お身体ご自愛ください、この1年、お元気で過ごしてください。今年もよろしくお願いたします。

◆編集後記◆
ノロウイルスが流行の兆しです。食中毒の中でも軽い症状などいっても嘔吐・下痢・胃痛などで一晩苦しみますので予防が大切です。ご家族の皆さんもお体を大切にしてください。

◆編集後記◆

介護補助
トミヨ会
指圧奉仕
奥多摩奉仕会



《入苑された利用者》
平成二十五年十月〜十二月
11月 丹波山村 1名
12月 奥多摩町 1名
《ポランティア状況》
平成二十五年十月〜十二月 (敬称略)

行事予定

- 1月1日 新年挨拶
- 1月5日 誕生会
- 1月31日 初笑い大会
- 2月7日 第三者評価訪問調査
- 2月16日 節分
- 2月23日 誕生会
- 3月7日 模擬火災訓練
- 3月11日 誕生会
- 3月17日 ホーム喫茶

