持ち込まない!持ち込ませない!がモットーです!

うららをご利用の皆様、ご家族の皆様、この度の新型コロナウイルス感染症の対策 により、行事などでお寂しい想いや大変な不自由をお掛けして申し訳ございません。

新型コロナウイルス感染症は目に見えず、至るところで発生しています。職員の家族も様々な場所で仕事をしていたり、学校に通ったりしており、常に危険と背中合わせの状態です。うららでは、新型コロナウイルス感染症を持ち込まない、持ち込ませないをモットーに、職員一人ひとりが感染対策に最大限の努力を行っています。ご家族様も同様のお気持ちでお過ごしだと思います。目に見えないウイルスとの戦いが長期戦になってきました。世間でも新しい生活スタイルを提案されています。

うららでは施設長をはじめ、主任会メンバーや感染対策委員会が中心となり、何度 も対策会議を繰り返しながら、消毒関連物資や器具の備蓄、万が一を想定したシミュ レーションを行うなど、今後も感染対策を強化継続してまいりますので宜しくお願い いたします。

療養部長 堤 裕紀恵

新型コロナウイルス感染症に関する注意喚起

皆様、まだまだ新型コロナウイルス感染症は終息しそうにありません。

未知のウイルスを、自分のみならず、他者への感染を回避するとともに他者に感染させないよう にすることが必要です。

▼ そして感染拡大とともに、本来なら安心して過ごすことができる環境でなければならない家庭 内での感染も拡大しつつあります。

大切な人を守るため、再度「3つの密」→密閉・密集・密接の回避、マスクの着用、石鹸による手洗いや手指消毒(アルコールによる消毒)や咳エチケットの励行などの徹底をよろしくお願いいたします。

過剰なまでに神経質になる必要はありませんが、今までの感染対策よりもこれはやりすぎかな?... と思うくらいでちょうどいい!です。

皆様一人ひとりの意識を強くもって、新型コロナウイルス感染症の終息に向けて一致団結

して頑張っていきましょう!!

<mark>染対策</mark>副委員<mark>長 3階 看護師 武田 美</mark>穂

【編集後記】

さわやかな秋晴れの日々が続くこの頃、皆様お健やかにお過ごしのことと存じます。

心地が良くすがすがしい日々とは裏腹に、世の中は新型コロナウイルス感染症拡大により昨年までの生活とは一変し、人と人が距離を取って生活する日々が続いています。

さてさて皆様ここで一つ、免疫力アップについての知識をお伝えしたいと思います。

日常生活で簡単に意識づけができる、お食事についてのちょっとした豆知識です。

主食はタンパク質やビタミン・ミネラルが多く含まれている玄米がおすすめです。また定番の緑黄色野菜について、ビタミンやカロテン、アスパラギン酸といった野菜のパワーは1年を通じて身体にやさしいです。すべての野菜を摂取できるわけではないので、できるだけ緑黄色、それも旬の野菜を時期に合わせて食したり、ジュースにして摂取するのも一つの工夫です。また、低カロリーの健康食品といえば、海藻やキノコ類です。昆布や海藻類にはアルギン酸という食物繊維が含まれており、多くのミネラルを含んでいる理想的な免疫力アップの食物です。信じる者はすくわれる☆☆☆

何はともあれ、やはり笑顔が1番の免疫力アップにつながることは皆様もご存じの通りです。新型コロナウイルス感染症に負けない身体づくりを、笑顔を絶やさずに取り組んでいきましょうね(^^)/

3階 介護士 沖 真由美

うららだより

63号

発行日 令和2年10月1日

- ●発行者 山本 正博
- ●編集者 広報委員会

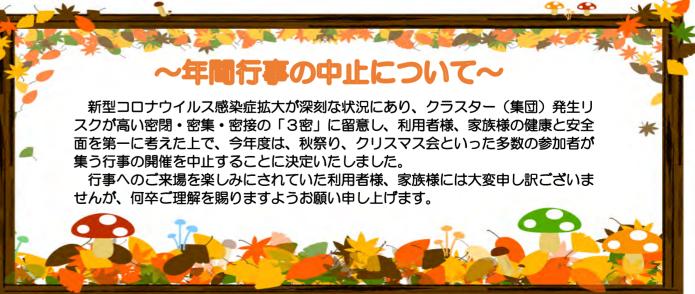


医療法人社団康明会 介護老人保健施設うらら 〒651-1603 神戸市北区淡河町淡河 5 7 4

TEL 078-950-5177 FAX 078-950-5188 URL: http://www.roken-urara.jp









デイケア夏のお楽しみ会

新型コロナウイルスの感染対策のため、イベント中止やボランティアさんに 来ていただけない・・・どうしたら利用者様に喜び楽しく笑顔になって いただけるか・・・そうだ!!!デイ職員で催しを開催しよう!!! デイ職員全員集合し、手話・歌・クイズ・ダンスを披露しました。







手話は利用者様も一緒に楽しみました。 最後のダンスではアンコールをいただき・・ 職員は「ハァハァ」息を切らしながら 楽しく踊らせていただきました♪」♪







