

あけびだより

No. 191

2020年9月1日発行

URL <http://www.akebi.or.jp/>

2020年9月



絵画教室

佐橋 躰子 氏

感染を予防しながら日常生活を送るwithコロナの時代の到来

緊急事態宣言が解除されて以降、自粛要請の緩和や都道府県間の移動、大型イベントの解禁など、徐々に経済活動を戻していく動きがはじまりました。それに伴い、7月頃より感染者が急増し、最近では1日1000人を超える事もあり、以前より感染状況は酷くなってきています。しかし、再度緊急事態宣言で巣ごもり状態が続けば、運動不足やコミュニケーション不足によりストレスが溜まります。また、最低限の社会的生活を送らないと、経済は回らなくなります。厚生労働省も「新型コロナウイルスを想定した新しい生活様式」を公表しました。新型コロナウイルス感染症は、無症状や軽症の人であっても、他の人に感染を広げる例があります。新型コロナウイルス感染症対策には、自らを感染から守るだけでなく、自らが周囲に感染を拡大させないことが不可欠です。そのためには一人ひとりの心がけが何より重要です。具体的には、人と身体的距離をとることによる接触を減らすこと、マスクをすること、手洗いをすることが重要です。お一人おひとりが、日常生活の中で「新しい生活様式」を心がけていただくことで、新型コロナウイルス感染症をはじめとする各種の感染症の拡大を防ぐことができ、ご自身のみならず、大事な家族や友人、隣人の命を守ることにつながるものと考えます。

パーキンソン病患者にとって、活動を制限される事は、死活問題となります。感染予防しながら、活動量を維持して行って欲しいと思っています。通所介護や入居施設、訪問においても様々な感染防止策を講じています。職員の毎朝の体温チェック、マスクの着用、手洗い、手指消毒はスタンダードプリコーション(標準予防策)。どの事業所でも当たり前化しています。一番リスクの高い、デイサービスでの対面の食事については、パーティションを取り入れました。里では、対面で食事しないように配置しています。施設内の手が触れる所の消毒、定期的な換気、送迎車の換気と消毒、入浴介助や処置時など支援内容によりフェイスシールドの着用、万が一の為のガウンやゴーグルの準備。マスク、消毒、手袋等の衛生材料等の調達も皆必死で行っております。皆様、安心して利用して頂けるように感染予防に努めながら、制限ある中でも日々楽しみが見出せるようにして行きたいと思っております。(S/M)

認定特定非営利活動法人あけび

認定NPO法人あけび 事務局

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

グループリビングあけびの里

TEL 079-262-6707 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: info@akebi.or.jp

訪問看護ステーションあけび

TEL 079-262-6708 FAX 079-262-6703

訪問介護ステーションあけび

TEL 079-262-6702 FAX 079-262-6703

〒672-8064 姫路市飾磨区細江473-10

Mail: day@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの実

〒670-0804 姫路市保城363番地の3

TEL079-280-6931 FAX079-280-6932

Mail: akebi-no-mi@akebi.or.jp

通所介護施設デイサービスあけびの輪

〒670-0952 姫路市南条1丁目101-1

TEL079-284-0055 FAX079-284-0056

Mail: akebi-no-wa@akebi.or.jp

あけびの実



野菜たち

あけびの実のできた野菜、グリーンカーテンのゴーヤ、松村さんの畑のすいか



誕生日会でスイカ割り

プラスチックのバットではなかなか割れず、最後には目隠しなしで割りました。～
スイカ割の西瓜がこんな素敵なフルーツポンチに大変身

誕生日会での一言

「定年で仕事も辞め、これから楽しい人生があると思った矢先に70歳でパーキンソン病になった。そんな時あけびに出会い、仲間に助けられ支えられてきた。」というMさんですが、今年で81歳になられます。同じ時期にあけびを利用されたWさんがとなりで涙しておられる姿にとっても胸をうたれました。



案のボランティアさん



本間さん

いつも暑い中ご苦労様です。今回はゴーヤのつるを固定する作業ですが、毎月地域の水路清掃をして頂いて本当に助かっています。ありがとうございます。

狭間さん

月二回火曜日に囲碁を打ちに来られます。龍野からわざわざありがとうございます。

溝口さん

今月より麻雀のお相手に来てくださっています。囲碁や将棋も相手して下さるそうで、楽しみが広がります。



あけびカフェ

コロナで外出中止したので、ケーキを買ってきて、古家さんに飲み物を用意してもらい、カフェの雰囲気を楽しみました



下肢運動・姿勢矯正・歩行練習

身近なものでできるリハビリです。短時間でも続けましょう



七夕飾りつけ

7月になると利用者様のご家族が毎年必ず飾りを作って下さいます。皆で願い事を書き加えて季節を感じられる良いひと時になっています。感謝！
ハンドベルで「たなばたさま」を演奏しました。

あけびの輪

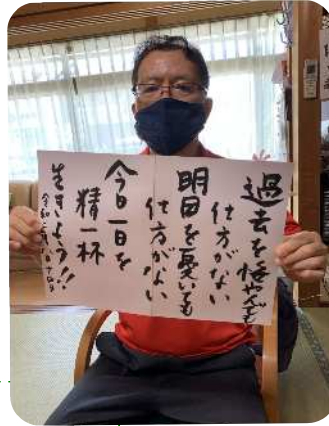


★8月の誕生会は、ウクレレありフラダンスありのハワイアンステージでした。あけびのデイルームでハワイアン気分を満喫！！またドレミパイプという楽器を使って、利用者様みんなで演奏されとても楽しい時間を過ごしていただきました。



コロナ禍での過ごし方 リハビリ・ゲーム・卓球・習字・絵画色々

★ゲームいろいろ。今年の夏は命の危険すら感じる酷暑ですね。エアコンの効いた涼しい室内で、いろいろなゲームや趣味を楽しんで頂きました



★朝のミーティングで、将来への不安から元気のない方がおられました。皆さまへアドバイスを求めたところ、西尾様がご自身のモットーを披露してくださいました。
『過去を悔やんでも仕方ない 明日を憂いても仕方ない 今日一日を精一杯生きよう!!!』
皆さんと共感しました



ポッチャ

お習字教室



絵画教室

★ゴカリナ教室。ゴカリナ練習に熱が入っておられます

★手作りお菓子とお点前。お茶の先生をされているボランティアさんにお抹茶を点てて頂きました。



★新型コロナウイルスは対面で食事をする時の飛沫による感染リスクが高いそうです。

★M様からこんなお手紙を頂戴しました。

『元気な頃の生活を夢のように思い、今更ながら失ったものの大きさに寂しさを感じます。しかし新しく得た喜びも今の私には大きな支えとなっています。寂しさに負けそうになり孤独感に襲われそうになった時、あけびに行けばスタッフの笑顔とデイで知り合えた仲間に出会うことが出来、寂しさを忘れる事が出来ます。皆様のお世話になりながら残り短い人生を悔いの無いよう生きていきたいです。』 スタッフも励みになります！ありがとうございます。

SDGs (2015年の国連サミットで採択された国連加盟国193か国が2016年から2030年の15年間で達成するために掲げた開発目標) という社会貢献をされている方が、低価格でパーテーションを作ってくださいました。これで、飛沫感染を予防できます。感謝いたします！

グループリビングあけびの里

訪問看護ステーションあけび

訪問介護ステーションあけび



感染予防対策

コロナ禍の中で介護現場はとても緊張しながらいつもと変わらない生活を続けています。

「正しく恐れよ」といわれていますが、何が正しい情報かわからず、どこまで注意すればよいかわからず、とにかく自分が感染しないように、させないように、できる範囲で注意しようと心掛けているのは皆さんも同じだと思います。出かけることが多かったあけびも、この間ほとんど中で過ごしています。コロナ対策も充実していってます。検温・消毒・手洗い・飛沫防止用パネル。特に食事中など向かい合うのが避けられないときは飛沫防止用パネルを使っています。(大きい声は職員がほとんどですがね・・・)手袋・ガウン・フェイスガードなど、もしかにも備えています。



木下素子氏



田中千満氏



小西田鶴子氏



筒井順子氏



芹沢登代子氏



菊池武明氏



寺下順子氏

1. 首を倒す (10秒ずつ) ・反動をつけずに頭の重さを使って



壁を使って身体を伸ばす (10秒ずつ)



毎日10分やってみよう

呼吸は止めずに無理なくゆっくり回数は5~10回
埼玉県支部の機関誌に掲載されました。お家でできる簡単メニューです。ぜひやってみてください

2. 肩を回す (前から後ろに) ・肩甲骨を大きく動かす!



お知らせ

パーキンソン病友の会
兵庫県支部姫路ブロック

姫路ブロック患者・家族交流会
*日時: 9月20日(日) 13:00~
*場所: あけびの実
*会費: ワンコイン(500円)

医療相談会

西播磨病院水田英二先生

日時: 9月22 [火]

13:00~ (要申込)

場所: あけびの輪

tel 079-284-0055

fax 079-284-0053



「卓球クラブ」9月練習日

9月8日(火)9月29日(火)

13:00~

場所: ルネス花北体育館

持物: 上靴・ラケット

連絡先 (280-6931)