



# 医)徳耀会 コロナ禍 ご挨拶

昨年より 猛威を奮っているコロナ感染の予防・防御・対策につきましては、当法人は、安心安全をモットーに、徳耀会 各関連事業に於きましても、全職員一同一眼となって、最新の注意を払うべく職員各位努力して居ります。

特に

- ①トクヨウ医療グループ(医科診療所・歯科診療所)
- ②ゆとりあグループ(老人施設GH・介護リハビリ)
- ③在宅往診グループ(医科往診・歯科訪問・精神訪問看護・訪問リハビリ)等、

全職員は、コロナ感染 各予防・防御・対策・はじめPCR検査等、を毎月一回 当クリニックに於いて 受診 PCR検査を実地し、患者様 利用者様 ご家族様に、安心安全を、ご提供すべく 日夜 勤務に励行して参ります。

医療法人社団 徳耀会 理事長 榎本 安行  
徳耀会 全職員 一同

平素は格別のご高配を賜り誠にありがとうございます。  
さて、緊急事態宣言下における当法人、徳耀会グループにおきましても、徹底したコロナ感染防御予防策を行っております。全職員、出勤前後の検温、手指消毒、パルスオキシメーターによる酸素飽和度及び心拍の測定を行っており、これらは副院長の管理のもと職員の体調を確認しています。又、出勤以外の生活においても、20時以降の不要不急の外出の禁止、2人以上の外出の際は、副院長への報告と、患者様、入居者様、ご家族様の安全、安心に努めております。  
今回、1月末に全職員、唾液によるPCR検査を行い、陰性という結果になりました。今後は月に一回実施していく予定です。何かと不便の多い今日ですが、この状況が一日も早く解消され、平穏な日々が取り戻せるよう心から願っております。

副院長 川尻・総統括グループ長 金子

## 新型コロナウイルス

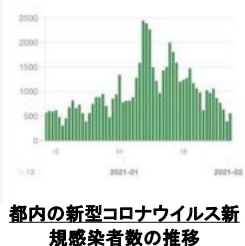
### 「感染防止対策を」

内科 大薬先生

一年前武漢で起こった新型コロナウイルス肺炎は二〇二一年を迎えて今も世界中で猛威をふるっています。重症化すると細菌性肺炎とは異なった間質性肺炎のパターンをとることが多く抗生物質はききません。呼吸器装置やECMOなどが救命のために必要となり医療現場は異常な状態となっています。感染を防ぐ事が、最大の防御です。

手洗い、マスク、三密をさける事、そして、私たちに備わっている生体防御システムの一つである免疫を十分高めることが有効手段です。免疫はウイルスや細菌などの異物が体内に侵入するのをさまたげたり、体内で感染を広げるのを防ぐ役割をします。自然免疫(生まれながらに体にある)、獲得免疫(異物に反応した攻撃方法を記憶する後天的な仕組み)があります。獲得免疫は異物に合わせたオーダーメイドの抗体を作ります。ワクチンはこの原理を応用し、弱めた生き残ったウイルスや死滅させたウイルスを体内に入れ抗体を作り感染の予防や重症化を防ぎます。新型コロナウイルスのワクチンはMRNAワクチンという初めての製法で作られたワクチンで副作用は未知の部分があり、また抗体の体内持続期間も短い可能性(半年以内)もあります。

終息しない感染症はありません。個々人が十分気を付ける事が早く終息する早道です。



## 「義歯の破損時の対応」

歯科 烏田先生

今回は、入れ歯が壊れてしまったときの対処方法についてお話ししたいと思います。入れ歯は、使っているうちに金具が折れたり、落として割れたりというように、壊れてしまうことがあります。壊れた入れ歯は、多くの場合、歯科医院に持っていき、修理することが出来ます。入れ歯を修理する期間は、数ヶ月の間、修理期間を要しますので、修理期間を要する場合は、早く修理する必要があります。しかし、壊れた入れ歯を適切に取り扱っていただければ、修理できなくなってしまうかもしれません。入れ歯の壊れた範囲がごく一部だけであっても、壊れた入れ歯を使うのはやめてください。中にはヒビが入っていることもあり、入れ歯を使い続けることで壊れた範囲がさらに広がったりする可能性があるからです。特にお口の中で割れてしまうと、生じた破片を飲み込んでしまうリスクもあります。

歯科医院にすぐに予約が取れれば良いですが、歯科医院が休みだったり、忙しく時間が取れなかったりすると、しばらくの間、食べにくくなってしまうかもしれません。そこで、瞬間接着剤を使うのですが、瞬間接着剤を使うと、歯にダメージを与えてしまう可能性があります。また、瞬間接着剤を使うと、歯の表面が荒れてしまうので、歯の健康に悪影響を及ぼす可能性があります。また、瞬間接着剤を使うと、歯の表面が荒れてしまうので、歯の健康に悪影響を及ぼす可能性があります。

## 医療スタッフの心とコラム

佐々木 精神訪問看護師より

夏号でも運動について記事がありました。健康への意識が高まる中、高齢者の体力は向上している。体力、運動調査では60~79才を対象に毎年6万人以上で体力テストデータを得ている。調査によると65才以上では6項目テストのうち6分間歩行距離で過去最高を記録。75~79才女性の平均値は約550m。20年前の480mから大幅に伸びている。しかしこのデータは新型コロナウイルス感染症拡大前のデータであり自粛生活が続く事で外で運動する事、外出する機会すら減少している。今後この状況が続けば少なからず影響があるであろう。先にもありましたが、自宅でも出来る簡単な運動を(家トレ)続ける事で高齢者に限らず体力維持につなげてみてはどうでしょうか。

山内心理士より

はじめまして、心理士の山内です。カウンセリングや心理検査を担当しております。ステイホームが続く中、先日「インサイド・ヘッド」という映画を見ました。常に明るくしようとすると時に自分を追い詰めてしまうことがあり、たまには悲しさや寂しい気持ちも認めることも大事だと感じました。「カナシミ」も大切な気持ちのひとつ。自分の中にため込みすぎず、他者と共有することも大切です。

相田歯科衛生士より

今のご時世マスクが欠かせませんが、外して鏡で顔を見た時に、どちらかの口角が下がったりしていませんか？下がっている方は、筋力が落ち、たるんでいるかもしれません。表情筋を鍛えるように下がっているほうで食事をするようにしてみましょう。咀嚼筋を鍛えることも表情豊かにするためにはとても重要です。笑う時もすぐに笑うのではなく、ゆっくり口角を上げて笑顔を保つ。そしてゆっくり下ろしていく。難しくですが是非試してみてください。

井口歯科衛生士より

歯茎は、薬の副作用で腫れることがあります。これを薬物増殖とよんでいます。その程度は歯と歯の間の歯ぐきが少し腫れた程度のものから歯が完全に隠れてしまうものまであります。歯肉肥大は歯面に歯垢が多いと重症化することがあります。そのため日頃の歯磨きを徹底していただき、定期的に歯科に受診されお口のケアをしていただくことが大切です。

横尾ケアマネより

つい先日、お正月を迎えたと思ったら、「2月」が近づいて参りました。「2月と言えば」・・・梅、うぐいすと春の一手手前のようなイメージです。「梅」は春の訪れを報せてくれますね。見頃は2月中旬~3月上旬で多くの品種があり、白梅と紅梅があるそうです。白梅、冬至梅(とうじばい)、春日野(かすがの)、内裏(だいら)、紅梅、八重寒紅(やえかんこう)、楠玉(すだま)、八重旭(やえあさひ)・・・梅の花が咲くのが待ち遠しいですね。

牧山看護師より

食後の空腹訴え時の接し方について 食事をしたばかりなのにそのことをすっかり忘れてしまい「ご飯を食べていない」と訴える方がしばしば見られます。認知症が軽度から中度の時に良く見られる症状です。「さっき食べたでしょう」と言っても本人に食事の記憶がないのですから逆効果になります。「今支度しますからね」「お茶でも飲んで待っていて下さい」などと声をかけると納得して安心してもらいやすいです。また寂しさを訴える手段として食事を持ち出している場合もあるので話し相手になると落ち着くこともあります。

## 介護コラム

榎本施設長より

1月7日に緊急事態宣言が出され不要不急の外出自粛、(日中及び夜間と20時までには)極端に外出、外食を避ける、又密にならないよう心がける、そのためGHの利用者、関係者の皆様におかれましては、当分の間利用者様との接点を持たれることは出来なくなりました。引き続きご協力の程、どうぞ宜しくお願い致します。前回ゆとりあ通信で報告させて頂きました、「GH内共有スペースのお掃除について」は上記の内容のため3月に延期とさせて頂きました。ゆとりあでは感染予防のため、防災訓練等については、2階・3階と階ごとにスタッフが毎月実施しております。ゆとりあ通信において写真にて掲載、食レクも同様に、毎月計画実施、一時の楽しみを味わって頂いております。 暦の上ではもう立春ですが、まだまだ寒さは本格的、「冷え」が気になる季節、体が冷えて気や血の巡りが悪くなったり、免疫力や新陳代謝の低下を招きます。体を温める、エネルギー代謝促進の食材は、海老、とり肉、くるみ、にら、寒さを取り除く効果は、生姜、にんにく、ねぎ、薬味等、発酵食品等、味噌、キムチ、糀(甘酒)等を取り入れ、毎日毎日を元気に過して下さい。引き続きご支援ご協力をお願い致します。



Sさん	1月で90才になりました。穏やかに無理の無いように、時折休憩しながら過ごしています。
Mさん	2月の節分のぬり絵、"オニとフク" 両方を丁寧に仕上げてくださいました。
Mさん	熱も下がり、安定してきました。リビングで皆様と過ごし、ご飯も水分も自分から手を伸ばして摂っています。
Mさん	誕生日会で色紙を頂き、嬉しそうに笑っていました。ぬり絵や野菜切り、「むすかしい〜」と言いつつ手伝ってくださいました。
Kさん	となりの方とぬり絵をしながら、笑って過ごしました。書初め、食事作りなどにも参加。おしるこも満喫。
Uさん	避難訓練では「もし地震が起きたらどうする?」と聞くと「迷うね〜!？」と話していました。
Hさん	のりまき作りに挑戦。手先を動かすのが上手で、おいなりさんを包むのも上手でした。
Uさん	「何か塗るの無い?」とぬり絵を楽しまれています。色々なレク(作業)に参加し手伝っています。
Mさん	新聞折を「自分の仕事」と取り組んでいます。1枚を1/2にして節約して使用しています(皆さんで)。

Yさん	昼食で使う玉ねぎを切るのを手伝ってくださいました。歌の会、誕生日会にも自然と参加していました。
Hさん	外は寒いので「暖かい飲み物を飲みましょう。」と声をかけて提案。のんびり過ごされています。
Hさん	「こんにちは」とあいさつ。「笑った顔を見に来ましたよ♪」と話すと「ありがとう」とにっこりされていました。
Tさん	顔おみて目が合うと「あははっ」と笑っていました。足をのばして(イス使用)、足のむくみ改善。
Sさん	昼食づくりの時、となりの席の方と一緒に人参を切るのを手伝ってくださいました(「私がやろうか?」と)。
Sさん	オニのお面をつけてにらめっこ。「あははっ!」と大笑いして(涙)。「おかしいねえ♪」とはしゃいでいました。
Mさん	米ときや野菜切り、「一緒にやろう!」と誘って一緒に取り組んでいます。
Hさん	「最近、メガネ(ゴーグル)、付けているけど、どうしたの?」と気になった様子。「皆様を守るためです」と説明。
Kさん	誕生日会をしました。皆様に祝福して頂き感謝の涙。とてもうれしかった様です。

令和3年2月176号 発行  
 徳耀会 ゆとりあ  
 医療法人社団 徳耀会  
 グループホーム ゆとりあ  
 120-0003 足立区東綾瀬3-13-11  
<http://www.tmhc.jp/>  
 Tel 03-5616-1094  
 fax 03-3605-1092

## Photo Selection

### おしるこ作り

## 誕生日会

ゆとりあでは、毎月万が一の災害に備えて防災訓練を実施しております。今回は新型コロナウイルスに関連した新型肺炎の影響を鑑み、室内にて実施しました。



# 今月のスタツ



日	月	火	水	木	金	土
	1 脳トレ ジャンケン大会	2 体操	3 節分 豆まき 内科検診	4 口腔ケア	5 脳トレ・なぞなぞ	6 体操
7 DVD鑑賞	8 食レク サンドウィッチ	9 風船バレー	10 脳トレ しりとり	11 建国記念の日 ぬり絵	12 おやつレク チョコバナナ	13 手遊び 体操
14 体操	15 誕生日会 防災訓練	16 ぬり絵	17 内科検診	18 口腔ケア	19 DVD鑑賞	20 脳トレ ジャンケン大会
21 ぬり絵	22 リズム体操	23 天皇誕生日 ボール投げ	24 風船バレー	25 口腔ケア	26 脳トレ	27 カードゲーム
28 体操						

- ★ お天気の良い日は毎日公園散歩
- ★ 毎日体操
- ★ 日常の食事作りは利用者様と一緒に実施する

### 今週の献立

	月	火	水	木	金	土	日
朝	御飯 味噌汁 イカ団子の含め煮 ほうれん草のごま和え のり佃煮	御飯 味噌汁 目玉焼き パンブキンサラダ 茶唐割干	御飯 味噌汁 さつまいも揚げとひきの煮物 からし菜のピーナツ和え かつば漬け・赤	御飯 味噌汁 ベーコンポテトバーグ 菜の花のナッツサラダ 広島菜さわやか漬け	御飯 味噌汁 アジのさんが焼き カリフラワーサラダ しその実漬・赤	御飯 味噌汁 厚揚げの煮付け 小松菜のわさび和え たくあん	御飯 味噌汁 炒り玉子 オクラのおかかまぶし きくらげと昆布佃煮
昼	御飯 味噌汁 さわらの有馬焼き 高野豆腐の含め煮 しその実山菜和え	御飯 中華スープ 鶏肉の照り煮 シュウマイ チンゲン菜のさっぱり和え	御飯 味噌汁 アジの塩焼き モロヘイヤ辛子和え さつま芋の煮物	御飯 味噌汁 とんかつ 冬瓜と仔輪の含め煮 いんげんの生姜醤油和え	御飯 味噌汁 玉子炒め 長芋ステーキ ほうれん草の和え物	御飯 味噌汁 ポークハヤシライス コンソメスープ ブロッコリーのツナがけ フルーツ	御飯 味噌汁 スープ ポークチャップ 大根とハムサラダ ごぼうのバター醤油
おやつ	まんじゅう	黒糖ケーキ	和のパンケーキ(抹茶クリーム)	イチゴゼリー(手作り)	黒糖まんじゅう	カステラドーナツ	リンゴブチケーキ
晩	御飯 味噌汁 鶏肉と蓮根の炒め煮 春菊サラダ 茄子のさっと煮	御飯 味噌汁 白身魚の蒸し物 白菜の生姜高菜和え いんげんのマヨ炒め	御飯 味噌汁 豚肉と根菜の炒め煮 かぶのなめたけ和え スパゲティソース	御飯 味噌汁 かいらいのは布煮 ウインナーのカレー炒め 茄子の和え物	御飯 お吸い物 豆腐ハンバーグ オクラの味噌和え 蓮根と豚肉の煮物	御飯 味噌汁 さばの照り煮 野菜の炊き合わせ 胡瓜とわかめの酢の物	御飯 味噌汁 タラの葱ソース がんもの煮物 ポテトサラダ
カロリー	1410kcal	1354kcal	1470kcal	1461kcal	1443kcal	1581kcal	1503kcal