

○インフルエンザ

インフルエンザは、インフルエンザウイルスに感染することによって起こる病気です。

特徴 ■ 潜伏期間/1~3日 ■ 感染経路/主に飛沫感染
■ 療養期間/1週間程度

症状 急激に38℃以上の高熱が出ます。悪寒、頭痛、関節痛、倦怠感などの全身症状。咳、痰、腹痛、下痢などの胃腸症状があります。

予防 インフルエンザの予防に効果期待できるのがワクチンの接種です。流行シーズンを迎える11月頃の接種をお勧めします。

〈日常でできる予防法〉

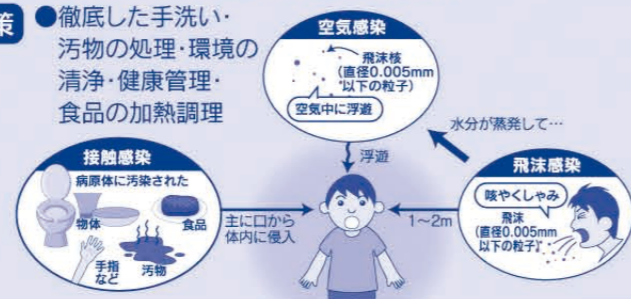
- 栄養と休養を十分にとる・人ごみを避ける・適度な温度・湿度を保つ・手洗い、うがいの励行・マスク着用

○ノロウイルス

特徴 ■ 人の腸管内のみで増殖する
■ 感染力が強く、少量でも発症する
■ 経口感染、接触感染、飛沫感染など、感染ルートがある

症状 体内にウイルスが入ってから24~48時間に激しい嘔吐や下痢、腹痛が発生。症状は1~3日続きますが、自覚症状がなくなってもウイルスの排泄が続くことがあります。

対策 ● 徹底した手洗い・汚物の処理・環境の清浄・健康管理・食品の加熱調理



明星苑コスモス ZOOM UP

◆2階入所◆



運動会を開催しました。さて、何の衣装かな？

今年の運動会は「うさぎとかめ」。ゆっくり、楽しく、全員参加のゲームを中心に実施しました。玉入れや伝言ゲーム、利用者の皆さんによる衣装競争などで大変盛り上がり、楽しいひと時を過ごしました。

◆3階入所◆

「たたみましようか？」洗濯物たたみ。お声を掛けていただきました。



職員がエプロン、タオルをたたんでいたところ、利用者の皆さんから「たたみましようか」と声を掛けていただきましたので、お願いしました。「助かります」とお礼を申しあげると「他に何かあったら言ってください」と。大変嬉しく思っております。

◆デイケア◆

コスモス見学に出かけました



絶好の花見日和。北野コスモス街道へ出かけました。到着前から車の中ではコスモスの話題で持ち切りです。到着すると目の前に広がる白やピンクの美しいコスモス。皆さんの笑顔がとても印象的でした。

REPORT 研修委員会

職員の技術向上のため研修会を実施しています。

毎月、研修委員会を開催し外部研修への参加や苑内研修の企画について検討しています。これまでに、腰痛予防、感染症予防、摂食嚥下、接遇などの内容で、月1回の頻度で研修を開催しています。外部から講師を招へいる研修や外部研修に参加した職員が伝達講習を行う研修も

あります。これからも、新しい知識の習得や技術の再確認など、日々の業務へ反映させ、スタッフの技術向上に活かしていきたいと思っております。



コスモス

「ケアハウス コスモス21」です。今日は、「そば打ち体験」。混ぜて、こねて!作りたてのそばをみんなで食べて、大満足です。



頑張ってきた人生。これからは安心して暮らしてください。食事や入浴の準備・片付けなど、日常生活に不安を感じておられる方を、私たちが心をこめてサポートします。

趣味やお出かけ、季節の行事。のんびり、ゆったり暮らしています。



4月/花見 久留米百年公園
▲春の陽気を肌で感じ、持参した弁当を食べながら、桜の下でのんびり。自然の中に足を運び解放感たっぷり。



9月/敬老会
▲祝年者の方々へ感謝状をお贈りし、皆さんの長寿と健康を祈って、展示。「元気で長生きするぞ!」



天ぶらバイキング
▲誕生会やドライブ(買い物)、食事バイキング(寿司・天ぷら)、夏祭り、クリスマス会、初詣等の催しを行っています。ラジオ体操の実施やクイズ問題の掲示など、心と体のケアも心掛けています。



ツジ胃腸内科医院が同一の建物で、スタッフも常駐。安全安心の設備です。スプリンクラー、生活リズムセンサー、緊急コールも設置。

◀ 食堂・談話コーナー。広々とした共用スペースです。

お問い合わせはお気軽に!

詳細は、ツジ胃腸科医院のHPをご覧ください
ご見学 受け付けております

自立した生活を謳歌してください。より良いサービスの提供を目指してまいります。

ケアハウス コスモス21 施設長 稲田 茂幸

日頃より、「ケアハウス コスモス21」の運営にご理解とご協力を賜り、誠に有難うございます。

当施設は、1階のツジ胃腸科医院との医療連携を図り、入居者様の生活をサポートしております。24時間365日、職員などが常駐しておりますので、入居者様が「安全・安心」して日々の暮らしを楽しんでいただける施設です。

立地環境としましては、近所にディスカウントストアや金融機関などがあり、公共交通機関の利用がとても便利な場所です。入居されましても、趣味やお出かけなどを楽しむ生活をこれまでと同様、そのまま続けることがで

きます。

また、毎日の暮らしをより楽しんでいただくために、入居者様の交流の機会を設けるとともに、季節に応じた行事を行っています。

私たちは、入居者様が笑顔にあふれ、日々、お元気で過ごしていただきたいと切に願っております。併せて、ご家族の皆様にもご満足いただけるよう、職員一同、今後もより良いサービスの提供を目指してまいります。お問い合わせ、ご見学など、お気軽にお立ち寄りください。お待ちしております。

3月より、入所者定数が70床となりました。 改修工事を実施し、環境に優しい省エネ施設へ

3月より、介護老人保健施設明星苑コスモスは入所者定数が70床に、ショートステイも8床に増床しスタートしました。また、利用者の皆さんがより快適に過ごせるよう環境に配慮した改修工事を実施。今回、事務長の柴田武昭さんにお話をうかがいました。

快適な居室の増床、特殊浴槽の導入。利用者の皆さん、ご家族に好評です

当苑は入居者定数を70床に、ショートステイを8床に増床しました。ショートステイは一時的に在宅で介護が難しい場合に利用できます。柴田事務長は「ご家族からの要望も多く、これからは対応できます」とのこと。居室には天井部分にロールスクリーン。それを下ろせばプライバシーが守られる快適な部屋です。

次に拝見したのは2台の特殊浴槽が導入された浴室。「座ったままと、寝たままで入れる特殊浴槽です。こうして新たに浴槽を整えることで、これまで以上に安全に、安心して入浴していただけると思います」

どちらも車椅子、寝たままで搬送車ごと浴槽にドッキングしますので、利用者は抱えあげられる必要がありません。浴槽内への給湯も速やかでお湯の量や温度も自在。足を伸ばしてゆったり入浴できると好評です。



特殊浴槽

▲座ったままで入浴できるタイプです。(右)事務長 柴田武昭さん

搬送車のまま入浴できる特殊浴槽▶



▲居室

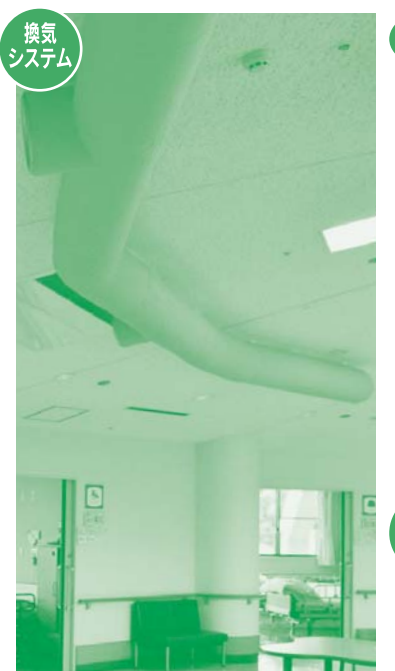
LED化、地中熱を利用した換気システムなど。省エネで、より快適な室内空間に

苑内に入ると以前よりとても明るく感じます。柴田事務長は「全館、LED照明器具を採用しました。環境に配慮した省エネ機器を導入し電力消費量を削減しています」と話します。

当苑は開設以来17年が経過し、設備が老朽化したため、昨年9月から国の補助金を活用し改修工事を実施。外気の熱や音を遮るための複層ガラスやLED化、省エネ効率の高い空調機への取替、地中熱を利用した換気システム、太陽光発電など省エネ設備を設置しました。「高齢者の皆さんの体調は温湿度に敏感です。空調の風が直接肌に当たらないよう吹出し口の風向調整に配慮しています」

天井部分のパイプは、地中熱を利用した換気システムの配管です。空気が地中を通して循環し、室内温度が一定に保たれるため空調機の利用時間が減り、より環境に配慮した施設になっています。

「より快適な環境で過ごしていただきたい。これからも入所を希望される方々の期待に応えてまいります」



換気システム

▲天井部分のパイプは地中熱を利用した換気システムの配管



サービスステーション



▲広く開放的に改装



▲太陽光発電設備

▲エントランス横に太陽光の発電量、館内の消費電力がわかるモニターを設置



くよくよ考えないで前向きに！ デイケアで元気をもらい帰っています

下野ツルエさん 98歳
【大正5年生まれ／明星苑コスモス デイケア】

下野ツルエさんは、週に3回欠かさず明星苑コスモスのデイケアを利用されています。

「家にいたら退屈だけれど、ここへ来たらお喋りもできるし、ご飯も美味しいから一度も残したことがありません。それにカラオケで歌うのが大好きですから」

傍らには、一緒に暮らす96歳の妹さん。お二人はデイケアに来て、得意の曲を歌って楽しんでいます。明るくお元気で笑顔が素敵な下野さんも、若い頃は

変な苦勞がおりだったようです。

「終戦後、満州から引き揚げてきました。母は41歳という若さで亡くなり、父が農業をしながら私たち9人兄弟を育てました。その後ろ姿を見て育ってきたから、精神的に強くなったのでしょう」

支え合って仲良く暮らす姉妹の微笑ましい姿に、思わずこちらも心がほっこり。「ご長寿の秘訣は？」の質問に、「何を歌って楽しんでいます。明るくお元気でくよくよ考えないこと」ときっぱりお答えいただきました。



▲十八番の『星影のワルツ』を熱唱



▲35年間一緒に暮らしている妹さんと仲良くお喋り

PHOTO SKETCH

グループホームこすもす

4月、春爛漫。お外で、お部屋で、
たくさん思い出つきたね。



お花見ドライブ

▲百年公園の満開の桜にうっとり。みんな、気分も爽やかです



青空の下、恒例の昼食会

▲中庭で手作りお弁当を広げて、皆でいただきました。青空の下だから、美味しさも倍増。「おいしか、ありがとう」のお声もいただきました



只今、フキの筋取り中です

▲ご家族からいただいたフキの筋取りをしました。皆さんの上手さに感動。さすがです。早速、昼食にフキが登場し、匂の香りもいただきました

グループホームこすもすII

踊って、笑って、食べて。季節折々の行事で、
「美味しい！」の音が聞こえます。



運動会

運動会は、皆さんもスタッフも真剣そのもの。普段、あまり立たない方も、この時は思わず腰を浮かすほど熱が入ります。そして、運動会のお楽しみはお弁当！この日は、ちらし寿司、肉団子、がめ煮、煮豆、鮭などを彩り豊かにギョツとお弁当箱に詰めました。

毎回、行事食は、皆さんの「これが食べたい！」というリクエストにお応えし、スタッフが腕によりをかけて手作りしています。



お弁当



夏祭り

当ホームがお祭り会場に大変身！やぐらも提灯もすべて手作りです。浴衣姿で盛り上げて大いに賑わいました。

ケアハウスコスモス21

待望の「お寿司バイキング」です
握りたての寿司に、「美味しい！」を連発。

皆さんが楽しみにされている「皆でバイキングを楽しもう会」。その一つが「お寿司バイキング」です。今回は9つのネタを準備し、お好きなお寿司を食べていただきました。マグロ・ハマチ・タイが大人気で、追加で沢山召し上がる方も。会話が弾み相席の方と親しくお話しされ、楽しい一時を過ごされていました。バイキング後は「美味しかった」と皆さんは笑顔。次回への期待と共に、今年も心ゆくまで堪能していただけたかと思えます。



◀「どれを食べようかな」「待ち遠しかった！」嬉しそうに迷っていました

施設見学を実施しています。お気軽にお問合せください ☎ 0942-21-0775