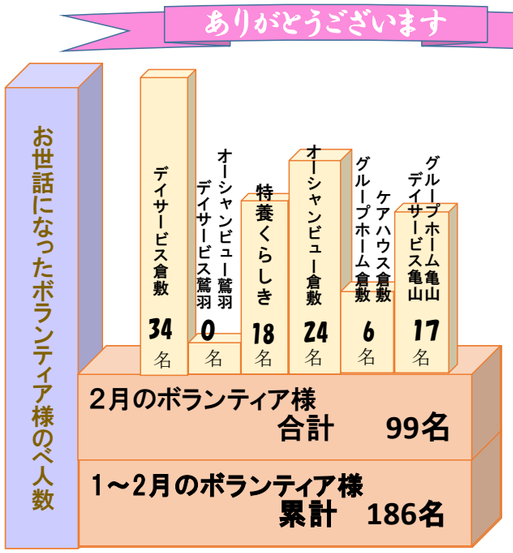
今月の行事食

ご当地健康食(大阪)

「粕汁」は、大根、人参、ゴボウなどの根菜類と酒粕を加えた汁物料理です。酒粕とは、清酒製造の圧搾と呼ばれる工程後に残った搾り粕のことを指します。搾り粕といってもタンパク質、ビタミン類、食物繊維などの栄養素が豊富です。血行が良くなり体をぽかぽかと温める効果や腸内環境を整える効果、免疫力アップ、生活習慣病予防、美肌効果も期待できます。

栄養士　常見



ボランティア様

あゆみ会様	犬飼順子様
太田和夫様	華扇会様
家族会様	吉三穂会様
橘高繁福様	倉藤孝之様
小玉味奈子様	琴友夢様
琴友夢　伊東知乃見様	
小西博恵様	曽我部あや子様
滝本貴美子様	竹内一子様
どんぐり様	幡上由美子様
原田香代子様	堀川光男様
堀川ミュージックスクール様	
見島一子様	村上文子様
矢鳴ファミリー＆達也様	
安田美都子様	矢野康子様
ゆたんぽ様	渡邉清治様

（50 音順）

3月 行事予定

3日　ひな祭り会（鷲羽・DS倉敷・OV倉敷・特養くらしき）
4・6日　ひな祭り会（亀山）・(GH倉敷)
１０日　地鎮祭（特養里桜）
１３日　社会福祉法人亀龍会　理事会議
　　誕生日会（ケアハウス倉敷）
１７日　誕生日会（DS倉敷）
１８日　誕生日会（亀山）
１９日　誕生日会（特養くらしき）
２０日　誕生日会（OV倉敷）
　　社会福祉法人亀龍会評議員会議
２５日　誕生日会（鷲羽）
　　法令順守委員会（社福）
２６日　NPOコーチズ理事会
２７日　誕生日会（GH倉敷）
３１日　入社式

亀龍会グループ だより

令和２年
３月号 No.71

「見えない敵との闘い」

特別養護老人ホームくらしき
施設長　吉田　匡利

新型コロナウイルスの感染が拡大する中、全国各地で瀬戸際対策に追われている日々だと思います。ニュースや新聞では毎日のように新たな感染者の情報が配信され、日本人感染者が毎日のように増加しています。岡山県の感染者は今のところ発生はしておりませんが、情報によると感染者の中には無症状で発熱や咳込み等もみられず完治される例もあるようです。コロナウイルスは飛沫感染や接触感染によるものとされており、知らないうちに感染し、知らないうちに媒介してしまうということも考えられます。新型感染症ということもあり特効薬もなく、今できることは感染しないように免疫力を高め、日々の予防に努めることしかありません。

私達、福祉施設でも先日、厚労省の通知により厳重体制を敷いています。高齢者の方々に感染した場合、重篤するケースが多く、福祉施設では外部からの接触を最小限に抑えるべく対応に追われています。福祉施設にとって感染症対策、災害対策など、これからさらに課題は山積のように感じます。

今年はいよいよ東京オリンピックが開催される年です。コロナウイルスの影響によりさまざまな憶測が飛び交っておりますが、選手達にとっては夢の舞台であり無事に開催されることを祈るばかりです。

《 プロフィール 》

平成 15 年に入社し、亀龍園空手道部初代の主将を務め、選手として様々な結果を残したあと、指導者として平成 24 年に亀龍園空手道教室を立ち上げ、地域貢献と空手道の普及に尽力しております。
業務においても、特別養護老人ホーム施設長として空手道で培った能力を発揮しております。

発行：社会福祉法人亀龍会　特別養護老人ホームくらしき「亀龍会グループだより」事務局 086-441-7700

特養くらしき

節分祭

2/3日　鬼は外～福は内～♪
今年も鬼をノックアウト

鍋会

2/10日～14日に鍋会が行われました。皆で囲む鍋に楽しみが膨らみました。

矢鳴ファミリー＆達也コンサート

2/4日　矢鳴ファミ櫓－＆達也コンサートがひらかれました。迫力ある歌声とコミカルなトークに　時間がたつのも忘れステージにくぎずけでした。　♪♬♩

誕生日会・吉三穂会様

2/20日　誕生日会が行われました。ご家族様とご一緒に餅つきをしたり、吉三穂会様が、艶やかな踊りを披露して下さいました。

毎年大盛り上がりの節分祭★今年も怖～い親子鬼のかずちゃん＆ひでちゃんがやってきました。一斉に豆をカいっぱい投げつけて撃退しました(*^-^*)
『鬼のパンツ体操』を皆で踊り楽しい時間となりました♪

デイサービス倉敷

いつも明るく笑顔いっぱいの琴友夢様(^O^)
癒しの音色で最高のひと時となりましたね♪ありがとうございました♡

鍋会

熱々おじやを堪能♡

矢鳴ファミリー晴美＆優花with達也様が、今年も素敵な歌声を届けに来て下さいました♪
ありがとうございました！

空手道部ニュース

2月21日（金）にWASHU BLUE RESORT風籠にて亀龍園空手道部後援会・総会並びに懇親会が行われました。

今年も多数の後援会の方々や職員の皆様が参加して下さりました。
懇親会では、先日行われたカラオケ世界大会で見事優勝した双子デュオ『まゆみゆ』が歌を披露して下さる等、楽しい時間を皆様で過ごすことができました。

来年度から、後援会・空手道部が新体制で新たにスタートします。
気持ち新たに「全日本実業団優勝」を第一目標に、これからも日々の稽古に励んでいきたいと思います。これからもご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

亀龍園空手道部　主将　水杉

新型コロナウィルスについて

世界的に流行しています。日本においても感染者が日々増加しています。
新しい疾患であるため、分かっていないことも多く治療薬も開発されていません。
そのような中で私達にできることは、感染しないよう予防に努め、リスクを少なくすることではないでしょうか。
施設においても厚労省よりの通達に伴い、ご利用者様及び職員への対応を始めました。
入居のご利用者様については健康チェックの強化（検温、上気道炎症状の有無等）通所・ショートステイのご利用者様については利用前の健康チェックを行います。
また、ご家族等の面会制限、業者の出入りの制限、職員においても就業前の健康チェックを行っています。

感染経路

飛沫感染：感染者のくしゃみ、咳と一緒にウイルスが出て、他者が吸い込むことにより、ウィルスが体に侵入する。

接触感染：感染者のくしゃみ、咳が手につきその手で物に触れ、それを他者が触れることでウィルスが体に侵入する。

潜伏期

１～１２日（平均５日）

予防

手洗い・うがい・アルコール消毒・マスクの使用・大勢で集まる場を避ける。
至近距離での会話を避ける。

発症初期は、上気道炎の症状（発熱、鼻汁、咽頭痛、咳）そこから肺炎を併発します。
高齢者の方や基礎疾患を持っている方は、重症化しやすいです。

OV倉敷施設長　井上