ボランティア様の活動を休止している為、ボランティア活動のデータを掲載しておりません。
活動を再開しましたら掲載させていただきます。
２月　橘高繁福様　　犬飼順子様（写真展示）

# 今月の行事食

## 健康食「節分」

今年の節分は、124 年ぶりに２月２日です。
今年の恵方は南南東です。恵方巻は恵方に向かって無言で食べると、願いが叶うと言われています。
具材は７種類使用されるのがいいとされ、無病息災商売繁盛を願って七福神にちなんだもので福を巻き込むと言われています。

ケアハウスくらしき　栄養士　森田佳奈

## ２月行事予定

１日　特養くらしき里桜開設記念日
２日　節分（鷲羽・里桜・OV 倉・DS 倉）
11 日　建国記念日
17 日　誕生日会（鷲羽）
18 日　誕生日会（特養）
19 日　誕生日会（OV 倉）
23 日　天皇誕生日
　　誕生日会（ケアハウス）
24 日　誕生日会（亀山）
　　誕生日会（GH 倉敷）
25 日　プリンの日
26 日　誕生日会（DS 倉）

# 亀龍会グループだより

令和３年
２月号 №82

## 「感謝と勉強の日々」

グループホーム倉敷
管理者　長谷川　千佳

今年もはや１ヵ月が経ち、ようやく梅の蕾も膨らみはじめましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。

私は平成 19 年３月に亀龍会グループに入社し、今年で 14 年目になります。同じ年に入社した同期も私を含め３人となり配属先が離れていますが、今でも姿を見ると私も頑張ろうという気持ちになり、勝手に元気をもらっています。

昨年の５月よりグループホーム倉敷に配属となり、管理者という責任ある立場を頂きました。以前はグループホーム亀山に勤務しており、約 12 年間の間にたくさんの資格を取得し、さまざまな事を学ばせて頂きました。

管理者の仕事は初めてで、以前とは違い慣れない業務に苦労していますが他の職員に助けてもらいながら日々勉強しております。

認知症高齢者の症状はさまざまで、一人ひとり違います。その方に寄り添って支援する事に対し難しさもありますが、ご利用者様からの「ありがとう」の言葉を聞くと、入社当初と変わらず嬉しさや、やりがいを感じます。自分も感謝の気持ちを忘れずに日々仕事に励んでいます。

コロナ禍の中、制限が多く御利用者様の生活が一変していますが、安心し楽しんで生活して頂けるように私達職員が支援をしていきたいと思っています。今後ともご指導宜しくお願い致します。

≪プロフィール≫

平成 19 年３月より亀龍会グループに入社し、グループホーム亀山へ配属となる。介護福祉士や認知症管理者研修・実践リーダー研修の資格を取得し、現在はグループホーム倉敷の管理者として能力を発揮されている。

発行：（有）倉敷メディケート「亀龍会グループだより」事務局　岡本　小町　086-486-1100

# 特養くらしき

## 誕生日会

今月の誕生日会は各ユニット内でお祝いしました。リハビリを兼ねたレクリエーションを行い、楽しみながら体を動かしました。おやつにはケーキとプリンを食べて楽しい時間を過ごしていただきました♪

またまだコロナが終息しない中ですが、ご利用者様に安心して楽しく生活していただけるように職員一同、誠心誠意頑張っていきます。

**今月も皆さん元気に過ごしています！！**

## デイサービス倉敷

### お誕生会

1月は感染症対策を実施した中でお誕生日会を開催しました。3名の方がお誕生日を迎えられお餅つきなどを行いお祝いさせていただきました。お楽しみ会では居宅くらしきの大廣課長にお越しいただき、【かさ地蔵】【かぐや姫】の紙芝居をしていただきました。大廣課長の軽妙な語り口で展開するストーリーに皆さん大変引き込まれ楽しいひと時を過ごすことが出来ました。

**リラックスタイム**

**脳トレ(羽島大学)**

**段ボールでダルマ落とし**

**グラグラゲーム**

今年に入っても引き続きコロナ禍で活動や外出が制限されていますが、工夫を凝らしたゲームやレクリエーションで変わらず満足度の高いサービスの提供をしています。

# 空手道部ニュース

１月１８日（月）特別養護老人ホームくらしき里桜で、阿智神社の神主さんをお呼びして道場開きを行いました。マットに足を踏み入れた選手たちは、技やフットワークで感触を確かめながら「いいね～」と喜び楽しそうに繰り返し動いていました。そして、代表から「今年は大会がありそうです」と告げられた選手達は、より一層気持ちが高まったのではないかと思います。この新しい道場で心技体を鍛え、少しずつ見えてきた大会に向けて一丸となって頑張っていきたいと思います。また、２つ目となるこの道場は、70 名以上の子どもたちが集まる亀龍園空手道部の練習場としても開放していきます。この厳しい時代を乗り越えたら今まで通り施設で稽古を行い、特養くらしきの道場と二ヵ所に分けて子どもたちが伸び伸びできるようにしていきたいと思います。子どもから大人までおもいっきり稽古ができる環境があるということに感謝をしながら励んでいきたいです。

亀龍会空手道部　副主将　岡本小鉄

# PCR検査・抗原検査・抗体検査の違いとは？

新型コロナウイルスの検査には、ウイルスの有無を調べる「PCR検査」「抗原検査」、過去の感染の有無を調べる「抗体検査」の3つがあります。それぞれの特徴について見ていきましょう。

### 《PCR検査》

PCR検査は、ポリメラーゼ連鎖反応の略称であり、現在ウイルスが体内に存在しているか（感染しているか）を調べることができる検査で、微量のDNA断片を増幅して検出する方法です。

- 通常の状態では少なすぎて検出できない遺伝子を見つけ出せる。
- 特別な監査機器が必要。
- 結果が出るまで時間がかかる。

### 《抗原検査》

抗原検査は、短時間で診断ができ、新型コロナウイルス感染症の新規感染を診断するのに適していると言えます。ただし、PCR検査とは異なり、検出にはより多くのウイルスが必要であり、PCRに比べて精度が劣ります。このため、抗原検査はPCR検査と組み合わせて活用することが多く見受けられます。

- 検査キットがあれば簡単に検査ができる
- 短時間で結果が出る。
- 感度が比較的低い。

### 《抗体検査》

抗体検査は、新型コロナウイルス感染症に感染していたかどうかを調べる検査です。

- 過去に感染していてか調べられる。
- 抗体があれば、もう感染しないのか？
  … はよくわかっていない。

### いま、私たちにできること

たくさんの人が感染すると、それに伴って重症の方も増えていきます。基礎疾患のある方や高齢者は、注意が必要であること、「三つの密を避けること」「手洗い」「マスクの着用」など基本的な対策を一人ひとりが気を付けて実行することが、感染を広がるのを抑えることになります。一人ひとりの行動が、リスクの高い人の“重症化”を防ぐことに繋がるのです。

オーシャンビュー倉敷　課長　新田由喜