施設長より

「10年後のしょうぶの里を考える」

「平成」という一つの時代が終わる節目の年を 迎えました。本年も、どうぞよろしくお願い申し 上げます。

新年早々、少しシリアスな内容ですが、10年 後の日本の社会、障がい福祉、そして、しょうぶ の里は、どんな状況や姿となっているか? 千2 百字程度のこの欄に書けるテーマや内容ではあり ませんが、ベストセラー「未来の年表 人口減少 日本でこれから起きること|(河合雅司著 講談社 現代新書)によると、日本は、今後、急速な少子 化・高齢化で、人口減少社会を迎えるようです。 一層の人手不足による外国人労働者の就労の増 加、人口減少や労働人口減少による国際競争力の 低下も予測されています。

しょうぶの里に関しては、今の利用者さんの平 均年齢は53歳、最高齢が76歳、最年少が31 歳なので、10年後の平均年齢は63歳。あまり 考えたくないことですが、今できている活動や行 事の実施が困難になったり、歩けなくなる人や車 イス利用する人が増加したり、認知症を発症する 利用者も出たり、疾病の増加で通院や入院を要す る人の増加。さらには、死去や医療的ケアなどに より高齢者施設に移らざるを得ない利用者さんも 想定されます。

しょうぶの里ではまだ先だとは思いますが、開設から3 0年、40年と経過する入所の施設では、利用者さんを施 設でお見送りする「看取り」も行っていると聞きます。

また、職員も同様に10歳、年を取ります。新規に職員 を募集してもなかなか応募がない中、職員も高年齢化が進 み、利用者さんの高齢化に伴う支援や介護量の増加・重労 働化、腰痛を抱える職員の増加、あるいは外国人労働者の 就労といった状況が出ているかもしれません。

施設設備面でも、28年目となり 老朽化と利用者さん の状況に応じた施設改修の必要性が増加、等々、10年後 を考えた場合、さまざまな課題や問題が想定されます。

そこで、昨秋、公益財団法人が主催するアメリカ視察研 修に参加し、ある意味、日本の未来かも知れない姿を見て きた職員を中心に、プロジェクトチームをつくって考えて もらうよう投げかけました。

一番重要なことは、10年後や高齢化にむやみに不安を 抱いたり、恐れたりするのではなく、今、あるいは今から できる対策はないかということです。

地震や災害とは異なり、確実にやってくる10年後に向 けて、どういう手だてや対応を取っていけばよいか。明る い展望が持てない=暗い未来予測で意気消沈するためでは なく、今できることを模索するために、現実にしっかり目 を向けて考えていきたいと思っているところです。





インフルエンザの感染者が多数出ましたので、 1月に予定しておりました、新年会、書初め、 防犯訓練は延期となりました。日程が決まりま したら、またお知らせいたします。

年明け早々の1月5日、しょうぶの里で最初のイ ンフルエンザA型罹患者が出ました。

その後、利用者さん、職員と感染し、最終的に は利用者さん16名、職員5名が罹患しました。 **型家族には型心配をかけ、また短期入所、日中**ー 時支援A型をご利用の方々にはご不便とご迷惑を おかけしましたことをお詫びいたします。

利用者さんはもちろん、職員も全員インフルエ ン州の予防接種をしていたのに、こんなに多数が 感染するとは思ってもみませんでした。

今はやっと落ちつき、平常の生活に戻りつつあ ります。

十分な睡眠

今回のインフルエンザは感染力が強く、予防接 種していても高熱(39度~40度)を伴うようです。

- ○この時期、人混みは避ける
- ○外出時はマスクの着用
- ○帰宅時すぐの手洗い、うがい (緑茶が効果的)
- 〇手指のアルコール消毒

等々、絶対ウイルスを持ち込まないということを 意識しないといけません。

まだまだ油断できませんね。

手決し





唇知識.com

節分は年に4回、季節を分けるという意味 も含まれております。春夏秋冬の季節の始ま りはすべて節分といわれており、つまり1年 に4回、それぞれの四季の始まりの日である、 立春・立夏・立秋・立冬の前日が節分の日と いうわけです。

その中で一番有名なのが立春の前日である 2月3日で、多くの人はこの日に豆まきをし たり、恵方巻きを食べたりします。

日本では、昔、立春が一年の始まりとされ ていたため、この日が一番良い日とされ、今 でもその風習が残っているといわれています。

一年の始まりが立春だった昔は、今でいう 節分こそが「大晦日(おおみそか)」だった、 というわけです。この日に一年の厄を払い、 次の年を迎ようという意味で、厄除けとして 鬼に豆まきをしてやっつける、という風習が できたということです。

恵方巻 《2019年の恵方は東北東》

恵方巻は、その年の恵方を向いて丸か むりすると願い事が叶い、無病息災や商 売繁盛をもたらすとされる縁起のよい**た** 巻きです。

大阪発祥の風習ですが、関西地方で親し まれ、現在は全国的な広がりをみせてい ます。

恵方巻には、縁起よく七福神にちなんで 7種類の具を入れ、巻き込んだ福を逃さ ぬよう丸型と1本、恵ちを向いて無言で 食べきるとよいとされていますの

また、た巻きを鬼の金棒(逃げた鬼が **忘れていった金棒)に見立てて、鬼退治** ととらえる説もあります。

節分の魔除け

鬼は、鰯(いわし)の生臭い臭い と、柊(ひいらぎ)の痛いトザがた の苦手とされています。そこで、鰯 の頭を焼いて臭いを強くしたものを 柊の枝に刺し、それを玄闌先にとり つけて、鬼が入ってこないようにす る風習があります。これを「煉嗅 (やいかがし)」「鰯柊」「柊鰯」 「柊刺し」などと呼びます。 地方によっては、豆がらやトルラ を添えるところもありますが、昔か ら臭いの強いもの、トサのあるもの、 音のでるものは魔除けや厄除け効果 があるとされているからです。



給食室より

☆1月のイ州ントメニュー☆

1月 9日 誕生会ケーキ、コーヒー又は紅茶

1月11日 書初め会のおやつ

1月17日 リクエストメニュー

千作リハンハ"ーか"- エピマヨ

せん切りサラダ パンプキンスープ

1月28日 リクエストメニュー(昼)



《免疫力をアップしましょう!》 体温+1℃で免疫力は5~6倍アップするといわれて いますの体を温める食べ物として

生姜、チーズ、鮭、納豆、玄米、南瓜、レンコン、 木型、リンゴ、甘酒、香辛料 などがあります。

まだまだ寒い時期が続きますが、体を温めて病気を予 防しましょう!



医務室より

インフルエンザ六流行中

今年は年明けより全国各地で1427ルエンサ"が猛威を振 るっていますのついに患者数も58万人を超えたと言 われています。(熊本県は愛知県に次いで患者数が 全国2位だそうです。(1/16現在))

なぜこんなに流行したのか?ウイルスが濃厚だっ たとか、予防接種のワクチンの型が違ったと

今年から抗インフルエンザ薬のタミフル、リレン **ザ、イナビルに加え、ゾフルーザという新薬が登場** しました。このゾフルー世は既存棄に比べ、体内か らより早くインフルエンザウイルスが排泄されるの が特徴です。また錠剤を1回飲むだけで治療が完了 しますので、服用忘れのリスクもありません。

- これからインフルエンザにかからないためにも、
 - 〇外出時のマスク着用
 - ○帰宅時の手洗い
 - 〇手指のアルコール消毒
 - ○室内の換気

等々、日頃から意識し、徹底したいと思います。

看護師 齋藤



《1月の行事予定》

1日(金) 誕生会 (午後) ☆

職員会議、給食委員会(午後) ☆ 4日(月)

訪問歯科(午前)訪問リハピリ(午後) 5日(火)

小島小研究授業(しょうぶの里にて)

☆ 6日(水) 節分行事

訪問歯科 (午前) ☆12日(火)

パレンタインチョコ作り ☆ 14日(木)

職員研修会 (午後) ☆18日(月)

☆19日(火) 訪問歯科、吉村さんお話会(午前)

訪問リハピリ (午後)

☆21日(木) 健康診断 (午前)

☆26日(火) 訪問歯科 (午前)











新年早々のインフルエ ン世感染で、今年の驀開 けもバタバタでした。

しかし、予防接種受け たにもかかわらずこの感 染力のすごさに驚きです。 やはりこの時期は手洗 い、うがい、マスクの着 用、消毒を意識して過ご さなければと思いました。

~~第21号~~ 平成31年1月25日発行 発行元 しょうぶの里 熊本市西区小島9丁目14-58 LL (096) 311-4588



※個人面談…1月29日~2月末頃 予定しています。