アップルだより

平成26年2月27日 発行　NO. 4

編集
特別養護老人ホーム
サンアップルホーム広報係
〒036－8302
弘前市大字高杉字尾上山３５０
TEL　０１７２－９７－２１１１

迎春

冬のうまいものまつり

新しい年を迎え、当ホームでは利用者さんの為に施設内に毎年恒例のアップル神社が作られました。元日には、たくさんの利用者さんが神社を訪れ、思い思いの願い事をしていました。
また今年は、神社の隣に絵馬を飾る場所が作られ、１年の無事や健康を願われていました。

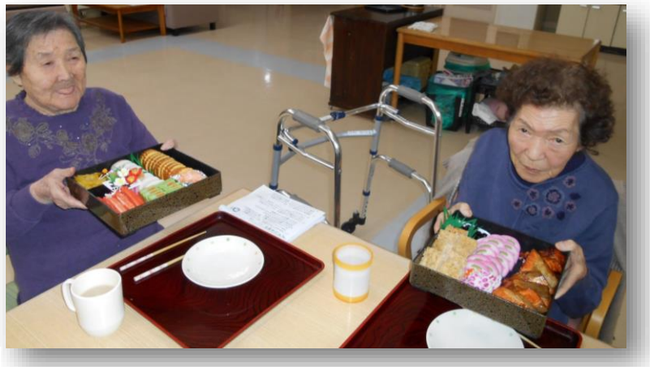
12月８日、冬のうまいものまつりが行われました。当日は、４０家族９８名の方に来ていただき、利用者さん達は賑やかな雰囲気の中、久しぶりにご家族と一緒に食事ができて喜ばれていました。
食事会は、本館　下山サキ様、西棟　笹タマ様の元気の良い乾杯のあいさつで始まりました。
冬のうまいものまつりは、毎年カニ鍋がメインとなっており、今年も大きなズワイガニが提供されました。今年の新しい試みの焼きガニは、食べる直前に目の前で焼き、香ばしい匂いが食欲をそそり、おいしいとご好評を頂きました。

当ホームでは、全員常食化に取り組んでいます。経管栄養者の経口摂取の取り組みの成果もあり、当日は利用者さんとご家族が同じ物を食べることができました。
ご家族が「同じ物を一緒に食べられて嬉しい。おいしいね～」と利用者さんへ声を掛ける光景をみて、私たち介護職員もとても嬉しく感じました。
ご家族と楽しく食事をしている様子をみて、普段とは違った表情をみることができ、微笑ましく感じました。

メニュー
・カニ鍋　・焼きガニ
・栗ご飯　・しそ巻おにぎり　・酢の物三点盛り
・一夜漬け　・マンゴープリン　・マフィン（プレーン・チョコ・抹茶）

おせち料理

大晦日の夜、新しい年を迎えるにあたり、みんなで厨房職員手作りのおせち料理やちらし寿司、年越しそばを頂きました。色鮮やかな重箱を見て「すごいなぁ」、「めそんだなぁ～」と歓声が上がり、素敵な年越しになりました。



餅つき

12月26日、本館ホールで毎年恒例の餅つきが行われました。杵と臼を使用した昔ながらの迫力のある餅つきの光景に「よいしょ、よいしょ」と掛け声を上げたり、手を叩いていました。
つきあがった餅は鏡餅にし、本館

クリスマス

12月24日、園内にはクリスマスソングが流れ、ツリーやリースが飾られていました。
昼食には、ローストチキンやスコッチエッグ、バターライス等クリスマスらしい料理が運ばれました。また、サンタやトナカイに扮した職員が、厨房職員手作りのイチゴのムースをプレゼントをして回り、とても賑やかな日になりました。

鬼沢　裸参り　地域との交流

　1月31日鬼沢地区で行われる、旧正月の伝統行事「鬼沢神社奉納裸参り」に、今年も4人の男性職員が参加しました。

　当日は例年にない氷点下の気温でしたが、参加している方々は、五穀豊穣・ 家内安全を祈願しながら、伝統行事を 盛り上げていました。

　利用者さんも応援へ行き、町内を練り歩く 姿を見て、「頑張れ！！」と笑顔で手を振っていました。

五穀豊穣や家内安全を祈る

安家全内

まとい振り

　２月３日、船沢地区消防団によるまとい振りが行われました。魔除けの意味もあり、縁起物と言われ、毎年恒例の行事となっています。

　まとい振りが始まると、まといの音が館内に響き渡ります。

　利用者さん達は、たち振る舞いに「見事なものだ」と見入っていました。また、中には、昔やっていたと懐かしんでいる方もいました。

　今年一年、皆様が健康に過ごすことができ、豊作となるよう祈っています。

感染症対策!!

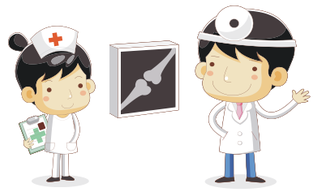
　テレビ等でよく耳にするインフルエンザ、ノロウイルス・・・。感染症が流行する今の季節、感染症対策は万全ですか？予防方法はご存知ですか？

インフルエンザとは・・・

　38℃以上の発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛等の全身症状が伴います。子供ではまれに急性脳症を、また高齢者の方や免疫力の低下している方では肺炎を伴う等、重症になることもあります。流行性があり、短期間に多くの人への感染が広がります。日本では、例年12月から3月頃に流行します。

感染を防ぐには・・・

①流行前のワクチン接種：感染後に発病する可能性を低減させる効果と重症化防止に有効
②飛沫感染対策：主な感染経路は咳やくしゃみによる飛沫感染であるためマスクの着用
③手洗い：手洗いによりウイルスの除去。さらにアルコール消毒が有効
④適度は湿度の保持：空気が乾燥すると気道粘膜の防御機能が低下するため、湿度を50%から60%に保つ
⑤十分な休養とバランスのとれた栄養摂取：体の抵抗力を高める



ノロウイルス（感染性胃腸炎）とは・・・

　手指や食品、吐物や排泄物などを介して感染し、人の腸管で増殖し、嘔吐、下痢、腹痛などを起こします。ワクチンがなく、子供や高齢者の方などでは重症化すると死亡することがあります。一年を通して発生していますが、特に冬季に流行します。

感染を防ぐには・・・

①食品の十分な加熱：食品の加熱処理によってウイルスの活性を失わせる
②手洗い：調理前や食前は手洗いし、ウイルスの除去
③消毒：食器や衣類を消毒する際は塩素系の消毒剤（ミルトン、キッチンハイター等）が有効
④マスク、手袋の着用：吐物等を片付ける際はマスク、手袋を着用し二次感染を防ぐ

担当者からの連絡