

たいよう

第101号
平成25年9月発行
神戸社会保険介護老人保健施設
“ヴィバ・サン神戸”

みんなで踊れば
楽しいな～

和太鼓



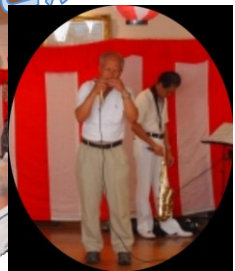
毎年恒例。鈴蘭
台高校『をとこ
組』による演
奏！！

盆踊り

納涼会



歌と演奏



上手に釣れるかな？

きれいに写っ
ているかな？

魚釣り

輪投げ



記念写真



七夕会

来年のカレンダーと車椅子用のブレーキ筒どうぞ使って下さい！！

千羽鶴
ありがとうございました



きれいな音色やね～

みんな上手やわ！！一生懸命練習してくれたんやね～



家族介護教室開催

<出前介護教室>

7月8日(月)「腰痛・膝痛予防」をテーマに介護教室を惣山町自治会館で開催し、地域の皆様25名の方が参加されました。

いつまでも自立した生活を送りたいという思いから『今日から出来る運動』を一緒に学んでいただきました。

腰痛にならないための対策を今から心掛けようかな～



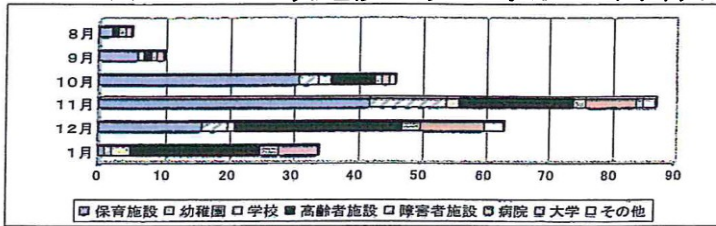
<家族介護教室>

7月24日(水)「腰痛予防」の介護教室を開催し、11名の方にご参加いただきました。自分の体を知るために、靭を持つ癖や、力が強い・弱いなどの14個の質問を提示し、ご自身と向き合っていました。そして参加者の皆さん同士で、お互いの姿勢や、自分の筋肉の柔らかさと強さをチェックしあいました。さらに最近話題のロコモについても取り上げました。ロコモとは、ロコモティブシンドローム(運動器症候群)の略で、運動器の機能低下が原因で日常生活を営むのに困難をきたすような歩行能力の低下あるいはその危険性があることという意味です。7つのテスト項目のロコモチェックを皆さんに行ってもらい、足に自身のある方、無い方それぞれ見つめなおすきっかけになりました。

感染対策(ノロウイルス)

神戸モデル早期探知地域連携システムより

ノロウイルスの月ごとの地域施設の発生状況 (平成24年度)



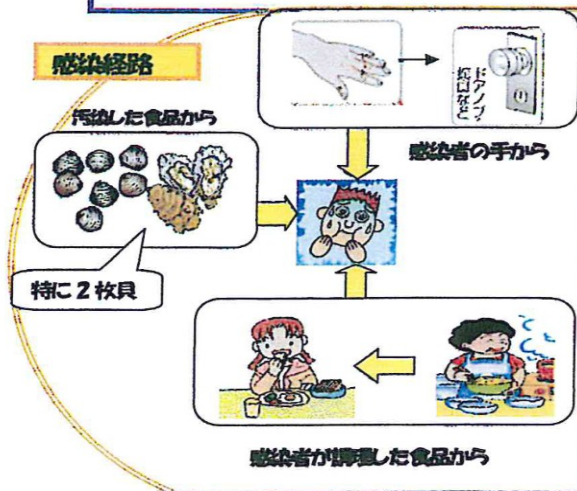
12月以降、報告数は減少していますが、引き続き注意が必要です。

★特徴: 強い感染力

★症状: 吐き気、下痢、嘔吐、腹痛 (症状は、1~2日で消失し、比較的軽症)

★潜伏期間: 1日~2日

ノロウイルス感染症



ヒトからの感染予防

1. 十分な手洗い、うがい
 2. 嘔吐物や、便の処理には使い捨てのマスク、手袋、エフロンを着用
 3. トイレや、ドアノブ等の消毒
 4. 調理器具の洗浄や消毒
 5. 食品取扱者の健康確認
- 注意! 症状が軽くなっても1週間~1ヶ月くらいこのウイルスが排泄されます

食べ物からの感染予防

1. 2枚貝の十分な加熱処理 (85℃以上1分以上)
2. 生鮮食品の十分な洗浄

汚物のノロウイルスが飛び散ったり、乾燥して空気を運び、口から入って感染することもあります

①適切な消毒薬を選ぼう!

消毒薬	アルコール	塩化ベンザルコニウム	次亜塩素酸ナトリウム
商品名の例	消毒用エタノール 70%イソプロパノール	オスバン ウエルバス	ミルトン、ピューラックス等
ノロウイルス ロタウイルス	×	×	○
インフルエンザ	○	○	○
腸管出血性大腸菌 (O-157、O-26、O-111等)	○	○	○

②消毒液の作り方 (次亜塩素酸ナトリウム5%の原液を使った場合)

* ペットボトルのキャップ1杯は約5ml

	作り方	こんな所に使用
約0.1% 次亜塩素酸 ナトリウム	水 500ml + 原液10ml (キャップ2杯)	☆便・尿・おう吐物 ☆汚物がついた床や便器 など
約0.02% 次亜塩素酸 ナトリウム	水 2L + 原液10ml (キャップ2杯)	ドアノブ・蛇口・居間 台所・浴室・トイレ おもちゃ・調理器具 など手がふれるところ

消毒の注意

- ☆スプレー式の消毒はダメ! ウイルスが飛び散って感染を拡げます。
- ☆消毒液はつくり置きをせず、使う前につくりましょう。
- ☆原液は密閉し冷暗所に保存。使用期限内に使い切りましょう。



《7月～8月にボランティアに参加して下さった方々》

木戸澄子様 岩田章子様 東美智子様 坂東幸代様 堀文子様 片野光子様
三井洋子様 松下光子様 柳田喜久代様 中由紀子様 南重子様 富永嗟和子様
中西知子様 石井寿賀子様 中島朗子様 眞方忠道様 小林久美子様 山本利彦様
梶田秀樹様 平川慧富様 あかりの会様 惣山町悠遊クラブ様 神戸鈴蘭台高校様
ミュージックセラピーコスモス様 神戸市看護大学様 神戸医療福祉専門学校様
社会保険神戸看護専門学校様 甲緑小学校 (順不同) ありがとうございました

元気いっぱい 水あそび

暑い夏の間、つくしんぼ保育園の園児さんたちが、老健の中庭でプールに入り水遊びをしました。窓越しに園児の遊び姿を見ながら利用者の皆様も微笑みながら眺めその姿に癒されていました。



介護老人保健施設 活動展のお知らせ

開催期間 平成25年10月17日(木)
～ 10月22日(火)
午前11時～午後7時
(最終日は午後6時にて終了)
会場 JR神戸駅 デュオ神戸
《デュオぎやらりー》

介護保険が開始されて14年目を迎えています。リハビリの一環で作成された、利用者様の作品が展示されています。

今後の予定

9月11日(水) カット・パーマ
9月11日(水) 売店・ふれあい喫茶
9月18日(水) 敬老会
9月20日(金) カット・パーマ
9月25日(水) 売店・ふれあい喫茶
10月9日(水) 正英幼稚園交流会
10月9日(水) 売店・ふれあい喫茶
10月10日(木) カット・パーマ
10月21日(月) 散髪
10月23日(水) 売店・ふれあい喫茶
10月25日(金) カット・パーマ
10月30日(水) ボランティア交流会



編集後記

先日の夏休みに家族で鹿児島と宮崎の旅行に行きました。温泉に入って美味しいものを食べて日ごろのストレス発散になりました。やっぱり旅行は良いものですね。

そして旅といえば2020年東京五輪開催が決定したことで、今から観戦に行きたいなど思っている方も多いのではないのでしょうか？パラリンピック開催も含め、今後ユニバーサルな宿泊施設が増えていくことが期待されます。車椅子の方でも利用できる施設が充実し家族みんなで旅行ができるといいですね(原田)

神戸社会保険介護老人保健施設

〒651-1145

神戸市北区惣山町2-1-9

TEL 078-595-2323

FAX 078-595-2717