

体調管理にお気をつけください

梅雨明けし、真夏日も増え、蒸し暑く熱帯夜の日も増えてきますので、十分に水分補給や室温管理等し、体調を崩されませんようお元気にお過ごし下さい。

新型コロナウイルス新規感染者数が、6月初旬頃は減少傾向でしたが、6月末ごろより増加傾向に転じています。多少の気の緩みも有ると思いますが、感染対策等の再度徹底をお願い致します。引き続き検温・屋内でのマスク着用・手洗い・うがい・手指消毒徹底のご協力をお願い致します。

また、各自治体より新型コロナウイルスワクチン接種の案内があると思われます。重症化を防ぐ為、4回目のワクチン接種のご協力をお願い致します。

ご理解の程宜しくお願い致します。



スタッフの声^{第2回}

「介護職を志した経緯と将来の目標」 ぬくもりの家須磨妙法寺 仁保龍之介スタッフ

介護の世界に入ったのは28歳の秋でした。元々は違う職業を長く続けていましたが、次に何の仕事に就こうかと考えていた時に、自分は人と話すことが好きで人の為に動くことが好きだなと思い、介護の世界に入りました。初めは右も左も全くわからないまま日々バタバタと仕事をする毎日でした。しっかりと知識を身に付け、しっかりと利用者の方の力になりたいと思い勉強を始め介護福祉士を取得しました。知識と経験をしっかりと身に付けた先は介護の講師になり、これから介護の世界に入り仕事をする方達に自分の持っている知識や、技術を教えご利用者の方達が嫌な思いをせず、楽しく、安心して生活を送れる為の環境づくりに尽力していきたいと考えています。

介護の世界で仕事をされている方たちのなかには、給料も安く、体力も必要でありしんどい仕事だと思われる方も多くおられると思います。

確かに大変なことも多く、しんどい仕事だと僕自身も思う事はありますが、ご利用者様の何気ないありがとう等の感謝の言葉や、楽しそうにニコニコされている瞬間を見た際にこの仕事に就いて本当に良かったと感じ、疲れはいつも吹き飛んでいます。介護職をしていると、しんどいことや、大変な事、辛いこと

も多く辞めたいと思うことが多くあると思いますが、介護職員として働く皆さんと、ご利用様のご両方が笑顔で過ごせる。そんな素敵な環境を皆さんと作っていただけると日々思っています。↓



小倉常務のコラムコラム - 「小池さん」 -

このコラム毎回何を書こうか結構悩むのですが、考えるだけでどんどん時間も過ぎていくし、時間が過ぎていくとお腹が減ってきます。ついつい間食したくなったりするとお菓子やカップラーメン食べたくなりますよね。なんてことを考えているとぴったりの話題が見つかりました。7月11日はラーメンの日だそうです。2017年から制定されたラーメンの日ですが、7をレンゲに、11を箸に見立てたことと日本で最初にラーメンを食べたとされている水戸黄門こと水戸光圀公の誕生日にちなんで制定されたそうです。なんでも、明（今の中国）の学者を屋敷に招き入れたときにその学者が中華麺の材料を持ち込んでおり、後に光圀の屋敷で中華麺が振る舞われた記録があるそうです。ただし最近では室町時代の蔭涼軒日録と僧侶が中華麺らしきものを作ったということが日記に書かれているようで、そっちのほうがかもとのことです。余談ですが、10月2日はとんこつラーメンの日で、10月1日は天下一品の日だそうです。また毎月11日は麺の日だそうです。さあ今日はランチにディナーにラーメンをいただき、背徳感たっぷりにスープを飲み干してみませんか。↓

編集後記

今年は6月中に梅雨が明けるといふ例年のないほどの早期の梅雨明けとなりましたね。急な暑さのため熱中症で搬送される方も増えているようです。また、熱中症の4割が室内で起こっているとも言われています。熱中症は、高温多湿な環境に長時間いるときに体の調整機能がうまく働かなくなり、体内に熱がこもることで発症します。室内にいるときも温度計や湿度計を利用し、危ないなと感じたらエアコンをつけたり室温調整を行ってみてください。また、熱中症予防には、↓

- ① こまめに水分を摂取する。（一度にたくさん水分を摂取しても、うまく吸収することができません。少量の水分をこまめに摂取することがポイントです。）↓
- ② 汗を拭くときは濡れたタオルではなく、汗拭きシートは濡れたタオルなどでふき取る（体の表面に水分を残しておくことで、水分が蒸発する際の気化熱で体の温度を下げることができるそうです）↓
ということが有効なようです。ぜひ意識してみてくださいね。↓

