

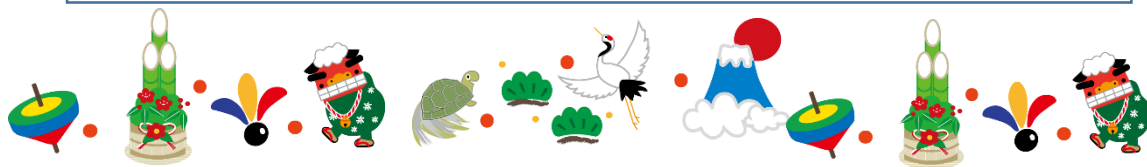
## 賀正 “いよいよ来るか本物の時代”

理事長 新井剛太郎

先日、ある青年のインタビューがありました。彼が語るには「美容師になりたくて、16回目でやっと合格し、現在もこの仕事を続けています。普通の方なら、2、3回で合格するところ、子供の時、学業を怠っていた天のお仕置きと思っています。女性の髪形を変化させ、その人をより美しくすることが好きで、この道に入りましたから、どうしても、この仕事を続けたい。今では、お客様からの御指名が多くなり、天職にしたいと励んでいます。1か月ごとに流行り、すたりがある現在、お客様は本物を求めて来ます。」それは、将に本物志向によるものです。

では、介護分野での本物とは、求められている事とは何なのか。人は、求めるものも、好みも違います。御客様一人ひとりの考え方・生き方を理解することが、重要と考えます。

究極の本物志向とは、命が尽きる瞬間まで、自分らしく生きる事、ではないのか。そして、私達の役割は、御客様が、望まれる生き方を全うされるよう、傍らで見守り、心を尽くして支援する事に他ならない。



### 新人スタッフ紹介

全く異なる職種からの転向なので分からない事だらけですが  
1日でも早く仕事を覚えられるように頑張ります。

介護課 引間将人



ベトナムから特定技能職員として介護の仕事始めて、一年が経ちました！  
いつもやさしい心で、お客様に寄り添ったケアを日々頑張っています。お客様からも、「みんな優しくていい子だよ～」とお言葉をいただいております。

いつも頑張っている3名に白砂恵慈園スタッフ全員より、感謝と応援の気持ちを込めたメッセージカードを作成し、サプライズで贈りました。本人達の涙につられ、参加スタッフ、お客様も感動の涙が自然と出るあたたかい雰囲気でも包まれました。

(左からゴックさん、ガンさん、トムさん)

# しらすな

令和4年  
1月元日  
第80号



〒369-1501

特別養護老人ホーム

# 白砂恵慈園

秩父市吉田久長一八六一  
電話〇四九四一七七〇〇九九

## 看護課より



### <インフルエンザ流行に備えて>

看護課 萩原裕子

インフルエンザの流行する季節となりました。昨年は新型コロナウイルス対策として普及し手指衛生やマスク着用・3蜜回避・国際的な人の行動制限がインフルエンザ予防に効果的であった為大幅に減少しました。今年は流行が囁かれています。インフルエンザは免疫力が落ちている場合に感染しやすく体調管理、生活習慣、生活環境の管理も非常に大切です。

#### 感染予防対策

[体調管理] 睡眠を十分とる・規則正しい生活・栄養バランスの整った食事・疲れをためない事。

[生活習慣] ストレスの強い環境を避ける・インフルエンザウイルスは、乾燥している環境で増殖、空気を乾燥させない、加湿器の使用が良いと思います。

[外出は人込みを避ける] 多くの人込み合っているところは、感染の可能性が高くなります。

[インフルエンザワクチンの接種]

インフルエンザに感染しても発病する可能性を低減させる効果やインフルエンザにかかった場合の重症化・長期化防止に有効です。

白砂恵慈園では昨年の11月3日に利用者様、職員のインフルエンザ予防接種を行いました。新型コロナウイルス感染の予防対策もしっかり行い安心、安全に過ごせるよう努めたいと思います。



## 栄養課より



### 【寒い時期にこそ水分補給を！】

栄養課 永田晃久

#### [冬の空気について]

冬となり気温が下がってくると、飲物を控える方が多くなるかと思いますが、しかし、冬の冷たい空気は乾燥しており、室内で暖房器具を使用すると更に空気が乾燥してしまい私たちの体の多くの水分を奪ってしまいます。この状態が続くと体内の水分が不足してしまいます。

#### [水分不足が私たちの体に与える悪影響とは？]

- ・血液中の水分が少なくなり血栓ができやすくなります。又、温かい室内から脱衣室などの気温が低い所に移動すると血管が収縮し、血栓が詰まりやすくなります。
- ・喉や鼻の粘膜は異物を体外に押し出す働きをしておりますが、水分不足によって乾燥しているとその働きが弱くなり、体内にウイルスが侵入しやすくなってしまいます。
- ・体内の水分が少ないと、侵入したウイルスが増殖しやすい環境になってしまいます。

#### [冬の水分補給のおすすめの方法]

- ・炬燵でうたた寝してしまうと、知らず知らずのうちに脱水症状が進行してしまうことがあります。炬燵の上にみかんなどの果物、飲物をおいてこまめな水分補給を心がけてください。
- ・体が冷えるこの時期に、お風呂に入ると湯船に入っている時間も長くなりがちです。体内の水分が不足していると、発汗によって脱水が進行してしまいます。お風呂に入る前後どちらかで良いので、コップ1杯のお水を飲むことをお勧めします。
- ・新型コロナウイルスの影響で自粛期間を自宅で過ごすことが多くなり運動不足な方も多いかと思われます。筋肉も体力の水分を保つ重要な器官です。家の中でもお手軽に取り組める筋力トレーニングもお勧めです。



寒い冬に水分を取ることは、暑い夏に比べてしまうと取りにくいこともあるかも知れません。しかし、人にとって水分は大切な成分です。ご自身の健康のためにも、水分を十分に取って頂きたいと思います。

# 伊古田ヨシ様 105歳誕生日会



おめでとうございます!

## よいとこ祭り作品



楽しい〜!!

完成しました♪

## 畑作り



小松菜の種を植えました



## クリスマス



外 気 浴



オンライン  
面会



花のいい匂い  
がするなあ～



ご家族の方と楽しく  
お話しています！



## 一緒に働くスタッフ募集!(白砂恵慈園)

働く時間や曜日等もご相談可能です。  
思いやりのあるお仕事に興味のある方、一緒に働きませんか？  
「働くママさん 応援します!!!」  
↓↓興味のある方は↓↓  
0494-77-0099 企画管理人事 新井・小林まで



Check! ホームページ



\*就職の際に不安なのが、「どんな人がある  
んだろう」「どんな人と働くだろう」って  
思いませんか？職員の雰囲気を伝えるYouTube  
動画を作りました。

小さなお子様にも大人気の動画ですw  
QRコードを読み込んでみてください。

<https://www.shirasuna-keijien.or.jp/>

## 編集後記



皆様、新年明けましておめでとうございます。今年もお客様お一人おひとりに合わせたサービスを常に意識し、皆様に笑顔と幸福を提供できるように努めてまいります。新型コロナウイルスの影響で制限されている事も多くありますが、コロナに負けずレクリエーションなど余暇活動に工夫を凝らし、楽しんで生活して頂けるよう考えております。今年もどうぞ宜しくお願い致します。

