

さくらやま便り

No.331号 2022年（令和4年）4月15日



笑顔でスタートです



さて、世界では多くの暗いできごとが起きています。なかなか終息しないコロナ禍、全世界に暗い影を投げかけるウクライナ戦争とそこから波及する経済問題。見回せば多くの困難がありますが、シャローム桜山の家族である私たちは希望を失わずに明るい世界を信じて進みましょう。笑顔を忘れず明るい話題を探しましょう。皆様の日々のご健康と、安心に満たされた毎日をご心からお祈り致します。

今年度、シャローム桜山には11名のスタッフが配属されました。勤務は交代制で組まれますので、勤務の入れ替わりはありますが、可能な限り事務所にはスタッフが常駐するようにします。ご遠慮なく窓口までお越し下さい。下段にはスタッフの笑顔の集合写真と挨拶を載せました。微笑んでいただけると嬉しいです。

通常は、勤務の関係で職員全員が揃うことはほとんどありませんので、今月号では写真だけでも皆様にお配りしてその顔をばいれをご紹介します。



齋藤勇夫様 作

4月に入り、新しい事業年度を迎えました。一般企業でもこの時期は新入社員の入社式等が行われます。今はコロナ禍で大々的な集会の自粛が求められていますので、私たちアドベンチスト福祉会も入社式は法人全体ではなく、各施設で行うことになりました。

巻頭文

施設長 村本英邦



新メンバー紹介（五十音順）

- ①市山 信子・市山です。宜しくお願いします。
- ②遠藤 裕之・素直な気持ちで！
- ③小島 健・気楽に真剣に、を心がけます。
- ④坂本 成子・元氣と笑顔を大切にしたいです。
- ⑤竹内 晃子・いつも笑顔を絶やさず頑張ります。
- ⑥田中 綾子・初心忘るべからず。
- ⑦板東 洋三郎・「まにまに」が目下のモットーです。
- ⑧星野 圭子・いつも明るい星野です。
- ⑨八木 桂子・謙虚に心が成長出来る様になりたい☆
- ⑩レシテシャ・仕事と日本語を一日も早く覚えて頑張りたいと思います。
- ⑪村本 英邦・平和がいちばん！

1. 緊急時情報について

「緊急時情報（ピンク色のA4サイズの紙）」の更新については、これまで入居者懇談会でも確認させて頂いたところですが、通常、「緊急時情報」は皆様の居室の洗面室内の壁に掛けて頂くことになっています。これは緊急時に救急隊が入室した際に一目で皆様の健康状態を把握するためです。特に求められる内容は次の通りです。

① 既往歴

② 飲んでいるお薬の内容

③ 延命措置に関する同意

④ 身元保証人（ご家族等）の連絡先

特に夜間等、ケアハウスの職員が不在の時はこの情報が大切です。生活相談員が定期的に内容の更新を確認しますが、服用しているお薬の内容が変わった場合には、新しいお薬手帳の情報が必要になります。わかる場所に置いて下さい。また、最新のコピーを貼っておくのも良い方法です。

2. 避難訓練報告

3月23日の避難訓練では、各階毎の避難方法で訓練を行いました。今回は日中の地震とその後の火災を想定しましたが、16日の夜間に起きた地震では、東北地方で大きな被害も出ています。

火災や地震発生時の避難に関しては、消防署から次のように指導されていますのでご確認ください。

★ 火災時

・館内放送の案内に従って下さい（日中は職員が誘導しますが、夜間は職員がおりませんので、訓練の内容に従って避難して下さい）

・出火場所に応じて避難ルートは変更されます

・基本は各階からの最短ルートで外に避難します

○ 避難先（階ごとの避難ルート）

・1階 ①玄関を通過して外 ②居室のベランダ

・2階 ①外階段を使って外 ②居室のベランダ

③レストランを通過して特養の中庭へ

・3階 ①外階段を使って外 ②居室のベランダ

③3階洗濯室横の廊下扉を開けて特養へ

※ 夜間の避難先（ルート）も日中と同じです。夜間は職員が不在になりますので、お互いに声を掛け合って安全を確保して下さい。

★ 地震時

・消防署の指導では、シャローム桜山の場合、桜山の地盤の固さや建物の構造上、昼夜を問わず自室待機が基本です。

3. オレオレ詐欺に注意！

高齢者を狙った詐欺が後を絶ちません。テレビやラジオでも情報を流して注意喚起をしていますが、その手段は巧妙になるばかりです。皆様の中にもそのような電話を受けられた方が複数名おられます。電話でお金の話をしてくる場合や、夜間に金銭の話をしてくる場合は要注意です。見知らぬ番号から着信があった場合は、無視をするか事務所まで声をおかけ下さい。

4. 館内の掲示物

皆様へのご連絡は各階のエレベーターホール、レストランに掲示します。掲示内容が頻繁に変更される場合がありますので、意識してご確認ください。

◆ 栄養課から

◆ 栄養課長 小寺秀偉

1. 3食で栄養のバランスを考えています

栄養課では、皆様が毎日お元氣にお過ごし頂くために、3食の食事を適切に召し上がって頂くことで一日に必要な栄養を摂取できるように計算しています。味付けやお好みに合わないメニューもあるかと思いますが、可能な限りお召し上がり下さい。

2. おつゆの具について

毎食のお味噌汁（御汁）は、皆様にお出しする30分ほど前にお作りします。中に入る具は柔らかく目の食感を基本としています。煮過ぎて身が崩れたり、柔らかくなり過ぎることがありますので気を付けたいと思います。ご意見やご感想はケアハウスの職員にお伝え頂けると栄養課の中で共有できますので対応致します。

3. 味付けについて

味付けの基本は「薄味」です。味付けこそ「好み」が分かれますが、いまシャローム桜山では、皆様の一日の塩分摂取量を7.5gで計算しています。「塩分の摂り過ぎは病気の原因」という昨今の考え方はとても大切です。ケアハウスの皆様とお話をしていますと、多くの皆様が塩分の摂り過ぎに注意しておられるようです。度々、食事の味付けが塩辛い等、ご迷惑をおかけしておりますが、それを避けるためにケアハウスのスタッフに「検査」をしてもらえるように調整し、研修も行いながらお作りしております。

なお、お食事に関する苦情やご要望は、ケアハウス事務所窓口横に設置している「ご意見箱」にも投函できます。誰にとっても大切なお食事を、喜んで美味しく召し上がって頂くために、是非、忌憚のないご意見をお寄せ下さい。

4月の誕生者

15日 宮澤 禎子 様

26日 齊藤 美緒 様

おめでとうございます。
お健やかな毎日をお祈り致します。