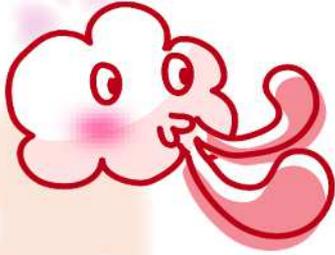




中  
み  
く  
な  
な  
な  
な



第七十九号



# リレーメッセージ



長崎県佐世保市生まれの主人は、戦艦設計士の父を早くに亡くしました。母の勧めで大阪の農機具メーカーへ就職し、転勤地広島でやっと母と一緒に生活。それも束の間、親孝行果たせぬうちに母も心臓病で亡くなりました。

65歳までの47年間を振り返れば、仕事一筋と10数回の転勤人生でした。40歳の折、ストレスと無理な仕事でたまって冠動脈疾患（狭心症）になり、ステントを入れました（その後も数回）。2014年（広島水害の日）に広大病院で心臓バイパス手術もしました。10時間の手術後、限界と言われた身体は太鼓判をいただく程に良くなりました。

しかし、身体にメスを入れた後は体力が落ち、退職を考えるようになりました。仕事関係を絶つ為に、住み慣れた土地・自宅を去る事にして娘の住む神辺に来させてもらい、この春で7年目を迎えます。

岡山観光・神辺神社巡り・老犬の折り紙教室へ通い、やっとこの地に慣れた時、突然「心の病気」に。主人も家族も疑い戸惑うばかりでしたが、間違いのない症状が出てきました。食事が食べられなくなり、TV・音楽・照明・人と会うのを拒否するようになり、あっという間に寝たきり状態に。20kgあまり痩せて、大きなお腹の肉が無くなり穴が出来ました。手・足が細くなり髪もどんどん抜け、極度の栄養失調の為、即入院となりました。今までの点滴治療ではムリで、チューブを鼻から入れての栄養補給となり、ベッドで会話もせず一日中天井を見つめる日々でした。2ヶ月が過ぎ、勇気を出してチューブを取ってもらい、流動食から刻んだ食事にも体力が落ちるばかりでした。

自宅での介護は反対されましたが、ふぁみりいさんの協力もあり、我が家へ帰りました。日々の介護は大変でしたが、紙オムツ～トイレ～杖歩行と少しずつ良くなっていきました。病院通いの疲れも介護も、2度と我が家に戻れないと考えた時の事を思えば喜びの日々になりました。ふぁみりいさんに行くのを嫌がっていた主人も、職員さんのやさしさ・気遣いに閉ざしていた心を開き、今では唯一の憩いの場であり社交場です。TVでのカーブ観戦・2人でデュエット・手作り料理・紙袋での財布作りまでするようになりました。車には乗れなくなりましたが、愛車の車イスでの買い物を楽しんでいます。

普通の生活が出来ない日々を送ったからこそ、普通の生活が出来るときの有難さを、幸せと実感しています。これから老いていく不安もありますが、2人で支え合って歩みたいと思っています。ふぁみりいの方々には感謝のみです。

本当にありがとうございます。

深江さん作のお財布です  
素敵ですね ♡



深江 博 様  
洋子様

ふぁみりいには、入所で15、デイケアで18の委員会・係りがあり、各職員が所属し活動しています。今回はその中から2つを紹介します！



# 感染対策委員会

こんにちは。感染対策委員会です。

感染対策委員会は、施設内の感染症や食中毒の予防や蔓延を防ぐために活動しています。

主な活動として、定期的に委員会を開催し、職員には勉強会を通じて知識を広めています。

今年の勉強会では、感染症で隔離治療が必要となった場合に必要なガウンテクニックを復習後、実習を行いました。

まずは、基本的な感染予防対策である手洗い・手指消毒です。アルコールの使用量についての「ワンプッシュ」。下まで押すとアルコールが手からこぼれ落ちるほどですが、この量で指先を浸し、手全体、手首まで広げ乾燥させることが必要です。この手指消毒をガウンテクニックの1つ1つの動作ごとに何回も行います。

大変ですが、他のご利用者様に感染を広げないためには必要な手技です。

今年度は新型コロナやインフルエンザが流行し、大変な一年でしたね。

ご家族の方にも検温やマスク着用、面会制限のご協力を頂き、感謝いたします。

これからも、人と人との交流を大事にしつつ、感染対策を講じていきたいと思っておりますので、よろしくお願い致します。



何気なくプッシュしているけれど、「ワンプッシュ」って、実はこんなに量が多いんですよ。



なるほど



# デイ 体重係り

デイケアでは、ご利用者の病気やお身体の状態によって、体重測定を週1回測定・毎月測定・2ヶ月毎測定・4ヶ月毎測定と決めて対応しています。

体重の変化を記録・観察し、状況によって看護師に相談したり、測定間隔を変更したりしています。

皆様が元気にふぁみりいに通って頂ける様、

これからも気を付けて

体重測定を行っていきます。

車いすでも負担なく体重を測ることが出来るので安心です！



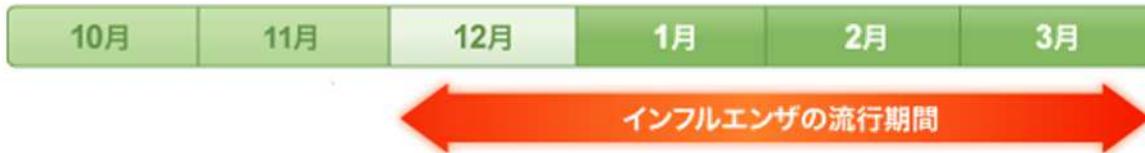
# これって知っ得!

## インフルエンザの感染を防ぐポイント!

～「手洗い」「マスク着用」「咳(せき)エチケット」～



インフルエンザの流行シーズン。高熱や関節の痛みなどを伴い、重症化するおそれもあります。流行を防ぐためには、原因となるウイルスを体内に侵入させない・周囲にうつさないようにすることが重要です。前回の「手洗い」に続き今回は「マスク着用」「咳(せき)エチケット」について紹介します。



### ●マスク着用



鼻と口の両方を  
確実に覆う



ゴムひもを耳にかける



隙間がないよう  
鼻まで覆う

くしゃみや咳が出ている間はマスクを着用し、使用後のマスクは、ごみ箱に捨てましょう。マスクを着用していても、鼻の部分に隙間があったり、あごの部分が出たりしていると、効果がありません。鼻と口を確実に覆い正しい方法で着用しましょう。

### ●咳(せき)エチケット

くしゃみや咳の飛沫は、1～2メートル飛ぶと言われています

くしゃみや咳をするときは、他の人にかからないように配慮しましょう。



### その他の予防・対策

インフルエンザウイルスは乾燥した環境も好みます。加湿器などで部屋の湿度を保ち、適度に部屋の換気も行いましょう。

### <編集後記>

月日が経つのは早いもので、もう3月になりました。

3月といえば、卒業、卒園のシーズンですね。



実は我が家も次男が卒園し、4月から小学生になります。待ちきれない様で、早くも家でランドセルを背負っている次男を眺めて過ごす今日この頃です。  
(芝内)

### <ゆっくらみなひゃあ 第79号>

題字：佐藤 宮子様

手が痛かったけど、頑張ったんよ。  
よう出来とる?



発行：令和5年3月

発行者：〒720-2104

福山市神辺町道上中ノ町 2977-1

(TEL)084-960-0300

(FAX)084-960-0301

