

# ひまわり通信

特定非営利活動法人 福岡地域福祉サービス協会  
事業所：＜訪問介護＞ひまわり・巡回介護ひまわり・東・西・南  
＜デイサービス＞ひまわりはらだ・柏の森 ＜ひまわり大楠＞  
・リハビリデイ・小規模多機能・グループホーム

## 集合学習

高齢者・障がい者  
虐待防止法について  
身体拘束

介護職員としてマナーとルールを厳守し、より良いサービスに努める

### 7月 学習会：感染症・食中毒・熱中症予防について

#### 感染症対策について

##### 手指衛生方法の選び方①

目に見える汚れ

あり

流水+石けん

なし

擦式アルコール  
製剤でもOK

##### 手指衛生方法の選び方②

出ている病原体の種類

感染性胃腸炎  
(ノロウイルスなど)  
疥癬

流水+石けん

インフルエンザ  
MRSA・緑膿菌

流水+石けん

#### 自分自身が気を付けている事

- ・手洗い 換気 マスク
- ・睡眠と食事 日頃の体力づくり
- ・家に帰った時、手洗いうがい
- ・服は洗濯機、家の中に風、  
空気の入れ替え

#### 食中毒対策について

#### 消費期限切れの食品を処分する時

- ・利用者に消費期限より何日  
過ぎているか、色、臭いを伝える
- ・ゴミ出し日の当日まで冷蔵庫や  
冷凍庫で保管して捨てる事にして
- ・食材の状態、腐敗状況、危険で  
ある事など詳細に伝え説得する

#### 食中毒予防について6つのポイント

- ポイント① 食品の購入：消費期限チェック・生鮮食品などは最後に買う。寄り道せずすぐに帰る。
- ポイント② 下準備：野菜などは流水で洗う(カット野菜も同じ)  
冷凍食品の解凍は冷蔵庫や電子レンジを利用し自然解凍を避ける。  
肉・魚は生で食べる物と離す。まな板の使い分け。  
調理器具は洗った後、熱湯をかけ殺菌し、布巾やタオルは清潔な物を使う。
- ポイント③ 食事：作った料理は長時間室温に放置しない。
- ポイント④ 残った食品：清潔な容器に保存する。温めなおすときも十分に加熱。

#### ポイント②家庭での保存

- 持ち帰ったらすぐに保存
- 冷蔵庫は10℃以下
- 肉や魚の汁が漏れないように
- 冷凍庫が-15℃以下

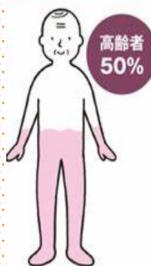
#### ポイント④調理

中心部の温度  
75℃で  
1分以上

#### 脱水症・熱中症対策について

#### 高齢者が脱水症状になりやすいのはなぜ？

水分は細胞の中や血液の中(血液の半分以上は水分)です。もっとも多くの体液を含んでいるのが筋肉。加齢や活動量の低下によって、「水分をためておく場所である筋肉量が減る」ため、脱水症を起こしやすくなるのです。



腎臓の働きが低下して、水分量をうまく調節できないから

感覚が鈍くなり  
のどの渇きを感じにくくなるから

#### 利用者への対応と気になっている事

- ・のどが渇いてなくても飲むことを勧める。ニュースの一例を出して説明する。
- ・尿の色、量を気にしている
- ・気温上昇時は水分摂取を勧め、エアコン入る様に促す。確認して帰る。
- ・手元のコップの水分が少なくなっていたら、入れ替えて一杯にする
- ・声掛けしてもエアコン、扇風機点けない
- ・閉め切って過ごされ、クーラーも点けてない。

#### 自分自身で気を付けている事

- ・朝食を必ず摂る(昼きっちり食べられない事がある為)
- ・塩飴舐めて水分を摂って利用者宅に入る
- ・必要に応じて補水ゼリーを摂っています
- ・水分をこまめに摂る・保冷材で首筋を冷やす
- ・冷感タオル、冷感ズボン、冷感インナーなど身につけて少しでも涼しく  
ならないか工夫している・睡眠時間確保

# ひまわり大楠



グループホーム  
では夏祭りを  
開催し、スイカ  
割りを楽しみ  
ました。



デイの外出レク  
では、カフェで  
お茶をしたり、山笠  
見物を楽しみました。



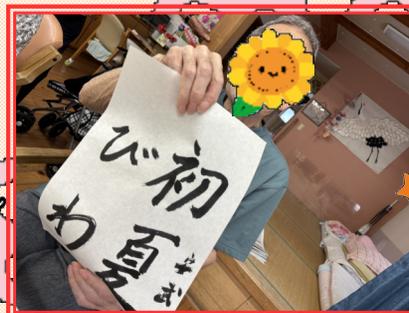
# デイサービスひまわりはらだ



毎日のように胡瓜、トマトが  
収穫できており、皆様に  
喜んでいただいています。

猛暑の影響もあり  
外出レクを控え、  
施設内の活動に心を  
弾ませています。

夏野菜の収穫が  
始まりました。



午前中のうちに、調理組で  
作っていただき昼食時に  
提供しています。

室内では卓球レクが  
盛り上がっている  
今日この頃です。

# デイサービス柏の森ひまわりホーム柏の森ケアプランセンター柏の森



7月は2日間に  
渡り、そうめん  
流しを行いました。



今年はそうめんの  
他に「茶そばや  
ミニトマト、  
ブルーベリー」



また、麺に立ち  
向かう皆さまの  
表情は真剣…！



バラエティー  
豊かで、器の中が  
色とりどりでした。



--	--	--	--	--