



ムストホフ志木だより

～ 愛 と 感 謝 と 奉 仕 ～



『生きがいのある人生を』

特別養護老人ホームブロン
課長兼相談員補佐 H・U

皆様こんにちは。今年度より特養の課長兼相談員補佐、そしてショートステイの責任者を拝命いたしました、H・U と申します。早いもので、この4月をもちまして勤続24年目に入りました。自分でも、特養ひとすじでここまで仕事を続けてこられたことに、深い感慨を覚えております。こうして歩んでこられましたのも、ひとえに皆様の温かい支えがあったからこそと、この場をお借りして心より感謝申し上げます。

振り返れば、時には辛く苦しい時期もあり、正直に申し上げますと、辞めたいと思うこともございました。しかし、そんな壁を乗り越えて、今も明るく仕事に邁進できている秘訣は何だろうかと思いを改めて考えてみますと、自分の中に常に大切にしている「特別な存在」の支えがあったことに気がかされます。

もちろん、家族を養うために働くという絶対的な使命感もございしますが、それとは別に、プライベートの時間で「何に生きがいを見出して人生を楽しんでいるか」ということが、私の原動力になっています。その生きがいを常に持てるか持てないかで、仕事に対する向き合い方も変わってくると私は感じております。家族との大切な時間や、自分が没頭できる趣味など、内容は人それぞれですが、「自分が生きていて楽しい」、「これがあるから頑張れる」と感じられる存在があることは、とても尊いことです。今で言う「推し活(お気に入りの応援し、楽しむこと)」などは、まさに素晴らしい生きがいだと思います。ちなみに、私の現在の楽しみは、とあるお気に入りのラーメン店に行くことです。あまりの美味しさに、今では週に2回以上も通うほど没頭しております。「この仕事をやり遂げれば、あのラーメンを食べに行ける!」、そう思うと不思議と仕事へのモチベーションも上がり、いつも明るく笑顔で振る舞うことができます。「自分が生きている」と実感できる時というのは、やはり「自分が好きなことをしている時」ではないでしょうか。「人間らしい豊かな人生を全うできたな」と、最期に振り返ることができるよう、これからも仕事と大好きな趣味に、全力で取り組んでまいります。皆様もぜひ、日々の暮らしの中で生きがいを感じられる「大好きなもの」を見つけて、没頭してみてください。

【6月のご様子】

21日(日)の「父の日」には、今年も男性ご利用者の方々に、職員からのメッセージカードを添えて黄色いバラをお贈りいたしました。また、28日(日)には「誕生会」を開催し、6月生まれの5名の皆様をお祝いさせていただきました。和やかな雰囲気の中、楽しいひと時をお過ごしいただけたことと思います。

7月に入り、これからさらに湿度や気温の高い日が増えてくる中、熱中症の予防対策をはじめ、ご利用者の皆様の体調管理には万全を期してまいります。 介護職員：T・I 記

◀ 父の日 ▶



『バラと一緒に、はいチーズ😊』

◀ 誕生会 ▶



『プレゼントありがとう❤️』



『好評だったレアチーズケーキ🍰』

特別養護老人ホームブロン7月の予定

- セタ 7日(火)
- 誕生会 12日(日)
- 店屋物 18日(土)
- 夏の集い 26日(日)
- 理美容 6日(月)・8日(水)

厨房だより

食の安全
安心のために

食中毒に
注意しましょう

日頃の予防が、あなたと大切な人を守ります。

令和7年の全国食中毒発生状況 (厚生労働省統計資料より)

発生件数	患者数	発生件数の上位	
1,172件	24,727人	① ノロウイルス	462件
		② アニサキス	280件
		③ カンピロバクター	221件
		患者数の上位	
		① ノロウイルス	18,548人
		② ウェルシュ菌	1,260人
		③ カンピロバクター	1,258人

主な原因菌の特徴と予防のポイント

	ノロウイルス	カンピロバクター	ウェルシュ菌 (セレウス菌)
主な特徴	<ul style="list-style-type: none"> 少量でも感染し、冬季(12~1月)に流行します。 感染力が非常に強く、ヒトの腸管で増殖します。 	<ul style="list-style-type: none"> 鶏肉に多く潜み、加熱不足や二次汚染が原因となります。 少量でも発症し、下痢や腹痛、発熱などを起こします。 	<ul style="list-style-type: none"> カレーや煮物などの大量調理で発生しやすく、芽胞は通常の加熱では死滅しません。 腹痛や下痢を起こします。
予防のポイント	<ul style="list-style-type: none"> 予防の鍵は「十分な手洗い」と「塩素系消毒剤・加熱によるウイルス除去」です。 アルコール消毒は効果が低い点にご注意ください。 	<ul style="list-style-type: none"> 中心温度 75℃で1分以上の加熱が必要です。 まな板・器具は肉用と野菜用で使い分けましょう。 	<ul style="list-style-type: none"> 前日調理は避け、小分けして速やかに冷却・冷蔵保存することが大切です。

食中毒予防の
三原則

1 つけない・
(十分な手洗い)

調理前・食事前・用便後などは、石けんでしっかり手を洗いましょう。

2 増やさない・
(食材の温度管理)

冷蔵は10℃以下、冷凍は-15℃以下を目安に、食材を適切に管理しましょう。

3 やっつける・
(塩素系消毒剤の使用、十分な加熱)

十分に加熱し、器具や調理台は塩素系消毒剤で消毒しましょう。

「つけない・増やさない・やっつける」を日頃から意識し、安全な食生活を心がけましょう。

ケアハウスリヒト

【6月のご様子】

7日(日)にはランチバイキングを開催いたしました。お好きな料理を思い思いに選んだ後には、皆様、大変美味しそうな表情で召し上がっておられました。あちこちで会話も弾み、賑やかなひと時となりました。また、21日(日)には、「誕生会」と「父の日のお祝い」を同時に開催して、皆様と一緒に祝いを行いました。リヒトで唯一の男性ご利用者の方に、日頃の感謝を込めた黄色いバラをお贈りすると、とても嬉しそうな表情でお受け取りくださいました。参加くださった皆様の温かい笑顔がとても印象的な一日でした。

相談員：K・S 記

《 ランチバイキング 》



『お味はいかがでしょう？』



《 父の日 》



『黄色いバラを手に。素敵ですね♡』

ケアハウスリヒト7月の予定

- | | | | | | |
|--------|--------|----------|-------------|-------|--------|
| ■ 七夕 | 7日(火) | ■ 入居者懇談会 | 10日(金) | ■ 誕生会 | 12日(日) |
| ■ 夏の集い | 26日(日) | ■ 理美容 | 6日(月)・8日(水) | | |

グループホームブロン

【6月のご様子】

今年も川沿いの紫陽花が美しく色付いた6月。雨の日が多かった中、施設内では様々なレクリエーションや行事を楽しみました。壁飾り・七夕飾りなどの創作活動をはじめ、今月はおやつ作りの代わりに、人気のお店から取り寄せた和菓子の中から、お好きなものを選んで召し上がっていただく「セレクト和菓子」を開催いたしました。また、今月の夕食作りでは「牛丼作り」にチャレンジするなど、これから迎える暑い夏に向けて、食を通してスタミナを付けていただけたことと思います。

相変わらずジメジメとした陽気が続いておりますが、グループホーム内はいつもたくさんの笑顔に包まれています。

介護職員：S・T 記

《 創作活動の様子 》



『紫陽花の花を制作中♡』



『七夕飾りの完成です🎊』

《 誕生会も開催しました 》



『おめでとうございます🎂』

グループホームブロン7月の予定

- | | | | | | |
|-------|--------|---------|-------------|--------|--------|
| ■ 七夕 | 7日(火) | ■ おやつ作り | 19日(日) | ■ 夏の集い | 26日(日) |
| ■ 誕生会 | 30日(木) | ■ 理美容 | 6日(月)・8日(水) | | |

【6月のご様子】

以前は少人数だったデイサービスの男性ご利用者ですが、最近では、テーブルが男性でいっぱいになる日も増えてまいりました。レクリエーションの時など、男性の皆様が真剣に取り組み、元気いっぱい盛り上げてくださるので、フロア全体が活気にあふれ、あちこちから明るい笑い声が湧きあがるようになり、職員一同、とても嬉しく思っております。「父の日週間」には、日頃の感謝の気持ちを込めて、黄色いバラの花をお贈りさせていただきました。

介護職員：Y・I 記

《 父の日週間 》



『いつもありがとうございます😊』



《 レクリエーションの様子 》



『職員のギターに合わせて合唱中♪』

デイサービスブロン7月の予定

■ 七夕週間 1日(水)～11日(土)



ルストホフ志木トピックス

～ 暑い夏を迎えるにあたり～



梅雨が明けると同時に、今年もまた厳しい夏を迎えることとなります。体調管理には一層の注意が必要となるこの季節、暑さで食欲も低下しがちですが、無理のない範囲で食事を取り、水分や塩分もこまめに補給することが大切となってきます。

私が担当させていただいているケアハウスリヒトでは、ご入居者の皆様がいいつでも水分補給を行えるよう、食堂内の冷蔵庫にはアクエリアスを常備しております。また、特に暑さの厳しい日には、無理な外出を控えていただき、室内でゆったりと過ごしていただけるよう、談話やテレビ鑑賞など、それぞれのペースでリラックスしてお過ごしいただける環境作りを心掛けています。さらに、体調の変化や疲れが出やすいこの時期には、転倒のリスクも高まることから、足元の安全に配慮するなど、皆様が快適にお過ごしいただけるよう努めています。

水分補給は、冷蔵庫の中の
アクエリアスで



ところで、このトピックスを書いている6月末の時点でも、施設近くの土手にはきれいな紫陽花がたくさん咲いていました。ご入居者の方々との散歩の途中、写真に収めましたので、ご紹介させていただきます。

さて、今年はいつ、梅雨明けとなるのでしょうか？

リヒト相談員：K・S 記

