



# 謙仁会 在宅介護支援事業所



新型コロナウイルス感染症が流行していた2021年、いまだに収束しない日々が続いています。昨年は、いつもなら会っているような親戚や友人などに会う機会も、少なかったのではないのでしょうか。コロナが収まりうまく付き合っ、今年が良い年になるように祈っております



今年こそは、フィットネスで運動を頑張ります。

目指せ！尿酸値正常化!!

いっぱい笑って、日々過ごしたい。

嫁に行く(笑)宝くじに当たる。毎日笑ってすごす!!

今年こそ完読する。Fight! 1さつ!!2さつ?

自宅の花壇を整えて、花一杯にします。

コロナが収束したら、旅行に行きたい!!

温泉三昧したいです。美味しいものを食べてお酒も飲みたいなあ

**今年もサービス向上に向けてケアマネージャー8人体制!!で頑張ります!**

お雑煮(なぜお正月にお雑煮を食べるのか?) 皆様はお雑煮は食べましたか? お雑煮の起源は、平安時代にまで遡ります。当時はお祝い事など「ハレの日」に食べるもので、年神様に備えた作物を、年の初めに汲んだ水、新年最初の火で煮込んで食べたのが最初だと言われています。その後、室町時代に「お雑煮」として定着し、縁起の良い料理としてお正月に食べる風習となりました。



毎年11月に介護の日の相談会を行っております。令和3年は11月11日に【Aコープいまり】さんと【ファインズたけだ】さんで相談会を行いました。寒い中、足をお運び頂きありがとうございます。ご心配事やお困り事があればいつでもご相談下さい。



ご利用者様のお話に耳を傾けご心配事が少しでも軽くなるよう研鑽を積んでいきたいと思っております。

# 謙仁会 在宅ケアサポートセンターだより

居宅介護支援事業所 訪問看護ステーション 訪問介護事業所  
電話 24-9388 FAX 22-1120 令和4年1月発行 第39号  
謙仁会ホームページ <http://www.kenjin-kai.com.html>



2022年の年頭にあたり、謹んで新年のご挨拶を申し上げます。

2020年からの新型コロナウイルス感染症の影響により例年とは様相がまったく異なる1年となり、当事業所が地域の皆さまへ提供するサービス内容にも影響を及ぼしましたが、この間、伊万里市地域の皆さまや関係各所のご理解とご協力をいただきましたことに心より感謝致します。未だポストコロナの状況を見通すことは困難ですが、今後とも地域の皆さまの安心安全のために努めて参ります

これからは、地域共生社会の実現と2040年への備えとして、介護予防の推進、地域包括ケアシステムにおける質の高いケアマネジメントの確立、介護現場の生産性の向上と人材確保、人材教育を念頭におき、地域の皆さまが住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるよう、ご利用者様やご家族の皆さま、地域の皆さまに「謙仁会に頼んで良かった」と安心され、満足して頂けるサービスの提供ができるよう、居宅介護支援事業所・訪問看護ステーションなないろ・訪問介護事業所の3事業所のスタッフ全員で提供サービスの質を高め、伊万里・有田また近隣の市町村のご利用者様、ご家族様、地域の皆様が安全かつ安心できる環境づくりに努めて参ります。

今年も皆様からのご指導ご鞭撻の程、宜しくお願い致します。

会社会医療法人謙仁会  
在宅ケアサポートセンター  
センター長 松尾 圭志

## ◆ 出張介護教室致します ◆

在宅ケアサポートセンターでは、電話や窓口での相談はもちろん、老人会や婦人会など町の寄り合いに出向き、支援されている皆さまの不安の解消など少しでもお役に立てるよう介護教室(相談会)を随時受け付けております。地域は伊万里全域お伺い致しますので、お気軽にご連絡ください。



# 謙仁会 訪問介護事業所

明けましておめでとうございます。

日頃より謙仁会訪問介護事業所をご利用いただきありがとうございます。  
皆様に親しまれるよう本年も頑張ります、よろしくお願いたします。



いろんな事がありますが、今年も笑顔でのり切っていきます。笑顔で心も明るくなりますから。

今年度、体重5kg減。そのために運動をし、好きな炭水化物を減らしたいと思います。

心に寄り添った介護を頑張ります。コロナが落ち着いたら旅行に行きたいです。

まだまだ未熟な私ですが、沢山の方との出会いを楽しみに、一年頑張りたいと思います

今年こそは絶対やせて9号の服を着ることが目標です。

感染症に注意し、利用者様と笑顔の会話保てるよう努めます。

常に皆さんに支えられています。感謝の気持ちを忘れずに頑張ります！



2022年寅

## お正月の思い出あれこれ。

正月三が日は、店も全部閉店していて街全体が静まり返った感じになっていました。家族と、初売りに並んだり、本家におせち料理を持って集まって、えーくらい(酔っ払い)は寝てしまい、子供は、田んぼで凧揚げしていた記憶があります。街には、しめ縄も飾っている車が走っていました。テレビは漫才や落語ばかりだった気がします。今はインターネットを使っの初売り、ゲーム、元日からオープンしているお店もあり、正月らしい雰囲気は薄れてきています。インターネットがあり、世界中の人と繋がる事ができますが、昔の正月の方が親族などの繋がりがあり、あたたかいのを感じます。



正月の飾り持ちを神棚などからひいて、カビがつかないように水に浸けて保存してました。その時、水の中でクズになってしまった餅の活用として作られていました

### 作り方 《いもね》

- ① さつまいもは2センチ厚さの輪切、皮は厚めに切る
- ② 鍋にさつまいも、水をひたひた入れ火にかける
- ③ さつまいもに火が通ったらお湯を捨てる(少しお湯を残しておく)
- ④ 鍋に砂糖、塩、餅を加えすりこぎで練りこむ。(火は、弱火)
- ⑤ さつまいもと餅が合わさったら出来上がり。

江戸時代から作られていた料理とされ、鹿児島、宮崎、鹿兒島、地域によつてはねったぼ、ねったくり、からいも餅などとも呼ばれています。

さつまいも色がとてもきれいでとってもおいしかったです!



材料 ●さつまいも 300 グラム ●砂糖 80 グラム ●塩 少々 ●丸餅 3個(小さく切る)

★さつまいも多くと喉に詰まらせにくくなります。きな粉かけても美味しい!



# 訪問看護ステーション なないろ



## 寒い冬でも暖かく〜(暖房器具での低温やけどに注意)

- ・体温より少し高い温度(44〜50度)に長時間当たり続けることが原因です。自分で温度をコントロールできなかつたり熱さを感じにくいような人がなりやすいです。
- ・皮膚の薄い高齢者
- ・寝返りができない乳児
- ・知覚や運動能力に麻痺がある方
- ・糖尿病などで手足の循環が悪い方
- ・泥酔している方
- ・体の感覚が鈍くなっている方

### 【低温やけどの症状】

- ・1度…ヒリヒリとした痛みと皮膚が赤くなる。
- ・2度…水ぶくれが発生する。(浅い場合)強い痛み、皮膚の赤み(深い場合)痛みがなく、皮膚の赤みや紫色や白色
- ・3度…皮膚が壊死してしまい痛みはなく、皮膚が黒色や褐色や白色



### 湯たんぽ・電気あんか



・就寝時に湯たんぽや電気あんかが足に触れたまま眠ってしまい翌朝、水ぶくれが出来てしまうことが多い。とくに足は、皮膚のすぐ下に骨があることから血管が圧迫されやすい。

### 電気毛布



・こたつ・ホットカーペットでも就寝時に一晩中使用することにより低温やけどを引き起こしやすい。

### 使い捨てカイロ



・カイロを当てた場所をガードルやサポーターで圧迫すると血流が押さえられてしまい、皮膚の温度が上がってやけどを引き起こしやすい。

## (安心な使い方)

湯たんぽや電気あんかは就寝前に布団に入れ、布団を温める目的で使用して、就寝時は布団から出すよう心がける。  
電気毛布も寝る前に電源を入れて温めて、就寝時には電源を切る。また、タイマー設定する。

貼るタイプの使い捨てカイロは必ず衣類の上に貼り、同じ箇所に長時間当てないようにする。貼ったまま寝たり、こたつに入ったりしない。

・水道水などの「流水」で冷やす。(20分程)



衣服が脱がせない場合は、衣服の上から流水をかけて冷やします。

やけどを負ってしまったら、すぐ応急処置を!



(注意、水ぶくれは潰さない)軽症か、重症か分からなくても、医療機関に受診しましょう。