

社会福祉法人慈雲福祉会

みづほだより

ウエルコートみづほ・コムネックスみづほ・アルメゾンみづほ・みづほ保育園

www.jiunfukushikai.com

2020

8・9月号

Vol. 25 No. 3

理事長 林 倫子

例年になく大雨が続き、心配な日々を過ごす中、やっと梅雨明け宣言となりました。

今年1月末から日本での感染が始まった「新型コロナウイルス」は、瞬く間に東京、大阪、愛知など大都市を中心に感染が拡がり、政府は新しい生活様式を国民に示しています。

保育園と高齢者施設を運営する当法人も、園児さんやご利用者様への感染を予防したく、全職員に「不要不急の外出を控えるように」と求めました。

緊急事態宣言が解除され、「良かった。感染は収束傾向か。」と思った矢先に、春先を凌ぐ勢いで感染急拡大が続いています。

高齢者施設では、一旦緩和した面会制限を、再度、全面的に制限することになりました。三密を避けるために、法人全施設のすべての行事もストップです。

保育園保護者の皆さまには子供たちの成長の証である行事が、高齢者施設では生活にメリハリを生むレクリエーションの一環である様々な取り組みが、今はストップせざるを得ないのです。

報道では、各地域の感染者数、予防対策について、連日ニュースに事欠きません。

私たちは今、過去にない試練の時に立たされています。

自分を守るため、周囲に感染させないために、できる限りの心配りをしたい。

また、梅雨明けと共に、猛暑がやってきます。感染予防と熱中症予防。どちらにも気を配りながら、園児さんやご利用者様の笑顔を守っていきたいと思います。

ご協力をお願いいたします。

感染症拡大防止に
ご協力ください



みづほ
ECO対策委員会
館内の節電に
ご理解ご協力
お願いいたします。





～コロナ禍における熱中症予防～

(1) マスクの着用について

マスクは飛沫の拡散予防に有効ですが、着用していないときと比べると、心拍数や呼吸数、体感温度の上昇など、身体に負担がかかります。したがって、高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなります。ですので、屋外で人と十分な距離（少なくとも2m以上）が確保できる場合には、マスクをはずすようにしましょう。

マスクを着用した際は、強い負荷の作業や運動を避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をして下さい。また外出は暑い日や時間帯を避け、涼しい服装を心がけましょう



(2) エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効です。ただし、新型コロナウイルス対策のためには、冷房時でも窓開放や換気扇によって換気を行う必要があります。換気により室内温度が高くなりがちなので、エアコンの温度設定を下げるなどの調整をしましょう。



(3) 涼しい場所への移動について

少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所に移動することが、熱中症予防に有効です。やむを得ない場合は、屋外でもなるべく日陰や風通しの良い場所に移動してください。



(4) 日頃の健康管理について

*1「新しい生活様式」では、毎朝や定時の体温測定、健康チェックを推奨しています。これらは、熱中症予防にも有効です。平熱を知っておくことで、発熱に早く気付くこともできます。

体調が悪いなと感じたときは、無理せず、自宅で静養するようにしましょう。



*1 ソーシャルディスタンス、マスクの着用、手洗い、3密を避ける等の対策を取り入れた生活

参考資料：厚生労働省

■夏バテ解消に効く栄養素と食べ物■

「最近毎日暑くて夏バテ気味。なんだか食欲がでない」な～んてことありませんか？
だからといって食事をおろそかにすると、ますます体力が落ちるといふ悪循環に陥ってしまいます。
暑い夏を乗り越える方法を、ウエルコートみづほの管理栄養士に聞いてみました ^^

○夏バテに効く栄養素4つ

タンパク質とビタミンB群、ビタミンC、ミネラル（マグネシウム・鉄・カルシウム・カリウム）などをしっかり摂りましょう。体のもととなる栄養素。血液やホルモン、体の組織になります。

○夏バテに効く食べ物6つ

レバー・うなぎ・パプリカ・夏野菜・レモン+塩+水
ぜひこれらを食事に取り入れて夏を乗り切ってください！





特別養護老人ホーム・ケアハウス・ショートステイ・デイサービス他

Well court ウェルコートみづほ

| | | | | |
|--------|------|---------|---------|-------|
| 8/10現在 | 特別養護 | ショートステイ | デイサービス | ケアハウス |
| 空き情報 | 0室 | お問合せ下さい | お問合せ下さい | 3室 |

ウェルコート菜園

5月初旬に植えた野菜達は元気に育ち、たくさんの実をつけてくれました。

ご利用様が一生懸命水やりをしてくれたおかげです。



デリシャス工房 (パン作り)



夏祭り

日時：8月18日(火)～20日(木)
11時30分～15時00分

場所：特養各階フロア

今年新型コロナウイルス拡大防止のため規模を縮小して各フロアにて行います。
お祭りの屋台で定番の焼きそば、たこ焼き、ポテト、わたがし、かき氷、チョコバナナをご用意!!
ヨーヨー釣りや射的もあります!
盆踊りのメロディーをBGMにご利用者様に楽しんでいただけるよう企画をしました!



在宅複合型施設・ケアハウス・一宮市包括支援センター他

Comnetx コムネックスみづほ

| | | | | | |
|--------|-------|------|---------|---------|------|
| 8/10現在 | ケアハウス | 特定施設 | ショートステイ | デイサービス | 特別養護 |
| 空き情報 | 0室 | 0室 | お問合せ下さい | お問合せ下さい | 0室 |

◆アルバム/コムネックスみづほ東館◆

◇6月下旬に『五平餅』、7月下旬には『冷やしぜんざい』をケアハウス入居者の皆様とつくり美味しくいただきました。

参加の皆様は、昔を懐かしみながら会話をはずませ、今なお続くコロナ禍において、お楽しみの一時となりました!



《五平餅》

◇甘みそにすりごまを入れた、みづほ特製ダシで美味しさUP!



《冷やしぜんざい》

◇今回はのどごしの良いこしあんを採用!

冷たくて甘いぜんざいがとても好評でした!!

◆アルバム/コムネックスみづほ西館◆

◇コムネックスの新しい仲間。かわいいメダカ達の成長を楽しみにしています。



◇8/3から“夏祭り週間!”



◇小夢音(こむね)農園で今年採れた夏野菜とじゃがいも!

| | | | |
|--------|------|---------|--------|
| 8/10現在 | 特別養護 | ショートステイ | デイサービス |
| 空き情報 | 0室 | お問合せ下さい | 日曜受入可 |

～行事中止のお知らせ～

新型コロナウイルス感染拡大防止のため下記の行事は中止させていただきます。

わくわく体操 8月・9月中止決定
こもれば音楽コンサート

今年度(～3月末まで)中止決定



～令和2年度夏祭りの予定～



毎年恒例の夏祭り、今年度は新型コロナ感染拡大予防のため、規模を縮小しておこないます。ご家族、地域の皆さまと盛り上がることは出来ませんが、各部署で企画を考え、コロナに負けない「夏」を職員一同で準備しておりますのでご期待ください！

◆アルメファームより◆

7月もオクラとトマトが収穫

できました！
男性陣が水やり、
女性陣が調理。
実りの一つひとつ
が皆さまの愛情で
おいしい♪



◆ミニイベント絶賛開催中◆

【ビーズプレスレット制作】
利用者とスタッフと手を並べて
完成記念撮影！



【おやつファクトリー】
パフェにクッキー♪
作るのも食べるもの楽しい！



小さな単位で、いつものメンバーで、新しい生活様式を意識した「ミニイベント」をユニット職員企画で実行しています。

みづほ保育園 園長先生のひとことコラム

～一日だけの晴れ間～

雨降り続きで、プール遊びができない日が続いていました。やっと一日だけの晴れ間7月16日。みんなで楽しみました。雨が上がってラッキー^^



～令和3年度入園願書受付～

期間：10月1日(木)～10月31日(土)

受付場所：みづほ保育園・市役所こども部保育課

◇夏まつり 8月21日(金)

園内にてお店やさんごっこをします。



主な行事予定

- 8月28日(金) 午睡納め(年長・年中児)
- 9月1日(火) 防災訓練(地震～火災想定)
- 9月4日(金) 交通安全指導
- 9月10日(木) 乳児検診
- 9月25日(金) 避難訓練(洪水想定)
- 10月3日(土) 運動会(午前中・雨天順延)
- 10月6日(火) クラス写真撮影



<ロビー展>下記日程にて、ロビー展を開催します。

9月1日～18日 大垣共立銀行ロビー展(年中児作品)

- ◆園庭開放：10月まで中止
- ◆体操教室：8/18・8/25・9/1・9/8・9/15・9/29
- ◆硬筆教室：8/26・9/2・9/16・10/7
- ◆サッカー教室：8/24・8/31・9/7・9/14
- ◆英会話教室：8/24・9/7・9/14
- ◆鼓笛教室：8/28・9/4・9/18・9/25
- ◆絵画教室：8/19・9/9