



編集・発行 指定管理受託法人 社会福祉法人 八起社

養護老人ホーム名古屋市寿荘

〒468-0051 名古屋市天白区植田2丁目201番地 TEL (052) 802-3991 FAX (052) 806-3356

## 新型コロナウイルス感染症対策への ご協力ありがとうございます

荘長 加藤 修

入所者の皆様には、新型コロナウイルス感染症対策として、外出の制限や食事のグループ分け等、不自由をおかけして申し訳ございません。また、感染症対策にご協力いただき、ありがとうございます。

緊急事態宣言も5月25日に解除となる等、徐々に日常生活にもどりつつあります。寿荘もこのような流れも考慮して対策を行っておりますが、①集団生活であること、②ご高齢であり、また基礎疾患をお持ちの方が非常に多いこと等から、より慎重な対応が必要であると考えております。引き続き、皆様のご協力をお願い申し上げます。



「日常生活にもどりつつある」とは言うものの、コロナの時代の新たな日常（新しい生活様式）へ移行するということでもあります。具体的には手洗いの徹底やマスクの着用、身体的距離（フィジカルディスタンス）の確保、3密（密集、密接、密閉）の回避などを生活のあらゆる場面で考え、行動することが大切です。例えば、買物はすいた時間に行く、サンプルは触らない、並んだり、すれ違う時は距離を空ける等です。



第2波、第3波も懸念されていますし、やがて、インフルエンザの季節もやって来ます。感染症から距離をおきながら、我満ばかりでなく、いかに生活を楽しむかを工夫することも大切だと思います。皆様からもご意見・ご提案等をお寄せいただければ幸いです。また、これから暑い夏を迎えます。こまめな水分補給にも十分にご留意ください。私どもも緊張感を持って、引き続き感染症対策にあたっております。

## ～寿荘のコロナウィルス感染防止対策あれこれ～

### ◎各階チーフ支援員によるコロナウィルス対策座談会

チーフA： コロナウィルス対策で色々大変ですね。

チーフB： 入所者の皆様が色々協力して下さいありがとうございます。

チーフC： 本当にですね。食事時間の二部制やマスク作り、外出の制限など、皆様にご理解を頂いて、ありがたく思っています。

チーフA： この寿荘だよりが発行される頃に、コロナウィルスの第二波がどの様になっているかわかりませんが、とにかく終息している事を願いますね。

チーフB・C： みんなで祈りましょう！



玄関ロビー・各階ラウンジは、ソファを減らして密集・密接を防いでいます。



公衆電話は、使用後に消毒をお願いします。ご協力お願いします。



食事を二部制にさせて頂き、密集・密接を防いでいます。ありがとうございます。



換気をこまめに行い、空気の入替えを行うと共に、密閉を防いでいます。

**【手芸クラブの皆様より】コロナウィルス対策として、クラブ員以外にもボランティアの方々を募り、みんなでマスクを作成しました！欲しい方は支援員室へお申し出下さい！**



入所者の方々にマスク作りのボランティアを募り、まず、古くなった浴衣をほどいて頂きました。



マスクの製図や耳掛け部分用のストッキングを提供させて頂きました。



現在、約150枚程のマスクを作って頂きました。お一人で80枚程作って下さった方や、一枚ずつアイロン掛けをされ、ビニール袋に入れて持って来て下さる方もいらっしゃいました。



医務室入り口のぬいぐるみ用にも作って頂きました。

(洗い替え用がポケットに入っています)

～皆様ご協力ありがとうございます！～

## 医務室より

コロナウィルス感染予防のためのマスク使用ですが、夏場の装着により、熱中症の危険が高まっています！

### 熱中症とは？

体内の水分、塩分のバランスが崩れ、体に熱がこもり、こむら返り・大量の発汗・吐き気・頭痛などの症状が起こります。



### コロナは熱中症を招きやすい？

マスクを装着しているため…  
口喉の渇きを感じにくい。体に熱がこもる。

外出の自粛により…  
外の暑さに慣れていない。体力が低下している。

## ◎例年以上に水分補給を心がけましょう！

- ①喉が渇く前に飲みましょう！
- ②水またはお茶で水分補給しましょう！
- ③一日三食、きちんと食べましょう！
- ④十分な睡眠をとりましょう！
- ⑤上手な冷房の使用とこまめな換気を！
- ⑥外出は涼しい時間帯を選びましょう！



マスクの夏、熱中症にご注意下さい！！！！



## 栄養士より

世の中は新型コロナウイルスの影響が社会問題になり、国民は自粛を余儀なくされております。精神的ストレスもかかり、身体的にも不調をきたす可能性もあります。では、感染症に負けない食事とは、どのようなのでしょうか？



それは、三食しっかりと食べることです。肉類・魚類・卵・野菜等、たくさんの種類の食品を食べることで、自然と多種多様の栄養素を補給することができます。それが結局は、栄養状態を良くして免疫機能を維持することにつながります。



寿葷の食事を残さず食べることは、免疫力を高めるタンパク質やビタミン・ミネラルを身体に取り入れることになります。身体のすべては食事からの栄養素でできています。コロナウィルス感染予防のためだけではなく、健康のためにも偏食や欠食をなくして食生活を見直してみましよう。