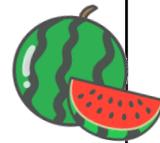
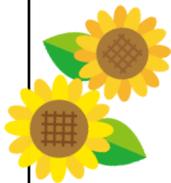


むつみ荘だより



2024年8月 第316号



医療法人社団 なごみ会 老人保健施設 あさぎりむつみ荘
〒673-0852 明石市朝霧台 1120-4 TEL (078)911-0623
なごみ会ホームページ <http://www.nagomikai.or.jp/>

流行中 変異株 KP.3 これまでの**免疫効かない**

～新型コロナ**第11波** お盆明けに**ピーク**到来～

医療法人 なごみ会
理事長 横山 光昭

厚労省統計（7月29日～8月4日）による 新型コロナウイルスの新規感染者数は、全国で65,699人と報告。「前週より13,000人ほど減り、13週連続増加は避けられたが安心は出来ない。例年 学校が夏休みに入ると、新規感染者数はいったん減少し、お盆明けに再び増加する。また 流行中の新変異株「KP.3」は、やっかいな性質を持っている」と 昭和大学 臨床感染症学部 二木芳人名誉教授は警告しています。

最新変異株「KP.3」は、これまでの免疫が役に立たない

現在、流行中の変異株「KP.3」は、**広がるスピードが非常に速い**ことが特徴。通常 新しい変異株が出ると 次第に置き換わってくるものです。処が 1つ前に流行していた変異株「JN1」が、みるみる内に「KP.3」に置き換わってきました。これまでと比べて、相当に速いスピードで感染拡大しています。

「KP.3」は **感染力はそれほど強くありません**。むしろ 前の「JN1」の方が強かった。“ではどうしてか？”という **「免疫回避機能」**が働いたためです。これまでワクチン接種したり・罹患することでコロナウイルスに対して免疫を作ってきました。処が「KP.3」は、**免疫をかかわす能力が非常に高く、これまで私たちが作ってきた免疫が役に立ちません**。従って **あっという間に拡大してしま**たと解説しています。

第11波 感染者数はいったん下がり、お盆明けにピーク

毎年 学校が夏休みに入った時期に、新規感染者数はいったん落ち着き、お盆明けに再び増加に転じるのが通例で**ピークは8月20日過ぎだと予測**しています。

若い人・健康な人は、コロナは風邪のようなものと感じているかもしれませんが。しかし、高齢者や持病のある方にとっては、やはり重症化リスクのある感染症です。帰省・旅行等に出かける若い方々は、感染源にならないよう十分に気を付けて貰いたい。

「KP.3」の感染力自体は強くないため、マスク装着で防げるタイプのウイルスです。マスク・手洗い・三密を避ける等の基本的感染対策を徹底すれば、予防は難しくないので。特に 夏場でエアコンの効いた部屋で多人数が集まる場合には、部屋の換気が不十分となるため、定期的に空気の入替えが必要です。

症状出ても病院に来ない人が増加

昨年5月に2類から5類に移行したことで、**通院や隔離等への強制力がなくなった**為に、**無症状の人が病院受診しない人が増加**しました。発熱・咽頭痛等の症状があり、受診した場合には医療費は自己負担となり、検査を受けるだけでも数千円はかかります。そうすると、症状が出ても、医者に診てもらおうと思わない人が増えています。「コロナは風邪と同じで、寝て入れれば自然に治る」と**通院も検査もしない人も増加傾向**にあります。処が、新型コロナはただの風邪ではありません。若く健康な人・症状が軽かった人でも、後遺症を訴える人が少なからずあります。比較的症状が軽いとされるオミクロン株でも、半年後に日常生活に影響がある後遺症を訴える人が8.5パーセントもあるとの報告もあります。

自己負担3万円 薬を飲まない高齢者

最も心配なのが、薬を飲まない人が増えていることです。これまで、高齢者や持病があり重症化リスクの高い人は、発症後すぐに「重症化リスクを下げる薬」を飲んできました。しかし、この薬の薬価は約10万円が2類の時は無料、**今年3月迄は公費負担があったので、最大9000円で処方**されてきました。処が、**4月からは通常の保険診療で自己負担が生じ、3割負担の人は約3万円**かかります。

コロナにかかった直後は、比較的症状が軽いこともあり「3万円もするなら飲まない」という人が、高齢者でも増えています。処が この薬は、このタイミングで飲むからこそ、症状が軽いままで済む。処が此処で飲まない、高齢者や持病のある人は重症化する可能性があります。

未だコロナの決定的な治療薬はありません。タイミングが遅れ「生きるか死ぬか」の大変な状況で、投与して命を救ってくれる抗ウイルス薬はないのが現状です。

現在ある薬は「重症化リスクを下げる薬」と「症状を少し早く収める薬」のみです。従って 医療機関も やみくもに患者さんに薬を勧めているわけではありませぬ。必要な人に必要な治療をとということですから、ここは 是非慎重に検討して貰いたいものです。更に、国にも もう少し臨機応変に対応していただきたい。流行している時期や、重症化リスクの高い人には、検査や治療薬などの補助が出来るような、小回りの利く政策をしていただきたいものです。

10月から新たなワクチン接種 高齢者らは積極的に検討を

10月から、新たなワクチン接種が始まります。65歳以上の高齢者と60～64歳の持病を抱える人の負担額は7,000円程度、任意の方は15,000円程度となる見込みです。明石市在住の65歳以上の高齢者には3000円で接種が可能・インフルエンザは負担なしで接種可能です。コロナウイルスはどんどん進化しており、今回の「KP.3」のように、これまでの免疫を回避するものも出現してきています。高齢者や重症化の心配がある方は接種を積極的に考えて貰いたい。

今やコロナを風邪と同じだと考えている人も多いと思われませんが、コロナで亡くなる人は、決して少なくありません。流行が始まった20年～23年に5類に移行するまでの約3年半の総死亡者数は死亡診断書の情報を用いた人口動態統計によると約89,000人。5類移行後の7カ月間でも16,000人以上が亡くなっています。高齢者を中心に既に10万人以上が亡くなっている感染症です。そして現在でも、多い月には4000人以上が亡くなっているのです。

今や国や社会は守ってくれません。高齢者や持病のある方は、自分自身で感染症罹患から守って下さい。そして若い方・健康な方は、自身が感染源にならないよう注意して貰いたいものです。

天災は 忘れる前に やって来る

難しや 適度に恐れず 恐れよと

令和6年 南海トラフ





看護実習を受け入れて

・・・短い実習期間に 有意義な時間・・・

施設サービス課 三輪 久美子

7月9～11日と16～18日の3日間で 合計9名の県立大学看護学部の学生がむつみ荘に実習にきました。施設実習の目的は ①介護保険施設で生活する高齢者の 生活史や現在の生活状況とその思いを知り、**老年期を生きる人の体験**を知る。②介護保険施設の特性や地域包括ケアシステムを踏まえ、**施設で提供される援助について理解**する。③高齢者へ提供される援助への参加・見学を通して、**高齢者が尊重される支援のあり方について理解を深める**です。

初めにオリエンテーションをした際、学生の方は緊張した面持ちでした。実際に学生に話をきくと 高齢者と接したことや高齢者と話をしたことがないばかりでした。「話を
する際には どうしたらよいか?」「何を尋ねたらいいか?」など不安な気持ちが沢山あ
ったようです。実際に接してもらうと **入所者の方々は、孫や曾孫世代である看護学生の方に
優しく詳細に、今までの経験談・施設での生活・以前の生活等々のことを話されていま
した。**学生の方も入所者の方々の話に興味を持ち **真剣にメモを取ったり・質問したり・一緒
に折り紙をされたり**していました。また **学生の方と接している時間は 絶えずに 笑顔が
あふれていたことが非常に印象的**でした。

学生の方はリハビリ・入浴・排泄・食事介助の見学なども行い **施設の入所者の 一日の
生活を体験**してもらいました。その中でも **17日に開催した“おやつクッキング”に学生の
方は興味をもたれた**ようでした。施設では提供されたものを食べるだけだと思っていたが、
おやつクッキングで入所者が会話をしながら職員と共に**おやつを作り上げていく姿をみ
て 自分自身で作業し形あるものを作り上げていく工程はやりがいをもたらすもの**だと思
った。また一緒にいる職員も「**手伝ってくれてありがとうございます**」と声をかけ
ており、**入所者にさせているのではなく 手伝ってもらっている姿勢が、入所者の達成感に
繋がっているのだと感想**を述べていました。

入浴介助をする際に嫌な顔をせず、**笑顔を絶やさず生活のお手伝いをさせて頂いている
という尊重する姿勢で接しておられました。“高齢者が施設で自分らしく生活していける
のだなーあ！”**と感想を述べてました。

木口相談員より介護保険制度のレクチャーの中で、「今後 **高齢化は進み 介護の担い手が
少なくなることが予想**される」と聞き、学生は「**そのような時代に看護職を志す者として、**

医師・看護師・リハビリ・栄養士など多職種と連携を取りお互いの専門分野を頼ったり・支えたりして介護の質を高めていきたい」と話されていました。

最後に学生の方から「むつみ荘での様々な経験はすべてが驚きと発見の連続で、病院だけではない看護職が貢献できることやこれからの社会で大切となる高齢者や人材のことが知ることができた。今後はもっと深めていきたい」と感想も述べられていました。短い実習期間でしたが、学生の方々も学ぶことが多く、実際に高齢者の方と話をされ、触れて沢山の事を感じとられ、有意義な時間を過ごせたものと思われまます。今後も色んな業種の方が実習に来られことで、職員もお互いに学びを深めることが出来て、よい体験となりました。

酷暑にも 社会を 支えてくれる人

いたわりの声を杖にし 歩き出す

「昔あるところに・・・」老いだらけ

「もう」でなく「まだ」80と 考える

令和6年 猛暑日

インフォメーション

むつみ荘 行事予定

- 1日(日) 誕生会(入所)
- 5日(木) 音楽療法(入所)
- 19日(木) 音楽療法(入所)
- 24日(火) 音楽療法(通所)



- 25日(水) ビデオ鑑賞会(入所)
- 16日(月)～21日(土) 誕生日週間(通所)

サンエイ薬局の「健康メモ」

自宅までお薬をお届けします

通院や来局が困難な方、認知機能の低下で介助が必要な方、飲み忘れが多くお薬の管理に困っているなど、お薬のことで困っていませんか。医療・介護保険制度を利用して、薬剤師の訪問サービスを受けることができます。自宅にお薬をお届けし、患者様の薬の使用状況や生活状況を確認します。訪問後は、医師やケアマネジャーに報告し、情報を共有します。安心、安全にお薬を服用していただけるようサポートさせていただきます。(サービス利用には医師の指示が必要です)



お薬や健康に関する様々な相談に応じます、お気軽にお立ち寄りください!



サンエイ薬局

検索

<http://sanei-pharmacy.com/>

本店 あさぎり病院北側

〒673-0852

明石市朝霧台1147-18

TEL 078-913-8585



豪華多彩弁当 夏バージョン

・・・猛暑 乗り越え 食欲増進・・・

総務課 管理栄養士 木村美穂

新型コロナウイルス感染症が「2類」相当から 季節性インフルエンザと同じ「5類」に変更され、1年が経過。一旦 落ち着きを見せたかのようにでしたが、夏場を迎え再び大流行の兆し状況にあります。『夏祭り』や 定期的訪問等のボランティア慰問も休止され5年目となり、外的刺激もなく 好きな物を食べて貰い 少しでも元気になってもらいたいとの思いで 7月24日（水）むつみ荘通所とDS ところで、盛夏 弁当を企画・提供しました。



今年は 24 日が『土用の丑』で“鰻 散らし 弁当”を提供しました。うなぎはタンパク質やビタミン A・E が豊富に含まれる、栄養価が高い食材です。体力が落ちがちな盛夏にうなぎや梅干しなど“う”のつく食べ物を食べると、夏バテせず 元気に過ごせるというトレビアがあります。うなぎを食べて暑い、いや 暑すぎる夏を乗り切ってほしいものです。

気になる中身はうなぎ散らし・オクラとささ身の梅肉和え・青梗菜の生姜和え・玉子豆腐・茄子とピーマンの揚げ浸し・サーモンマリネ・豆腐ハンバーグコロケ・赤だし・缶詰みかんが入っていました。夏の旬の野菜が入って、さっぱりしたもので、食べやすかったのではないのでしょうか？ 多彩な食材を利用し、見た目にも豪華な弁当を食べて、少しでも暑い夏を乗り越え、コロナに打ち勝っていただければと思います。中身の考案から材料調達、調理と協力くださった㈱レパストに紙面を借りまして感謝いたします。

近頃は いつでも出せる 暑中見舞い
医師歩け！ 予報士歩くな！ 迷う夏

令和6年 酷暑





福祉科 介護実習生 受け入れ



・・・介護現場での 貴重な体験・・・

在宅サービス課 友定 美保

今年度 **明石商業高校に新規に福祉科**(定員 40 名)が創設されました。それに伴い 8 月 19～23 日 新入生(1 名)が介護実習に訪れてきました。通所では 介護実習生を始めて受け入れるので、私たちも緊張と不安が入乱れた複雑な心境でしたが、事前訪問時に面談すると、初々しく前向きで、笑顔のかわいい学生でした。進学理由は **家族が介護関連の仕事に就業されている**と聞きました。

初日、全く初体験で非常に緊張していたようですが、利用者の方々に挨拶して廻ると、ステキな笑顔で対応されていました。「本当に初めてなの？」と思うぐらいで直ぐに受け入れられていました。利用者の方々の **孫・ひ孫くらいの学生が来てくれているのがうれしい様子で「かわいいね!」「頑張ってるね!」**と声をかけられていました。



実習では **送迎に始まり、入浴 排泄介助・配膳 下膳・おやつ配り等のお手伝いの他、コミュニケーション・音楽療法・看護師の医療行為(胃瘻注入・吸引等)の見学等**をしてもらいました。学校ではまだ習っていないことが殆どで「1 日があっという間に 過ぎていきました」と話してくれました。

働き出すと嫌な事、理不尽な事も 多々ありますが、“**実習中にはいいこと、楽しいこと、やりがい等を学んでくれればいいな!**”と考えます。短期間の**現場サイドの実習でしたが、貴重な体験**ができたものと思われます。11 月には 2 度目のむつみ荘で介護実習があります。



白寿でも『あしたこそ!』と言う 母が好き

戦争を 知らぬ 百寿に なりたいな

令和 6 年 原爆日

8月 誕生会



... ゲーム&ビール提供に 笑顔 綻ぶ



お家の 縁日...

施設サービス課 佐藤 寛
レク委員 大山愛美・渡邊久子
総務課 木村美穂・濱野繁代

連日最高気温が 35 度超えの「猛暑日」が続き「熱中症特別警戒アラート」が発令中の 8 月。酷暑のために脱水症や体調も崩す人も増加傾向にあります。全国的に再び新型コロナウイルス感染症（異変株 KP.3）拡大の兆しがあるため、今年も 家族参観日である「家族交流会」、法人内の 一大イベント「夏まつり」、つぐみ保育園児による「七夕まつり」や各種ボランティア訪問行事等も全面的休止とされた為、連続 5 年間 恒例行事も中止とさせていただきました。

入所者の方が少しでも快適で楽しく施設内で過ごしてもらえるようレク・スタッフ間で協議・検討の結果、今年も小規模『夏祭り』を開催し“お家の縁日”をしてゲームコーナーや屋台店をだして、雰囲気だけでも味わってもらえる企画をして、単調な入所生活に少しでも刺激となる行事として 5 日（月）に誕生会を開催。第一部は『お誕生会』、第二部は『ミニ夏祭り』を行ないました。

第一部の誕生会は 昼食前に開催。誕生者は以下 3 名で、ミニブーケを贈りました。「綺麗な花をありがとう」の言葉と満面の笑顔を浮かべて記念写真を撮りました。

南畑 みよ子さま 大正 13 年 100 歳
森田 あつ子さま 昭和 9 年 90 歳

山本 ミヨさま 昭和 3 年 96 歳



午後より 第二部『ミニ夏祭り』を開催。時間的な制限もあり屋内の限られた場所で開催せざるを得ないことも承知の上、以下のプログラムで開催しました。

- ①開会挨拶 ②ラジヲ体操 ③理事長挨拶 ④歓談の時間（魚釣り、射的）
⑤おやつ開始（たこ焼き・ビール等） ⑥閉会の挨拶

全員でラジヲ体操をして鈍った躰をほぐしました。横山理事長から「コロナ感染症予防の観点より 屋外で盛大に開催できませんが ゲームをしたり・食べたり・飲んだりして ひとときを楽しんで貰いたい」と開会宣言の言葉をいただきました。続いて歓談の時間には『魚釣りゲーム』や『射的ゲーム』を楽しんで貰いました。



「魚釣り」は新聞紙を丸めた棒の先端に紐で吊るした磁石が付いた釣り竿で 海に見立てたビニールプールで泳ぐ魚たちを釣り上げるゲームです。釣り上げられる魚の種類もバラエティに富んでおり、処狭しと泳がせました。魚は高木幸子さまが折り紙で作られました。竿を垂らすと 何匹もの魚が釣れ、非常に盛り上がりました。参加賞として魚（1匹）を持ち帰り可能ですが、「どれにしようかなあ？」と頭を悩ます方もありました。

射的の的は、折り紙で折った羽織りを3個の紙コップ連ねたものに貼り付けた物です。的も高木さまのお手製です。ルールは8個の的を2本の矢で狙って倒れた数を競いました。見当違いで、あらぬ方向に弾が飛んでいく方もありゲームを楽しんでおられました。男性の方が上手で、1本の行射で3個の的を倒された方もあり、周囲より「上手！」と歓声と拍手が送られました。的に当たらなくても「楽しいかった！」と話される方もありました。



ゲームが終了すると、木村管理栄養士と濱野CWが調理してくれた屋台店の「たこ焼き」を食べて貰いました。“タコの代わりに チーズとちりめんじゃこ、コーンが入ったスペシャルな たこ焼き”が本日のおやつ。出来立て熱々のたこ焼きを「ちょっと熱いわぁ！」「お替りが欲しい」とフーフーしながら食べられる姿が印象的でした。また 飲料水としてジュースやカルピス、普段口にしないノンアルコールビールを提供した処、「酒が出るなんて 思わなかったわぁ！」「たこ焼きには ビールが最高！」と大変喜んでおられました。「久しぶりにのお アルコールや！」と上機嫌になっている方も若干名おられ、お祭りならではの微笑ましい姿を拝見する事ができました。

今年の夏祭りも屋内開催となりましたが、翌朝「楽しかった!」「また魚釣りしたい」「準備は大変だったでしょ」と労いの言葉も多数いただきました。感染症拡大防止観点より各種のイベントは多く出来ませんが、レク委員は楽しんでもらえる行事を企画したいと思っています。お楽しみに・・・



災害が なければ明けぬ 梅雨悲し
 朝もなお 熱くぬるい 鉄管ビール
 大丈夫 持ってますよと マスク出し
 医師歩け 予報士歩くな 迷う夏
 8月の臍に 旧盆 敗戦日

令和6年 大 暑

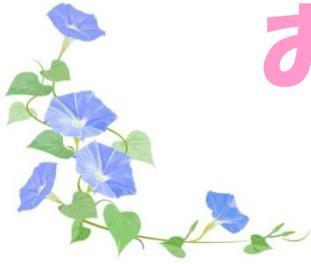


インフォメーション

こころ 行事予定

- | | |
|---------------------|------------------|
| 5日 (木) 音楽療法 | |
| 9日 (月) おやつクッキング | |
| 11日 (水) フラワーアレンジメント | 16日 (月) 敬老会 |
| 12日 (木) フラワーアレンジメント | 17日 (火) おやつクッキング |
| | 19日 (木) 音楽療法 |





お知らせ & ご案内

総務管理課 藤井 健作
 施設管理者 横山 光昭
 施設長 横山 光洋

全国的にお盆明け頃より

COVID-19 感染者が増加し 第11波に突入とも

言われておりました。

あさぎりむつみ荘でも感染者が発生。

感染症を完全に防ぐことは難しいと感じています。

定期的に感染対策委員会を開催し、また2回の感染体験し、必要物品の備蓄や感染者が発生した場合の対応策など、感染に対しての備えを行っていました。現在 **医師指示の下、感染拡大防止を徹底し・早期収束に向け取り組ん**でいます。

その間 **面会や外出中止**を 余儀なくされ

家族の方々には 心配や迷惑をおかけしています。

ご理解・了承のほどよろしくお願ひします。

尚 感染された方には 定期的に病状・経過報告等をさせて頂いております。

令和6年度 秋冬に自治体による **新型コロナワクチン定期接種**が始まります。

対象者は 65歳以上の方、60歳～64歳で心臓・腎臓または呼吸器の機能に障害があり身の回りの生活が極度に制限される方、ヒト免疫不全ウイルス（HIV）による免疫機能に障害があり、日常生活がほとんど不可能な方です。

公費による補助はなくなりますが **明石市では独自の補助が行われ**他市よりも自己負担が軽く受けられます。**65歳以上の明石市民に対して自己負担 3000円**で、また **Influ.Vaccine は自己負担なしで接種可能**です。**感染・重症予防観点より 是非 接種をお勧め**します。

※ 接種についての詳細は 接種実施日が近くなれば 再度 お知らせします。



★熱中症搬送 4万3000人 7月過去2番目 死者数62人 熱中症3段階（軽・中・重度）の症状と対応

総務省は熱中症で7月に救急搬送された人は、全国で4万3195人と発表。昨年7月の1.2倍。厳しい暑さに続き7月としては、データーのある2008年以降で過去2番目の多く、30都道府県で62人の死亡が確認された。消防庁はエアコンの適切な使用や小まめな水分摂取・帽子の着用を呼びかけています。

3週間以上の入院が必要な重症者は1110人、短期間入院が必要な中等度は1万4216人。年齢別では65歳以上の高齢者が2万5469人で過半数を占めた。乳幼児も249人搬送された。都道府県別では東京が4227人で最多、大坂3342人、愛知2950人と続く。兵庫は2158人であった。消防庁は8月12～18日の1週間の速報値も発表。7104人が搬送され、5人が死亡確認された。

熱中症による救急搬送は、梅雨の合間の突然気温が上昇した日や、湿度の高い蒸し暑い日が発生する6月頃から多くなります。具体的には、**気温が26℃～35℃、湿度が60～90%の範囲に入ると、救急搬送者が多くなるというデータ**があります。気温が26℃程度でも、湿度が高ければ熱中症になるリスクは高まります。

予防対策として、外出時には帽子や日傘で直射日光を避ける。こまめな水分・塩分補給が必要で**水分補給は1日1.2Lが目安**となります。室内では、昼夜問わず**室温28度を超える場合にはエアコン**を使用する。温度だけでなく湿度にも注意が必要で、**扇風機等で風通しの良い環境**も大切。特に調理時に火を使う場合には熱と共に蒸気が発生し、湿度が高くなるため**換気扇の使用**が望ましい。

熱中症の症状は3段階に分けられます。

【軽度】「めまいや立ちくらみ」などの症状。対処法は、まず涼しい場所への避難。衣服をゆるめたり、水分・塩分を補給。経口補水液やスポーツドリンク飲用が望ましい。

【中度】「頭痛や吐き気」などの症状が現れる。対処法としては、軽度と同じ対処をしつつ、全身に血液が回るようにするため、足を高くして涼しい場所で休む、そして病院で受診が望ましい。

【重度】「意識障害や高熱」などの症状。対処法は、体を冷やすために、首・脇の下・脚の付け根など血管が太い部分に氷や水を当てる。直ぐに救急車の要請が望ましい。

★ コメ品薄続く 昨年夏 猛暑で高温障害 インバウンド増加 地震警戒し 買いだめも拍車 需要逼迫

総務省は7月の全国消費者物価指数でコメ類が前年同月比17.2%上がり、20年ぶりの上昇率となったと報告。昨年夏の猛暑でコメに高温障害が発生し市場に出回る量が減ったことや、今年の新米が本格的に流通していないことから 需要が逼迫して価格が高騰しています。

昨年7月から今年6月のインバウンドを含めた**外食需要や コメを使用した食品**（せんべいやおにぎり等）の消費量も上昇。更にパンや麺類に比べて割安感があることでコメの需要の高まり、今年の春頃から需給が逼迫していました。そこに拍車をかけたのが、災害に備えるための「**買いだめ**」です。8月になって**南海トラフ地震の臨時情報**（巨大地震注意）が発出され、普段より多めにコメを買い備蓄した人も多かった。

農水省は、**収穫時期の早い地域から新米流通する9月中旬頃に品薄状況が徐々に解消する**と言うが、実際に事態沈静化は10月以降とみている。

元農水省農林水産政策研究所長は「今年も猛暑が続いており、安定した量が生産できない可能性がある」と指摘。「**気候危機の悪化が予想されるなか、猛暑に対応し得る生産体制を構築しつつ、国も需要供給に対する情報を的確に出していくことが重要**」と話す。

減反を しておき コメが 足りんてか

「**コメがない**」と 言われりや 余計欲し

令和6年 処 暑

(文責 MMY)