



幸楽苑だより



発行元：介護老人保健施設 宇部幸楽苑
発行日：令和8年 2月1日
TEL 0836-51-3113 FAX 0836-51-5522



「感染症」

宇部幸楽苑 看護師 稲村 麻美

立春とは名ばかりで寒さが続いておりませんが、いかがお過ごしでしょうか？利用者さまも寒さに負けず、お元気に過ごされています。

高齢者施設における感染症への取り組みについてお話しさせていただきます。

高齢者の方々は何かしらの疾患を有している場合が多く、免疫力の低下から感染症が重症化するリスクが高いです。さらに集団生活のため、感染が拡がりやすいという特性もあります。そのため、日頃からの予防が重要となってきます。

当苑でも主に3つの対策に意識して取り組んでいます。

- ・ **持ち込まない**：外部からの病原体の侵入を防ぐ
- ・ **持ち出さない**：苑内で発生した感染症が外部に広がるのを防ぐ
- ・ **拡げない**：苑内での感染拡大を防ぐ

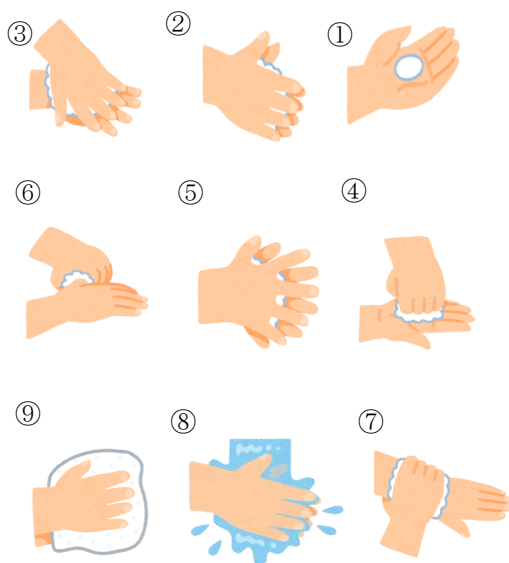
私たちは手洗いや消毒、手袋やマスクの適切な着用、共有部分の清掃や消毒、換気の必要性などの定期的な研修を行い、感染が発生した際の初動対応についても確認しています。研修を通じて感染症に対する正しい知識と技術を習得することは、利用者さまの安全だけでなく、職員自身の健康を守る事にも繋がっています。

これからも出勤時の検温や体調チェックはもちろんのこと、手洗いや消毒、マスクの正しい着脱方法など基本的な対策を日々実践し、利用者さまが安心して日々の生活を送れるように感染症対策に取り組んで参ります。

もし、苑内で感染症が発生してしまった場合は、早期に状況を把握し、全職員が情報を共有して迅速に感染拡大防止策を講じています。

最後に、感染症対策は苑内で働く私たち職員だけでなく、面会に来られるご家族や苑に出入りする全ての方々の協力が不可欠です。コロナ禍以降、外出や面会に制限のある状況が続いていますが、今後ともご協力をお願い致します。

* 手洗いの順番をイラストに載せています。皆様これを見て実践してみてください。



「節分について」

2月といえば節分ですが、昨年も節分について書いた記憶があります。一年は早いとつくづく思います。節分の意味合いは昨年も書いているので省略させていただきます。節分の日は一般的に2月3日ということは皆さまご承知だとは思いますが、2月2日になる年があるのをご存じでしょうか？

これは地球の公転周期が約365.2422日であり、暦年(365日)とのズレが存在します。このズレを補正するため、閏年(うるうどし)や節分の日付の調整が行われます。このズレにより、節分が2月2日や2月4日になる年が出現します。こうした変動は暦法を精密に保つための仕組みのようです。

国立天文台が提供する暦法に基づくデータによると、直近の節分は以下のように変動しているようです。

2023年：2月3日 2024年：2月3日 **2025年：2月2日**

2026年：2月3日 2027年：2月3日

この変動は約400年周期でパターンが繰り返されるため、長期的には一定のリズムが見られるようです。

なんと、昨ながちょうどその年だったようですが、昨年この記事を書いている時には知りませんでした(笑) 今回は3年後の2029年のらしいので、頭の片隅に置いて思い出してみてください。

ちなみに節分には恵方巻を食べる方も多いと思います。

今年の恵方は**南南東**になりますので、今年こそはしきたりに倣って黙って食べることに挑戦してみたいと思います！

皆様もぜひ挑戦してみてください。



「徒然なるままに…」

1階 看護師 松下 朋子

年が明け、はや一ヶ月が過ぎてしまいました。今年の冬は暖かくなったり、寒くなったりして寒暖差が大きく、体調管理が難しくなっています。体調が優れないと、身体の抵抗力も低下し風邪などをひきやすくなります。

流行りといえば、インフルエンザやノロウイルスの感染が懸念されます。自分でも予防はしっかり行っているつもりですが、感染してしまうと、日頃の感染予防がしっかりと出来ていないと思います。

周囲に高齢者も多く、インフルエンザやノロウイルスに感染すると、高齢者は体力や免疫力も低いいため、感染すると重症化する可能性も高くなります。

日頃よりも更に手洗い、うがい、スタンダードプリコーションを意識し、自分が感染源とならないよう、幸楽苑の利用者様が穏やかに過ごせることを意識し、仕事に取り組んでいこうと思います。

皆さんも、感染症に気をつけて、有意義な冬をお過ごしください。

