

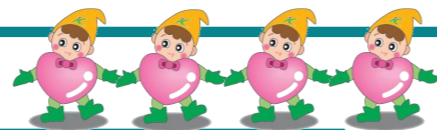
発行者◆北九州福祉サービス株式会社
代表取締役社長 吉塚浩
住所◆〒802-0077
北九州市小倉北区馬場
1丁目3番21号
編集者◆お客様相談室 村上麻衣子
☎ ◆093-533-1294

きたふくだより

第270回 11月号



ヘルパー ケアマネ お客様満足度調査でいただいたご意見にお答えします



踏台(20~30cm)に乗り、5分以内ですむ作業も対象外。ベランダの小さなゴミなど、短時間の作業の掃除もサービス対象外となっている。 [ヘルパー](#)

[回答]申し訳ございません。介護保険内での支援となる為、短時間での作業であってもサービス対象外となる場合があります。ご了承下さい。また、保険外サービスも行っておりますのでご相談ください。

マンネリにならないよう、新メニューを一緒に考えてほしいです。 [ヘルパー](#)

[回答]旬の食材を使った料理などお客様に喜んでいただけるようなメニューの提案ができるように努めてまいります。

ヘルパーに急な連絡が出来ない場合に困る。(活動10分前の連絡、買い物に出た後など) [ヘルパー](#)

[回答]ヘルパーへの急用ができた際にはセンターへご連絡ください。センターからヘルパーへ連絡しお客様の要件を伝えます。ヘルパーの連絡先は、ヘルパーの個人情報となりますのでお客様へお伝えすることは控えさせていただきます。ご了承願います。

以前、数回違う方が来られたのですが、今の方はすごく働き者でヘルパーさんの個人差があるのだなと思いました。今は生きる勇気ももらえます。 [ヘルパー](#)

[回答]ありがとうございます。どのヘルパーが訪問しても喜んでいただけるよう今後も指導してまいります。

週1回の掃除、もう少し長時間を希望します。 [ヘルパー・ケアマネ](#)

[回答]ご意向を直接相談されてみてください。直接ケアマネジャーではなくても活動しているヘルパーやサービス提供責任者にご相談されても大丈夫です。ただし、介護保険制度におけるヘルパーの活動はお客様の「自立」に対する支援となっており、お客様それぞれの状態(自立)に合わせたサービス提供となります。よく話し合っただければと思います。

母はこれといって口に出してヘルパーさんには伝えないのですが、何か気になる点があれば、活動記録ノートに書くなり、サ責の方から電話を頂けるとありがたいです。やはり、母は伝えるだけではその場では理解しても、数分後には忘れてしまうようです。 [ヘルパー](#)

[回答]ご意見ありがとうございます。必要な際は連絡ノートなどで情報共有させていただいております。連絡ノートの活用等、ご要望の際は、担当リーダーにご相談ください。

床拭きをお願いしていますが、どこまで拭いていただけるかわからない。お風呂と洗面台はセットではないですか? [ヘルパー](#)

[回答]サービス内容に関するお問い合わせやご不満な点などがございましたら、担当リーダーの方へご連絡ください。

ヘルパーが月初の活動時にきたふくだよりを渡しているとお書いていますが、もらってません。 [ヘルパー](#)

[回答]申し訳ございません。きたふくだよりを楽しみにして下さるお客様の手元に届くようにいたしておりますが、お手元に届いていない時は最寄りのセンターもしくはヘルパーにお伝えください。

そのほか、ヘルパーの性格や技能には個性や個人差があると思います。御満足いただけない点は個別に指導致しますので、担当リーダーにご遠慮なくお伝えください。



今月のヘルパー月間テーマ

「感染症予防」

・インフルエンザ等の感染を予防するために、手洗い、咳エチケットの励行をします。



乾燥と感染症

西日本では11月に入ると、これまでの高温は落ち着き、急に寒くなる事が予想されています。また、湿度が低くなり空気が乾燥すると、さまざまな原因により感染症が流行しやすくなります。



ウイルスが活発に

湿度が高すぎても低すぎてもウイルスの動きは活発になります。



ウイルス浮遊時間

湿度が低くなり空気が乾燥していると、ウイルスが水分を失い軽くなるため、ウイルスが空気中に浮遊している時間が長くなります。また、飛沫のエアロゾル化が急速に進み、空中に浮遊する飛沫の量も増えます。

口鼻防衛機能低下

空気が乾燥すると、口や鼻の呼吸器系の粘膜も乾燥し、風邪などの感染に対する防御機能が低下してしまうため、ウイルスが体内に入りやすくなります。

加湿で感染症対策

環境面では加湿し湿度を保つことで、呼吸器系の粘膜の乾燥を防ぎ、ウイルスの生存率を下げる事ができます。咳やくしゃみで出た飛沫や、空気中のウイルスは水分を含んで重くなり床に落ちるため、体内にウイルスが入りにくくなります。感染症の流行を防ぐためにも、加湿を行い適切な湿度を保つようにしましょう。

また、ノロウイルス感染症を発症し嘔吐した場合、吐物の処理が感染症の拡大に左右します。嘔吐物が乾燥するとホコリとなって舞い上がり、感染源となってしまいますので、加湿を行うことで浮遊するノロウイルスの抑制に期待できます。

マスクの着用とこまめな水分摂取

体調面における風邪等の予防対策としては、マスクをつけることと水分をこまめに摂ることが効果的です。乾燥によって喉の粘膜が傷つくことでウイルスが侵入しやすくなりますが、マスクを着用することによって喉が保温、保湿され、ウイルスなど外敵からの防衛機能が高まります。また、水分をこまめに摂ることで喉を乾燥から守ります。



喉に良い飲み物

- ・お茶(カテキン:抗ウイルス作用)
- ・生姜湯(生姜の辛味成分:殺菌効果、解熱作用、咳を抑える効果)
- ・ホットレモネード(ビタミンC:免疫機能を高める効果)
- ・紅茶(紅茶ポリフェノール:抗菌作用)
- ・ココア(テオフィリン:気管支拡張作用)



★オ木様を囲んで★
後列左から小倉北CMルーム宮崎CM・中村リーダー
前列左 小森ヘルパー・右 伊東ヘルパー

小倉北区にお住まいのオ木千代子様
が100歳を迎えられました。
誠におめでとうございます！

祝百寿

ヘルパーより花束贈呈

最愛のご主人の思い出の写真



オ木様作品(彫刻)



川柳「麻雀にいつも勝つから
友を失う」というユーモアの
ある句です。(京町川柳作品)

百寿 おめでとうございます

オ木千代子様 8月23日で100歳を迎えられました。
“まだ100歳”という言葉がピッタリの方です。
いつも前向きで明るく過ごされています。

花で例えれば ラベンダー
色で例えれば パープル
でもオ木様はシックでおしゃれなブラックカラーを
好まれ素敵に着こなされています★
そんなオ木様は西南女学院の16期生です。
かわいい女学生時代の姿が目につかびます。
24歳で結婚され、東京に住まいを移され54歳でふるさと小倉へ戻ってこられました。

趣味多彩で お唄い・川柳と麻雀
麻雀は今も続けられオ木様の健康の秘訣はこの麻雀では？脳の活性化につながり外出の
機会になったり友達ができたりとメリットが大きなゲームです。
お一人暮らしのいま、甥御さん・姪御さん達の訪問がありオ木様に寄り添ってくださっています。
これもオ木様の人柄ではないでしょうか？
甥御さんたちの訪問があることも安心して自宅で過ごせる1つでしょうね。
5月に転倒され入院もされましたが、回復が早く2週間で退院されました。
今では台所に立たれています。
オ木様の目標…「次は110歳です」…と。私達スタッフもその日を楽しみにしています。

100歳という節目を迎えられ、誠におめでとうございます。
これからもさらにお元気で過ごしてください。

今回は担当の中村リーダーがオ木様とお話しして文章を作成しました。いつもとはまた違った、リーダーならではの親しみのあるお手紙のような紙面となりました😊

中村リーダー



小森ヘルパー(左)と伊東ヘルパー(右)

紅葉や 熊野古道を 一人旅
遠き山 吊り橋からの 秋景色
お彼岸や 生花供えし 手を合わせ
神無月 神はいないし 痛み出る
さあ行こう！ バイク走らせ 紅葉狩り
夕暮れや サンマを買いに スーパーへ
台風や 物干し揺れし 飛ぶハンガー
雑用の 多き毎日 バッタとぶ

小倉南区 向山千代孝様



秋の朝 西空高く 丸い月
住宅や 会社もふえて 秋楽し
秋の日や 互いに頼る 犬といて
彼岸花 水が不足で 狂い咲き
手入れなき 庭にちらほら 草の花
戸畑区 中蘭チエ様



クッサン



さげもん



大人の塗り絵

八幡東区 簾章子様



きたふく写真館

↓きたふく本社の
Instagramはこちら



写真がとっても得意
な当社の職員さんの
写真をご紹介します



上:彼岸花
下:井手浦棚田

簡単ヘルパーレシピ

【ピーマンのえびとはんぺんづめ】

- ◆材料◆
- ・ピーマン 4個
- ・はんぺん 1枚
- ・えび 150g

- ①ピーマンを縦半分にする
- ②えびは粗みじん切りにする
- ③えびとはんぺんを混ぜ合わせる
- ④水分をふき取ったピーマンに③をつめる
- ⑤フライパンに油をひき、ピーマンを焼く
- ⑥器に盛り、できあがり♪



YouTube公開中!

☆そのままでも美味しいですがポン酢をつけても美味しいですよ😊

