



ニュースレター あすか

通算352号

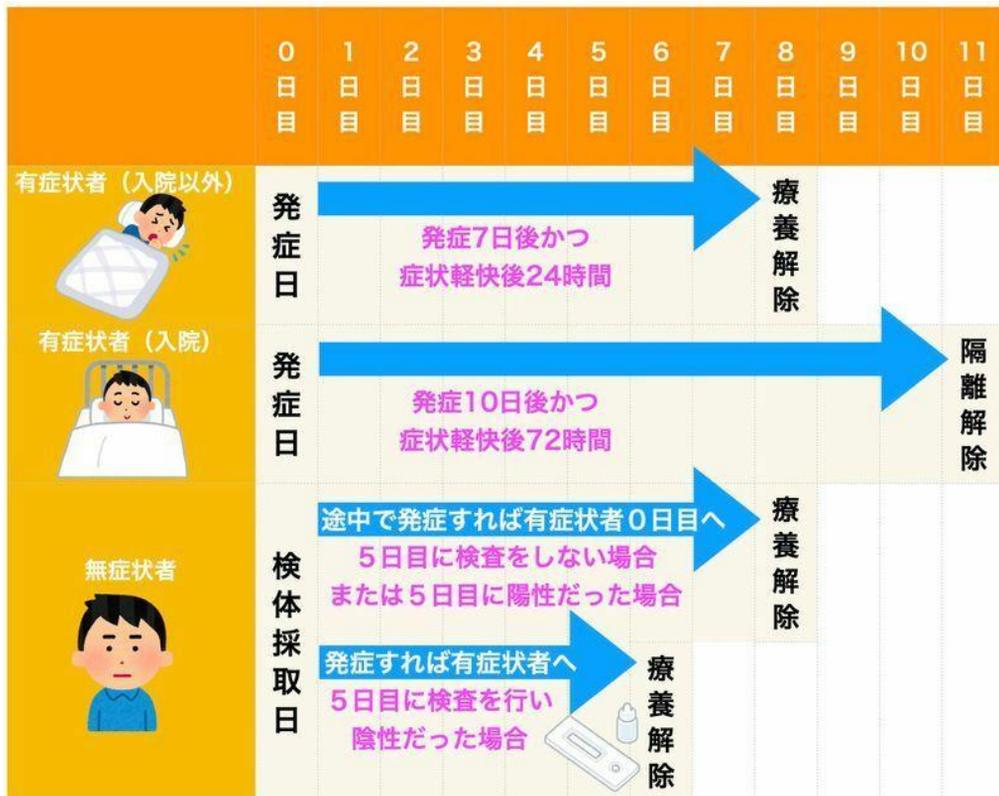


新型コロナはいつまで人にうつる？オミクロン株に感染し療養解除になった人から感染する心配はない？

2022年9月7日から、新型コロナ患者の療養期間が短縮されました。

短縮された療養期間は安全なのでしょうか？また短縮された療養期間から明けた人はどのようなことに気をつければ良いのでしょうか？

9月7日から療養期間が短縮に



医療法人あすかの経営理念

『感謝 尊厳 謙虚 誇り』

医療法人あすかは、地域の患者様、利用者様との出会いに感謝し、信頼される法人として常に最善の医療、看護、介護を提供することを使命としています。私たちの仕事は、人の尊厳を守り、人の人生によりよい影響を与え、支えていくことです。私たちは、心を込めて仕事をします。私たちは謙虚であり、仕事に誇りを持ち、社会に貢献していくことを喜びとしています。



【目次】

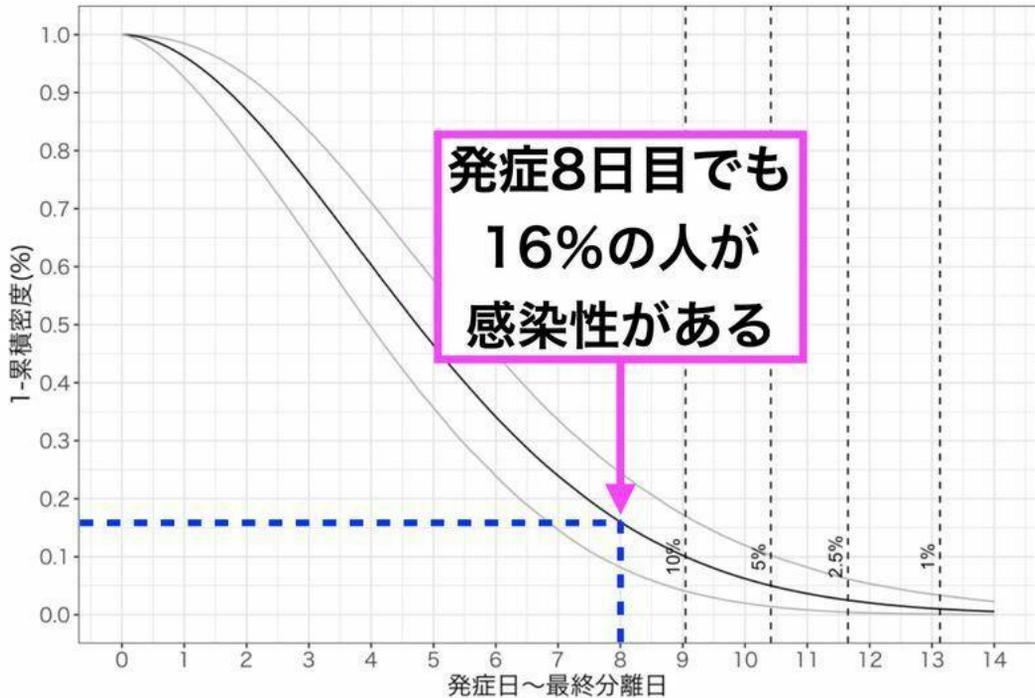
1. 新型コロナはいつまで人にうつる？.....1
2. 新型コロナはいつまで人にうつる？.....2
3. 医療法人あすかによろこぶ.....3
4. 事業所だより(ショート大町).....4
事業所だより(まやろちよーく).....4
5. 一押し紹介(ショートみどりい).....5
6. おもしろきかな我が人生～湊茂彰さん～.....6
7. ご長寿の秘訣(しゅりあちよーく).....7
8. わたしの好きなもの 第93回.....8

オミクロン株の感染者は、発症前よりも発症後の方がウイルスを多く排出しているというデータが複数出ています。

日本におけるオミクロン株感染者の発症からのウイルス量の推移について解析した研究では、ウイルス量のピークは発症後3～6日の時期であったとされています。

同様に、川崎市の調査でも発症前に新型コロナウイルスが検出される症例は少なく、発症後になってから検出される症例が多いことが報告されています。

つまり、オミクロン株ではこれまでよりも「症状が出ている人からの感染」が多くなっていると考えられます。とは言え、オミクロン株では発症時は「のどの軽い違和感」などごく軽い症状のこともあり、オミクロン株の感染者の56%は自分が感染していたとは気づいていなかったという報告もありますので、自分が発症して周りに感染を広げていることに気づいていない人も実際には多いと考えられます。



オミクロン株では、感染性のピークが発症前後から発症後3～6日にずれていることが分かりました。

ではオミクロン株の感染者はいつまで感染性があるのでしょうか？

オミクロン株では特に感染性のある期間が短くなっているとは言われていません。

感染性のある期間の推定には、生きたウイルスが分離される期間が用いられることが多いですが、デルタ株の感染者と比較してオミクロン株の感染者は特に感染性のある期間に差はないという報告が複数出ており、基本的には発症から10日目くらいまでは周りに感染させようということになります。

国立感染症研究所の解析では、オミクロン株の感染者のうち16%は発症から8日目の時点でもまだ感染性があると推計しており、療養解除された方の中にも一定の割合でまだ感染性のある人がいることとなります。

療養解除後もしばらくは周りに広げないように気をつけよう

以上のことから、療養期間が短縮されたのは「ウイルスの排出期間が短くなったから」ではなく、社会機能を維持するためという政治判断に基づくものです。

早く仕事に復帰して社会を回していくことはこと自体はとても大事なことです。

しかし、療養から復帰してからはしばらくは周りに感染を広げないように十分な注意が必要です。

具体的には、屋内ではマスクを着用すること、重症化リスクの高い高齢者や基礎疾患のある方と会うのは避ける、会食は延期すること、などが挙げられます。

また、感染性のあると考えられる期間を過ぎたあとも、時間経過とともに再感染のリスクが高くなってきます。一度感染した方も、三密を避ける、屋内でのマスク着用、こまめな手洗い、といった基本的な感染対策は引き続き心がけるようにしましょう。

また感染したことがある方も、感染から3ヶ月を目処にぜひワクチン接種をご検討ください。

医療法人あすかにようこそ

医療法人あすかでは7月よりミャンマーからの技能実習生を3名受け入れました。今回から3回にわたりご紹介します。

ショートいわや3階

ワ トン サンヂ モ

WA THONE SANDI MAW



- どうして日本に来ようと思いましたか
日本が好きで、日本にはきれいな景色があるから。(富士山やスカイツリーとか)
- 日本に来てどのくらいですか
3か月です。6月に岡山に来て日本語と日本の生活の勉強をして、7月に広島に来ました。
- どうして介護の勉強を学ぼうと思いましたか
お年寄りが好きだからです
- お休みの日は何をしていますか
日本語の勉強、食べたいものを作って食べたりしています。友達と休みが一緒の日はお買い物に行ったりします。

- 趣味はなんですか
外国語を習う事。韓国語の勉強もしていました。韓国のドラマを見たりします。
- 好きな日本の食べ物は
お好み焼きです。(もちろん広島風！)
- ミャンマーのおすすめの食べ物は
モヒンガー
(魚のスープに米粉でできた麺が入っているそうで国民的代表的食らしいです)
- ミャンマーのおすすめスポットは
バガン遺跡。
実家から車で30分くらいのところにあったのでよく行っていました。



いつも笑顔で、入居者様の声に耳と気持ちを向ける姿勢、とても素晴らしいと思います。私自身、サンディさんから学ぶことばかりで、とてもいい刺激をいただいています。いい環境下で楽しく働いてもらえるようサポートし、介護の楽しさを共有しながら、一緒に頑張っていきたいです。

3階 所長 岩城

あすか居宅介護支援事業所 介護相談会

介護相談会を下記の日程で行います。お気軽にご相談ください。お電話でのお申込みや当日のご相談も受け付けております。

毎月第2火曜日(次回9月13日)
時間: 10:00~12:00
場所: あすか居宅介護支援事業所
広島市安佐南区緑井三丁目20-1-103
電話: **082-830-5177**



事業所だより

外ではセミが大合唱しており、まだまだ暑い日が続いています。そんな中、ショート大町では夏祭りを行いました。1週間前から皆さんと一緒に毎日炭坑節の踊りの練習。

早くてついていけないよー！ゆっくり踊ってみせて！など皆さん真剣に取り組んでくださいます。

掘って掘ってまた掘って〜と担当いで後ずさり〜と大声で動作を練習。

踊りはしっかりできているね！と思って歌を歌いながらすると・・・踊りどうだったけ？？？「忘れた」と。大笑いしながらの練習の日々。

当日はボランティアの方と一緒に夏祭りの法被をきて皆さん、職員も気分は上々！！



楽しいね！



ショート大町



曲がかかると元気にボランティアの方や職員と踊っていただきました。

ところで・・・夏祭りといえば・・・冷たいものよね〜との声。

もちろんです！今回はとても暑かったためかき氷とフルーツを準備し、冷たくておいしいね。もうないの？と満面の笑顔でした。

笑うっていいね！元気になるね。またやってねと。

むちろんです！今はコロナでできることは限られているけど、その中で皆さんが楽しめる事をしていきますね！とお返事しました。

職員 森本龍馬



おいしいよ



事業所だより

昼休憩

まやるちよーくでは、午前・午後それぞれ3つ以上のプログラムに分かれて活動していますが、1時間弱の昼休憩も3チームに分かれています。

1チーム目は、ちよつと横になり隊。静かな部屋のベッドで30分程度休まれます。

2チーム目は、歌を楽しみ隊。BSやインターネットを使い、テレビで歌番組を観ます。人気はやつぱり美空ひばりさん。懐かしいねえ！「の歌いいよね」と思わず小さく

まやるちよーく

口ずさんでおられます。先日はリクエストで往年のコント「ドリフ大爆笑」で大笑いされていました。

3チーム目は、手を動かし隊。広告でゴミ箱を折ったり、フロアの壁に飾る作品を作ったりします。休憩でゆっくり楽しくおしゃべりしながらの手作業ですので、ちよつとした女子会のような感じです。

これからもご自分のペースで心身ともにリフレッシュして頂きますよう、環境を整えていききたいと思えます。

(山本由美子)



貼り絵作り中！



ゴミ箱折り



壁画「花火」



テレビの近くで音楽鑑賞



リラックスして音楽鑑賞♪



一押し紹介



シートみどりの

シートステイみどりのでは、毎週土曜日の午前中にボランティア2〜3名を迎え、カラオケを開催しています。ボランティアの方は、長きにわたり我が事業所に来てくださっている方たちです。コロナ禍でカラオケを中断していたこともありませんが、現在は毎週行っています。

時間になったら、まず音楽を流しながらラジオ体操をします。体をしっかり動かしてから発声練習を行い準備万端、いよいよカラオケ開始です。

歌う曲は、「星影のワルツ」「北国の春」や民謡「炭鉱節」「黒田節」、季節の童謡等です。今は秋に向けて「小さい秋見つけた」を歌っています。青春時代を思い出されるのか、昭和20年代の「あこがれのハワイ航路」「青い山脈」30年代の「Eを向いて歩こう」は大変好評です。ご利用者からのリクエスト曲もかけたのですが、恥ずかしがり屋さんが多い(?)のか、なかなかリクエストは出てきません。

リクエストはなくとも、前述のようにボランティアの方が歌を選んでもくださっているので次々曲は流れます。歌う方々の好みを把握して選んだ曲の為か、テレビ画面に出てくる歌詞を見なくても歌を口ずさめる方もおられ、曲を選ぶ方も、歌う方も「流石だな」と感心しています。

良く歌う曲の中に「故郷」という歌があります。この曲が流れると私にはもうふるさどがないから、この歌を聴くと泣けてくるんですよ」と毎回涙ぐまれ、歌いながら声を震わせていらっしゃる方もおられます。歌は人の思い出の中に深く深く関わっているんですね。

そして、カラオケを通じて利用者の琴線に触れ、昔を思い出してしんみりしたり楽しくなったりと、豊かな感情を呼び起こしてくださるボランティアの方々には感謝感謝です。これからもよろしくお願ひします。

毎週変わらずいつまでも揃って歌えるように元気で過ごしましょう。



聞いとるだけでも楽しいよ～!!



♪小さい秋小さい秋 小さい秋見つけた～



ラ ラ ラ～♪



♪む～す～ん～で～ ひ～ら～い～て～



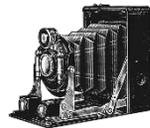
おもしろきかな我が人生

デイ大町

みなと しげあき

湊 茂彰さん

昭和16年5月22日生まれ(81歳)



【少年時代】
親の実家が山口県平生町の佐合島というところで、大陸から家族で引き揚げてから小学校入学するくらいまで暮らしていたこともあるよ。家の目の前がすぐ海で、夏はよく泳ぎに行っていたね。誰に教えてもらおうでもなく、泳げるようになったね。学校の行事で遠泳をやった時にも難なく泳げたよ。

【学生時代】
小学校に上がるころには広島に家族で越して来て、大学は大阪の大学に進学したよ。建築の勉強をしながら、設計のアルバイトも始めたよ。アルバイトの方が忙しくらいだったね。その縁があったから就職はとんとん拍子に決まったよ。

【仕事】
エレベーター、エスカレーターの設計と実際に設置する工事現場に行って監督をする、という仕事をしたよ。高度経済成長期ということもあり、何日もほとんど家に帰らずに仕事をし続けるくらい忙しい時もあったね。他に人には任せられない難しい案件を任せられることもよくあったね。それで、広島バスセンターのような市内の大きな建物から、県内はもちろん県外もいろいろなところの設計をやったよ。設計通りにできているか現場に行って微調整することもあって、日帰りだったり数カ月だったり出張に行ったり。東北地方まで行ったこともあるね。



お孫さんと◎



永平寺へ行った帰りの公園

会社がCAD(コンピュータ)を使用して設計や製図をするシステムの導入に最初持ってきたね。説明書はあっても、誰も何も知らないところから使い始めて、みんなに教えることもしたね。

仕事で誰もしたことのない新しいことに挑戦するのは楽しかったね。取り掛かるのに勇気はいるけれど、乗り越えたときには、良かったなあ、となる。50代で独立してからもよく仕事をしたね。

【仕事の合間の楽しみ】
甘いコーヒーが好きだね。砂糖を2杯入れるから、周りからはびっくりされてたね。日に5杯飲むこともあったよ。

【趣味】
仕事も楽しかったけれど、趣味も多くな。特にスポーツは何でもしたね。野球にサッカー、ホッケーもしたよ。楽しかったね。



奥様と♡



後楽園にて長女さんと



海でのひととき

職員より
お出かけをした時に乗るエレベーターやエスカレーター。もしかしたら湊さんが設計されたものかも。とワクワクします。いつも穏やかな語り口でお話をしてくださる湊さん。お仕事の話では、ご苦労も多くおありの中で、新しいことへの挑戦を楽しまれてきた姿勢に学ばせていただきますし、好物の甘いもののお話をする時の満面の笑顔は、こちらまで心がほぐれるようです。いつまでもお元気に過ごしていただけますよう、私たちも努力してまいりますので、これからもどうぞよろしくお願いたします。

奥野 佳代子

「長寿の秘訣



さえき かずえ
佐伯 一枝様

大正14年5月8日生まれ(97歳)



Q. 長寿の秘訣は……？
A. 秘訣というのは、特にないかな……
ないけど、世の中の情勢を受け止めながら、否定せず自分なりに子供にも励まされながら生きてきたことかな……
夫が39歳で亡くなり、一緒に暮らしていた長男も平成30年に亡くなり、世の中の辛いこと悲しみを全てやった。本当に大勢の人に助けてもらった。今は長女と暮らして励まされながら生きている。これが長く生きてこれたことかな。

Q. 健康のためにやっていることはありますか？
A. 痛かったりすると自信が持てなくなる。若い人と接して色んな刺激・元気をもらい、しゅりあちよーくへ休まず来ることが健康のためにやっている……



しゅりあ



Q. しゅりあちよーくでこれからやっていきたいことは……？
A. 詩吟はとても楽しみ。自宅でもトレーニングをやっていたんよ。マシンも少しづつを継続してやっているよ。これからも、今の体の健康が続くように、ぼつりぼつりとやっていきたいね！

Q. 最後に一言お願いします。
A. しゅりあちよーくに来ると、職員さんも友達たちもみんなが待っていたよー。」と出迎えてくれる。このことが、みんなのおかげで生きていると実感できること。
これからも、私も周りに元気が与えられるように、しゅりあちよーくで楽しみます。



大好きな足湯



マシントレーニングを頑張っています



しっかり前かがみになって

職員より
佐伯さんは挨拶をされる時必ず、「いつもありがとございます」と一言添えられます。当たり前のように出来ないこと。私たちも、佐伯さんのようないつも感謝の気持ちを持たない人になりたいたいものです。そしてこれからも周りにいつも優しい笑顔を見せてくださいね。



小田 聖子

【笑顔・お話・人】



毘沙門クリニック
新庄 喜美子さん(86)

新庄さんの好きなものは何ですか？とお聞きすると 嫌いなものがないのよ」と。なんて素敵なお返事なんだろうと… 嫌いなものがない”って…素敵すぎます！ そんなお答えを下さる新庄さんの日常生活は本当に前向きだな”って思います。

あいさつが大好きな新庄さん

何よりいわや4階で あいさつを一番してくださいます。おはようございます”とお声をかけると おはようグッドモーニング”と満面の笑みであいさつをしてくださいます。

やさしいお話が大好きな新庄さん

何よりいわや4階で 他利用者様に一番たくさん声をかけてくださいます”他利用者様の横にす”と座って笑顔でお話をされています。笑い声がある場所から聞こえてくる癒しの新庄さん。

整理整頓が大好きな新庄さん

何よりお部屋がきれいです。洋服もお布団もいつもきちんと整理整頓されています。スツップの制服の襟が折れていたりすると直してください。洗濯物やおしぼりもいつもキレイにたたんでくださいます。

笑顔で過ごされることが大好きな新庄さん

時に心配なことがあるとすぐにその思いを職員に伝えてくださいます。そんな時は一緒に考えたり、一緒に探し物をして解決すると先生ありがと”と報告に来てくださいます。新庄さんの好きなもの…それは嫌いなものがない…前向きなお気持ちなんです。だから新庄さんの わたしの好きなもの”はハートなんです。♡

笑顔がすき”お話がすき”又(ご)家族・利用者様・職員(も)いれてください笑(が)好き”

そんな素敵な新庄さん！いわや4階でこれからも笑顔いっぱい生活していただけたら、私たちがスタッフ全員で応援させていただきますね。私たちスタッフは新庄さんの笑顔が大好きです。



端をそろえてピシッとね



楽しくお話されています

医療法人あすかの関連施設

緑井3丁目 20・1

あすか居宅介護支援事業所

082-830-5177

あすか病児保育室
児童デイサービス ぱるみどりい

緑井2丁目 12・25

高橋内科小児科医院
デイサービスセンター

まやるちよーく
通所リハビリテーション すてっぷ
シヨートステイ みどりい

小規模多機能型居宅介護事業所
つどいの家

あすか療養センター 緑井3丁目 40・30

毘沙門クリニック
シヨートステイ いわや

緑井2丁目 11・11・102

あすか訪問看護ステーション

毘沙門台東1丁目 24・16

デイサービスセンター

しゅりあちよーく

あすかケアプラザ 中須1丁目 26・12

ヘルパーステーション あすか大町
デイサービスセンター あすか大町
シヨートステイ あすか大町
サービス付き高齢者向け住宅
レジデンスあすか

あおぞら保育園

緑井2丁目 9・31・102

児童デイサービス ぱるひよし

毘沙門台東1丁目 24・16

児童デイサービス ぱるひよし

“ニュースレターあすか”は
当法人のホームページ上でも見ることができます
全編カラーで掲載しておりますのでぜひご覧ください
<http://www.asuka-net.or.jp>



医療法人あすか

Mail : asuka@smail.plala.or.jp

〒731-0103 広島市安佐南区緑井2丁目12-25

TEL:082-879-3143 FAX:082-879-3190

(編集:今中 峰三子 澄川 幸子)

【編集者のつぶやき】

コロナワクチンの注射を打っても一度も熱がでませんでした。もう何年も熱も出ない、健康だけが取り柄だった私ですが、最近では休みのたびに病院通いの日々です。(…年のせいですかねえ)今更ながら、健康って素晴らしいと思う毎日です。どこかで、今ひそかにサンフレッチェがすごいのご存知ですか。Jリーグ、天皇杯、ルヴァン杯、もしかしたら3冠の可能性が！このまま勝ち進んでほしいですね。新しいサッカースタジアムも楽しみです！スポーツの秋にサンフレッチェ観戦、いかかですか？