

大和サイト

秋祭りを楽しみました



10月26日、地元の地区秋祭りにあたり地区の皆様が施設へ出向いて「樂打ち」(かくうち)をご披露くださいました。コロナの関係で施設への訪問は約4年ぶりであり、ご利用者も懐かしく秋祭りの雰囲気を存分に味わい、伝統芸能を楽しむことができ元気をもらいました。天気も良く素敵なお祭りになりました。

まほろばサイト

外出支援を行いました!

まほろば大和では、「自宅を見たい、お墓参りがしたい」と希望されたご利用者と一緒に自宅へ出かけました。思い出が多く残るご自宅を見て「安心しました。ありがとうございます」と感謝の言葉をいただきました。車中では様々な思い出話に花が咲き、限られた時間でしたが有意義なものとなりました。



吾郷会

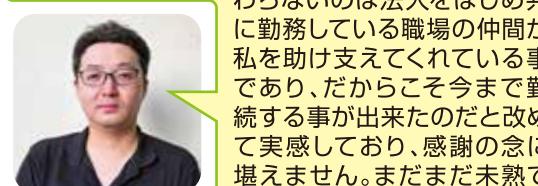
職員永年勤続表彰

社会福祉法人 吾郷会で15年以上勤務した職員の貢献に対し表彰を行いました。



この度は永年勤続15年の表彰を頂きました。介護経験もなく、何もわからない中でハートランド双葉園へ入社してあっという間に15年の歳月が経過しました。

職場の先輩後輩に支えられながらいくつもの出会いと別れを経験してきましたが、今も昔も変わらないのは法人をはじめ共に勤務している職場の仲間が私を助けてくれている事であり、だからこそ今まで勤続する事が出来たのだと改めて実感しており、感謝の念に堪えません。まだまだ未熟ではありますが、これからも吾郷会の一員として事業所の仲間と共に法人の力になれるよう尽力して参ります。



【被表彰者】
特別養護老人ホーム
ハートランド双葉園
富永宗督さん

大田サイト 小野祐さん 入賞おめでとう!

佐賀県を会場に10月26日~28日に開催された、第23回全国障害者スポーツ大会に出場した小野祐さんが、フライングディスク競技 アキュラシーディスタンス部門では3位入賞!ディスタンス部門では5位入賞されました!!
大舞台で日々の練習の成果を発揮され、素晴らしい成績をおさめられました。
小野君は「2030年島根県で開催される“かみあり国スポ”で今回以上の成績をおさめる!!」と次の目標を掲げておられます!
これからの更なる活躍を期待し、応援しています!

体
Health

●暮らしやすい+健康ひとくじ
●暮らしやすい+健康ひとくじ

肺の生活習慣病ともいえる COPD 慢性閉塞性肺疾患

○長引く咳や痰、息切れは注意が必要

内に500万人以上の患者がいると推定されている「COPD(慢性閉塞性肺疾患)」。タバコの煙などの有害物質を吸入することで生じる肺の炎症性疾病のことです。気管支が狭くなったり肺胞が壊れたりして、二酸化炭素を排出したり酸素を吸いこんだりする肺の機能が低下します。

主な症状は、咳、痰、息切れです。これらは他の病気でも起こる症状ですが、COPDの場合は長引くのが特徴です。息切れは「年のせい」と思いがちですが、同世代の非喫煙者と比べてみましょう。例えば、坂道や階段で他の人よりも先に息が切っていたら、「もしかしてCOPDかも」と疑ってみることも大切です。

COPDの主な原因は喫煙です。しかし、タバコを吸わないからといって安心はできません。家庭や職場などの受動喫煙でCOPDを発症する可能性が高くなることが分かっています。



○肺だけでなく全身へのリスクも

中高年に発症者の多いCOPDですが、全身への影響にも注意が必要です。息切れのために体を動かすことが億劫になり、健康寿命を縮めることになります。また、抑郁症や骨粗しょう症、動脈硬化を併発することもあります。さらに、COPDは肺がんの大きなリスク因子です。

COPDの治療は、薬物療法と包括的リハビリテーション(呼吸練習、運動療法、食事指導、生活指導)です。どちらも早く始めるほど、高い効果が期待できます。

タバコを吸う人は、吸わない人に比べて2倍のスピードで肺の機能が低下するといわれています。COPDの予防は、何よりもまず禁煙です。電子タバコにはニコチン以外の有害物質が含まれているので、禁煙にはなりません。

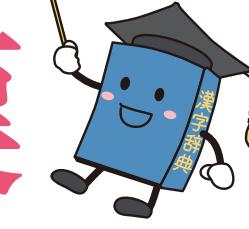
COPDが進行すると肺の機能はもう元には戻らないため、気になる症状がある方は早めに呼吸器内科を受診しましょう。



暮
Life

●なるほど!納得!! 生活情報

いまさら聞けない! 読み間違えやすい漢字



間髪を入れず

- かんはつ
✗かんぱつ

髪の毛1本すら入れる余裕がないという意味です。

乱高下

- らんこうげ
✗らんこうか

相場などが短期間のうちに激しく上下に動くこと。

早急

- さつきゅう
✗そうきゅう

読み間違える人が多いため、現在は「そうきゅう」という読み方を追加しているものもあるそうです。

職人気質

- しょくにんかたぎ
✗しょくにんきしつ

気質は単独では「きしつ」と読みますが、前に「職人」がついたときは「かたぎ」と読みます。

一足飛び

- いっそくとび
✗ひとあしどび

順序や手順を飛ばして進むこと。

猛者

- もさ
✗もうじゃ

「もうざ」と読むこともあります。

身を粉にする

- みをこにする
✗みをこなにする

自分の体を粉々に碎くようにしてまで働くという比喩表現です。

発足

- ほっそく
✗はっそく

組織や団体などが設けられ、活動を開始すること。