



# 今月の「元気」の素



\*外で歩くことなんて・・・要介護3 76歳

当初は「もう歩けないから・・・」と話されていたが買い物に行きたい。まだ、ひ孫ちゃんの為に頑張ろうと昨年7月号では機能訓練士と自宅からコンビニまでを達成☆と掲載！そして今度は東海大病院まで受診に行かれたと\*\*\*「息子が行かれないと云うから自分でタクシー呼んで。病院内も何とか歩いて」と「大変だったのよ、クタクタよ」と早々に話してくださいました。機能訓練士もスタッフもビックリ(^)拍手♡拍手喝采♡いくら息子さんが行かれないから仕方ないと云われるも以前であれば考えられなかったこと。あれからご自身でも、コンビニへ買い物や近所の散歩も継続されています。外歩行での習慣が「出来るかもしれない」とご家族やご本人へも「少しの自信」へ変わったのでしょうか。最近では「生きてる限りは頑張らないとね」と話されています。小さな決意が大きな変化になること「ご自身らしい生き方」に皆が元気の源を頂けた出来事でした。

## 頭の体操

～第1弾～

魚へんクイズ🐟

- ① 鯿
- ② 鮑
- ③ 鰯
- ④ 鰯
- ⑤ 鮠
- ⑥ 鮫

答え

- ①、ブリ ②、アワビ
- ③、イワシ ④、ニシン
- ⑤、シャチ ⑥、サメ

Quality of care  
(質の高いケア)

# おうちDE介護

通信

2026 2月号

## ①インフルエンザとコロナの違い

	かぜ(普通感冒)	インフルエンザ	コロナウイルス
感染性/感染経路	あまり強くない 接触または飛沫感染	強い 接触または飛沫感染	非常に強い/接触や飛沫感染、エアロゾル感染の可能性もあり
症状が現れ始める部位	局所(鼻やのどなどの上気道が中心)	局所の他、全身に現れることも多い	局所のほか、全身に現れることも多い
症状の現れ方	ゆるやか	急激	ゆるやかだが急激に重症化、肺炎合併することも多い
主な体調の変化	くしゃみ、鼻水、鼻づまり、咳、喉の痛み等上気道の症状	関節痛、筋肉痛、頭痛、悪寒、全身症状(急激)	初期症状はインフルエンザと見分けが付きにくい。その他、頭痛、倦怠感、食欲不振(味覚・嗅覚障害)
治療方法	痛みや不快な症状をやわらげる 対症療法が中心	対症療法に合わせて抗インフルエンザ薬を使用	対症療法が中心 肺炎に進展した場合は抗ウイルス薬、血栓予防の抗凝固薬、免疫の暴走を抑えるステロイド薬等を使用

- ・デイサービス
- ・訪問介護
- ・居宅介護支援

### “Quality of ケア”

- か 快適な在宅生活のためのケアに努めます
- い いつも笑顔と誠実さを忘れません
- こ ご挨拶・マナーは基本
- の 能力UP(技術の向上)に努めます
- 質 質の高いケア・・・**おうちDE介護**

\*介護に関するご相談承ります  
お気軽にお問い合わせください\*

### 1月のイベント/レクリエーション

- ☆☆趣味の時間
  - ・すごろく大会 新春ボーリング大会
  - ・干支飾り(絵馬)作り ・回想法カルタ
- ☆☆身体の運動
  - ・リズム体操 ・足クレーンゲーム
  - ・箱崩しゲーム ・バランス運動
- \*コグニサイズで名前を覚えましょう\*等々
- ♪見学・御参加もお待ちしています♪

〒258-0019 足柄上郡大井町金子947-3  
TEL.0465-20-7827  
FAX.0465-20-7826  
ホームページ <https://ouchidekaigo.net>