

新型コロナウイルスワクチン接種開始！

森のさんぽ道

令和3年5月11日より、介護老人保健施設ケアテル猪苗代では、入所されているご利用者様を対象に、新型コロナウイルスワクチン接種が開始となりました。

現在65歳以上の方へ予診票と接種券が送られておりますが、市町村によっては対応が遅れている所もありますので、状況を確認しながら接種を進めて参ります。

また、65歳未満の方につきましては、予診票と接種券の発送の予定がまだ未定とのことで、情報を収集しながらご家族様へお知らせしたいと思います。

すでに1回目を接種されたご利用者様の2回目の接種は6月に行う予定です。2回目は1回目より副作用の報告が多いため、経過観察をしっかりしながら安心してお過ごしいただけるよう、努めてまいります。

Q.なぜ2回目の接種の後の方が、1回目より強い副反応がでるのでしょうか？

A. 1回目の接種で、体内には新型コロナウイルスをやっつける抗体ができ始めています。そこに2回目の接種で、新型コロナウイルスのたんぱく質が体内に入ってくると、最初の時よりも強い免疫反応が体内で起こるため、それに伴う副反応も強く出ます。

Q. 年齢によって、ワクチンの効果や副反応に違いはありますか？

A. 今回のワクチンは高齢者に対しても高い発症予防効果があります。一方、若年者に比べて高齢者の方が少し副反応がでにくいことが分かっています。

Q. 高齢者で一番多い副反応はなんですか？

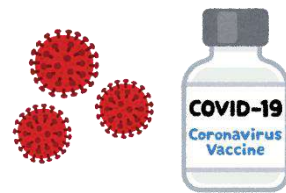
A. 高齢者で一番多い副反応は、若年者同様、接種部位の痛みです。

Q. コロナワクチンの持続期間はどれくらいですか？

A. 新型コロナウイルスワクチンの臨床研究は2020年の夏以降に実施されているものですので、どれくらい効果が持続するのかについては情報がありません。今後、追加接種が必要なのか、いつ打つべきかについても分かっていません。

発行
医療法人ケアテル
福島県耶麻郡猪苗代町
川桁字元寺2403-1
TEL 0242-66-3030(代)

編集
広報委員会
毎月発行 Vol. 202
令和三年
6月号



ワクチン接種後の主な副反応

(米疾病対策センターまとめ、米国内・ファイザー社のワクチン)

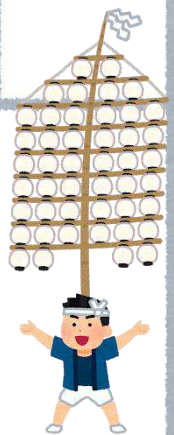
	1回目	2回目
接種した場所の痛み	67.7%	74.8%
倦怠(けんたい)感	28.6%	50.0%
頭痛	25.6%	41.9%
筋肉痛	17.2%	41.6%
寒気	7.0%	26.7%
発熱	7.4%	25.2%
接種した場所の腫れ	6.8%	26.7%
関節痛	7.1%	21.2%
吐き気	7.0%	13.9%

通所リハビリテーション「だんらん」 「行ったつもりで秋田県」開催!



通所リハビリテーション「だんらん」では、5月2日(日)に秋田県で有名な竿燈まつりとなまはげを体験していただきました。竿燈まつりは、竿燈を稲穂に、提灯を米俵に見立てて、五穀豊穰を願うおまつりです。ご利用者様には提灯を画用紙で作っていただき、職員が用意した竿にくくりつけて完成! 昼食はいぶりがっこやきりたんぼ汁など、秋田名物を召し上がっていただきました。

午後はいよいよ「わりーこはいねがー」となまはげが登場。ダンスも披露して盛り上がりました。まだ外出ができない状況ではございますが、ご利用者様に楽しんで頂けるように、これからもイベントを開催していきます。



森の小人たち

今月から、ミニテル保育園の子どもたちが見せてくれる笑顔の中でも、一番すてきだった『笑顔にっこり一押し写真』をご紹介します。今回ご紹介する小人は、二瓶雅也くんです。天気も良く青空が広がる日、外遊びに出かけた際に見せてくれたにっこり笑顔になります。カメラを向けると嬉しそうに笑ってくれて、思わずこちらも笑顔になりました。



二瓶 雅也くん

だんだん保険証が 切り替わります!

介護負担割合証、介護限度額認定証、後期高齢者医療被保険者証の期限が、令和3年7月31日となっております。介護負担割合証と後期高齢者医療被保険者証は自動で更新されますが、介護負担限度額認定証はご家族様での申請が必要となりますので、現在適応になっている方は、申請のし忘れにご注意下さい。また、ご自宅に新しい保険証関係が届きましたら、事務所までご提示お願い致します。

編集後記

6月はカビが心配な時期ですが、実はペットにもカビが生えることをご存じでしょうか? 皮膚病の一種で、人間の水虫のような症状が見られるそうです。人間にも感染するそうなので、もし症状が見られたら早めに獣医さんへ診せることをおすすめします。

鈴木 友里

マリアだより

診療所
マリアクリニック

TEL 0242-66-
2700

「新しい生活様式」における

熱中症予防のポイント

新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐために、「新しい生活様式」として、一人ひとりが感染防止の3つの基本である【身体的距離の確保】、【マスクの着用】、【手洗い】や、3密(密集、密接、密閉)を避ける等の対策を取り入れた生活様式を実践することが求められています。

これから、夏を迎えるにあたり、例年よりもいっそう熱中症にもご注意ください。大きく、新型コロナウイルスの感染拡大を防ぐための「新しい生活様式」における熱中症予防のポイントをまとめま

した。

マスクの着用について

マスクは飛沫の拡散予防に有効で、基本的な感染対策です。ただし、マスクを着用していない場合と比べると、心拍数や呼吸数、血中二酸化炭素濃度、体感温度が上昇するなど、身体に負担がかかることがあります。高温や多湿といった環境下でのマスク着用は、熱中症のリスクが高くなります。マスクを着用する場合には、強い負荷の作業や運動は避け、のどが渇いていなくてもこまめに水分補給を心がけましょう。

エアコンの使用について

熱中症予防のためにはエアコンの活用が有効ですが、一般的な家庭用エアコンは、空気を循環させるだけで換気を行っていません。冷房時でも窓解放や換気扇によって換気を行う必要があります。

す。

涼しい場所への移動について

少しでも体調に異変を感じたら、速やかに涼しい場所へ移動することが、熱中症予防に有効です。

日頃の健康管理について

「新しい生活様式」では、毎朝など、定時の体温測定、健康チェックをする事は、熱中症予防にも有効です。平熱を知っておくことで、発熱に早く気づくこともできます。日ごろからご自身の身体を知り、健康管理を充実させてください。



味のさんば道

「梅」

梅の旬は5月下旬から7月上旬までで、6月がピークです。「梅は三毒(食べ物の毒・水の毒・血の毒)を断つ」といわれており、昔から効能が認められています。梅は酸性が強いため食中毒を起す菌のみならず、赤痢菌、腸チフス菌、ブドウ球菌などの成長を完全に阻止します。お弁当に梅干しを入れておくとご飯が傷みにくいというのはこの殺菌力のためです。他にも梅に多く含まれるクエン酸による疲労回復効果や、消化液の分泌を活発にし消化吸収をスムーズにする効果があり、食欲がない時に有効です。



認可保育施設
ミニテル保育園

1い町9リ-ン大作戦!

ミニテル保育園では、「いい町クリーン大作戦!」として、毎月19日にゴミ拾いの活動を行っています。例年ならば町内に出て活動していましたが、コロナ禍のため今年は園周辺のゴミ拾いを行っています。ゴミを見つけると「あったよー!」と積極的に自分のゴミ袋に入れる子どもたち。ひとりひとりの小さな積み重ねが、良い町を作りますように・・・



令和3年度ミニテル保育園新入園児募集

- 対象者…0～2歳児までのお子さま
(0歳児は生後3ヶ月から)
- 保育時間…月曜日～土曜日 7:30～18:30
内覧希望や保育体験等、ご不明な点はお気軽にお問合せ下さい。
☎0242-66-3456



植木鉢を並べて・・・



出来上がりです!

デイサービス猪苗代では、令和3年5月のクラブ活動(園芸)で、玄関の脇に飾る花の寄せ植えを行いました。ご利用者様は土いじりや園芸がとても好きな方が多く、積極的に参加されていました。色々な花があるので、組み合わせに苦労させていた様子でしたが、「これとこれがいいんじゃない?」「その組み合わせがいいね!」と皆様それぞれのセンスで綺麗に寄せ植えを作ることができました。
これからの様々な催し物を開催していきたいと考えておりますので、皆様のご参加をお待ちしております。

デイサービスセンター ハーフの園 猪苗代

園芸クラブ

