

# ケアピースだより

## 新型コロナワクチン追加（3回目）接種について



### 高齢者施設従事者の接種が始まりました

オミクロン株の感染拡大が猛威を振るう中、自治体などから新型コロナウイルスワクチン接種の前倒しを求める声があがり、2回目からの間隔を6か月に短縮できるようになりました。対象は医療従事者と高齢者施設従事者などで、当施設でも1月17日より職員に向けての接種が始まりました。

日本で接種が進められているワクチンは、高い発症予防効果等がある一方、感染予防効果や、高齢者においては重症化予防効果についても、時間の経過に伴い徐々に低下していくことが示唆されています。このため、感染拡大防止及び重症化予防の観点から、初回（1回目・2回目）接種を完了したすべての方に対して、追加接種の機会を提供することが望ましいとされています。

なお、特に追加接種をお勧めする方として、下記に該当する方が挙げられています。

- 高齢者、基礎疾患を有する方などの「重症化リスクが高い方」
- 重症化リスクが高い方の関係者・介助者（介護従事者など）などの「重症化リスクが高い方との接触が多い方」
- 医療従事者などの「職業上の理由などによりウイルス曝露リスクが高い方」

利用者の皆様を感染からお守りし、また安心してサービスをご利用いただくため、当施設では高齢者施設従事者として、積極的に3回目の接種を進めてまいります。

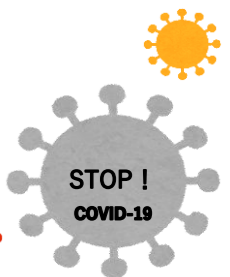


感染症対策のもと、①受付②問診③接種④15分待機の順に行いました。  
(ケアピースデイ えんがわ2F会議室にて)

### ケアピース関連入所施設利用者様対象の接種について

ケアピース関連事業所に入所されている方の追加接種（3回目）につきましても、当施設で接種できることとなりました。対象の方に向けて、ご案内しております。詳しくはご利用の事業所へお問合せください。

今後も手指消毒やマスクの着用、3密の回避など、感染症予防対策の継続にご理解とご協力の程、よろしくお願い申し上げます。



## ケアピース関連施設のご案内

### 居宅介護支援事業所 あいあい

介護でお困りのことはありませんか？  
お気軽にご相談ください。



- お風呂に入るのが不安
- 掃除や買い物が大変…
- 今後の介護がとても不安…
- 介護サービスを利用したい
- 寝たきりにならないように運動やリハビリをしたい
- 転ばないように自宅の環境を整えたい
- ベッドや車いす、杖を借りたい



### 居宅介護支援事業所とは

「どのサービスを選べばいいかわからない」「自分に合う施設を知りたい」等、介護サービスの内容や疑問・不安を持っている方が多くいらっしゃるかと思います。そういったお悩みを解消し、利用者様と介護サービス事業所をつなぐ架け橋のような役割を果たすのが居宅介護支援事業所『あいあい』です。

### ご相談・ご支援の内容

- ケアプランの作成
- 利用者様・ご家族への説明
- 相談業務・苦情の対応
- 要介護認定の申請代行
- 給付管理
- 居宅訪問・面談
- モニタリング
- 関係各所との連絡調整
- サービス担当者会議の開催
- サービス計画の見直し



### 居宅介護支援事業所

## あいあい

高崎市上豊岡町896-2  
(県道406号線沿い)

随時お問合せをお待ちしております！

# ☎027-344-5477

ホームページはこちら  
<http://carepeace.net/publics/index/81>

#### 【編集後記】

とうとう新型コロナウイルス感染症の第6波が来ました。オミクロン株の水際対策もすんなり破られ正月明け頃からにわか増え始め、第5波の倍以上の感染者が出ています。第5波で終息しコロナウイルスに勝利宣言が出るのかと思いきや、コロナウイルスの「倍返しだー！」の声が聞こえてきそうです。今までは、ワクチン接種が有効であるとしてきたが、これからは、それプラス治療薬が必要不可欠であると思われます。いずれにせよ自己防衛は必要で、基本的な感染症対策は今まで以上にしっかりと行いましょう。我が身とまわりの人を守る為に。  
(広報委員会 重田)

ケアピース基本方針

- 一、私達は、優しさにあふれる施設に、安心して過ごせる環境を整え、生きがいのある生活を実現させたい。
- 二、私達は、看護・介護・リハビリの専門性を活かし、お客様に満足していただける介護サービスの提供を目指します。
- 三、私達は、地域における福祉の担い手としての役割を果たすよう努めます。



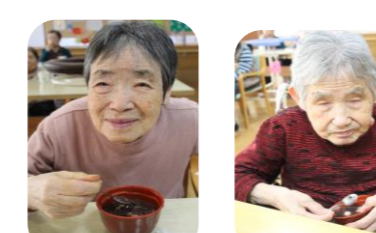
# ~ケアピース~ 初詣



1月9日(日)ケアピースで初詣が行われました。お正月になるとケアピース1Fホールに「ケアピース観音神社」がお目見えします。鎮座しているケアピース観音は毎年拝まれているせいか、年々威厳が増しているようです。

参拝した利用者様はおみくじを引き、今年最初の運試しで一喜一憂されていました。

そして、お正月恒例のおしるこを召し上がって頂きました。



# ~ピース様名~

## おもちつき

「せーの！」元気な掛け声と共に笑い声が高台に響き渡ります。暖かな陽射しの中、ピース様名では恒例の餅つきを行いました。今年もへっぴり腰の職員に代わり、利用者様(98歳)が力強く杵を振り下ろし、ピース様名最年長の利用者様(99歳)も職員と一緒に餅をつくことができました。つきたての餅は、大根おろし、あんこ、雑煮と美味しく頂きました。これからもコロナ対策を行い、季節の行事を楽しみたいと思います。



# ウォーミングアップ 10分間から発信 《ワンポイントアドバイス》

## 【ちょこっと体操】 ~自分のために、みんなのために~

今月は〈からだをほかほかに・身体をほぐしましょう〉です。寒くなってきて、家の中の活動も減ってきていませんか。身体を動かさない(⇒筋肉が伸び縮みをしていない)ことで、首や肩、腰などが硬くなったり足がむくんだり(⇒血流やリンパの流れが滞る)してしまいます。その結果、動きが鈍くなり、転倒や転落などの事故につながってしまうことがあります。まずは、椅子に腰掛け、予防の体操から始めましょう。

- ①肩の上げ下げ：ゆっくり10回
- ②肩の前回し・後ろ回し：ゆっくり5回を5回
- ③頭を前・後ろ・右・左・ぐるっと回す：ゆっくり5回
- ④深呼吸：大きく3回
- ⑤腕振り：できるだけ大きく30回
- ⑥足踏み：できるだけゆっくり大きく30回
- ⑦両足を前に投げ出して足首の屈伸：両足一緒に20回交互に20回
- ⑧深呼吸：3回



いかがでしょうか。「少し運動した気分になった!」「温まってきた!」「ちょっと疲れた!」という気持ちになればOKでしょう。但しお一人おひとりの身体の状態が異なる為、痛みが出る場合には、その運動は中止して下さいね。気持ちよくできる体操を、無理のない回数からはじめていきましょう。