



# はまかせ通信

シルバーコースト甲子園

介護老人福祉施設  
短期入所生活介護  
令和4年6月10日号

真夏のような汗ばむ陽気に見舞われた6月初旬でしたが、はまかせ通信が皆様のお手元に届くころには一転、ジメジメとした湿気の多い梅雨入りが予想される中、皆様におかれましては如何お過ごしでしょうか。

5月末ごろより、市内において1日の新型コロナウイルス感染者数は、100名を下回る日が続くなど減少傾向にあります。しかし、県内におきましては、依然高齢者施設や保育施設でクラスターが発生するなど、まだまだ気を緩める事ができません・・・。そのような中、西宮市より高齢施設のご入居者を対象に、**4回目の追加ワクチン接種**の方針が示されました。

当施設におきましても、3回目のワクチン接種から5ヶ月が経過したご入居者を対象に、**7月末ごろより順次接種が行えるように**実施体制を整えていきます。

その為、6月中旬ごろより、施設職員から接種希望の有無を順次確認させていただきます。また、ご自宅に届いた接種券につきましては、内容をご確認の上、署名などの必要事項にご記入していただき、施設に預けて頂きますようお願いいたします。

今後も引き続き、感染症の予防対策を講じながら、ご入居者の皆様に安心した生活を送っていただけるよう、職員一同努めてまいります。そしてコロナ禍以前同様に、今年こそご家族参加型イベントが再開できるよう願っています。皆様も「その時」をご期待ください！

## 5月イベント

シルバーカフェ始めました(1ヶ月に1度のOPEN)  
5月17日



## シルバー名物巨大 鯉のぼり

隣接の保育園児達からも手を振ってもらえ(\*´▽`\*)  
喜んでくれました



## 母の日...日ごろの感謝を込めて

5月4日



## よろず相談室

## 朝の体内時計の 目覚めスイッチの仕組み



5月より入職しました管理栄養士 濱本 智里です。  
尼崎在住で夫と中学生になる息子2人の4人家族です。  
食べる事作る事が大好きなので西宮の美味しいお店があったら教えてください。

管理栄養士  
濱本 智里

さて、今月号は朝の体内時計のスイッチの仕組みをご紹介します。

- ①朝の光を浴びると目から光の刺激が入り脳の主時計が目覚めます。
- ②起床後1時間以内に朝食をとるとサブの体内時計もスイッチが入り体温が一気に上がります。

①と②の刺激のタイムラグが小さいほうが生体リズムが整い、1日中代謝が良く消費エネルギーが多い状態が続きます。

食事制限や運動より簡単に続けていけるので、是非取り組んでみてください。

# 月間予定表

## 令和4年 6/16(木) ~ 令和4年 7/15(金)

| 日                                                                                             |  | 月                                                                                 |                                                                                   | 火                                                                                 |                                                                                     | 水                                                                                   |                                                                                       | 木                       |                                                                                        | 金                       |    | 土       |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------|--|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|----|---------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| <br>5月作品臨床美術 |  |  |                                                                                   |  |                                                                                     |  |                                                                                       | 16                      | 散髪                                                                                     | 17                      |    | 18      |  |
|                                                                                               |  | 2階 サービス担当者会議                                                                      |                                                                                   | 2階 音楽療法<br>4階 喫茶シルバー                                                              |                                                                                     | 3階 音楽療法                                                                             |                                                                                       | 2階 サービス担当者会議            |                                                                                        | 4階 サービス担当者会議            |    | 4階 音楽療法 |                                                                                     |
| 19                                                                                            |  | 20                                                                                |                                                                                   | 21                                                                                |    | 22                                                                                  |    | 23                      |                                                                                        | 24                      |    | 25      |                                                                                     |
|                                                                                               |  | 2階 サービス担当者会議                                                                      |                                                                                   | 2階 音楽療法<br>4階 喫茶シルバー                                                              |                                                                                     | 3階 音楽療法                                                                             |                                                                                       | 2階 サービス担当者会議            |                                                                                        | 3階 サービス担当者会議            |    |         |                                                                                     |
| 26                                                                                            |  | 27                                                                                |                                                                                   | 28                                                                                |    | 29                                                                                  |    | 30                      |                                                                                        | 7月1日                    | 散髪 | 2       | 散髪締切日                                                                               |
|                                                                                               |  |                                                                                   |                                                                                   | 4階 音楽療法<br>3階 サービス担当者会議                                                           |                                                                                     | 3階 音楽療法                                                                             |                                                                                       | 2階 サービス担当者会議            |                                                                                        | 2階 音楽療法<br>4階 サービス担当者会議 |    |         |                                                                                     |
| 3                                                                                             |  | 4                                                                                 |  | 5                                                                                 |                                                                                     | 6                                                                                   |    | 7                       |  散髪 | 8                       | 散髪 | 9       |                                                                                     |
|                                                                                               |  | 3階 音楽療法<br>2階 サービス担当者会議                                                           |                                                                                   | 3階 サービス担当者会議                                                                      |                                                                                     | 2階 音楽療法                                                                             |                                                                                       | 4階 音楽療法<br>2階 サービス担当者会議 |                                                                                        |                         |    |         |                                                                                     |
| 10                                                                                            |  | 11                                                                                |                                                                                   | 12                                                                                |  | 13                                                                                  |  | 14                      |                                                                                        | 15                      |    |         |                                                                                     |
|                                                                                               |  |                                                                                   |                                                                                   | 2階 音楽療法<br>3階 サービス担当者会議<br>4階 喫茶シルバー                                              |                                                                                     | 3階 音楽療法                                                                             |                                                                                       |                         |                                                                                        | 4階 サービス担当者会議            |    |         |                                                                                     |

### 《ショートステイからのお知らせ》

- ★ショートステイ 2022年8月分の予約(8/1~8/31間)は 6/20(月)9:00~ FAXにて申込みを受け付けます。
- ★お薬の変更がありましたら、最新情報(処方箋)の提出をお願いします。
- ★緊急連絡先の変更がございましたら、随時お知らせ下さい。
- ★持ち物にはお名前の記入をお願いします。

### 7月1日からの利用料金の一部変更のお知らせ

★看護師がいない夜勤帯でも吸引対応が可能になります★

令和4年6月1日より喀痰吸引が行える有資格職員が夜勤時間を通じて常時配置できる体制を整えました。これにより、7月1日より利用料金が若干増額となります。詳しくは、請求書と一緒に同封しております「サービス利用金のお知らせ」と「利用料金表」をご確認頂きますようお願いいたします。