

DO YOUR BEST

NO. 205

介護福祉士

2020.10発行

一般社団法人
福島県介護福祉士会
文責 小山田 米子

～ZOOMでのコロナ対策情報交換会10月24日(土)～



参加した皆さんから、できる限りの消毒や面会制限、職員の健康管理や新しい生活様式の実行に努め、感染予防対策を行っている現状について話がありました。また感染予防対策と並行して事業所内で濃厚接触者や感染者が出た場合を想定し、ゾーニング、準備物、動線等の確認・訓練を実施したとの報告もあり、その体験から、ぜひ今使っている物、感染対策用として準備している物が実際に使用できる物なのかを含めチェックし、具体的な訓練を実施すべきとの話がありました。また事業所内だけでなく、医療機関(感染管理認定看護師)や保健所、行政との連携が必要だと。さらに万一の場合に対応する職員の宿泊先や手当などの対応を検討しているとの話もありました。

通所サービスにおいては、利用者の同居家族が県外への往来や離れている家族との交流により、利用中止となる事業所や状況を確認し利用中止することもある事業所、利用中止・サービス中止を行っていない事業所もあると対応は様々なようです。



FUKUSHIMA



一般社団法人 福島県介護福祉士会

〒963-0108 福島県郡山市笹川一丁目184-29 クレストハイツ184 102号室

FAX 024-943-1848 E-Mail jaccw_fukushima@ybb.ne.jp

ホームページ <http://www.7b.ne.jp/~jaccw-fukushima/>

いんふおめーしょん

令和2年度 介護職種の技能実習指導員講習のお知らせ

研修の再募集をいたします。11月20日(金)まで申し込み可能となっておりますので、この機会に是非お申し込み下さい。



倫理委員会より

私が勤務する施設での看取りの時のお話です。エンゼルケアが終わって家族の方と一緒に「おわかれの間」にお連れする際、ストレッチャーが床のでこぼこに差し掛かると、お亡くなりになった利用者様に「少し揺れますよ」と声をかけ、曲がり角に差し掛かるとは「右に曲がりますよ」などと声を掛けながらお連れしたそうです。後日、家族の方から「あの時、もう亡くなっているにもかかわらず優しい言葉を掛けてもらってうれしかったです」と感謝の言葉をいただきました。

私たちがお世話をしている方は、お亡くなりになっても一緒に過ごした方たちです。このように尊敬の気持ちを持って最期をお見送りしたいと思います。

私の健康法



私は睡眠を大切にしています。もともと寝付きが悪く、そのまま朝を迎えてしまうことも多くあり、最近、睡眠改善に取り組みました。枕を自分に合った物に買い替える、寝る1時間前は暖色系のライトにする、寝る前の間食は胃が休まらない為控える、お風呂にゆっくり浸かる等々です。色々試して見ましたが、その中で最も効果を感じられたのが、「寝る前には携帯電話を見ない」です。眠れないからと言ってユーチューブやヤフーニュースを見てみると、時間があっという間に過ぎ、眠くなるどころか逆に目がさえて来てしまいます。

携帯電話から発するブルーライトも目に良くないとわかってはいるけれど、つつい長い時間見てしまいます。今は、携帯電話を枕元に置くのを止めたところ以前に比べ寝付きも早くなり、睡眠時間も長く確保できるようになりました。寝不足で体調が悪いなんてこともなくなりました。何より、朝の目覚めが良いと、その日1日を気持ちよくスタートすることができます。人は人生の約3分の1を睡眠時間に使っているとされています。みなさんも睡眠を見直してみませんか。

編集後記

朝夕めっきり涼しくなり、2020年も残り2ヶ月程となりました。食欲の秋、行楽の秋、スポーツの秋、読書の秋、芸能の秋、秋といえば沢山ありますが、皆さんは何の秋を堪能されていますか。

私は毎年紅葉狩りを楽しんでます。今年は紅葉の名所巡りは出来ませんが、近くの公園でのピクニックを楽しんでいます。コロナ影響にて行動にも色々制限がありストレスを感じる事もありますが、楽しみを見つけたりフレッシュしていきましょう。