

# オキドキニュース 六月号



二十四節季

芒種 (ぼうしゆ) 六月五日

雑穀の種蒔きをする時期。田植えの時期に入る。

夏至 (げし) 六月二十一日

昼間の時間が一番長くなる。

## おやつ喫茶

五月六日(土曜日)、食堂にて入所のご利用者様を対象に「おやつ喫茶」を催しました。今回は利用者の皆様と一緒に「柏餅」を作ってからお茶を楽しむことにしました。柏餅は、ホットプレートを使い薄皮には色付けにヨモギ粉を入れて焼き、丸めた餡を薄皮・柏の葉で包み出来上がり、利用者の皆様美味しく召し上がっておられました。外出することの少ないご利用者の皆様には、多少なりとも甘味喫茶の雰囲気味わってもらうことができたようで、楽しい催しとなりました。



## 梅雨時に発症しやすい「水虫」

六月に入り、じめじめした季節が近づきました。人にとっても、様々な病気を発症しやすい季節となり、そのなかで梅雨を代表とする病気のひとつが「水虫」。今回は「水虫」についてのお話です。

水虫は白癬菌(はくせんきん)という菌が足の皮膚に住み着くことで起こる病気です。白癬菌は人の皮膚の角質を食べて成長して繁殖するカビの一種です。

この「白癬菌」は、高温多湿の環境を非常に好むため、梅雨時から夏場にかけての高温多湿な時期に最も繁殖します。また、最近ではブーツやタイツを履く生活が習慣化され、冬場でも水虫になる女性も増えていきます。

水虫になると足がムズムズと痒くなり、皮がむけてしまうという症状を引き起こします。人によっては痒みだけでは治まらず、強い痛みや出血を伴う場合もあり、完治するのは非常に難しい病気です。一口に水虫と言っても、症状や発症する部位によって、以下のような種類に分けられます。

## 水虫の種類

### 趾間型(しかんがた)

足の指の間にできる水虫で、皮がふやけ、めくれたりします。とくに薬指と小指の間に多く、常に湿っぽく、ムズムズとした痒みがあります。

### 小水泡型(しょうすいほうがた)

足の裏や側面に小さな水泡(水ぶくれ)ができる水虫です。水虫以外の皮膚病と間違えられることも多く、趾間型と同時に発症するケースもあります。

### 角質増殖型(かくしつぞうしよくがた)

足の裏の皮が厚く固くなり、表面に白い粉がふいた状態になる場合もあります。水虫が慢性化したもので、かゆみを感じることが少ないです。

### 爪白癬(つめはくせん)

白癬菌が皮膚だけでなく、爪にまで影響を及ぼした水虫です。爪が濁った色になり、表面もボロボロに崩れてしまいます。市販薬は効かないため、医師の治療が必要です。

## 富山県「当地グルメ」

### 「ぶり大根」

「ぶり大根」は、ぶりの身やアラを大根と一緒に、しょう油、砂糖、だしなどを入れ煮つけた、ブりに脂がのった冬の料理です。平成19年には、郷土料理百選で富山県の郷土料理に選ばれています。今では家庭でも多く作られるので、料理番組でも「プロのように作る方法」などが放送されていますね。

富山県氷見漁港では、ブランド魚として「きとぎと寒ぶり」があります。ぶり大根の他、照り焼きも美味しいですね。また、なれずしの「かぶら寿し」も富山西部や、金沢などの北陸の冬の味覚ですね。

## 6月23日 昼食にご提供!



写真はイメージです。お出しするものとは異なりますのでご了承下さい。

## 冬布団から 夏布団に変わります

季節の流れは早く、汗ばむ季節となりました。冬布団から夏布団への入替を、下記の日程で行います。ご協力をお願いします。

3階居室 6月 7日(水)

2階居室 6月14日(水)



### 衣替えの季節です!

①今夏も冷房温度は、原則28℃に設定させて頂きます(但し、外気温によっては28℃以下に変更致します)。

②薄手の衣類との交換をお願いします。

③居室は限られた居住空間の中で、お互いに利用しておりますので、「ご使用にならない衣類」「クラブ作品」などは、この機会にお持ち帰り頂きますようお願いいたします。なお、衣類をお持ち頂く際には、必ずお名前をお書きください。

## 「介護保険負担限度額認定証」の更新

現在、「介護保険負担限度額認定証」の発行をされている方の有効期限は来月七月三十一日です。

① 昨年の所得額等により、住所地の市区町村から「介護保険負担額の更新手続き」の案内が郵送されましたら、お早めに手続きをお願いします。

② 新しい「介護保険負担限度額認定証」が届きましたら、必ず受付窓口にご提出ください。

## 「家族・ご面会者の皆様へ(お願い)」

これからの時期、食中毒が発生しやすい季節となります。当施設では、「利用者様の健康と衛生面」の管理のため、食べ物の持ち込みは「遠慮頂いております」。

止むを得ず、持ち込まれる場合には、必ず職員に「相談下さい」。

職員が知らないまま放置されますと管理できず、「食中毒発生」や「誤嚥・誤飲」による窒息の原因となります。

尚、同部屋内のご利用者様に飲食物をお渡しする事も「遠慮下さい」。

