

# わかくさニュース

令和7年11月14日発行 令和7年11月号 No. 74

横浜市金沢区泥亀2-12-1

TEL: 045-784-6900

社会福祉法人財團清生会支部神奈川県清生会

特別養護老人ホーム わかくさ

<https://saiseikai-wakakusa.jp/>



皆さまステキな表情をみせて下さいました！

## 笑顔の秋



## 「インフルエンザワクチン接種」がはじまりました



今年もインフルエンザが流行する季節がやってきました。インフルエンザは、例年11月上旬頃から発生し2月頃ピークを迎える4月上旬頃までに終息するそうです。ワクチンの効果はおおむね接種後2週間から5ヶ月間ほど。

インフルエンザウイルスは、咳・くしゃみによって気道分泌物の小粒子（飛沫）に含まれ周囲に飛散します。この小粒子（ウイルスではなく）の数は1回のくしゃみで約200万個、咳で約10万個といわれており、感染の多くは、飛沫感染、接触感染によると考えられています。

インフルエンザは流行性疾患であり、感染力が非常に強いことから、まずはウイルスを持ち込まないようにすることが感染防止の基本となります。予防の基本は以下が有効とされています。

- ① 日頃からの充分な休養とバランスのとれた栄養摂取
- ② 外出時の不織布マスクの着用
- ③ 外出から戻った際の手洗い
- ④ 流行前のワクチン接種

日頃から意識していきたいですね。



特養わかくさでは  
希望者に11月より  
インフルエンザワクチン接種  
を開始しています。

### ご当地メニュー 愛媛県



松山鮓（すし）・麦味噌汁  
せんざんき  
オレンジマーマレードゼリー

### 健康御膳～血液サラサラ御膳～



梅入りもち麦ご飯  
キャベツと生揚げの炒め物  
蒸し鶏ときのこのサラダ  
胡麻味噌汁  
ピーンズ入りフルーツマリネ



### ～職員紹介④～ やまゆりユニットリーダー

「2F やまゆりユニットリーダー 小松めぐみさん」をご紹介します。

- ① 血液型は？ ② 休日の過ごし方は？  
0型です。 家にいます
- ③ 趣味は？ ④ アルバイト経験は？  
洋裁です。 飲食店で主に厨房にいました。
- ⑤ やまゆりユニットで工夫しているところは？  
限られた職員でやっているので、コミュニケーションを取って会話が多くなるように心掛けています。
- ⑥ ユニット職員からみたリーダーは？
  - ♥ 仕事に対する姿勢はいつも熱心で一生懸命な人です。
  - ♥ 入居者を第一に考え行動している頼れるリーダーです。
  - ♥ 周囲に気を配り職員間での意見共有を大事にされています。
- ♥ ユニット内にたくさんの手作りの品が飾ってあります。  
探してくださいね ♥



わかくさの理念「ともに あなたしさの虹をえがく」～基本方針～

・良質なサービスを提供します ・向上心を持った職員が接します ・地域との連携を図ります ・笑顔が絶えない施設をつくります