

やまぐち便り 羅針盤

編集・発行 やまぐち便り編集委員会

〒376-0013 群馬県桐生市広沢町6丁目355番地

「春だけではありません 夏も秋も飛んでいます 花粉！！」

花粉症といえば、春のスギ花粉が有名ですが、実はさまざまな種類の花粉が一年中飛んでいます。眼のかゆみ、鼻のムズムズを感じたら、夏・秋の花粉症の可能性もあります。

春の花粉症の原因はスギ・ヒノキ等ですが、夏の花粉症はイネ科のカモガヤ・ハルガヤなど、秋の花粉症はキク科のブタクサ・ヨモギなどが原因となります。症状は、春の花粉症と同じように、目の痒み、くしゃみ、鼻水、皮膚の痒み、息さ、頭痛などです。

秋の花粉症の特徴は、ブタクサの花粉の大きさが、スギの花粉などに比べ小さいために、気道、気管に入りやすくなり、ノドがむず痒い、イガイガする、咳が多いなどの呼吸器系の症状が多い事です。



夏・秋の花粉症の対策は、スギやヒノキなどの樹木による春の花粉と異なり、原因の花粉が草なので、飛散距離が短く、数

十メートルとなりますので、近寄らない事が、一番の予防となります。マスク、メガネ、衣類について花粉を払う、洗濯物を外に干さない等の対策策も有効です。また、花が咲く前の除草も効果があります。花粉症の方は、春の花粉症と同様にお早目の治療開始を御検討ください。



当クリニックでは、ご要望、生活スタイルに合うようにお薬を御用意させていただきます。

例えば、

- ・眠くならない飲み薬
- ・漢方薬
- ・コンタクトレンズをつけたままさせる目薬
- ・液だれしない点鼻薬
- ・刺激の少ない点鼻薬
- ・お注射を御希望の方

など、ご要望をお聞かせください。

(医療部)

足白癬 水虫！

貴方の足は大丈夫？今すぐ足元をチェックしましょう。そもそも水虫は手足にカビの一種である白癬菌が住み着いた状態です。

◆代表的な症状

1. 趾間型…薬指と小指の間に最も出来やすく足指の間の皮膚が湿ってふやけたようになり、ジュクジュクする湿潤型と皮が薄くむけ赤くなったり、ひどい場合は皮膚に亀裂が入ったりする乾燥型に分けられます。湿潤型は赤みが強く細菌の二次感染により、足全体が腫れてしまうことも！
2. 小水疱型…指の付け根、足の裏、足のふちに小さな水ぶくれが出来ます。必ずしも痒みが出るわけではないので、小さな水疱があるなど思っていたら次第に痒みがひどくなり、いつのまにか赤く腫れあがってしまい、水ぶくれが破れると液が出て、次第にカサカサに乾き皮が剥けます。

●足の水虫のタイプと主な症状

爪白癬

爪に白癬菌が侵入し、黄白色に変色。先端が厚くなり、ポロポロと崩れたり、変形することがある。

趾間びらん型

足の指の間の皮膚が剥け、白く爛れたり、ヒビ割れを起こしたりする。

小水疱型

土踏まずや足の縁などに赤みを帯びた小さな水疱がいくつも発生する。また、その皮が剥けることもある。

角質増殖型

足の裏全体、特にかかとの角質が硬く、ゴワゴワになる。ヒビ割れを起こすことも。



3. 角質増殖型…痒みも目立った症状ありませんが、完治が難しく非常に注意が必要なタイプです。足の裏全体、特にかかとの角質層が厚く硬くなるのが特徴で、見た目は粉をふいたような状態になります。

●この湿度の高い時期こそ、気になったら早めに受診して下さい！

(看護部)

やまぐちハウス夏祭り

7月30日、やまぐちハウス彩では夏祭りを開催しました。準備の段階から入居者の皆さんもそれは楽しみにされていて、飾りつけなども手伝って下さいました。

当日は、ヨーヨー釣りに玉入れゲーム、輪投げにビンゴ大会と大変盛り上がり、お昼は焼きそばやたこ焼き、いなりずしや太巻きなどご用意し、皆さん一緒に美味しくいただきました。



天沼子供八木節愛好会の皆様による『子供八木節』

ご家族の方もいらしてとても賑やかに過ごせました。そして午後は、二時より天沼子供八木節愛好会様による『子供八木節』の披露が行われ、今年は職員も入居者様も手踊りで参加しました。あとでビデオを皆さんで見ながら再び楽しめました！



子供たちの演技に見入る入居者の方々の様子

来年もまた皆さんと一緒に夏祭りを楽しめますように？

☆ご期待ください☆

(やまぐちハウス彩)

夏の風物詩“花火”

今年も各所で花火大会がおこなわれていますが皆さんご覧になりましたか？

打ち上げ花火には大きく分けると4つの種類があるようです。「打ち上げ玉」には花のように開く「割物」と、星や小さな玉を打ち出す「ポカ物」、「型物」、「仕掛け花火」といった種類があります。



「型物」は花火で図形や文字などを描き出すハートマークスマイルマーク、最近ではアニメのキャラクターもあります。一般的な丸い打ち上げ花火は「割物」です。

花火の掛け声「たーまやー」「かーぎやー」は有名な掛け声です。「玉屋」「鍵屋」というのは実在した江戸の花火屋さんで、当時、大川(現在の隅田川)の橋を挟んで上流と下流に分かれて互いに花火の技を競っていたそうです。

——これから開催される花火大会——

9月10日 伊勢崎花火大会
伊勢崎オートレース場付近

※詳細は開催者にご確認ください。

◎わたらせ・みどり健診は10月31日までです。最終月の10月は大変混雑が予想されますので早めの受診をお勧めいたします。
(受付事務)

やまぐちハウス彩運営懇談会

去る7月9日に、やまぐちハウス彩の第1回運営懇談会を開催いたしました。

この運営懇談会は、ホームの健全な運営と入居者の快適で心身ともに充実した生活を実現するために必要な事項について、施設側と入居者またはその身元引受人との間で意見を交換する場です。

懇談会の当日は6名の入居者様のご家族を迎え、職員紹介、運営状況、入居状況、職員体制などの基本的な事柄はもとより、ご入居者様への日々の取り組みについて医療部門・介護部門の各責任者から説明をさせて頂きました。特にホーム長からは、入居者様の精神面の支えとして会話の時間を大切にする事、個々の生活ペースに合わせた個別対応についての様子をご紹介させて頂きました。



質疑応答では、参加のご家族様より活発なご意見を頂き、非常に有意義な時間を過ごすことができました。今後も定期的に懇談会の開催を予定しております。やまぐちハウス彩は走り始めたばかりの住宅型有料老人ホームですが、快適で安心なホームとして皆様に信頼を頂けますように、日々の業務に当たっております。

(総務部)

ちょっと一息入れて 絵本に触れてみませんか？

大人になってから絵本を開いたことありますか？絵本は子どものために書かれたものですが、子ども「だけ」のものではありません。感性をとりもどせる絵本の豊かな世界は大人にも「効く」のです。

第3回「世界でいちばん貧しい大統領のスピーチ」
くさばよしみ(著者)中川学(絵)

2012年、ブラジルのリオデジャネイロで行われた国際会議でのムヒカ大統領(ウルグアイ)のスピーチを抄訳したものです。大統領というと豪華な公邸に住み、贅沢な暮らしをしているイメージですが、ムヒカ元大統領は町はずれの農場で愛犬と妻と共に暮らし、国民からは「ペペ」と呼ばれ愛されていました。人類が幸福であることとは…。 (やまぐちライフプラン彩-iRodori-)



《やまぐちライフプラン彩》では介護に関するご相談をお受けしております。介護保険のことや施設案内など、どんなことでもお気軽にご相談ください。