

陽翠の里だより

2・3月号



日頃より陽翠の里をご利用いただき、多大なご支援を賜りまして役職員一同感謝しております。開設以来19年目を迎えることとなり、これまで同様地域福祉施設として頑張っていきたいと思っております。

事務長 梁喜代一 本年は1月早々にインフルエンザの流行で、当施設におきましてもご利用者様に多大なご迷惑をおかけし申し訳なく思っております。施設におきましては感染対応にご利用者様の協力や職員の対応に万全を期し終息を致しました。これからも施設におきましては十分注意をし、運営を行ってまいります。陽翠の里においても高齢化が進んでおりますが、利用者の皆様が、豊かに穏やかに過ごせるように施設づくりを行ってまいりますので、これまで同様に皆様方のお力添えをお願いいたします。

私事ではありますが、当施設にて8年間働かせていただき、この度退職することとなりました。この間、利用者様やご家族様には多大なご協力ご支援をいただきましたことを、この欄を利用させていただきます感謝いたします。どうも有難うございました。



2月14日はバレンタインデー

この日のおやつは、「チョコレートムース」栄養士さん手作りです♡

うまーい!

お父さん! 次は3月14日ですよ。

世代間交流の輪

北陸先端大学院大学の研究の一環として、市内宮竹小学校4年生と陽翠の里の利用者が、定期的に世代を超えた交流に取り組んでいます。今回の交流会では、子ども達は獅子舞を披露してくれ、またお年寄りと一緒に楽しもうと、紙芝居やかかるたやめり絵などを準備して訪問してくれました。約1時間、施設には元気な声が響きました。



1 電気器具類の使用について

だんだん暖かくなり、使用していた電気類（電気毛布・電気こたつなど）がいらなくなる日も間近ですね。使用を中止される際には、職員に申し伝えてください。事務所にも連絡をお願いいたします。



2

衣類の名前の確認をお願いします!

最近、持ち主がわからなくなってしまうというトラブルが発生しています。名前が薄くなって読めなかったり、無記入になっている衣類はございませんか? 再度ご確認していただき、名前の記入にご協力をお願いいたします。



健康情報



最近 TV や新聞等で話題に挙がっている「PM2.5」皆さんも一度は見聞きされていませんか? 今回は、その正体や健康への影響等について少し知識を深められたら、と思います。(県、環境省 HP 等より)



①「PM2.5」とは何ですか?

大気中に浮遊する微小粒子状物質の内、粒径約 2.5 マイクロメートル(0.0025mm(髪の毛の太さの 1/30 程度))以下の非常に小さな粒子のことです。

物の燃焼などによって直接排出されるもの、工場や自動車等の排ガス中のスス、大気汚染物質が化学変化して生じる人為的に発生する粒子と、土壌、火山、海塩などの自然に発生する粒子があります。

②発生する原因は何ですか?



③どんな健康被害が予想されますか?

粒子が小さいので、肺の奥深くまで入りやすく、呼吸器系や循環器系への影響が懸念されています。

④国や県での対策は?

大気汚染防止法に基づいて、全国 500 か所以上で常時大気中の濃度が監視されています。石川県内では、金沢市・七尾市・野々市市・白山市・小松市で1時間毎に測定してホームページで数値が公表されています。濃度が高くなった場合は、外出を控える等注意喚起されることがあります。



⑤健康を維持するのに望ましいとされる基準値の目安はありますか? 注意する方法はありますか?



基準値は1日平均で35マイクログラム/m³以下かつ1年平均で15マイクログラム/m³以下とされています。その2倍を超えると予測される時には注意が必要です。外出時に高性能マスクやメガネ・サングラスをしたり、外出や屋外での長時間の激しい運動や部屋の換気を控えるようにする、帰宅したらうがいや手や顔を洗って汚れを洗い流す、空気清浄機(性能はメーカーに確認した方良いでしょう)を使用することも1つです。また、環境省や各自治体から最新かつ的確な情報収集することも大切です。