

# 夢コープニュース

10

〒420-0851 静岡県葵区黒金町 12-5 丸伸ビル 6F  
 TEL (054) 275-1100 / FAX (054) 275-1133  
 MAIL honbu@yumecoop.jp / URL http://www.yumecoop.jp/

8月末からの台風10号の影響で、静岡県にも雨が続き、大きな影響が出ました。私の自宅周辺では、水の被害はなかったのですが、雷による停電が発生しました。最近では、送電システムが進化したためか、停電になってもすぐ復旧することが多く、1時間半程度の停電がとて長く感じました。こういう時こそと思い、災害時用のリュックに入れて準備してあった緊急用のラジオ兼ライトを取り出して使ってみました。

ラジオやライトに乾電池を入れたままにしておくと電池の液漏れで使用できなくなるということはわかっていましたので、きちんと別々にしていました。ところが、電池は包装してあるにも関わらず触ると湿っています。家にあった新しい電池をラジオに入れてスイッチを入れましたが、ラジオからは微妙な雑音しか出ません。ライトは点くのですが暗くて使い物

になりません。考えてみると、購入してから10年以上経過していてそれまで一度もお試ししたこともなくリュック内にあることで安心していたことに気づき、自分の意識の甘さを実感することになりました。

これを機会に災害用に準備しているものを再度点検し、必要なものは買い足しました。まだ、必要なものはあるのですが、リュックに入る量にも限界があります。何を優先させるのかをもう一度考える必要がありそうです。皆さんは、定期的に見直しをしていることと思いますが、もし私と同じようにあることで安心していらっしゃる方がいたら、使用できるかぜひ点検してください。せつかくの準備が無駄にならないように。

理事長 杉井 初世



## 新シリーズ

### 介護の現場でよく使う用語 ⑤

#### － 何となくではなく正しく理解しましょう －

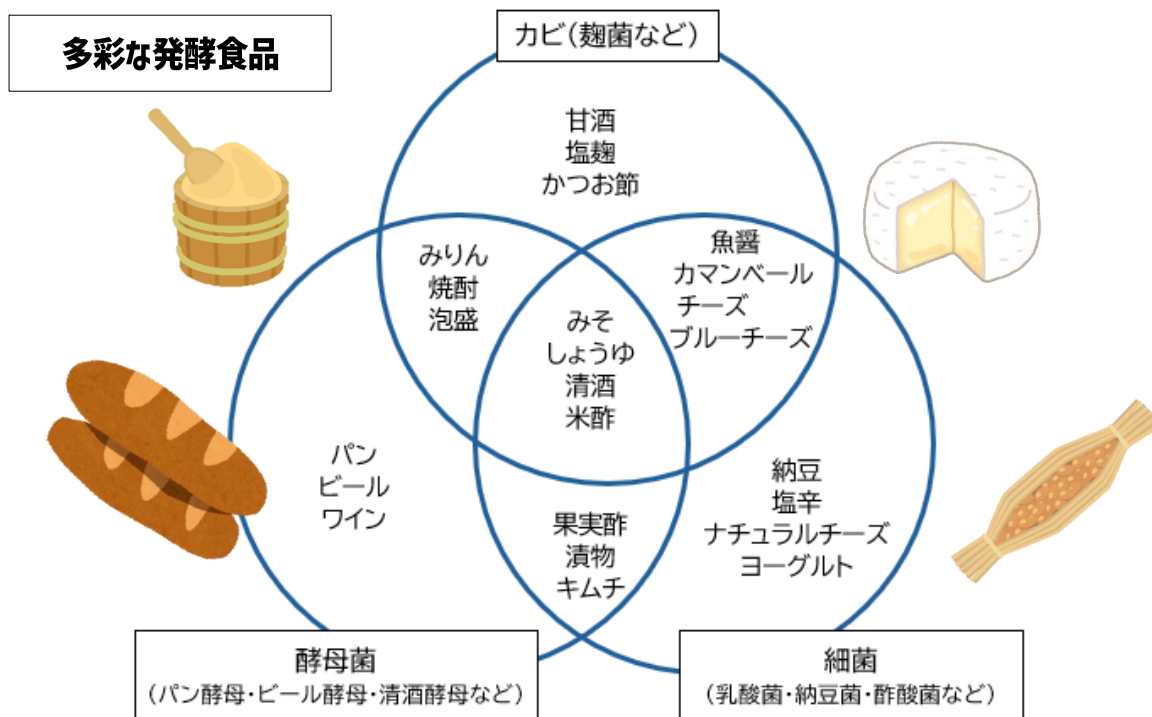
**歩行器**：歩行を補助するための用具。肘掛け付きで上半身の重さを支えられるものは、下肢の負担を減らす役割があり、安定性が高いが、キャスター付きなので前に進みやすい。4点歩行器は、安定性は高いが、腕（上肢）で支える力（支持性）が必要になる。どちらも屋外には適応しない。

**手引き歩行**：利用者の正面に向き合って立ち、介助者は後ろ歩きで利用者の両腕を取って行う歩行介助。利用者を支えやすく表情なども確認しやすいメリットがある反面、介助者が後ろ向きのため注意が特に必要、正面に立つため利用者が前方を確認しにくいといったデメリットがある。申し送りや説明の時は、手を持ったのか肘を持ったのかを明記しておくといよい。

# カビなど発酵にかかわるたくさんの微生物



発酵にかかわる微生物には、麹菌のようなカビのほかに、酵母菌（清酒酵母、ビール酵母、パン酵母）、細菌（乳酸菌、酢酸菌、納豆菌）など大きく3種類の菌があります。これらの菌の作用により、日本では、世界に類を見ないさまざまな発酵食品が生まれました。



**甘酒は飲む点滴**と呼ばれています。理由は、ブドウ糖やアミノ酸、ビタミンなど体に必要な成分が豊富に含まれているからです。夏バテにも効果があると言われ、江戸時代には、甘酒は夏の飲みものだったと言われています。

## 【米麴だけでつくる甘酒の作り方】

米麴だけでつくる甘酒は「はや作り」と呼ばれ麴本来の風味や香り、甘みを味わえるのが魅力です。

### <材料>

- ・米麴（生麴または乾燥麴） 300g
- ・お湯（60℃） 300ml

### <作り方>

- ① 米麴に55～60℃のお湯を入れてしっかり混ぜる。
- ② 約6時間保温する。ヨーグルトメーカーなどの保温器があると便利。  
炊飯器の保温モードを利用する場合は、温度計で測りながらフタの開け具合で調整する。
- ③ 容器をよくかき混ぜる。お好みで2～3倍にうすめる。



## くらしに役立つカビ

高温多湿の日本はカビの天国です。浴室・エアコン・衣類・食品にもカビが生えやすくなります。しかし、カビの中には人との暮らしに役立つものもあります。

### カビとは…

カビというのは俗称で、微生物の世界では「真菌類」に分類されます。キノコや酵母は同じ仲間です。

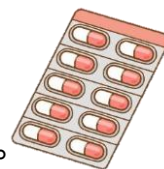
カビは菌糸と胞子でできており、風や水、人によって運ばれ増殖します。高温と多湿を好むものが多く、25℃以上で急激に生育します。『カビ』は住まいの一部や衣類、食品を駄目にし、種類によっては病気やアレルギー疾患の原因にもなります。一方で、カビの中には毒を作らずヒトのために役立つものもあります。

### 「薬」として人類を救った代表例

**ペニシリン**：1928年イギリスのアレキサンダー・フレミングがアオカビから史上初めての抗生物質を発見した。



**スタチン**：1970年代に遠藤章がアオカビがつくり出すスタチンという物質が体内でコレステロールが合成されるのを抑え、血液中のコレステロール値を大きく下げたことを発見した。



### 地球の清掃・環境保護に貢献

土壌微生物の7割はカビとその仲間の真菌類で占められており、山林では堆積した落ち葉や倒木、動物のふん、死がいなどをカビが分解、リサイクルしてくれている。



事業所  
リレー  
つうしん



this month  
10月

しだ事業所



『交流会  
納涼したマルシェ!  
8月28日』

活動表の提出日に合わせて開催しました。台風が縦断するため開催が危うかったのですが、ゆっくりした迷走台風だったために予定通り開催することができました。

社会福祉法人ハルモニアのお菓子の詰め合わせとお茶のお土産、かき氷やフランクフルト、ヘルパーさんが提供してくれた黒はんぺんと手作りの漬物などを用意。皆で持ち寄った品物でバザーも行いました。台風の影響で雨が時々強く降り、少し気温も下がったのでかき氷の人気はいまいちでした。

バザー品の品定めをしたり、お菓子を食べたりしながら、普段話ができなかったヘルパーさん同士で会話も弾み、夏休みの子供さんも来てくれてにぎやかに交流することができました。



定例理事会 9月24日(火)

- ① 時間給改定
- ② キャリアパス基準（事務員）改定
- ③ 異動に関する承認事項

8月度活動結果報告

夢コープ職員数 295名	実働数 285名
事業	活動時間数
くらしの助け合い	1,667.00時間
介護保険 訪問系サービス	4,651.50時間
障害福祉サービス	1,582.25時間

居宅介護支援	要介護	総合支援
	428名	193名

施設名	開所日	当月利用者数	利用者数/1日
どうその家	27日	17名	6.84名
夢コープふじ	27日	13名	6.33名
夢コープいた	18日	31名	6.44名

交通安全スローガン

自転車も 人も車も 譲り合い

清水港に豪華客船

清水港は**日本三大美港**（神戸港、長崎港、清水港）の一つです。2024年4月から10月末までに約60隻の豪華客船が寄港しています。着岸後、乗客は県内各地へバスや電車などで、観光などに続々と出かけています。港に待機しているボランティアの方が富士宮浅間神社、富士宮焼きそばも紹介しているのを見かけました。清水駅からエスパルスドリームプラザ行きの無料バスも走っています。機会があったら是非清水港で、幸せな非日常を味わってみませんか。

入港予定		出港予定		船名	トン数	前港	次港
10/14	月 10:00	10/14	月 19:00	クアンタム・オブ・ザ・シーズ	168,666	秋田	横浜
10/26	土 10:00	10/26	土 19:00	ノールダム	82,897	大阪	東京

上記の客船は清水港に初寄港の為、式典が予定されています。



令和6年  
入港予定

