



## 音楽療法 ミュージックセラピー



みなさんの施設において、レクリエーションの時間はいかがお過ごしでしょうか。今回は、レクリエーションの一つにと、音楽療法（ミュージックセラピー）をご紹介します。

音楽療法は、認知症のお年寄りには効果の高い療法として評価されています。多くの施設で行われていますが、だいたいは、みなさんと一緒に合唱をしたり、簡単な楽器を使って合奏することが行われています。

もちろん、音楽療法士が指導されている場合もあります。

楽器演奏は、音による耳からの刺激、楽器を持ったときに手から伝わる刺激、タンバリンや太鼓などをたたく時に全身が感じる空気の振動など、五感を通して心身に良い影響を与えます。即興演奏は右脳を活発にする効果があります。

また、歌を歌うことは、誰にでも簡単にできて、情緒面に良い働きかけをします。軽度の認知症の人には、初めての歌を歌うことはよい刺激になります。

一方、昔から知っている歌を歌う場合は、記憶を呼び起こす効果が期待できます。外部からの刺激に反応しなくなっていたお年寄りが、ご自分の懐かしい歌に反応を示すということも、音楽療法士の経験で多々あります。

腹筋を使って歌えば、代謝が活発になり、筋力エネルギーもふえ、呼吸を促進したり、血流量・心拍数・血圧などへの効果も期待できます。

ある施設で、週3回歌を歌ったり、音楽に合わせて太鼓などをたたく音楽療法を行ったところ、睡眠障害の改善もみられ、徘徊が減ったという報告もあります。



ただし、音楽の刺激があまりに強いとお年寄りをかえって疲労させてしまうことになり、無理をせず、長時間にならないように注意しましょう。また、効果は個々それぞれですので、ご了承ください。

## コムテック営業カレンダー(平成25年12月～平成26年2月)

12月							1月							2月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
1 休	2	3	4	5	6	7 休				1 休	2 休	3 休	4							1 休
8 休	9	10	11	12	13	14 休	5 休	6	7	8	9	10	11 休	2 休	3	4	5	6	7	8 休
15 休	16	17	18	19	20	21 休	12 休	13 休	14	15	16	17	18 休	9 休	10	11 休	12	13	14	15 休
22 休	23 休	24	25	26	27	28	19 休	20	21	22	23	24	25 休	16 休	17	18	19	20	21	22 休
29 休	30 休	31 休					26 休	27	28	29	30	31		23 休	24	25	26	27	28	

※12/28は午前中のみ営業しております。

※次号は3月発行予定です。尚、この通信は 12/1 ~ 12/10 迄のご注文商品に同梱させて頂いております。

# 流行する急性胃腸炎・・・

急性胃腸炎の多くは感染によるもので、大きく分けて「細菌」によるものと、「ウイルス」によるものがあります。細菌性は主に夏に流行し、これからの冬の時期にはウイルス性（ノロウイルス等）が流行します。この急性胃腸炎、かかると激しい下痢や嘔吐を繰り返し、食欲不振や脱水症状などの症状が出ます。体力を消耗しますので、高齢者がかかると死にいたるケースも多いです。高齢者施設などでは集団発生することがありますので、流行を最小限にするために、正しい予防と対処が必要となります。

## 予防と対処

- ・帰宅後や調理・食事前、トイレ使用後には必ず流水で石鹸を使って手洗いをしましょう。
  - ・食品（生もの）は十分に加熱します。
  - ・人がよく触るような場所（ドアノブ・トイレのレバーなど）も消毒しましょう。
  - ・便や嘔吐物が乾燥したものが空気中に舞い上がり、そこから感染するケースもあります。便や嘔吐物などを処理する時は、使い捨て手袋、マスク、エプロンを着用し、嘔吐物は次亜塩素酸ナトリウムを浸したペーパータオルで拭き取るようにします。
- ※嘔吐物等の処理にはアルボース「汚物処理セット」（下記参照）が便利です。



## もし感染したら・・・

下痢や嘔吐を繰り返しますので脱水症状になります。熱中症の為の飲料が有効ですが、スポーツドリンクよりも経口補水液が効果的です。食欲が戻るまでは経口補水液（大塚製薬 OS-1 など）で水分補給し、食べられるようになったら消化の良いものを食べるようにします。

※下痢止めや吐き気止めはウイルスを体内に留めてしまう為、逆効果です。

なお、高齢者や幼児の場合、自覚症状が出にくいこともありますので、全身倦怠感の訴えやぐったりした時などは、早目に医療機関を受診しましょう。



OS-1（オーエスワン）は、電解質と糖質の配合バランスを考慮した経口補水液です。

嘔吐物、汚物等の感染対策に・・・

## アルボース 汚物処理セット

感染リスクのある嘔吐物などをすばやく簡単に、安全に処理することができます。作業時はマニュアルの処理方法にそって行ってください。

- 特長1. 回収ヘラ2枚により、直接手に触れるリスクを少なくしています。
- 特長2. 大判の高吸収シートを採用し、確実に汚物を包み回収できます。
- 特長3. 靴カバーにより、靴による汚染の拡散を防止します。

\*セット内容・・・使い捨てマスク1枚、使い捨てエプロン1枚、使い捨て手袋2双、使い捨て靴カバー1足、ポリ袋2枚、高吸収シート10組（1組4枚重ね）、回収ヘラ（紙製）2枚、汚物処理マニュアル1枚

※汚物処理にはこの他に次亜塩素酸ナトリウムも必要です。詳しくはコチラ(073-444-4139)までお問い合わせ下さい。



## ～紀の国わかやま国体・紀の国わかやま大会プチ情報～

### ご当地きいちゃん登場！

国体マスコットキャラクター「きいちゃん」。その可愛いキャラが地元で愛され、この度ついに、和歌山県全域のご当地きいちゃんが登場しました。様々なグッズも登場し、和歌山県のあらゆるところできいちゃんが活躍しています。コムテックでは今年、冬の制服が新しくなりました。新しいジャケットは、きいちゃんの刺繍入りとなっております♪



有田市（有田みかん）

すさみ町（ケンケン鯉）

株式会社コムテックは、紀の国わかやま国体・紀の国わかやま大会のオフィシャルサプライヤーです。