

O & K VOICE

株式会社オーアンドケー社内報Vol.94

2022年4月号



撮影者: 倉知

撮影場所: 知多半島の常滑市にある廻船問屋瀧田家は、江戸時代から明治時代にかけて廻船業を営んでいた瀧田家の住宅です。

パンフォーカス: 近景から遠景までピントが合った写真

带状疱疹予防ワクチン～主任 村瀬～



日々の業務にご協力いただき感謝申し上げます。

皆さんの中で带状疱疹にかかったことのある人いらっしゃいますか？
このコロナ禍で患者さんが増えているそうです。

带状疱疹は、多くの人が子供のときに感染する水ぼうそうのウイルスが原因で起こるそうです。水ぼうそうが治った後も、ウイルスは神経節に潜伏していて、過労やストレスなどで免疫力が低下するとウイルスが再び暴れだして带状疱疹として発症します。

ちなみに、日本人成人の90%以上は「水痘・带状疱疹ウイルス」が体内に潜伏していて、**80歳までに約3人に1人**が带状疱疹を発症するといわれています。
日本人成人の90%がこのウイルスを持っているそうです、他人事ではないですね。

発症すると、皮膚の症状だけでなく、神経にも炎症を起こし、強い痛みが現れます。神経の損傷がひどいと、皮膚の症状が治った後も、痛みが続くことがあります。目や耳に症状がでたり、顔面神経麻痺などの重い後遺症が残ることもあるといえます。

☆带状疱疹になりやすい人

- *50歳過ぎた人
- *疲労のある人
- *ストレスのある人
- *免疫力が低下した人



带状疱疹にならないためには、食事のバランスに気をつける、睡眠をきちんととるなど日頃から体調管理を心がけることが大切だそうです。

带状疱疹は水ぼうそうにかかったことのある人には带状疱疹として感染することはありませんが、乳幼児など水ぼうそうにかかったことのない人に感染すると水ぼうそうとして発症します。周りに乳幼児のいらっしゃる方は気を付けないといけません。

50歳以上の方は、ワクチン接種で予防することができます。
带状疱疹ワクチンには、不活化ワクチンと生ワクチンがあります。

- ・不活化ワクチン シングリックス 2回接種
- ・生ワクチン ビゲン 1回接種

名古屋市などは**予防接種の費用助成**をしています

私も先日シングリックスを2回接種してきました

発熱・頭痛などの副反応がありましたが、発症して後遺症が残ることを思えば耐えられます。

今は、コロナワクチン接種もありますが2週間の間隔を開ければ大丈夫とのことでした。

対象となる方は一度 带状疱疹ワクチンの接種を考えてみたらいかがですか。

	水痘ワクチン(ビゲン)	带状疱疹ワクチン (シングリックス)
種類	弱毒化生ワクチン	不活化ワクチン
接種回数	1回	2回(2ヶ月後に2回目)
方法	皮下注射	筋肉内注射
予防効果	50～60%	90%以上
持続期間	5年程度	9年以上
副反応	接種部の痛み・腫れ	接種部の痛み・腫れ・発熱・頭痛
料金	自費8,800円	自費22,000円×2回
名古屋市助成利用	自己負担金 4,200円	自己負担金 10,800円×2回

蛇口やシンクの水垢とり ～常務 弓削～



洗面台の蛇口やキッチンシンクなどに水滴がついたまま蒸発すると、水道水に含まれる成分（マグネシウムや炭酸カルシウム）が残ってしまいます。

はじめは「何か丸い跡があるな～」と感じる程度ですが、放置してしまうと白く頑固な水垢になってしまいます。防ぐにはこまめに水分をふき取ればいいのですが、忙しい家事の合間にそこまで気を遣ってられないと思います。しかし頑固な水垢になってしまった場合、除去するのはかなり大変な作業になってしまうのです。

当社のような清掃会社がこのような水垢を落とす作業を行う場合、除去する方法は【分解して除去・磨いて除去】のどちらか、もしくは両方を選択します。

この作業を家庭にあるもの、簡単に手に入るもので綺麗にできたら嬉しいですね。

※汚れの状態がわからないので完璧に除去できるかは分かりません。綺麗になったらラッキー程度で試してみてください。どうしてもできない時はオーアンドケー現場担当者へ連絡ください。

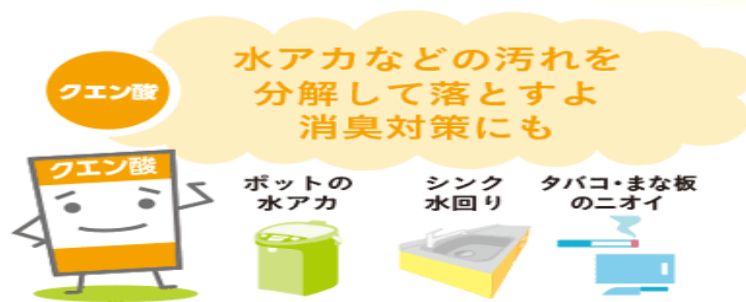
【分解する場合】

水垢はアルカリ性なので、酸性で分解できます。

家庭にあるものでは「お酢」「クエン酸」などがあります。クエン酸を水で溶かしてクエン酸水をつかって吹きかけたり、匂いが気になりますがお酢を直接かけて反応させます。

反応するのに時間がかかるので、すぐに擦っても取れません。キッチンペーパーなどで湿布をしておくとう率がいいです。

酸性の濃度が高いものは、金属を腐食させる可能性があるのでお勧めできません。10分程度時間をおいてから擦ってみてください。



【磨く場合】

・水をたくさん含ませたメラミンスポンジ(100均で売ってます)でこする。※水分が足りないと擦り傷がつく可能性がある所以水はたくさん使用して下さい。

・お酢やクエン酸水を塗ってサランラップを丸めたものでこする。



洗面台は帰宅してすぐの手洗いやトイレの後に使用する場所ですし、キッチンでは食べ物を扱う場所です。場所の特性として、汚れや雑菌も多く付着しやすい場所です。

今回取り上げた水垢に限らず、洗面台周辺が綺麗に保たれているかどうか、ということは大切なポイントだと思います。

もし洗面台周辺の汚れが気になっている方がいらっしゃったら、この記事を参考に清掃をしてみてください。

社長の独り言 ～新日本の棚田百選から～



農林水産省は、景観維持などで優れた取り組みを行う令和版「棚田百選」を選定！
「棚田」とは、山の斜面などに階段状に作られた水田のことで平地より維持・管理が大変な一方、昼夜の温度差が大きくて稲がゆっくり熟するため、上質米ができるとされているようです。山からの水を蓄えて洪水を防ぐ役割や、「日本の原風景」と呼ばれる景観の美しさなど、多面的な機能も持ち、国は2019年に棚田地域振興法を施行し棚田周辺の地域振興を後押ししています。

従来の「日本の棚田百選」(134か所)は1999年7月の決定から20年以上が経過し、荒廃が進んでいる地域もあるため、新たな枠組みで優良な棚田を選出。
棚田地域の活性化や保全を促進し有識者や関係府省庁担当者により「つなぐ棚田遺産～ふるさとの誇りを未来へ～」と名称。
新たに271か所を選定「新百選」を発表しました。
前回に続いての選出は、約35%の94か所となったようです。

“日本が誇る美しい絶景、人生で一度は見たい「棚田」3選”

1位 丸山千枚田(三重県熊野市)幾重にも重なる水田が日本一の棚田と

2位 土谷(どや)棚田(長崎県松浦市)玄界灘に沈む夕日が美しいと

3位 浜野裏の棚田(佐賀県玄海町)日本海に面した景観と

愛知県で有名な棚田は、『四谷千枚田』(新城市四谷230)で、唯一訪れた場所です。

鞍掛山の斜面に広がる山間集落に、約400年前に開墾された美しい棚田が広がり標高220～420mにかけて連なる石積みの棚田では、今でも20戸の農家が約420枚(最盛期には1296枚)の田を耕作し、血と汗の辛苦をかけて先人たちが残した偉大な財産を風化させることなく、地域の人々が主体となり使命感をもって守り続けています。

山の中腹からこんこんと湧き出る澄んだ水は、大雨が降っても濁ることがありません。

水と緑にあふれた棚田は様々な動植物の住処にもなり、まるでおとぎ話のワンシーンのように、人と自然が共生する日本の原風景が脈々と息づいています。

風景の中に案山子が溶け込んでいることで有名です。



← 案山子 ↑

別冊 O&K VOICE 2022年4月号

正社員登用されました ～八事病院 小林～



初めまして。2022年1月11日に正社員登用されました、小林幸子と申します。
医療法人資生会八事病院にてパートとして入社し、半年後に契約社員として登用され、
現場監督として常勤作業をしています。

おや？と思われた方、そうなんです。どの世代の方も知っている演歌歌手と同じ名前なんです。
同姓同名なので初めての方でも名前をすぐ覚えてもらえます。

さて話は変わりますが、八事病院についてお話したいと思います。
月日が流れるのは早く立ち上げより4年が過ぎ5年目に突入です。
八事病院は主に精神科・アルコール依存症・認知症の患者さんをケアしている病院です。
病院清掃は様々なことを教えてくれる仕事だと思います。
ただ綺麗に清掃するだけでなく精神病院であるが故の言動が求められます。
最初はこれくらいいいだろうと自己判断の言動がすぐクレームに繋がる日々でした。
看護師さん、ヘルパーさんの目も常に厳しかったですし、試行錯誤の毎日でした。
そのため小さな事でも必ず報告相談することをしています。

病棟により決まり事や特徴も異なります。清掃チェック表を毎日記入。
基本作業は1人で入りますがパートさん同士で情報を共有することにより次の人にバトンをつなぐことが出来る。
些細な事でも情報をしっかり知って作業に入るのとそうでないのでは全く違います。
トラブル回避もできますし気持ち的にも余裕ができます。

実際にどのような行動をするか以下の事を理解しながら作業をお願いしています。

①患者さんに対しては一定の距離感を保つ。余計なことを言わない

医療と看護が清掃作業より優先であることを心得ておく。
患者さんのケアをする立場ではないのでアドバイスはしない。
言葉使いには細心の注意を払う。

②作業に優先順位をつける

おおまかなタイムスケジュールは決まっていますが、
優先順位をつけることで時間を有効に使うことが
出来ますし突然の依頼にも準備することが出来ます。



現在はパートさん同士で共に考え、思いを伝え合い、対応できるように考える力を発揮できれば
助け合いの行動もできてきています。
そしてパートさんと共に歩んできた経験が実績となり現在の形であるチームとなっています。
私はこのチームが大好きですし付随する施設で作業している方も含めみんなの事を誇りに思います。

日々うるさく小姑のように言ってますが付いて来てくれる皆さんに感謝しています。
今後もこのチームワークで共に笑顔のある明るい職場を目指していきたいと思っています。

最後に話は変わりますが、私は猫が大好きで15歳になる雄猫を飼っています。
八事病院のパートさんにも猫を飼っている方がいるので猫情報なる
「猫あるある」で朝から盛り上がっています。
NHKのEテレ、毎週月曜～金曜0655は、1日のはじまりをつくる5分番組。
「日めくりアニメ」「おはようソング」などの楽しいコーナーで、あなたを送り出します。
5分間の番組に本日の占いではないですが猫が出てきます。
朝からほっこりしますよ。興味のある方はぜひ見てみてください。





～パートスタッフ募集 変更について～



3月から紹介制度が変更になります。

紹介していただいた方・紹介された方が6ヶ月以上働いた場合

双方に10000円分の商品券をプレゼントいたします。

これまで何度か期間限定の紹介キャンペーンを実施してきましたが
この3月からは紹介料を増額して双方に10000円プレゼントになります。



ぜひ皆さんからのご家族・お知り合いの方などご紹介をお待ちしております。

ご応募・ご紹介は、管理本部(0120-34-2887)小木曾まで連絡ください。

～災害備蓄用 国産小麦使用コップパンプレゼント～

～大規模な災害に備えて“家庭備蓄”を実践しよう～

いつ、どこで発生するか分からない災害に備えるには、日頃の準備が大切です。

被害の規模や状況によっては、水道、電気、ガスなどのライフラインの停止、物流の混乱、避難所の不足などが予想されます。

そこで重要なのが“家庭備蓄”。

農林水産省は2014年に「緊急時に備えた家庭用食料品備蓄ガイド」を策定し、その中で、ふだん使いの食料品を多めに買い置きし、使ったらその分を買い足す備蓄術を勧めています。

最低でも3日分、できれば1週間分の食料品と水、

カセットコンロなどを用意しておきます。

なお、災害が発生した当日1日分の備えとして、調理せずに食べられる食料品(缶詰、アルファ化米、栄養補助食品など)を確保することが重要です。

そこでいつも頑張ってくださっている皆さんに災害備蓄

用しっとり食感のソフトパン6本セットを5名様に

プレゼントさせていただきます。

ご希望の方は、**管理本部までお電話でご応募**ください。

当選された方には電話で通知後、

郵送にて送らせていただきます。

※応募いただける方は在職者に限ります。

※応募が多数の場合は、厳正な抽選を行います。

応募受付

3月25日(金)～4月4日(月)

☎0120-342887





5年保存



国産小麦使用の コップパン

**すぐ
食べられる**

**乳・卵
不使用**

**1個当たり
264kcal**

火や水を使わないため開封後すぐに食べられます。

原材料に乳・卵を使用していないためアレルギーをお持ちの方でも食べられます。

茶碗1杯分以上のカロリーを手軽に摂ることができます。

商品規格		栄養成分表示(100g) 当たり	
品名	国産小麦使用のコップパン プレーン	エネルギー	264kcal
賞味期間	製造日から5年	タンパク質	12.3g
内容量	1個 (100g)	脂質	4.0g
JANコード	4580576 650046	炭水化物	44.7g
希望小売価格	オープン	食塩相当量	0.4g

エスエスフード株式会社
 〒444-2135 愛知県蒲郡市大井5丁目19番地1
 江戸島ファーム/〒305-2202 千葉県富津市上野中里235-527
 TEL 0564-47-8728 FAX 0564-22-8173

©日本食品機能分析機能研究所
分析値