



鈴木ヘルスケアサービス新聞

編集・発行・印刷 鈴木ヘルスケアサービス株式会社
彦根市後三条町350-3 【TEL】0749-24-0656 【FAX】0749-24-0408
【公式HP】 <https://suzukihealthcare.co.jp/> 【E-mail】 info@suzukihealthcare.co.jp
【Facebook】 <http://www.facebook.com/suzukihealthcare>

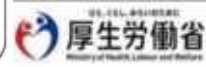
236号

2023年3月号

皆さまこんにちは、暖かい日と寒い日が繰り返されています。三寒四温というのでしょうか。これから暖かくなっていくのが本当に待ち遠しいですね。

さて、令和5年3月13日からマスクの着用は個人判断が基本となりますが、高齢者施設や重症化リスクの高い方にはマスクの着用が効果的であり、マスクの着用を厚生労働省も奨励しています。

引き続き、マスクの着用をお願いします。



ホームページ
QRコード

鈴木ヘルスケアサービス社長ブログ

社長の日々のブログです 【<https://ameblo.jp/suzukihealthcare>】

グループホーム鈴の家日和

節分行事

鈴の家、最大のイベントと言っても過言ではない…「節分の日」がやってきました。

お昼ご飯には豪華牛肉ちらし寿司で、豆まきに備えて力を蓄えます！

午後からお待ちかねの豆まき大会です。スタッフが扮した鬼めがけて「鬼は外！福は内！」カいっばいの豆まきでしっかりと邪気払いができました。

おやつには手作りの鬼柄フルーツクレープをいただきました。それぞれ好きなフルーツをトッピングして、大きなお口でまるかぶり！皆さんのとびきりの笑顔を見ることができました。

もりだくさんの内容で大成功の節分イベントとなりました。



バレンタインデー

2月14日は聖バレンタインデー…大切な人にチョコレートを贈る日です。

おやつにガトーショコラを作り、愛情たっぷり、自分へのご褒美スイーツとなりました。



デイサービスセンターべるふらっと

べるふらっと通信

第254号

卒業生への贈り物

今年も近隣の平田小学校卒業生へ贈る作品作りを行いました。

子供達が喜ぶキャラクターが良いと皆さんからのアドバイスを受けての制作となりました。皆さんの思いのこもったメッセージも添えての仕上がりとなりました。



パン相み競争

べるふらっとでは個々にあった運動を専門の指導員が提供しています。

日頃の機能訓練運動での成果を発揮しようと思った“体育祭”。今回はおやつをかけたの争奪戦でした。

皆さん床を足で踏ん張りバランス良くパンをつかみ取っておられました。



節分

一年の無病息災を願って行った豆まき。「鬼は外」と大きな掛け声と共にしっかりと立ち上がり豆を投げて鬼退治。今年も良い一年となりそうです。



生姜風呂

身体の冷えを改善し寒さを吹き飛ばそうと生姜風呂を提供させていただきました。

「ポカポカや～」と皆さん喜んでくださいました。



鈴の音時間

節分

2月3日は節分でしたね。
鈴の音でも良いことがあるようお願いをしながら海苔巻きを食べました。



またお昼からは室内で豆まき風のゲームをしました。
今年も皆で元気に過ごしていきましょうね。

おやつ作り

2月14日のバレンタインデーにちなんだチョコレートのおやつ作りをしました。午前中に冷やし固めたチョコレートを包丁で切っていました。

おやつ後は「こんないいもの作れるんやな」と話されていました。美味しいおやつを食べて和やかなひとときを過ごすことができました。



冬野菜調理



鈴の音で収穫した大根。皆さんにどうやって食べると美味しいか聞くと「やっぱり、煮物がええな」と言われたため煮物作りをすることに。お揚げも入れると食べごたえのある煮物が完成しました。



今後も季節の野菜作りや調理を皆さんと一緒に楽しみたいと思います。

べるグリーン通信

節分

2月と言えば豆まき！鬼に扮した職員と一緒に鬼退治ゲームをして楽しみました。



お昼は「巻き寿司」をいただき、おやつには豆にちなんだおやつレク「豆乳餅作り」をしました。栄養をしっかりと摂って、程良く身体も動かし、健康で良い1年でありますようにと願いました。



養をしっかりと摂って、程良く身体も動かし、健康で良い1年でありますようにと願いました。



カレンダー作り

「春がすぐそこまでやってきているなあ〜」と季節を感じる作品に仕上がりました。



菜の花にてんとう虫が止まっている暖かい雰囲気のカレンダーです。



生活リハビリ

日常生活のなかで欠かせない家事作業、毎日お手伝いいただきありがとうございます。



力のいる掃除機かけ、立ち仕事の食器洗い、手先を使った布団カバー付けなど、それぞれができる事を日々取り組んでくださっています。

月刊 甲良町デイサービスセンターかつらぎ

白寿のお祝い

Nさんが2月のお誕生日で白寿を迎えられました。「これはおめでたいことやね、みんなでお祝いさせてもらおう」と、利用者さんと一緒にお祝い準備をさせていただきました。

当日Nさんも喜んでくださり、「これからも元気にかつらぎへ寄せてもらいます」と力強いお言葉をいただきました。



「Nさんおめでとうございます」



3月のカレンダー作り

3月のカレンダーには画用紙を編むことでできるハートを使用します。このハート編みが難しいのですが、そこはかつらぎの皆さん「やってみよう!」という強い気持ちで、お一人お一人完成されました。



できあがりを見て「難しいと思っていたけど、できあがると嬉しいわ」とご満足な様子でした。

鈴の郷日記

「鬼は外～福は内～」

今年も鬼退治です。嫌～な病気などをやっつけようと、皆さん頑張ってくださいました。



再び挑戦!

再度、くす玉作りに挑戦されているNさん。これまでのより大きくくす玉になりそうです。仕上がりが楽しみです。



絵合わせに挑戦

間違い探し

いくつ見つけれられるかな?



色々な国の国旗合わせです。どれくらいで完成されたのかな?



かわいいお雛様と一緒に

以前いただいたかわいいお雛さま、今年も皆さんの前にお目見えです。「あっ、お雛様や～」と記念に一枚パチリいただきました。



はい、ヘルパーです!

認知症という病気の基本

認知症とは？

認知症とは、脳の障害によって認知機能が低下し、日常生活を送ることが困難になった状態をいいます。認知症の症状は、「認知機能障害（中核症状）」と「BPSD（行動・心理症状）」に分けられます。

四大認知症

認知症は種類によって症状が異なります。認知症全体の9割を占める「四大認知症」について知っておきましょう。

【アルツハイマー型認知症】

認知症全体の半数以上を占める。記憶をつかさどる海馬の萎縮から始まるため、早期から記憶障害が目立つ。ゆるやかに進行し、徐々に時間や場所の感覚が曖昧になったり、家事ができなくなったりするなど、認知機能が低下していく。排泄や食事などの日常生活動作（ADL）は比較的保たれる。

【レビー小体型認知症】

視覚を担う後頭葉から変化が起るため、実際にはないものが見える「幻視」や「誤認」などが現れやすい。動作が遅くなる、筋肉がこわばるなどの「パーキンソン症状」や、起立性低血圧や便秘などの「自律神経症状」も現れることが多い。認知機能については、調子のよい時と悪い時がある。

【前頭側頭型認知症】

社会性をつかさどる部分である前頭葉が萎縮するため、行動や気持ちに抑制がなくなる。万引きや、他人の食事を勝手に食べるなどルールに反する行動をとることがあり、性格の変化が初期から目立つ。机をたたき続ける、毎日同じコースを散歩するなどの「常同行動」も見られる。

【血管性認知症】

脳出血や脳梗塞などにより、脳の一部が障害されることで起こる。どこが障害されたかによって症状や程度は異なるが、麻痺や嚥下障害などの身体症状を伴うことが多い。機能障害よりも実行機能障害が目立ち、知的機能の低下にはムラがある。脳出血などの発作が起こるたびに段階的に進行していく。

【参考：へるばる2021 9・10月号】

地域支援事業・頭の筋力トレーニング

Q: A・B・C・Dにはそれぞれ同じひらがなが入ります。

A～Dの字を並べると完成する4文字の言葉はなんでしょう？

- 1 : む い ぜ
- 2 : な た ご
- 3 : や が ぶ
- 4 : さ あ い

A B C D = ? ? ? ?

☆ 正解は最後のページ下でご確認ください

ケアマネ便り

今回から3回にわたり、介護保険サービス以外の民間のサービスについてご紹介します。

今回は宅配弁当や買い物のサービスについてご紹介します。

◇ 宅配弁当サービス

栄養バランスの良い食事（お弁当）を自宅まで届けてくれるサービスです。おかずのみ配達してもらうことも可能です。

次のような方が利用されています。

- ・カロリー、塩分、タンパク制限など食事制限を指導されている方
- ・飲み込みが悪く食事の形態を工夫する必要のある方（例）やわらか普通食・きざみ食・ムース食など
- ・ご自分で調理するのが難しいと感じる方
- ・バランスの良い食事を摂りたい方



◇ 商品の配達サービス

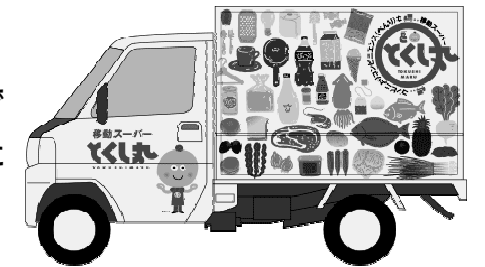
食材や日用品などを電話やFAXで注文すると、自宅まで配達してくれるサービスです。

お店まで行って買い物をし重い荷物を持ち運びすることに不便を感じる方が利用されています。

◇ 移動スーパー

品物を積んだ車が自宅近くまで来てくれて、実際に品物を見て購入できるサービスです。決まった曜日に週2回程度、決まったコースを巡回されているようです。そのときに無い品物は次回に持ってきてもらうこともできます。

お店まで行くことは難しいけれども家の近くまでなら行ける方、実際に商品を目で見て買い物をしたい方が利用されています。



これらのサービスには事前説明や契約が必要なこともあります。利用してみたいと思われる方は、担当ケアマネジャーまでご相談ください。