



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>

248号

2024年3月号

皆さまこんにちは。今期は暖冬で、降雪はあまりありませんでした。でも、暖かい日と寒い日が繰り返されていますので、体調が心配になりますね。これからは暖かい日差しが多くなってくるかと思えます。もう春はすぐそこまで来ているのでしょうか。わくわくします。



ホームページ
QRコード

さて、寒い時期はどうしても身体が縮こまってしまいます。身体をぐんと伸ばし、陽気な日は外に出るようにして、身体を動かす機会を増やしましょう。



グループホーム鈴の家日和

初詣

お多賀さんに初詣に行きました。いい天気にも恵まれ、ドライブ&お散歩日和となりました。



皆さんしっかりと手を合わせて参拝され、昨年の感謝と新年の幸せを祈願することができました。



節分



鈴の家の一大イベント！節分の日が今年もやってきました。



お昼ご飯には具沢山の豪華恵方巻を口いっぱいにはおぼり、豆まきに備えて力を蓄えます！

今年の豆まき大会には迫力ある巨大鬼が登場！

「鬼は外！福は内！」力いっぱいの豆まきでしっかりと邪気払いができました。



皆さんのとびきりの笑顔が見ることができ、大盛り上がり！！大成功の節分イベントとなりました。



BLOG

鈴の音時間

獅子舞

毎年、恒例の獅子舞を観賞しました。獅子舞に頭を噛んでいただき「縁起がいいね」「今日は来て良かったね」と話されていました。



笛の音色や獅子の舞いを観て、縁起の良い賑やかなひと時を過ごされていました。



節分

節分にちなんで、豆まきをしました。鬼に扮した職員が登場すると「鬼は外ー！」「福は内ー！」と皆さんの大きな声が、鈴の音に響き渡っていました。



昼食は、巻き寿司と鰯を召し上がっていただき、「お寿司は大好き」「おいしいね」と喜ばれていました。

まだまだ寒さが続きますが、和やかに過ごしていただけました。



畑の収穫

デイサービスセンター鈴の音にある畑では、大根とカブラが成長中です。

皆さん収穫した野菜を見て「何にして食べるの？」「漬物がいいね」「お味噌汁に入れても美味しいよ」と進んで調理をしてくださいました。



また、濡れ縁や玄関先に植えたお花のお世話などもお手伝いしてくださっています。デイサービスセンター鈴の音は、園芸療法に取り組んでいます。



BLOG

べるグリーン通信

節分

鬼と福の的を作り、お手玉をあてていただいて鬼退治をしました。高い所の的にはなかなか当てる事が難しいようでしたが、頑張ってお手玉を投げていただきました。

節分と言う事で、豆ならぬ、丸いお菓子をお箸で摘まむゲームをしました。大きいお菓子が摘まみやすかったようです。おやつにはお箸で摘んだお菓子を召し上がっていただきました。



「怖いなあ〜」と大笑いしながら、鬼に変装した職員と記念撮影をしました。



3月のカレンダー作り

毛糸を厚紙に巻いて、その巻いた毛糸を切ってタンポポを作りました。見本を見ながらきれいに仕上げてくださいました。



壁面「福寿草」

福寿草作りをしました。折り紙を切ったり、モールを丸めて貼ったりとたくさんのお作業内容がありましたが、きれいに完成させていただきました。



蠟梅 (ロウバイ)

沙沙貴神社まで蠟梅を見に行きました。

「きれいやなあ」「これは梅か?」と話されながら可愛いらしい花を觀賞しました。



べるふらっと通信

卒業生への贈り物

ご卒業される平田小学校の皆さんへ、壁面の贈り物をさせていただきました。

細かな作業ですが、コツコツと皆さんで協力しながら作品づくりに取り組みました。作品づくりを通して、集中力や手指のトレーニングにもなり、利用者様同士のコミュニケーションのきっかけにもなりました。



卒業生の皆さんへお祝いメッセージも添えて、真心のこもった贈り物を利用者様代表としてお二人に届けていただきました。



節分

節分といえば豆まきや鬼退治です。新聞紙を丸めて豆を作り、「鬼は外」と掛け声をしながら豆を投げて皆さんで鬼退治をしました。体を動かし楽しい時間を過ごされ、利用者様から「スツとした」との声が聞こえリフレッシュにもなりました。



最後に鬼さんとの記念撮影で素敵な笑顔を見せてくださいました。鬼退治成功!福の訪れが楽しみです!

つるし飾り

手指の巧緻性を高める機能訓練として、皆さんでつるし飾りづくりを行いました。とても細かな作業ですが、楽しみながら取り組まれ、形や色のバランスを考



えることで脳の活性化に繋がり、作品を通して春の季節を感じていただきました。完成したつるし飾りは皆さんが見られる機能訓練室の通路に飾り付けをしました。

月刊 甲良町デイサービスセンターかつらぎ

節分豆まき

2月3日の節分の日ちなで、毎年恒例の豆まきを行いました。

かつらぎのフロアにな、なんと赤鬼さんが登場！クオリティーの高さに本物の鬼だと思われる方も居られ、唾然…豆をまくのを忘れられる場面も（笑）



最後は皆さんと一緒に、「鬼は一外！福は一内！」で鬼さんも退散されました。皆さま今年も1年お元気にお過ごしください。



梅の花

今年は暖冬の冬と言われていたので、早くから梅の花が満開に咲いていました。

天気の良い日に、歩行運動を兼ねてお外に見にいきました。2月上旬頃は蕾だった梅の花が下旬頃には満開でしたね。



「まあ～綺麗」と言うお言葉や、「今年も観る事ができてホッとしたわ。」
「梅の花が観れたら次は桜やね。」など、季節を感じることができ、たくさんのお喜びの声をいただきました。

ケアマネ便り 認知症について

◇ 「認知症」とは

さまざまな脳の病気により、脳の神経細胞の働きが徐々に低下し、認知機能（記憶力・判断力など）が低下して、社会生活に支障がでている状態をいいます。

◇ 認知症の症状

● 脳の細胞が傷むことによって直接起こる症状を「中核症状」と呼びます。記憶障害、見当識障害、理解力・判断力の低下、実行機能の低下などがあります。

- 具体的には、
- ・ 何度も同じことを聞いたり話したりする。
 - ・ 今が何月か、今どこにいるのか見当がつかない。
 - ・ 同時に2つのことができなくなり家事や料理の段取りが悪くなる。
- などがあります。



● これに対し、本人の性格、生活環境、人間関係などの要因がからみ合っ、て、精神症状や日常生活における行動上の問題が起きてくることがあり、「行動・心理症状（周辺症状）」と呼ばれます。

- 例えば、
- ・ イライラして、大声を出したり、暴れたりする。
 - ・ やる気が起きず、当たり前に行っていた習慣すら面倒くさくなってしまふ。
 - ・ 財布や通帳を盗られたと言って騒ぐ。
 - ・ 道に迷って歩き回る。
- などがあります。



◇ 認知症の人の気持ちと接し方

認知症の方は、少しずつ覚えられなくなっていく自分に気づき、戸惑い、不安感を抱いています。こうしたことから、

- ①驚かせない。 ②急がせない。 ③自尊心を傷つけない。 ④否定しない。
ことを原則に接することが大切だと言われています。

しかし、同じ話を1日に何十回と聞かされたり、徘徊して探し回ったりすることが続くと、ご家族もネガティブな気持ちが出てきてしまいます。あまりネガティブな気持ちが大きくなるようでしたら、本人と少し距離を置く方がよいようです。デイサービスやショートステイなど介護サービスを利用されてはいかがでしょうか。認知症対応型デイサービスなど、認知症の対応を心得たスタッフが丁寧に接してくれます。

介護はいずれ終わりがくるのですが、その最中は「いったい、いつまでこの生活が続くのかしら？」と思えてきます。介護にあたる方は負担感が大きくなりすぎないように、同じ思いを共有できる「家族の会」などに参加したり、毎月訪問するケアマネジャーやご利用の介護サービスのスタッフに気持ちを聞いてもらったりして、介護負担をひとりで抱え込むことがないようにしましょう。

はい、ヘルパーです!

住宅火災から高齢者を守ろう

住宅火災によりケガをする方や亡くられる方のニュースを見ることがあります。どうしたら住宅火災を未然に防ぐことができるのか、3つ原因と予防を紹介します。一度自分の周りをチェックしてみてください。

● 石油・電気ストーブ火災

- ・ストーブのそばに燃えやすい物を置かない
例) 洗濯物を干す、スプレー缶を置く、使う、ストーブをつけたまま寝る、ということはやめましょう

- ・ストーブの周りは整理整頓する

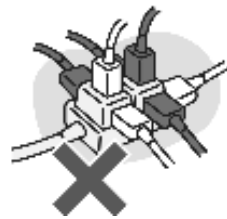
- ・誤った使いかたをしない



【参考 日本消防検定協会パンフレット】

● 電気器具類からの火災

- ・コンセントやプラグの安全確認!
- ・タコ足配線をしない
- ・断線したり傷んだりしたコードは使わない
- ・コンセントにホコリがたまらないように掃除する



● ローソク、灯明による火災

- ・ローソク、灯明に火をつけたままにしない
離れる時は必ず火を消しましょう
- ・衣類への着火に注意
(お供えやそうじは火を消して行う)



鈴木ヘルスケアサービス

〒522-0086 滋賀県彦根市後三条町350-3

居宅介護支援事業所 TEL 0749-24-0656 FAX 0749-24-0408
ホームヘルパーステーション TEL 0749-24-0656 FAX 0749-24-0408
介護タクシー TEL 0749-24-0460 FAX 0749-24-0408
彦根市地域包括支援センターすばる TEL 0749-24-0494 FAX 0749-24-0408

鈴木ヘルスケアサービスとりいもと

〒522-0004 滋賀県彦根市鳥居本町670

居宅介護支援事業所 TEL 0749-21-5410 FAX 0749-21-5464
デイサービスセンター鈴の音 TEL 0749-21-5460 FAX 0749-21-5464
小規模多機能ホーム鈴の郷(休止中) TEL 0749-22-5544 FAX 0749-21-5464
彦根市地域包括支援センターすばる TEL 0749-21-5412 FAX 0749-21-5464



鈴木ヘルスケアサービスひらた

〒522-0041 滋賀県彦根市平田町258-3

デイサービスセンターべるふらっと TEL 0749-24-0445 FAX 0749-24-0477



鈴木ヘルスケアサービスいなえ

〒521-1105 滋賀県彦根市田原町87-2

居宅介護支援事業所 TEL 0749-43-7660 FAX 0749-43-7665
デイサービスセンターべるグリーン TEL 0749-43-7661 FAX 0749-43-7665
グループホーム 鈴の家 TEL 0749-43-7662 FAX 0749-43-7665



鈴木ヘルスケアサービスこうら

〒522-0271 滋賀県犬上郡甲良町下之郷1509

甲良町デイサービスセンターかつらぎ TEL 0749-38-8233 FAX 0749-38-8288
地域支援事業 TEL 0749-38-8282 FAX 0749-38-8288



公式サイトURL : <https://suzukihealthcare.co.jp>

Mail : info@suzukihealthcare.co.jp



Facebook Instagram アップしています

地域支援事業・頭の筋力トレーニング

問題. A, B, C にひらがな1文字を入れてそれぞれの言葉を完成させましょう

例 : な[?]た[?]ご → 答え : [ま] (なまたまご)

ぺ **A** ぎ **A**

B んど **B** かい

C いどう **C** い

と **A** ち **A** か **A**

☆ 正解は最後のページ下でご確認ください

子育てサポート企業 「くるみんマーク」取得〔平成28年4月〕
女性活躍推進企業 「えるぼしマーク」取得〔令和2年2月〕
若者採用育成優良企業「ユースエール企業認定」〔令和元年10月〕
「健康経営優良法人 プライム500」認定〔令和5年3月〕
「滋賀県女性活躍推進企業・2つ星企業」認証〔平成28年10月〕
滋賀県「ワークライフ・バランス推進企業」認定〔平成25年1月〕
「しが介護職員定着等推進事業者」認定〔令和元年7月〕

