

かけはし

Vol.366

令和3年 12月

老人保健施設ゆうゆう村

11月誕生日会
11月17日(水)



おたんじょうび おめでとう

今月は秋祭りで、御神輿を手作りし、各階を回りました。「わっしょい、わっしょい」と威勢のいい掛け声で盛り上がりました。



介護職員によるダンスもあり、利用者の方々もリズムに合わせて、ボンボンを振り、楽しく過ごしました。

さあ！ダンスを始めるよ！



職員のブレイクダンスショー

ゆうゆう村理念

1. 私たちは、あたたかい心を育み、誠意と愛情をもって皆様にお応えしたいと思っています。
2. 私たちは、皆様の喜びを共の喜びとし、一緒に歩んで行きたいと思っています。
3. 私たちは、郷土に愛される施設をめざし、地域の方々とのより広く強い連携を持ちたいと願っています。
4. 私たちは、知識の習得と、技術の向上に努めます。

お知らせ

★面会について

これまでの面会は、リモート面会のみとしており、皆様には大変ご不便をおかけしておりましたが、新型コロナウイルス感染者の減少に伴い、施設内で面会ができるよう面会制限を緩和させていただくことにいたしました。
施設面会が可能な方は？

- ・ 新型コロナウイルスワクチンを二回接種し二週間が経過している方
(接種券の提示をお願いします)
- ・ 過去二週間以内に風邪症状、嘔吐、下痢等体調不良がない方
- ・ 過去二週間以内に感染者との接触がない方

面会の方法は？

- ・ 月に一回、原則一家族二名様まで、一〇分程度とさせていただきます。
- ・ 一階団らんコーナーでパーティション越し、職員付き添いの上での面会とさせていただきます。
- ・ 予約制にしています。来所時、または電話での予約をお願いします。
- ・ 実施時間は、予約の重複や、行事等の状況により調整させていただきます。

*オンライン面会も引き続き実施しておりますので、どうぞご利用下さい。

★通所リハビリ、短期入所のご利用について

県外の方との接触があった場合、いままでは二週間ご利用を控えていただいておりますが、一二月より新型コロナウイルスワクチンを二回接種し二週間が経過している方との接触であれば、一週間のご利用を控えていただくことになります。ご理解、ご協力のほどお願いいたします。

★通所リハビリの年末年始の休業について

・ 二月三〇日(木)～一月三日(月)と致します。



★ 二月份のお支払いにつきましては、一月八日(土)～一八日(火)とさせていただきます。



の行事予定

二三日(月) 散髪(理容西林)

二五日(土) 誕生日会&クリスマス会
各階でお祝いをします

二七日(月) 散髪(ヘアースオオツキ)

今年も一年間ありがとうございました
来年もよろしくお祈りします
よいお年をお迎えください



編集・発行 老人保健施設 ゆうゆう村

岡山県高梁市東町一八六六三

TEL(〇八六六)二二〇六六六

FAX(〇八六六)二二〇六六五

発行日 令和三年二月一日



通所リハビリ



12月の壁画「サンタがやって来た♥」



来年は寅年です



高梁城南高校生来所
生徒さんが一生懸命作った「押し花のしおり」をいただきました。「大事に使います」と、とても喜ばれていました。

秋の食事会



献立
松茸御飯
鶏肉の炭火焼き
茶碗蒸し
すまし汁
フルーツ



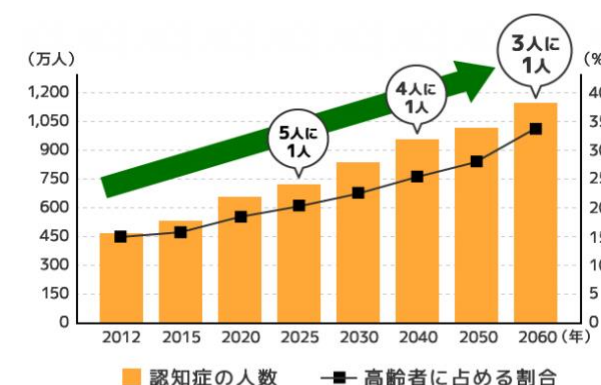
これが松茸かな～？

茶碗蒸しも美味しいで♪

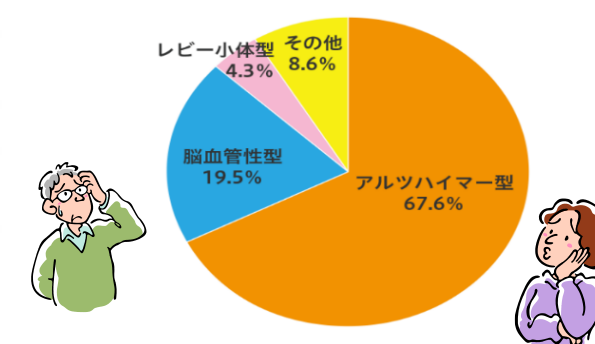


認知症について知ろう

1. 認知症の有症率



2. 認知症の種類



	アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症	脳血管性型認知症
脳の変化	神経細胞が死滅し、記憶をつかさどる海馬を中心に脳内が萎縮する。	大脳脂質にタンパク質「レビー小体」が現れ神経細胞が死滅していく。	脳梗塞や脳出血などにより、部分的に脳が損傷を受けるため、脳の神経細胞が死滅する
男女比	女性に多い	男性がやや多い	男性に多い
特徴的な症状	認知機能障害（物忘れ等） 物盗られ妄想 徘徊等	認知機能障害・認知の変動 幻視・妄想 うつ状態 パーキンソン症状	認知機能障害（まだら認知症） 手足のしびれ・麻痺 感情のコントロールができない
経過	記憶障害から始まり、広範囲な障害へ進行する	調子の良い時と悪い時を繰り返して進行する 時に急速に進行することがある	原因となる疾患によって異なるが、比較的急に発症し、段階的に進行していくことが多い

3. 認知症になると…

昔は…痴呆＝何も分からなくなった人
だから、問題を起こす
今は…認知症＝分かることもたくさんある人
だから、BPSD（行動・心理症状）を起こしてしまう

「分からなくなった」わけではなく、
「分かりにくくなった」だけ

認知症の人は

目の前の環境に適応しようと一生懸命考え、自分なりに正しいと思うことをしているだけです

介護者は…

目の前の一人の「人を理解する」ことで適切な関わりができます



4. 認知症の予防

1. 食事…糖尿病・高血圧・高脂血症の予防
バランスの良い食事が大切

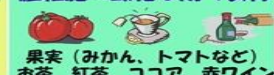
脳の血液循環を良くする食材



記憶物質を増加させる食材



脳細胞の酸化を防ぐ食材



2. 運動…脳の血流を増やし活性化する

有酸素運動が大切

ウォーキングや体操など、1日30分以上の運動が効果的

3. 睡眠…不眠ではアミロイドβが蓄積する

1日6～8時間程度 質の良い睡眠も大切

4. 人との関わり

脳自体に刺激を与える

会話でストレス解消 信頼関係が心を安定させます