



新年あけましておめでとう

おめでとうござります
今年も頑張ります!!

明けましておめでとうござります。今年も、皆様にとつて良い一年となることを心から願うとともに、少しでもお役に立てるように精一杯頑張る所存でおります。どうぞよろしくお願ひ申し上げます。

■毎年チャレンジです

皆様から変わらぬご愛顧をいただき、本当に感謝しております。一方で、期待に応える努力を続けなければ、皆様からの期待を裏切ることになります。今年の一年の計もやっぱり「挑戦あるのみ」で、いろいろなことに真摯に愚直に向かい合っていきたいと考えております。

おかげさまで、たくさんの方の利用者様からたくさんのご要望をいただき、常に頭の中をグルグルと回転させながら日々臨んでおります。「考える力」を磨いていくことが私たちのレベルアップにつながり、それが最終的にサービスの質の向上につながるのだと信じています。毎日、たくさんの刺激に囲まれて、私たち自身も鍛錬の毎日です。

す。有り難いことです。

■健全であること

新聞等でも取り上げられていたり、4月には介護保険法の改正があります。私たち小規模事業所をターゲットとした厳しい改正ということもあり、真摯に現実と向かい合っていくことが必要になってきます。

先日、首都圏にある小規模事業所の管理者さんとお話をする機会がありました。競争の激しい地域ですが、「焦っている事業所ほど、もともと理念や思いが希薄な事業所ですよ」ということを話してくれました。今回の改正は「もつとやれるでしょう?」「もつと頑張りなさい!」

そういう改正だと思えます。現状維持などつまらないことを考えずに、時代の流れ・社会の変化に負けない事業所であり続けるように、わき目を振らずに、そして焦らずに健全な成長を目指していきたいと考えています。(センター長)



■12月あれこれ

▽年の瀬を満喫!

年末年始は何かと多忙です。いろいろな準備をお手伝いいただきました(笑)。

●クリスマス創作

ミニツリー作りに取り組みました。デザインや色使いは皆様の感性です!きれいなツリーに「へえ。なかなかキレイなもんだねえ」とお話されました。



●年末の取り組み

ソバ打ちに挑戦しました。見た目はともかく、味はなかなかの仕上がりました。



↑少し太過ぎたかなあ~?

←おやつも手作り創作です。

◆3月にかけてのお休み情報

	4日(日)	H27年の最初の日
1月	12日(月)	祝日ですが通常営業
2月	11日(水)	祝日ですが通常営業
3月	21日(土)	祝日ですが通常営業

◆ご利用可能情報

お気軽にご相談ください。

デイサービス若芝(小規模対応型通所介護)

住所: 三島市芝本町11-32

(三島信用金庫 本店営業部裏手)

電話: 055-983-0808 (渡部(わたなべ))

定員: 10名

営業: 月~土 (日曜・祝日・年末年始)

サービス提供時間: 9:15~16:30

<ふじしろ/若芝 デイグループ>

職員: 介護福祉士6名、認知症ケア専門士4名、

看護師2名、社会福祉士3名、ケアマネ3名

<http://www.com-work.jp/>

認知症を知る(ハ)

●中核症状

～その対応～

認知症を知る(七)でもお伝えしたように、認知症では「中核症状」と「BPSD(行動・心理症状)」の理解が大切です。

中核症状とは、誤解をおそれずに言うと、「認知症という病気が原因で発生する症状のこと」といえます。対して、BPSDは、人生観や生活観や家族環境など、様々な環境因子により、その方固有の症状として表れるものです。感じ方や行動規範は、人によって様々です。いわば個性のような形で現れるものがBPSDです。

▼中核症状を知る

中核症状は、認知症という病気が要因ですから、その症状を良く知ることによって一定の対応を取ることが出来ます。

下表のように大きく4つの症状が見られます。



記憶や思考力等々の影響は病気が原因です。残念なことでありますが、特効薬のようなものはありません。しかし、忘れたことを責められたりしたとき

- ・ 記憶障害 (直前のもの忘れが起こる)
- もの忘れを責めず、根気よく対応する -
- ・ 見当識の障害 (時間・場所・人物がわからなくなる)
- 生活リズムを確立し、環境を整備する -
- ・ 思考力や判断力の障害 (思考の連続性がなくなる)
- 情報を簡潔化し、判断の材料を増やさない -
- ・ 実行機能の障害 (物事の手順がわからなくなる)
- 1つ1つの言葉かけ(動作分割) -

に感じる「怒られて嫌だ」という感情は、しつかりと残っています。病気の症状を正しく理解して穏やかな対応がとれれば、お互いに幸せな時間が流れるのです。

(参考…「認知症の人を知る」より)



食の豆知識

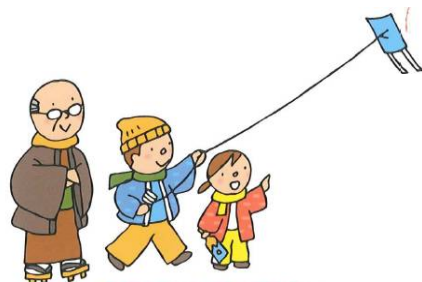
おとしそ

元旦に一年の邪気をはらい健康を祈っていただきます。本来、屠蘇散という生薬を日本酒やみりんなどに一晚漬けたもの。風邪予防などの働きがあります。

旬をいただく

ブロッコリー

80年代以降、急速に需要が伸びたアブラナ科の野菜。抗ガン物質イソチオシアネートを始め、抗酸化物質のスルフォラファン、食物繊維、カロテン、ビタミンCとガン予防に有効な成分がたつぷり。鉄やカルシウムも豊富です。



食養生

風邪

寒気を感じたら、まずは少食に。温かいものを中心に、味噌や梅干しを積極的にとり、血液がきれいになり、早く回復します。風にあたらないうように暖かくして、ゆっくり体を休めて養生しましょう。



おうちで手づくり

白菜漬け

半日天日干して、甘みが増えた白菜を自然塩で漬けます。1週間から10日できあがり、それから2週間ほどおいしく食べられます。昆布、柚子皮、にんじん、赤唐辛子を一緒に漬けてもおいしいです。



※参考：海の手クラブ

<http://www.uminosei.com/ryohri/>