

かじかのさとだより

第77号



発行／〒889-2401 日南市北郷町大藤甲3186番地1／TEL0987(55)3738 FAX0987(55)3739
 社会福祉法人 愛泉会 特別養護老人ホーム 河鹿の里
 ホームページ <http://www.aisenkai.jp/kajika/index.html>



一月二日、今年初めの「正月遊び」を行いました。正月遊びと言えば、福笑い・けん玉・羽つきなど色々あります。
 利用者様に楽しい時間を提供していきたいと思えます。
 今年は、おみくじを作りました。みなさんドキドキです。

正月遊び

みなさん一生懸命されており昔を思い出したようです。



福笑



節分





今年もひな人形を作りまし
た。女の子の日で女性のみなさ
んとても笑顔がステキです。
おいしくいただきました。



「まだまだ若い」と思ってま
したが、玉手箱のふたは、ゆっ
くりとあいていたのですね。
あつという間に60歳のおばあ
ちゃんになりました。元気に定
年退職を迎えられた事に感謝し
ます。これからは、四人の孫達
と楽しい時間がつくれたら……と
思っています。お世話になりま
した。
ありがとうございました。



井上 淳子

利用者の皆様の笑顔に比べら
れるよう、おいしく、安全な食
事作りを目指して二十三年が過
ぎました。たくさんのお事を学ば
せて頂き、皆様に支えてもらい
無事定年を迎えられたこと感謝
の気持ちでいっぱいです。本当
にありがとうございました。



長岡 知子

退職者



誕生者披露



1月生まれ

稲田 ヤエ子様 大正十一年二月三日 97歳
「今までどおり」と聞
かせてくださいまし
た。

中津 ヤス子様 大正十四年一月十五日 95歳

吉岐 キミエ様 昭和三年二月二十五日 92歳

守倉 ヨシ子様 昭和五年二月二十四日 90歳

松井 ミネ様 昭和九年一月一日 86歳

黒木 タカラ様 昭和九年一月一日 86歳

福田 サヨ子様 昭和十四年二月十八日 95歳

小坂 弘章様 昭和二十二年二月七日 73歳



2月生まれ

弓削 アグリ様 大正十一年二月一日 98歳
「迷惑かけない」と話
されました。

黒木 ノエ様 大正十一年二月一日 97歳

岩切 ススコ様 大正十三年二月二十七日 96歳

加藤 利子様 大正十三年二月十五日 96歳

木口 武雄様 昭和三年二月八日 92歳

高橋 重美様 昭和七年二月十六日 88歳

井上 数雄様 昭和七年二月十日 83歳

田中 ハツ子様 昭和十三年二月二十七日 82歳

弓削 エミ子様 昭和十五年二月二十日 80歳

渡邊 光徳様 昭和十九年二月二十七日 76歳



3月生まれ

白石 ナツミ様 大正十三年三月三日 99歳
「ケガをしないよう
に」と話されました。

中村 茂様 大正十三年三月九日 99歳

徳井 マツ子様 大正十三年三月十一日 96歳

浦上 ルイ子様 昭和四年三月十二日 91歳

山下 保徳様 昭和四年三月十日 91歳

竹内 昭様 昭和五年三月三十日 90歳

石灘 忠天様 昭和六年三月七日 89歳

鈴木 洋子様 昭和十八年三月十九日 77歳



おめでとうございます!

「認知症」って どんな病気？



認知症とは「脳や身体の病気が原因で記憶・判断力などの障害がおこり、普通の社会生活が困難になる状態」をいいます。

～早期発見のめやす～

- もの忘れがひどい
- 判断力・理解力が衰える
- 場所や時間がわからない
- 不安感が強い
- 意欲がなくなる
- 性格が変わる

「ひょっとしたら…」と思ったら、
早めに専門外来で診てもらったり、
かかりつけ医に相談しましょう。

受診時の家族の心構え

医師の診断には、普段の本人の様子を知っている家族の話が役立ちます。

付き添う家族は、左のことをメモ書きしていきましよう。

- ① 気になる具体的な様子
- ② 気になる様子はいつから始まったのか。突然に出てきたのか。
- ③ 本人の病歴や服用中の薬

認知症と 間違えられやすい症状

気分が落ち込むうつ状態、意識障害（せん妄）、脳腫瘍やビタミン不足、病氣治療のためにのんでいる薬の副作用等でも、認知症と似た症状がみられます。

病氣によって治療が異なってくるため、正しく見分けることは非常に重要です。



認知症の上手なケアのために 知っておきたいこと

認知症で記憶などに障害が出て、人として感情のはたらきがなくなってしまうわけではありません。認知症の人の不安や戸惑いなどの気持ちを理解し、あたたかい気持ちで介護することが大切です。

◆ 自尊心や羞恥心は失っていません。認知症の人のプライドを尊重して介護しましょう。

◆ 介護する人がやさしく接すると、認知症の人も安心し、落ち着きます。逆に介護する人が嫌悪の気持ちをもっていると、敏感に伝わり、さらに興奮したりします。

雛あられやちらし寿司を 食べる意味とは？

三月三日になると、ひな祭りがありましたが、ひな祭りに食べる「ひなあられ」や「ちらし寿司」って何で食べるの？と思われる方もいると思います。今回は食べる、食べ物の意味を紹介したいと思います。

ひなあられの意味

ひなあられは、白が雪で、緑が木々の芽、桃が生命を表しています。もち米などに砂糖をかけ味付けをし、着色した食べ物です。

ちらし寿司の由来

ちらし寿司に入っている具にはちゃんと意味があります。

- ・エビ：エビには長生きを願う意味があります。
- ・豆：健康で豆に働けるという意味があります。
- ・れんこん：見通しが聴くという意味があります。

こうみると、おせち料理の種の意味に似ていますね。

三月十八日誕生会

毎年行われる誕生会では、利用者様に喜んで頂ける様な豪華な食事を提供しております。

メニュー

- ・桜寿司
- ・野菜の煮物
- ・卵の甘酢あんかけ
- ・たたきの刺身
- ・あおさの青汁
- ・牛乳寒天（毎のせ）



飯



粥



粥 ミキサー



（粥をミキサーにかけ、なめらかにして食べやすくしたもの）

十五時よりこの日のおやつは…

・たこ焼き

・昆布茶



今月の誕生者の方にはさらにもう一品つきます。



皆様、笑顔で頂いていらっしゃいました。

デイサービス活動風景



正月遊びの一つ、凧作りをスタッフ指導の下、実施しました。皆さん一生懸命作成され、完成すると大変喜ばれ満足されました。部屋に飾りたいと大事にされました。

凧作り

新年あけましておめでとうございます。
デイサービスを利用の皆様、御家族の皆様には、健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。



正月遊びでお馴染みの福笑を行いました。目隠して顔面パーツを貼り付けていきました。他の利用者様から「もつと右、上下、そこ」等、声がかかり盛り上がりました。

福笑



スタッフ指導の下、一時間身体部位を一つ一つ伸ばしたり曲げたりとストレッチを実施しました。利用者様からは「自分の事やから、頑張らんと、家でも続けたい」等の声が聞かれ、皆さん真剣に取り組まれていました。

リハビリ体操



ひなまつり行事の中で、仮装ひな人形を実施しました。男女三組ペアが皆様に披露されました。
「あらーきれいやがー、似合うが、格好良いがー」の声が聞かれました。
女性美しく、男性は凛々しかったですよ。

ひなまつり



手洗いうがいを行い、栄養も摂って免疫力を高め、コロナウイルス対策に努めましょう。

編集後記



昨年七月広報掲載しました畑ですが、今ではイチゴ・キャベツ・ネギ・ニラ・ニンニク・ニンジン・スナップ他立派に育っています。又、メジロやヒヨドリが姿を見せ、皆さん喜ばれています。

