

幸寿園がより

令和5年
No.289
12月号

発行 / 介護老人保健施設 **グリーンヒル幸寿園** 西松浦郡有田町南原甲678-1 ☎0955-41-1070

握り寿司の美演



事務長挨拶



ピュッフェスタイル

開園25周年記念



宴が始まります♪



介護老人保健施設グリーンヒル幸寿園は、平成10年(1998年)11月17日に開設し今年で25周年を迎えることが出来ました。これもひとえに、ご利用者様・ご家族様をはじめ地域の皆様方からの温かいご支援ご愛顧の賜物と深く感謝申し上げます。平成10年と言えば、大相撲の貴乃花と若乃花の兄弟横綱が誕生した年、FIFAワールドカップで初めて試合を行った年(ちなみに3戦全敗)、和歌山毒物カレー事件があった年でした。

25周年を迎えた11月17日には、ささやかではありますが記念行事として通所リハビリテーション利用者様、入所者様に対し、いつもと違う雰囲気テーブルセッティングを行いピュッフェスタイルで食して頂き25周年を皆でお祝い致しました。

高齢化社会が進む中、住み慣れた地域での生活を望みたいものです。これからも地域の皆様の希望を聞き、ご期待にこたえられるよう地域に根差した介護老人保健施設を目指して、職員一人ひとりが研鑽し利用者の方々に信頼され、喜ばれる施設を目指したいと思っております。そして「ありがとう」「おかげさま」の愛言葉を持ってこれからも頑張っております。今後ともどうぞ宜しくお願い致します。



看護師長
原 良三



11月誕生会

誕生者紹介

DCご利用者様

田中	キサ様(92歳)	大塚	豊子様(93歳)
横尾	頼子様(86歳)	井上	榮子様(89歳)
筒井	賢四郎様(77歳)	徳永	弘様(82歳)

※ご本人様、ご家族様の確認のもと掲載をさせて頂いております。



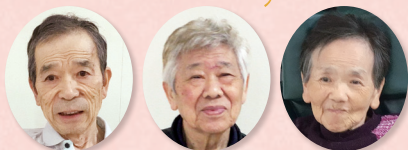
2F入所者様

川久保 博子様(95歳)



3F入所者様

平山	実様(75歳)	百田	誠様(86歳)
岩永	絹代様(82歳)		



2階

2階はお天気の良い日に紅葉ドライブへ行ってきました～☆行先は泉山石場相撲場から有田ダムを經由し竜門ダムへ。車窓から見える風景を見ながら皆さんはおしゃべりが止まりません(´艸`)竜門ダムでは車から降りて記念撮影をしました。皆さんにこやかに「わぁ～ほら見て～綺麗」とイチヨウや紅葉の葉を手に取りワクワクされていました。他の施設からも多数見物にいられており沢山のいい笑顔が見られました♡久しぶりの外出だったこともあり素敵な時間を満喫されました☆また来年も行きましょうね!



3階

11月の誕生会は運動会を開催しました!紅組白組チームに分かれて、紐送りや玉入れの競技で楽しんで頂きました。勝負となると皆さん真剣!!競技に夢中になって一生懸命にされていました。笑顔がたくさん見られ、怪我もなく終了することができて良かったです。また次回も楽しい運動会にしましょうね♪





認知症編 皆であがるく暮らしたい!



認知症 —残された健康なところをどうささえるか—

★健康なところ★

認知症の方は、記憶障害を中心に様々な障害が起こりますが、健康な心は残されます。健康な心があるからこそ、不安・恐れ・恥じる・誇り・認められたい・自尊心・親密さ・やすらぎ・安心したいといった気持ちが生じます。

～残された心を支えるために大切にしたいことは～

- 1 記憶障害(覚えられない、思い出せない — 不安、恥ずかしさ)
→ 問い詰めない、こだわらない姿勢、いままで、残されたものを大切に
- 2 注意力・集中力の低下(注意が散漫になり持続できず混乱しやすい)
→ 静かな心で・手短かに・話題は一つ
- 3 言葉の障害(言葉が出てこない、見つからない、理解できない)
→ 集中して聞く、時間をかけてわかってもらう、視線を合わせて簡潔な表現で、ゆっくり待つ、いつも同じ馴染みの言葉
- 4 見当識障害(今はいつ・どこに自分がいるかわからない)
→ わかりやすい環境～物の配置・カレンダーなど～・日課など
- 5 知覚・認知機能の低下(錯覚や誤解が起こりやすい)
→ たくさん置かない・お湯の温度は確かめて・水分の補給
- 6 幻覚・妄想(物を盗られた)
→ 背後にある不安を理解する(自分は駄目な人間?一人きり?)
- 7 自分にも良いところがある・力があるという感覚が、傷つき弱まる
→ 敬意をもって接する・出来ないことを責めない・理解出来たいことは伝える・事実を丁寧に説明する(希望を持てる表現で出来る事を行い、力を確認する)



介護・日常生活の中でおこなうことで、周辺症状の軽減につながる



～元気になる介護のコツ～ ★介護の人が前向きになる為に★

- 1 人はみんな生きるペースが違います。
→ ペースの違う認知症の方を介護する事は大変なことです。
- 2 人生にはストレスはつきものです。
→ ストレスには良いストレスと悪いストレスがあります。介護する事が負担感の強いものとなっていれば悪いストレスです。負担を減らし、良いストレスに変えましょう。
- 3 完璧な子育てができないように、完璧な介護はありません。
→ 他人の力を借りましょう。他人に甘えましょう。(デイサービス・ショートステイの利用など)
- 4 弱音をいっぱい吐きましょう。
- 5 よかったことを共有しましょう。
→ 一日の中で良かったことを家族で共有しましょう
- 6 時には自分にご褒美をあげましょう。
→ 自分の時間をつくりましょう(ショートステイの利用、散歩、小旅行)
- 7 楽観的に前向きにいきましょう。



作業療法士
光武 留美



引用文献：社団法人 作業療法士協会 ～認知症高齢者を支える家族向けテキスト～



栄養課より

10月13日 開園25周年記念メニュー

- にぎり寿司/ちらし寿司 ●天ぷら盛り合わせ
- サイコロステーキ ●鮭のクリームソース
- 茶そば汁 ●フルーツ盛り合わせ(柿、オレンジ、キウイ)
- おやつ ミニケーキ2種(キャラメルケーキ、レアチーズケーキ)



11月29日

HAPPY BIRTHDAY

誕生会メニュー

- 押し寿司
- 天ぷら
- ほうれん草のお浸し
- 清汁
- フルーツ(みかん)
- おやつ バスクチーズケーキ



出前講座 に行ってきました!



幸寿園では地域住民の皆様を対象とした出張出前講座を開催しております!

幸寿園の強みを活かし、各専門職より皆様方のご希望に合わせた講座が開催できます。

5人程度の集まりでもお伺いさせていただきますのでお気軽にご相談ください!



(11.10) 桑木原老人クラブ様



(11.27) 立部にこここサロン様

出前講座の様子はホームページ・謙仁会Facebookで紹介しています。是非ご覧ください!!



(11.28) 原明老人クラブ様

問合せ先 0955-41-1070(担当:西田、浦川)

消防避難訓練



去る11/29、防火避難訓練を行いました。消火器を使った消火訓練では、風が強かったためか消火することが困難でした。消火器は、初期消火において、安全にかつ確実に消火することができるものなので、訓練で使い方に慣れて、実際の火災のために準備をしておきたいです。



年末年始のお知らせ

本年も大変お世話になりました。下記の日程で、年末年始は休業させていただきます。

「通所リハビリ・居宅・訪問リハビリ」
12月31日(日)～1月3日(水)まで

※尚、2階・3階入所者様の面会(面会ブースにて)は通常通り行っております。ご予約制となっておりますので、前日までのご連絡をお願い致します。



編集後記

ラニーニャ現象により、夏の暑さが残っていたようですが、12月に入り、やっと冬本番の寒さになったようです。短い秋がより短く感じ、夏と冬のみで四季が無くなったみたいです。秋の味覚は堪能しましたが、コロナ前の生活に戻る日が来るのでしょうか? 来年は今年よりもっと良い年になる事を願っています。



(N.M)

謙仁会Facebookにて 随時情報発信中!!



グリーンヒル幸寿園ホームページより、お越し下さい! 幸寿園ホームページ <https://kenjin-kai.com/koujyuen/>

