

# いつも元気な笑顔の絵日記



## 節分

2月2日(土)3階サロンにて豆まきを行いました。職員・利用者様共に、鬼の面をつけ、鬼役の職員に向けて、豆にかえてお手玉を投げました。うまく当たると、「当たった～!!」「やった～!!」と元気な声をあげて喜んでおられました。  
普段あまり行事に参加されない利用者様もすすんで参加して下さい、職員・利用



節分の日に、太巻きは食べましたか？  
今年の恵方は南



## 有度地域包括支援センター

今年度は総合相談が平均140件/月、要支援1・2の方のプラン(予防プラン)が平均120件/月、特定高齢者(虚弱高齢者)に該当された方が60件/年でした。  
有度地域の課題として、「孤立しやすい、虐待相談が多い」ことが昨年度の活動を通して分かった為、そのことを地域の関係機関や住民へ伝えていきました。また、民生委員さんや地区社協の方々と考えている地域福祉について教えて頂き、今後も共有し合い一緒に取り組んでいきたいと思

## ～訪問介護スタッフ

利用者様のお宅へ何うと「今日も寒いねえ」が合言葉のようになっていました。最近、各地で春を伝えるニュースがあり、この事が話題にでると「暑さ寒さも彼岸までだからじきに暖くなるね」と会話が続きます。皆さん、春を待ち遠しく思う気持ちは一緒ですね。まだまだ日中と夜間の温度差があるので、上着で調整して頂くよう声掛けも忘れずに、ヘルパー自身も猫をつけて過ごしたいと思えます。風邪知らずで桜の時期を迎えたいものですね



## 指定居宅介護支援センター ～ケアマネより一言～

最近では、医療・介護の状況が変化しつつあり、ケアマネジメントの質の向上が求められています。主治医の先生との連携や多職種協働下でのサービス担当者会議の必要性が増えています。サービス担当者会議とは、ご家庭での様子やサービス利用時の様子など、情報を共有することでより良い在宅生活をを目指す為の話し合いです。その際にはご協力をよろしくお願い致します。

先日読んだ本の中に「年をとれば、目が見えにくくなったり、足の筋肉が衰えたり、物忘れするようになったり...。背負っていく障害を解決することは難しいかもしれない。でもできない事が悪い事ではなく「年をとれば当たり前のこと」とご本人が捉えて折り合いをつけ、どうしたらいいか考えて行動する。それを見守り、寄り添い、待つ事が必要ではないか...その人を一人の人として認めることこそ、その人の尊厳を守る事ではないか」とありました。そんな心を大



2月25日～3月1日にお誕生会がありました。2月のお誕生日の利用者様は、とても素敵な笑顔を見せて下さいました。ちょうど、100歳を迎えられた方もおられ、他の利用者様も驚いておられました。その方へコメントを頂きましたところ、とてもになる長生きの秘訣を発表して頂きました。長生きの秘訣の一つに、自己流の体操により、「背筋を伸ばすことが大切」と教えて頂きました。そのお話には、他利用者様、職員一同とても感心し、できるだけ猫背にならないように、日頃から心掛けよう



階段昇降も軽々！  
とても100歳には見えません！！

お誕生日おめでとう



## 健康一口メモ 「日本人の約20%は花粉症！？」

**<花粉症とは？>**  
スギやヒノキなどの植物の花粉が原因となって、くしゃみ・鼻水などのアレルギー症状を起こす病気です。"季節性アレルギー性鼻炎"とも呼ばれています

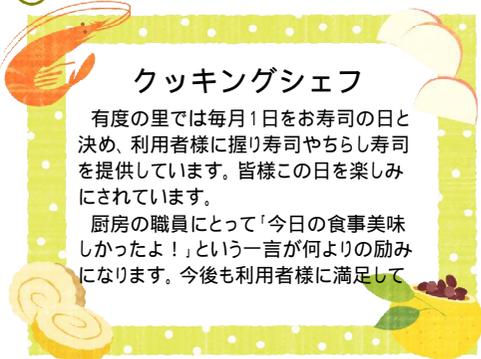
**<気になる症状は？>**  
くしゃみ・鼻水・鼻づまり・目のかゆみ・頭痛・倦怠感・イライラ感など

**<治療の基本は"薬物療法">**  
花粉の飛び始める2週間くらい前から服用を始めると効



**<セルフケアのポイント>**  
花粉情報のチェック  
要注意日 ・晴れ、曇りの日  
・最高気温が高い  
・湿度が低い  
・やや強い南風が吹き、その後北風に変化したとき  
・前日が雨

外出は控えめに  
ドア・窓を閉める  
外出したら、洗顔やうがい!!



## クッキングシェフ

有度の里では毎月1日をお寿司の日と決め、利用者様に握り寿司やちらし寿司を提供しています。皆様この日を楽しみにされています。  
厨房の職員にとって「今日の食事美味しかったよ！」という一言が何よりの励みになります。今後も利用者様に満足して

## ～お知らせ～

入所申し込み受付中!!

平成20年5月60床増床!!

ユニット型特別養護老人ホームの開設にともない、入所申し込みの受付を開始しております。施設相談