



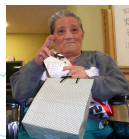
お誕生会

3月30日(日)2階で3月のお誕生会を行いました。誕生者の方のお名前を順番にお呼びし、前に並んで頂きました。とても緊張されているご様子で、1人一言ずつお話して頂いたのですが、突然大きな声を出して嬉しさのあまり泣き出す方や今までの生い立ちを話して下さる方もおられ、とても素敵な誕生会になりました。

誕生者の方からは、「こんな素敵な誕生会を開いて頂いて、ありがとうございます。」と言って頂きました。また、来月からもご利用者が喜んでもらえるような、誕生会を開いていきたいです。



お誕生日おめでとう



指定居宅介護支援センター ～ケアマネより一言～

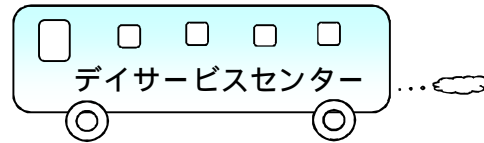
後期高齢者医療制度(通称長寿医療制度)が4月1日からスタートしました。75歳以上の人はこれまで加入していた国民健康保険や政府管掌健康保険などから切り離される新制度に移行しました。保険料の増える人がいる新制度だけに、国や県、市町村は広告や説明会で制度の周知に努めているといわれます。私たち居宅も制度を周知してまいります。

不安な事がございましたら、どのような事でもいいので、声を掛けてください。お待ち

～訪問介護スタッフ

寒かった冬も終わり、すっかり春らしくなってきました。今年は例年よりも桜の開花が5日も早いそうです。美しい花を見てると心がうきうきしますね。

お天気の良い日は、自然と触れ合ったり、野菜や魚など春を感じさせる食材を使った料理で利用者様に喜んで頂けるようにしております。お1人でも多くの方に満足して頂けるよう、頑張っていきたいと思っております。



3月は、ひな祭りを行いました。じゃんけん大会で勝った利用者様が、おだいら様、おひな様の衣装を着て頂き、記念写真を撮りました。とても素敵でした。ひな祭りの由来や色んな思い出話もしました。これからも、回想法で昔の話をして頂いたり、楽しい時間を過ごしていきたいですね

おだいら様とおひな様
2人ならんで
すまし顔～



衣装に着替えましょうね



知っ得? 納得!! 「メタボリックシンドローム」

<メタボリックシンドロームって?>

糖尿病などの生活習慣病は、それぞれ独立した別の病気ではなく、内臓に脂肪が蓄積した肥満(内臓脂肪型肥満)が原因です。内臓脂肪蓄積により、様々な病気が引き起こされやすくなった状態を「メタボリックシンドローム」と呼びます。メタボリックシンドロームは、脳梗塞や狭心症などの病気の原因である「動脈硬化」を引き起こしやすいと言われております。



<目安は?>

へそ周りが、男性85cm以上、女性90cm以上であり、高血糖、高血圧、脂質異常のうちいずれか2つ以上を合わせてもっている状態。

<メタボリックシンドロームの予防・改善は?>

1に運動、2に食事、しっかり禁煙、最後に薬。生活習慣を改善して、内臓脂肪を減らしましょう。

また、H20年4月より40～74歳の方を対象にメタボリックシンドロームに着目した特定健康診査、特定保健指導が始まります。

有度地域包括支援センター

3月9日、市民公開講座「認知症サポーター養成講座」に参加しました。2004年12月、「痴呆」から「認知症」へと呼称が変更されました。この変更を契機にみんなで認知症の方とその家族を支え、誰もが暮らしやすい地域をつかっていく運動「認知症を知り地域をつくる10ヵ年」のキャンペーンが始まりました。このキャンペーンの一環では認知症を理解し、認知症の人や家族を見守る認知症サポーターを1人でも増やして安心して暮らせる街づくりを市民の手で展開していきます。

認知症サポーターとは、「なにか」特別なことをやる人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。尊厳をもって、最期まで自分らしくありたい。誰もが望むこの願いを実現できる地域をつかっていけるよう、一人ひとり認知症は「自分達の問題」という認識を持ち、自分たちに何が出来るか考えていけるといいですね。

クッキングシェフ

季節も暖かくなり、桜の花や菜の花が咲きほこっています。有度の里では、3月3日のひな祭りにご利用者様に人気のお寿司を提供しました。デザートには、目でも楽しんで頂けるよう、ひし餅に見立てたゼリーを作り、皆様大変喜んで頂きました。

～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