

藤の里だより

第 7 号 平成18年 1月15日 発行

明けましておめでとーいございます。

家族会の皆様には、健やかに新しい年の第一歩を踏み出されたこととお喜び申し上げます。是非を問う想定外の総選挙があり小泉自民党が圧勝いたしました。その後、ご承知の如く財政の再建が声高に叫ばれ、福祉を含めまして医療費、諸税の増大が見込まれる事から、庶民には負担増の嵐が吹き込んでまいりました。並びに家族会皆様の協力により、『藤の里』に改めましては、スタッフ、た運営がなされて来たと思っております。諸行事に関係者一同の心温まる対応によりホームの皆様に喜んでいただけたと存じております。くれいつも申し上げたお返しが、現在の私達の生活の基を築いてく大事なことと考えます。親身になって支えていく事が物事の再なる成就を計ることは多くのプロ選手、音楽の演奏家等が満場の観衆の前で素晴らしいプレーを演じきるのも、回りから期待され注目される事に由り、周困から福祉活動として期待し注目されています。それと同じように、藤の里スタッフ並びに家族会の皆様が一一致力して、多くのお力を発揮しよりよい福祉サービスを提供できたら良いと考えております。お願ひも、皆々様方のご挨拶とさせていただきます。

家族会会長 梓澤 旭

藤の里も三回目のお正月を迎える事が出来ました。これも「藤の里」をとりまく皆さんの皆様のお陰だと本当に感謝しております。今号は家族会の役員のご挨拶を掲載いたしましたので、会長のお言葉を紙にさせていただきます。とりまく状況は厳しいものがあるのですが、本年も皆様と仲良く、賑々しく、毎日を楽しく送ってまいります。職員一同頑張ります。

代表 石原 恵子

ヒューマンフェスティバル



今年で2回目参加のヒューマンフェスティバル。
色々な物が展示、販売されておりとても楽しかったです。

玉敷神社 紅葉狩り



良い色付きで「もう、冬支度だね！」って
気分にはたると気持ちになります。

クリスマスイベント(ハンドベル)



ハンドベル、歌を唄い、その後の楽しみと
いえばお茶です。
お茶菓子も少しアレンジしてみました。



クリスマス前に毎日のレクリエーションの代わりとして、
この日の為のハンドベルを皆さんと一緒に練習しました。

クリスマスチャリティーコンサートに
参加させて頂きました。

芋煮会



巨大鍋を2個使い、皆さんにたくさん食べていただきました。
大きいからと言って味が薄いって事はありません。



皆さん、夢中になって食べる方と
ひとつひとつ噛みしめて食べる方と
いろいろです。





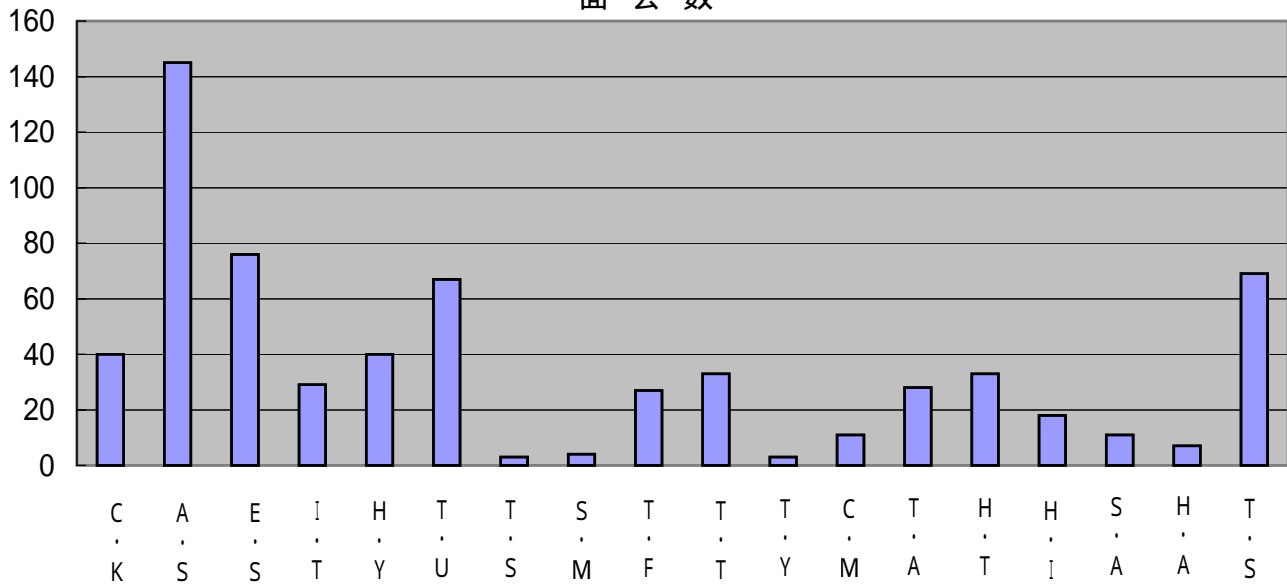
今回、近所の方々に回覧をまわしましたが、残念な事に参加される方はいませんでした。しかし、家族会、関係者の参加があり、もち米90kgが、素晴らしい、かき餅、のし餅、からみ餅、鏡餅に変身しました。



最後の最後に行った餅つき、のしたり、からめるよりも、一番の楽しみは、杵を持つての餅つきがいいと入所者さんがポロリと言っていました。多くの方々に搗くのを体感して頂きたいと思っておりましたが、時間の関係で写真の方々しか行えませんでした。次回は、より多くの参加を期待して、お待ちしております。



面会数



今回、面会簿に記載されているのみを集計いたしました。ご面会をなさいます時は、面会簿に記入をお願いいたします。

謹しんで新春のお喜びを申し上げます。

旧年中は藤の里の皆様のお世話になり、無事に過ごす事ができました事を感謝いたします。今、「介護」という言葉があちらこちらで耳にしますが、まだまだ世間一般の「介護」に対する認識が十分ではないと思う事がよくあります。

頭でわかっているにもかかわらず実際に経験すると、あまりに違うという言葉が聞きます。

藤の里の皆様の現場でのご苦労は大変だと思います。

私は御縁があって父を入所させていただき、日々、普通の生活をさせていただいています。

家で家族を介護している友人には申し訳ないと思いつつ、家族や友人の思いがけない一面が見えたり考えさせられる日々です

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

藤山 圭子

新年明けましておめでとうございます。

今年もいろいろの行事に参加させていただき「藤の里」の人達のお役に少しでもたてればと思っております。今年も宜しくお願い致します。

関根 和典

「母のこと」

長女

母は大正七年生まれ、八十七歳になりました。

一人娘で母の親の代は藍染の仕事をしていました。

教員の父と結婚、東京で生活をしていましたが母の父親(祖父)が亡くなる直前、羽生に戻ってきて農作業をしていました。

農業が機械化される迄、私と妹たちはよく手伝ったものです。

娘達が社会人になると母はバイクに乗り、カラオケ、ダンス、新日本舞踊等、他にもいろいろ習い事をしたり、また、仲人もたくさんして喜ばれました。

旅行も好きで国内はもとより、海外にも出かけておりました。物おじしない、前向きな性格でしたが、父が平成十五年に亡くなる何年か前から認知症があり、その介護からイライラしたり外出できなくなり、母も少しずつ認知症の症状が出たように思います。藤の里にお世話になる前には膝に水が溜まって、一ヶ月に二度位づつ、整形に連れて行きましたが、現在はお蔭様で、毎日、足の運動をしているとの事でほとんど整形に行かなくなりました。

本当に有難うございます。藤の里の職員の皆様には感謝しております。



「母のこと」

息子

母は、大正6年生まれで今年で89歳になります。父を私が4歳の時亡くしてから、女手一人で子供5人を育てあげました。

私が高校卒業と同時に山形から長兄の住む東京に移りましたが、昨年6月からお世話になっております。お世話になった当初は、神経質的な性格からか多少、イライラする事もありましたが、職員の方々の気遣いで、今は平穏に過ごしています。最近、東京に来てから老人会で習った詩吟をやり出し、ホームの皆様との会話も徐々にではありますがするようになった、と聞き安心すると共に職員の方々に感謝申し上げます。

今年の正月は短期間でありましたが、私の家族と過ごした事が楽しかった様で、これからも長生きして、楽しい時間を少しでも多く持ってもらいたいと、願っています。

目と耳が不自由な事から、余計職員の方々には、ご面倒おかけしますが、今後ともよろしくお願いいたします。



結婚前(22歳頃)

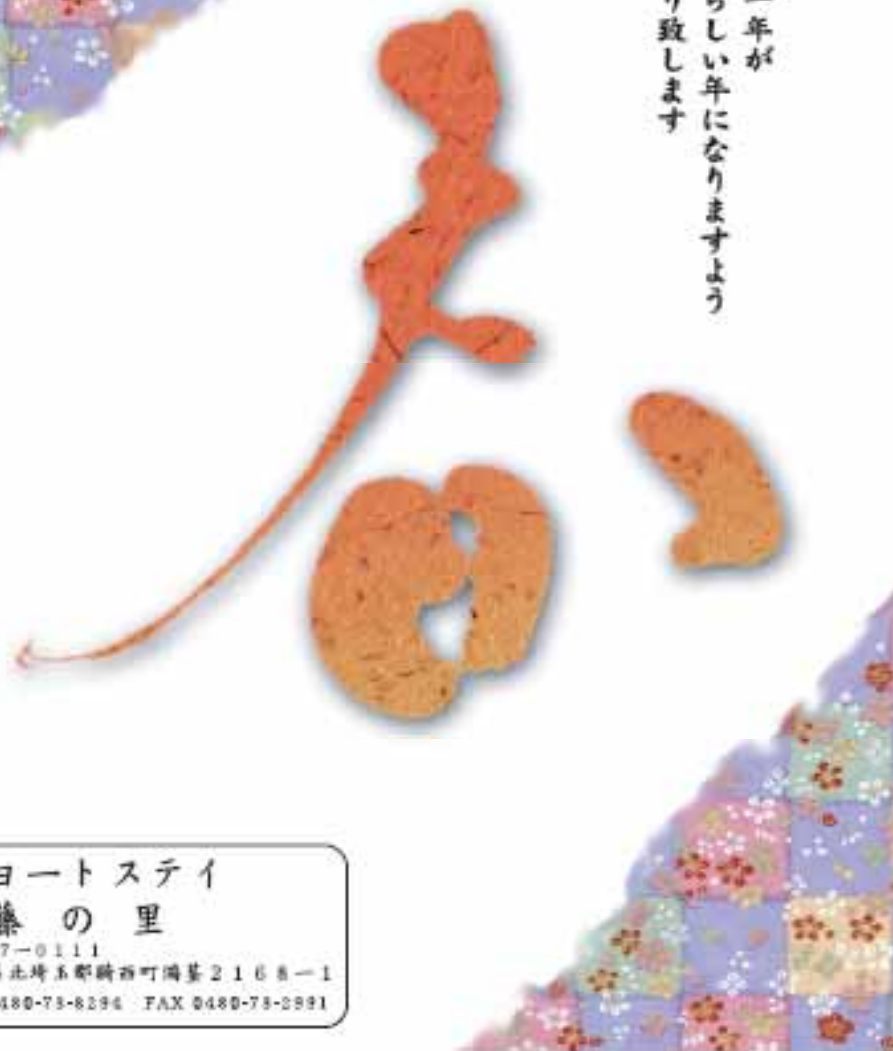


長兄の家で(3年前)

初めまして

シヨートステイ藤の里です

この一年が
素晴らしい年になりますよう
お祈り致します



シヨートステイ
藤の里

〒347-0111
埼玉県北埼玉郡騎西町湯釜2168-1
TEL 0480-73-8294 FAX 0480-73-2991

七月一日シヨートステイ開所以来
利用者様・ワーカー共に周囲の
皆さんのご指導御支援をいただき
ながら、六ヶ月が経過しました。
人生の先輩である利用者様の
ケアをさせて頂くことにつ
いては日々色々な事があり難しい
面もありますが、これからも
色々経験をさせていただき
ながら、一人前のワーカー
になれるよう日々努めていき
たいと思います。

宜しくお願いいたします。

W・C
高橋



利用者様の一日の生活をご紹介します

7:00～起床	入浴→週3日入浴していただいています
8:00～朝食	おやつ→10時 紅茶・ジュース類
9:00～入浴前のバイタルチェック	15時 手作りのケーキ・クッキー・水菓子などを 召し上がっていただいています。
10:00～おやつ・入浴	レクリエーション→ホールに集合していただき、カラオケ・ ゲームを実施、天気の良い日は散歩
12:00～昼食	作業活動とし10月には、陶芸・11月には、絵手紙教室を 実施、皆様すばらしい作品が完成いたしました。
14:00～レクリエーション	これからは→季節に合わせた行事等を実施していきたいと 思っております。
15:00～おやつ	
18:00～夕食	
19:00～就寝準備	w・c 金久保

シヨートステイ藤の里もスタート
してから、はや半年が過ぎ去ろうと
しております。

私も入社して半年、振り返るとあつ
という間だったような気がします。
あの暑い夏、愛泉苑での五日間の
研修。私に勤まるだろうか、何度
も自問自答しながら、ここまでやつ
てきました。



又、ミーティングの度に反省
させられる日々、相手の立場に
立って考え、行動しなければと思っ
ているのに、気持ちに余裕がない
のです。

そんな時、Kさんを見ていると
さすがだなあと思うのです。

まだまだ新米の私ですが、ピシバシ
ご指導していただければと

思っております。

w・c
山田

 地域の皆様そして、ボランティアの皆様と多くの方達に助けられここまでやって来ました。とても感謝しております。
これからも、どうぞ宜しくお願いいたします。又、次回の広報紙に御期待いただければ幸いです。 w・c 小池・成田 

あけましておめでとうございます

今年は例年になく寒い日が続いております
お身体大切にして元気に一年のりきりしましょう

	2006年 1月 1日現在	平均年齢	83.16歳	平均介護度	2.5
第一の法則	(最近の出来事をまったく忘れてしまう)			1月号掲載	
第二の法則	(症状の出現強度に関する法則)			4月号掲載	
第三の法則	(自己有利の法則)			7月号掲載	
第四の法則	(まだらぼけの法則)			10月号掲載	

第五の法則(感情残像の法則)

『そのとき抱いた感情は長いあいだ残っている』

認知症の高齢者は、自分が話したり、聞いたり、行動したりしたことはすぐに忘れてしまいがちですが、感情の世界はしっかり残っています。

例えば

「先生からリハビリしないとねたきりになると言われたでしょうだからやりましょうね」
「お風呂に入らないと不潔になって病気になるよ、だから入りましょうね」などとやさしく言っても「よけいな世話!!」と突然どなりだしたりします。

認知症高齢者は、介護者や家族が不用意に使った言葉に対して不快感をおぼえ、その場で反発します。長い間にわたってその不快感が残っており再度その言葉を耳にした時、感情を爆発させる事があります

高齢者の症状



「ねたきり」「不潔」「病人」などと言われた時、不快な感情が記憶として残っている。リハビリや入浴の事を丁寧に説明をうけてもすぐ忘れて、単に「うるさい人」「嫌な事を言う人」「こわい人」ととらえてしまいます。理解したり、判断したりする知的機能が低下している為、その時の感情にしたがって反応する。(理性の世界～感情の世界に移っている)



介護者の心理

夜勤者を夜も寝むらせてくれないしひどい事を言う
高齢者に対してはいい顔は出来ないと思う

対応のヒント



最初のこと事を「ありがとう助かったわ」「またお願いしますね」などほめたりして感謝する言葉を話す
相手にいい感情をあたえることが介護のコツ

2006年 入居されている方の目標、又、したいこと

- ・ お家に帰りたい
- ・ ハンドベルを習いたい
- ・ 自由に過ごしたい
- ・ 習字をおもいっきり書きたい
- ・ あべかわ餅を食べたい
- ・ 友達とお付き合いしたい
- ・ 馬に乗りたい
- ・ ポーっとしてるのがいい
- ・ 娘に逢いたい
- ・ 歯を治したい



K.U

= ご ぞんじ ですか !! =

ミネラルと糖尿病患者

人間の健康とどのような関わり合いがあるのだろうか、その一つが、糖尿病に苦しんでいる人たちの体内ミネラルにおける甚だしい欠乏です。そのためにGTFクロムの合成がままならず当然のこととして、炭水化物の代謝不全を起こすこととなります。

その次に底をついているのは、亜鉛、マンガン、マグネシウム、ポタシウム(カリウム)などの元素です、これらのミネラルは、糖の代謝とそれぞれ深い関係をもっています。

特に必要と考えられている九つの酵素のうち、六つの酵素の合成に関与していると考えられています。糖尿病患者にマグネシウムを投与すると(一日に300~400mgその病状が著しく改善されるのはそのためです。

糖尿病患者のこのような一連のミネラル欠乏は長年にわたる白米、白パン、白砂糖などの精製した食品、清涼飲料、アルコールなどの過剰摂取によるところが大きいのです。

カルシウムのお話

成年男子の体内には約1000gのカルシウムがあります。その99%は骨と歯にあり1%は血液と体液の中にあります。

カルシウムは体の中を駆けめぐって、健康の維持につとめています。働き終わったカルシウムは、尿や糞便になって体外へ排泄されます。その為に1日に600mgの新しいカルシウムを補給しなければなりません。

補給が不足すると、骨や歯から自動的にカルシウムが溶け出して、血液内のバランスをとるのです。すると骨のカルシウムが足りなくなり体調がくずれてきます。しかも、骨から溶け出したカルシウムは動脈にこびりつく性質があり急速に動脈が硬化し、高血圧が進行します。

カルシウムの役割

カルシウムが不足すると

カ	(1) 骨や歯をつくる。	骨粗鬆症になり、骨折しやすくなる。
ル	(2) 筋肉の収縮を調整する。	高血圧や心臓病の引きがねになり、こむらがりなどが起こる。
シ	(3) 神経の情報伝達に欠かせない。	イライラ、不眠症、疳の虫、校内暴力、家庭内暴力など。
ウ	(4) 血液の凝固を正常化する。	傷の治りが遅かったり、歯ぐきや、痔の出血が止まりにくくなる。
ム	(5) ホルモンの分泌の調整を行う。	膵臓のインシュリン分泌が低下し、糖尿病の原因の一つになる。
の	(6) 酵素のはたらきを助ける。	消化に欠かせない胃液や膵液などに含まれる消化酵素がスムーズに作り出せなくなり、消化不良が起こり易くなる。
役	(7) 白血球やリンパ球の相互連結物質をつくる。	かぜなどの感染症にかかり易くなる。
割		

新しい年を迎え、新ためて健康な身体づくりと笑顔のたえない年になりますように !!

『編集後記』

新年明けましておめでとうございます。昨年、この広報を家族会の皆様方と一緒に作成出来たこと非常に感謝しております。また新たな一年がスタートしました。今年も、色々な行事を企画しておりますので、是非、家族会の皆様、関係者の方々の御参加を、お待ちしております。

MA

編集発行人

北埼玉郡騎西町鴻荳2168-1・2

ホームページ

<http://www.2943.jp>

有限会社 フクシ

メ - ルアドレス group_home_fujinosato@yahoo.co.jp

グループホーム「藤の里」 TEL 0480-73-2943

ショートステイ「藤の里」 TEL 0480-73-8294

担当:石原