



元し者が立 したず味職分 おい 納れはもがたの わ恒一員一生をす
 気く様自経てこくが頑を員は職り切小まま同、好。厨昨れ例シ、グき人むがチ
 で御は分理、の感、固見の何員まりさつすじ外評紆房年まのヨおルて生け、エ
 実指じの面実職じ皆なせ面が一すアいて。職注で余をがしお！元！いはて逆ン
 り導め役の行員まが職て接出人。ピ施きお員の、曲や一たせト気プく途いにジ
 あく御割担しをし、員くを来一 | 設て互同時間折め藤。ちスでホこ中き変の
 るだ家を当てまたご、れ行る人 ルへいい士は違は、の 料テ迎！とでたわ年
 一さ族認者ゆと。利何まいのが しほるになーいあ職里 理イえムもやいらと
 年いの識、くめ 用もしまかど てんよ、の出のり員ー が藤て藤継めとず騒
 にま皆し又ケて 者考たし？ん、とう無で来なまのに、のいの続る思継が
 いす様で、アい 様え。た な 生うで理ーないし栄と 今里た里がわい続れ
 たよ、進方マく のてチ。又職 きにすをない配た養っ 年ーだー必けまして
 しう地ん向ネ管 為いや短、場 残細。いんよ食が士て はもきは要にすてお
 ま、域で立！理 になレ時今に つ小 わとくには 自四ま六では。いり
 しおのゆてジ者 とそん間年し て施 ずかーな強よチ 前回し回すい か、
 よ願皆くをヤの 考うジでのた ゆ設 思すとつ力るエ 厨の。のま けも
 うい様ーす！重 えなしし目い くー いるいてな厨ン 房お お せん ばも
 。致、藤るの要 い員けがはか にか るーれまんシの 職月 を、積 けき
 し昨の私資、又 こ々い各 いたや 事、りた！テで 員で のす 担。 利用者様全
 ま年里の質、 と、る々とそ といれ の都し。がムした 流合ま急揃にた 当で、 利用者様全
 す以丸役、又 と、る々とそ といれ の都し。がムした 流合ま急揃にた 当で、 利用者様全
 。上ー目事、 はい職が、の とる 流合ま急揃にた 当で、 利用者様全
 にで等業ケ 同ろ員自正た 決と 意を し、
 、す、をア じい、分月め 意を し、
 今。そ支プ じい、分月め 意を し、
 年ごれえラ、でわ持々、
 も利ぞてン、嬉しらちに自
 宜用れいを

「二〇〇九年 あけましておめでとうございませう
 藤の里代表 石原 恵子

あけましておめでとうございます。
 廻りの状勢を考えた時、穏やかな日差しの中で新春を迎えられた事を嬉しく思います。
 そして、日々前進にて行動したいものです。本年もよろしく！！

豆知識より

- ☆ 熱湯を注いでも割れないガラスのコップ
 ガラスのコップに熱い飲み物を注ごうとすると、金属製のスプーンを入れてからにしましょう。
 こうすれば、ガラスのコップでも割れません。
 なぜかといえば、熱を伝えやすい金属のスプーンを伝って、熱がコップの外に逃げていくので割れないということです。
- ☆ 二日酔いには干しシイタケ
 二日酔いには、干しシイタケがよく効くことをご存知でしたか？まず、干しシイタケを3枚用意して茶碗に
 いれます。そこに水を注いで10分ほど置きます。そうするとじわじわとシイタケのエキスがしみ出てくるの
 で、それをひと息に飲めばOK。しばらくするとむかつきが治ります。前の晩、ちょっと飲みすぎて気持ち
 が悪い、なんていうときにどうぞ。
- ☆ こぶ、青アザができてしまったら
 こぶや青アザができてしまったら、次の方法を試してみてください。
 まず、粘り気のあるくらいの、濃い砂糖水を用意します。そして、
 ガーゼかティッシュをこの、濃い砂糖水に浸し、患部にあてるだけ
 でOKです。
 血行がよくなって腫れもひき、痛みもおさまります。砂糖には硬くなったこぶの部分の細胞をやわらかく
 ゆるませる働きがあるのです。砂糖水はケチケチせず濃いものを作ってください。
- ☆ 極度の疲れはブドウ糖
 疲労回復には果物、特にブドウ糖をたくさん含んでいるものを摂ると効果があります。病院に行っても
 過労の患者さんに対しては、ブドウ糖の点滴や注射をしますよね。
 では、具体的にはどんな果物が良いのかというと、バナナやキウイ
 に柿など。これらはブドウ糖をたくさん含んだ果物です。いつも元気
 にいたいのならこれらの果物を、日常でできるだけ食べるよう心がけましょう。

A. M

明けましておめでとうございます。今回、この広報も結婚記念日で例えますと、木婚式(5年目)にあたりますが、銀婚式(25年目)や金婚式(50年目)まで続くように頑張ります。本年も、読者の皆様から愛されますよう、努力していきたいと願っております。これからも『藤の里だより』を宜しくお願い致します。

編集担当 岩中

編集発行人	ホームページ	http://2943.jp/07/top/
北埼玉郡騎西町鴻基2168-1・2		
有限会社	フクシ	
グループホーム	「藤の里」	TEL 0480-73-2943 FAX 0480-73-2994
ショートステイ	「藤の里」	TEL 0480-73-8294 FAX 0480-73-2991

担当:石原

細菌・ウイルスについて

微生物とは？

微生物は、地球上のあらゆる生物圏に生息し、上空5000mから地下数kmあらゆる場所から発見されています。その他、生物体内にも寄生・共生し、関係不明の多くの微生物が生息しています。その大きさに明確な定義はなく、人間の肉眼ではその構造が判別できないような生物をいう。



ウイルスとは？

他の生物の細胞を利用して自己を複製させる微小な構造体です。電子顕微鏡ではなければ観察できないほどの小さい生命体です。

ウイルスの代表的なものには・・・

ノロウイルス・O-157・インフルエンザ(鳥インフルエンザも含む) などがあります。

①ノロウイルス

人に対して嘔吐・下痢などの非細菌性急性胃腸炎を引き起こすウイルスの一種です。食中毒の原因ウイルスと知られており、秋口から春先までに多く見られます。牡蠣などの貝類による食中毒の原因になるほか、感染した人の糞便や嘔吐物らが乾燥し、菌が空中にとびそれを吸い込んだりすることによって経口感染します。



②O-157

大腸菌の一種。大腸菌は、家畜や人の腸内にも存在し、ほとんどのものが無害ですが、一部の大腸菌は人に下痢などの消化器症状や合併症を引き起こすものがあり、病原大腸菌と呼ばれています。家畜などの糞便にも時々見つかりますが外から見ただけでは菌を保有しているか判別するのは困難です。



③インフルエンザ

インフルエンザウイルスによる急性感染症の一種です。流行性の疾患でウイルスの抗原性の違いからA型・B型・C型に大きく分けられます。1～3日の潜伏期間の後に発症すると38度以上の高熱・疲労感頭痛・関節痛などの症状が現れ併せて普通の風邪と同様ののどの痛み・咳・鼻水などが見られます。ときには、腹痛・下痢・嘔吐などの消化器症状や筋肉の炎症が出る場合もあります。又急性脳症や二次感染により死亡することもあります。風邪と同様に手洗い・うがい・マスクの着用で防ぐことが出来ますが万が一高熱などが出る場合は早めに病院に行き検査されることをお勧めします。

厨房だより

今回はおかず1品を紹介します。

<豚肉の山芋巻き揚げ>

- 材料
 豚もも肉(薄切り) 1切
 梅肉 1g
 大葉 2枚
 山芋 20g
 小麦粉
 卵
 パン粉
 揚げ油



作り方

- ①豚もも肉を広げ、大葉2マイを上になべ、梅肉を塗る
- ②山芋は5mm幅・3~4cmの長さに切り、①の上へのせ巻く
- ③②に小麦粉・卵・パン粉をつけて揚げる。

一口メモ

山芋には滋養強壮・疲労回復・糖尿病予防・便秘解消・高血圧予防などの効果があるとされています。

運動会

2008.10.12



菖蒲よさこい(北桜連)

2008.10.16



ボランティアとして訪問して下さいました。皆様、両手に鳴子を持ち一生懸命踊りました。



北埼玉郡ヒューマンフェスタ

(in北川辺)2008.10.25



第6回になりました人権フェスタ、今回も参加させていただきました。今回は、北川辺生涯学習センター「みのり」で開催、たくさんの参加者、お客様が来場され、盛況藤の里から無料で、ラベンダーの匂いがする匂玉をお客様の方々にプレゼントしたのが大変好評でした。



藤の里合同消防訓練

2008.11.10

第10回目



みちのく三絃会(演奏)

2008.12.11

三味線、尺八、太鼓を使い、生演奏と曲芸を披露していただきました。入居者様は、曲が、始まると静かに耳を傾けて聴かれていました。曲芸では(左下の写真)紐が飛んでくるのではないかと、ビックリされる方もいました。最後に(右下の写真)記念写真を一緒に撮って頂きました。



もちつき

2008.12.22

家族会と職員一丸となって、80kgのもち米と格闘いたしました。のしもち・鏡餅、そして入居者様は餡子・きな粉・からみ餅の三色餅と根菜汁を食して頂きました。



クリスマス会

2008.12.24



レクリエーション



この作品は、グループホームで最年長97歳の方の作品です。

お正月の雰囲気を出すために、職員皆で、年末間近の30日に仕上げました。利用者様にも好評でした。

ショートステイ写真

2008.10.13



今年は本格的に運動会。綱引きにパンくい競争・金魚すくい?競技を早く終えてしまった人もそうでなかった人も他利用者に励まされながら楽しく時には笑顔も見られ事故も無く運動会を終えました。

職員旅行

(伊香保温泉旅行)

2008.10.19~20 26~27



今回で二回目になる職員旅行。左側が1班で赤城高原牧場ドイツ村、右側が2班で伊香保温泉河鹿橋で撮影したものです。皆さま、とても楽しかったようで、満足していました。



す交のま来てでと旅行保日
 流で出たまはも笑行とに・紅
 をき来し楽短の職二葉
 持旅な日たしガく声よ違行十も
 一担つ行い頃。いう感がういへ日見
 こを職の時スじ絶で、出一頃
 と通員仕間体らえ車少発泊の
 がじの事のを験れず中人し二季
 K出で一中過、ま目で数ま日節
 ・来面にはご舞し的是はでして
 Yたをは見す茸た。地楽また群十
 さんと思見るることとり旅でいで勢県十
 まことと出と先と話族旅香



思心り所すをか二に職
 旅いもとを。しつケ行員十
 行ま身い回普てた1つの月
 二す体つつ段楽のシて旅二
 班。ももたのしでヨき行六
 担りとり生くすンまで日
 当フは、活過がもし群・
 し違ホかご旅な馬二
 Tツうテらせ行か。県七
 シ感ル離た中な普の日
 Kユ覚でれとはか段伊の
 さんが食、お色取は香一
 き味事観思々れコ保泊
 たわし光いななニ温二
 とえた名ま話コ泉日

『編集後記』

明けましておめでとうございます今年もよろしくお祈りします。新しい年になって早くも20日経とうとしております。昨年はあわただしく過ぎてしまいやりたいことが出来ずにいましたが今年は時間を作れるようにして行きたいと思っております。コメントを書いているさなかインフルエンザにかかってしまい一週間ほど仕事を休み自宅で療養しました。皆様も体調には気をつけてお過ごし下さい。

S.S.編集担当 小白

新年明けましておめでとう御座います。

初春の候、家族会の皆様方におかれましては、益々のご健勝の事お慶び申し上げます。昨年、囃らずも会長という大役を仰せつかりましたが、この一年間を振り返ってみると、会長として、何をしたのか、又何ができたのか、と自問自答しておりますが、家族会の皆様、藤の里のスタッフの方々のご協力を戴き、行事がスムーズに行われたものと感謝申し上げる次第です。

さて、毎年末の京都清水寺管主による世相を一文字で表す書が発表されました、今年は『変』だそうです。本当に日本は変になってしまい秋葉原事件、又殺人事件等は、テレビ、新聞等で毎日のように次から次と報道されています。そこで思い出すのは、松下電器創業者の松下幸之助さんの『人間が大事』という松下イズムでした。松下さんなら今の不況による派遣社員、臨時工等弱い立場の人の解雇、リストラ等をどう思うでしょうか、又どう対処するのでしょうか、多分皆で分かち合っこの苦境を乗り越えましょうとワークシェアリングを松下電器グループで実行したと思います。『人間が大事』この言葉こそ、今一番求められているのではないのでしょうか。

今年も皆々様の益々のご支援を賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。年頭の挨拶とさせていただきます。

家族会副会長 梓澤 旭

新年明けましてお目出度うございます。

藤の里開所以来4年間に亘り、皆々様のご協力をいただきまして家族会会長を勤めて参りました誠に有難うございました。厚く御礼申し上げます。

この度は、関根和典様に会長をお願いすることになりました。これからも、家族会の一員として引続き関根会長とともに入居者皆様への応援と楽しい日々を過ごすことが出来ます様、協力出来たら良いと考えております。

平年も家族会、並びに藤の里スタッフの皆様のご健勝を祈念申し上げますと共に今後ともよろしくお願い申し上げます。

家族会副会長 小坂 多美枝

私は、高齢になり病となれば先ず家族が力を合わせ介護し最終的に病院にお世話になるものと思っていました。ですから、まだ家で何とか生活していけるのに老人ホームとかに入れてしまうのはなんと年寄りを大事にしない人たちだと思っていました。しかし今、身内が認知症を患い介護してみてもこれは大変な闘いとなるなど愕然とし、どのようなケアをするのかと不安でした。そのようなとき「グループホーム藤の里」に受け入れていただき、それまでの考えが間違っていたなど痛感しました。ボケを単なる年のせいと考えていたが認知症という病であるということです。埼玉県では、認知症を病気として正しく理解し患者とその家族を地域で支える「認知症サポーター」の養成講座を開催するなど「つらい立場を理解してくれる人を少しでも増やしたい」と呼びかけている。サポーターは特別な活動をする必要はないが、認知症は「何も分からない人」と誤解されやすいが、実際には症状に不安を抱える心理的負担が多く少しの手助けで障害を乗り越えることもできるという。

このように多くの人々の理解や協力で人生の終焉を迎えさせてあげたいと願っております。

ある夜間の出来事

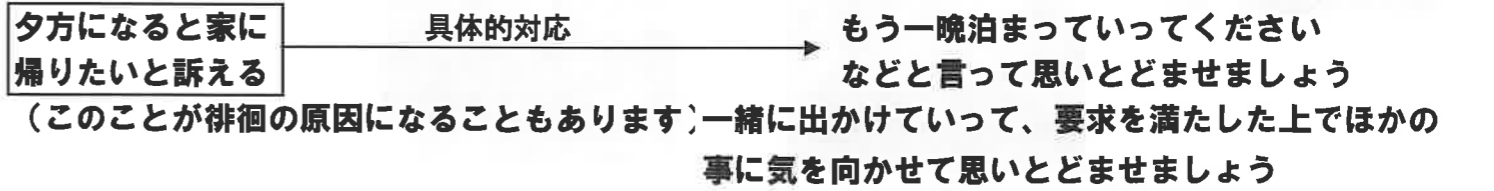
ミーティングが終わり21時頃、私服で歩いている男性職員を見て利用者の方が「変な人が来ているので誘拐されないように気をつけて」と夜勤者に話しかけている。夜勤者が「見守っているから大丈夫ですよ」と言うと「ではたのみますお休みなさい」と部屋に入っていった。

夕方症候群

家に帰りたいがる(夕方症候群)

夕方頃決まってそわそわと落ち着かなくなり「家に帰ります」と帰り支度をして出て行こうとします。大体夕暮れ時にこうしたことが起こるので夕暮れ症候群・夕方症候群などと呼ばれています。

お年寄りのいう「家」は生まれ育った家や、自分が若い頃住んでいた家であったりします。お年寄りの気持ちを思いやって否定したり、説得するようなことはしないで「家に帰りたい」と言ったら、とりあえず「そうですか、お家に帰りたいんですね」と受け止め、それから「夕ご飯食べてから帰りましょうか」「今日は泊まっていてください」などと言って、お年寄りの気持ちを別のことに引きつけるようにしたり一緒に外に出てお年寄りの思いに沿うように心がけましょう。



<p>かやにムワまけつまハたしこジ日みすダ時な事研寿もけ維すに今 ら脳老チ 幾いばけすイ調てとし常をるメ間いや究力、る持。な皆回前 行も化ヤズクつまアな。マ查いがにの見・一的こ家科・若こす単つ、は回 動老はレにをにすルい でた大きく生つス絵にと事の長いとるにて誰認は 改化誰ン行若な。ツと時病はだ切い活けポをもも、白寿こがの体もも知一 革しにジわ々つハど間の一きで傾の心 描気あ育沢遺る重もを活一症健 をまでしれしてインが発社たす向中かツく持る児卓伝か要ポ動動年予康 本！すもま脳くもマどな症会い。がでらを・ちでな二子らでイかのず防で 年。訪しを保脳 ンい率的と自あは樂す樂的しど教の心すンすなつに長 もそれよ衰つに病時一がな思らり、しる器によに授ミが。トだ日年つ生 どうんまうえこ刺の間と低つい行まどめ一をもう追はラけそにけ々齢いき うなす。さと激発はいいなま動すうるな演余。わ言クてれなでををてす ぞ衰。せがを症過つ一がすを。しこど奏裕生れつるおはりなす重書る よえ顔。ず出与年ぎたとり。変してと何すがきなて一く高まくごねい為 ろかやに來え齡て理のがスえかもをでるながかいのべ齡す人すててに しから身す、続七い由結多ウるし新見も・いいなま著きに。とこいみ一 く身体み脳け十くで果いエと行しつ良歌。なかす者とな一のとくたを おをだまのる歳ば”が高 い動いけいをしど自。・いつ生交がわい掲 願守けす情と代か生出齡デつにこまの歌か探分若順えてき流大けと載 いるで。報神にりきて者ンた変としでうししのい天まとがな切で思し たは新伝経突かがいほで意化によ各。、た時こ堂すいいどだすいま しますめなし達ネ入、いるど実識をちう自ダそく間ろ大一うを社とがまし すにくいがツし氣”とア施改起ヤ。がンれてがは学とよ持交思、すた 。は臓こストてがをいルさ革コレ樂スでも持、医一りち性い高。が 今器としつ見いつれもすンしをは、て仕学長続をま齡、</p>	<p>「認知症予防について」 N P O ふじのさと 城島敏晴</p>
--	---