

# 2ガツ



皆様こんにちは！雪が降ったりやんだりと変わった天気が続く中、風邪などはひいてらっしゃらないでしょうか？体調管理には厳しくならなければなりませんね。1月は、お正月という事で外泊や外出される利用者様が多くおられ少々人数が少なくなり寂しい日がありましたが、お正月行事・初詣・合同誕生日会、12月の28日に行われた多人数で行われたもちつき大会など多くの行事がありにぎやかな月となりました。来月は、節分・バレンタインデーがあるので皆様でチョコレートを作ったり、節分で豆まきなどを考えたいと思います。

今月も「のじり苑」新聞をお楽しみ下さい。

## ★初詣★

元旦に、希望される利用者様と一緒にのじり苑から近い所にあるうとう神社に初詣に行き参りました。神社の敷地内には出店やおみくじがあったりととても賑わっていて、お正月ムード全開でした。私達と同じく初詣される方が多くおられ大変混んでおりましたが、皆様無事にお参りを終えると「ここに来るのは久しぶりだ！やっぱり正月だから賑やかでいいね！」・「初詣なんて何年ぶりだろう…連れてきてくれてありがとうね。」など、来た事にとても喜ばれておりました。苑に戻ると、昼食としてお寿司が出されてお二ユニット合同での食事会で「うまい！私実は…寿司大好きなんだ！！」などと皆様夢中で食べられておりました。今年も、健康で無事に楽しく過ごして来年もまたみんなで初詣に行きましょうね。 佐藤 義宏



## 「餅つき大会」

12月28日、グループホーム・宅老所合同での餅つき大会を行いました。大人数での餅つきはとても盛り上がり昔ながらの臼での餅つきにとっても喜んでおりました。餅つきをしていると「あんまり水入れれば柔らかくなって水餅になるよ！！」とお話してくださり、さすが知識があるなあと感じました。教えてもらうことがたくさんあり、とても勉強になりました。また「昔はよくこうして臼についてたけど、今は機械だからね…懐かしい！」と昔を思い出しているようでした。利用者様には頭にはちまきを巻いて餅をついてもらい「重いっ！」「疲れでまった…」と言いながらも一生懸命頑張ってもらいました。ついたお餅はあんこときなこをつけて皆様に提供しました。ある男性利用者様は7杯おかわりするというすごい記録を達成しました！今回初の餅つき大会となり少々不安もありましたが、大好評・大成功に終わりとても良かったと感じております。来年もこれ以上に頑張ってもらって皆様に楽しんで頂こうと思います。



## 「あん玉・いもくじ」

1月3日にお正月行事として、あん玉・いもくじ大会を二ユニット合同で開催しました。皆様懐かしいお菓子にとっても楽しまれておりました。当たりが出ると「あはは！やったー」と喜ばれ子供の頃に戻っているようでした。ハズレばかりが続くと「なんも当んねじゃ」と不機嫌になられる利用者様もおりましたが、甘いお菓子を食べると「うまいなー」と機嫌を直され楽しく過ごしているようでした。このような当たり・ハズレがあるくじはとても人気があり、大好評でした。来年もやりたいと思います！！



S6年1月10日生まれ

祝79歳

間山良子様

いつもありがとうございます。



いつもお伝手い

T15年1月16日生まれ

祝84歳

吉田武士様

いつもありがとうございます。



いつもいただきます。

S5年1月5日生まれ

祝80歳

木村戸子様

いつも洗濯物



ごくろう様です。

### 「認知症の理解」

今月は認知症の中核症状・周辺症状についてお話ししたいと思います。まず中核症状というのは、失行（服の着脱が分からない・道具が使えない）失語（物の名前が出てこない）失認実行機能障害（段取りが立てられない・計画ができない）記憶障害（新しい事を覚えられない）などがあります。これらは、認知症の患者さんに必ず認められる認知機能の障害で、脳の器質的な障害によって引き起こされ、認知症と診断したり重症度を判定する目安になります。次に周辺症状というのは、妄想（物を盗られた）抑うつ（気持ちが落ち込む・やる気が出ない）不安・焦燥（落ち着かない・イライラする）介護抵抗（入浴・着替えを嫌がる）食行動異常症（なんでも食べようとする）幻覚（居ない人の声が聞こえる・実際にはないものが見える）睡眠障害（昼と夜が逆転する）などがあります。このような周辺症状を理解するには、ご本人の健康状態・個性・人生歴・環境や心理状態や取り巻く社会心理状態を理解する必要があります。このような行動・言動はグループホームでも良く見られ細かいケアなどが必要とされます。気分転換の為、場所や話題を変えたり声掛けを工夫するなどしています。自分もこれから勉強して認知症患者のケアに臨機応変に対応できるようにしたいです。

### 「お年玉」

1月1日に利用者様にお年玉として1000円を渡しました！とても喜んで頂き、「これで何買うかなー」など悩まれており、満面の笑みを浮かべておりました。



### 「新人紹介」

元気で明るい介護経験豊富な一児の若いママ！村川由佳さんです。よろしくお祈いします。



### 「足浴の効果」

のじり苑では、入浴の無い日は足浴を行っています。足は第2の心臓とも言われ心臓から最も離れた位置にある為冷えやすい場所でもあります。足を温める事により血行が改善され体全体の血液循環も良くなり入浴と同じ効果が期待できます。続けてやる事は体質改善に役立ちます。色々な精油を入れる事によって、気になる症状を改善できるかもしれません。例えば、便秘→レモン・パイナップル・血圧下降→ラベンダー・上昇→ペパーミントなど…皆様もお家で暇な時間がございましたら、やってみたらいかがでしょうか？

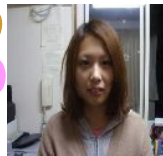


### 「職員紹介」

ちゅーりっぷユニットで勤務している桜庭さんです。両ユニットに美味しい食事を作り提供しています。



さくらユニットで勤務している豊島です。この「のじり苑」新聞・廊下の写真の掲載・請求業務などを頑張っています。



**皆様、昨年は大変お世話になりました。**

**今年も職員一同「寄り添う心・一日一日を大切に・普通の生活がいきる心地よさ」を motto に頑張っていきたいと思ひます！！**

**宜しくお祈い致します。**

グループホームのじり苑  
〒030-0122 青森市野尻字今田58-1  
TEL 017-738-6863 FAX 017-728-6448

●ブログ

<http://nojirien.livedoor.biz/>

●ホームページ

<http://nojirien.jp>

●メールアドレス

[info@nojirien.jp](mailto:info@nojirien.jp)