

認知症グループホーム

『のじり苑』新聞



4月からの暑さが続き、青々とした青葉が目にも沁みる季節となりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？

外へ出られ、ゴミ捨て、散歩へ行かれる利用者様が増えてきました。先月はほとんどの利用者様がお花見に参加されました。桜見物やお食事等をされ、とても楽しく過ごされました。これから外出などの、行事も増えることと思います。それでは、今月も『のじり苑』新聞をお楽しみ下さい！

ハッピーバースデー

12日 常田 和雄様 65歳

お誕生日おめでとうございます！12日で65歳になりました。職員から色紙を渡されると「アハハ、もう65だもんな〜」と照れ笑いされていました。

「まだまだ若いですよ」と言うと、「アハハ、んだが」と笑われていました。

これからも一緒に野球観戦をしたり、楽しく毎日を過ごしていきましょう。



山脇

楠美 フサ様 90歳

お誕生日おめでとうございます。おしぼり洗いといえはフサ様（笑）毎日、腕まくりをして、ニコニコと一枚一枚丁寧に洗濯して干して下さり、ありがとうございます。いつも優しい笑顔で職員一同いつも癒されています。いつまでも元気ですてきなフサ様でいてください。



葛西

認知症への理解

「誤嚥」とは食べ物や水、唾液が口から食道にいかず、気管に入ってしまう現象のことをいいます。特に「誤嚥性肺炎」は、高齢者の半数以上を占めており、咳反射や嚥下反射（咽頭蓋が下って気管でなく、食堂にいくように働く反射運動）が遅れ、食物が誤って気管に入りやすいのです。

誤嚥を予防するには、起きがけは嚥下の機能が働きにくいので、しっかり目覚めているか確認して食事を取る、食べ物を嚥下しやすいように調理する、飲み込める能力に合わせて一口の量を工夫する、背筋を伸ばし、顎を引いて正しい姿勢で食事を取る、等が必要になります。

他に「口腔ケア」も必要で食後、歯ブラシによって口腔内のすみずみまで磨き、舌の汚れも取り除きます。その後口をすすぎ、うがいをすることで食べ物の残りかすを取り除き口腔粘膜や舌の汚れを除去します。それによって、ものを飲み込む力が強くなり嚥下反射がスムーズに行われます。

最上 聖子

春の挨拶運動

早朝まだ肌寒いなかにもお日様がにっこり顔を出し、春の挨拶運動の開始！

7時少し過ぎあたりから、登校する子供さん達、『おはようございます』と元気に声を掛けてみると『おはようございます』と元気な挨拶が返ってきました。とてもすがすがしい気持ちになります。

特に新一年生新しいランドセルを背負い『おはようございます』と可愛い挨拶についつい『いってらっしゃい』と声を掛けてしまう私次々と学生さん地域の方々、仕事に行かれる方々が行き交い挨拶が交わされました。

挨拶は一日の始まり気持ち良く爽やかに今日一日過ごしたいものです。

そろそろ終わりに差し掛かった頃地域の方でしょうか『ご苦労さまです』と会釈をされ声を掛けてくださいました。

心温かく感じた瞬間でもあり、挨拶の重要性を再認識させられました。

このような輪がひろがり挨拶があたりまえのように交わされることが人と人との良い関係が築かれると感じます。

小笠原

上記のように「のじり苑」では、春と秋に近所にて「挨拶運動」を行っております。

今回は、残念ながら利用者様は参加されず、職員のみで行いました。「秋の挨拶運動」では早朝ではありますが、利用者様も参加されるよう努めていきたいと思っております。この活動を行う事により、ご近所の方々との交流が深まるのではないかと思います、これから職員一同「挨拶運動」に取り組んでいきます！

最上 聖子

「お手伝い」は体にいい

利用者様には、それぞれにやりたい事、得意な事、夢中になれる事、好きな事等があります。「のじり苑」では、日常的に利用者様に「お手伝い」をしていただいております。



毎日のことなので、今月から一人一人役割分担を決めることになりました。

食器洗い、食器拭き、おかずの盛り付け、掃除、縫物、洗濯たたみ、袋たたみ、などをそれぞれの利用者様が行っております。

私は、夜勤勤務が多いのでいつも利用者様には食器拭きや洗濯たたみなどをしていただいております。

ある利用者様は「いつも世話になっているから、これくらいやらないば！あんた寝ないで頑張っているんだから」と言われ、積極的にしかもあつという間に食器洗いをされ、いつも私が助けられています。他にも自ら「何かやる事ねえか？」と自ら志願する方もおられ、「のじり苑」の利用者様ほとんどの方々がとても活動的な方ばかりです。

新聞の記事によると、散歩や音楽鑑賞、料理、文章を書く事など、知的な作業を行う人は、行わない人に比べて認知症の発症率が下がること、認知症の方でも症状を遅らせる事ができると言われています。体と頭の動きをバランス良く活発にすることが、予防につながるのだそうです。

食事は一般的に魚、野菜、果物などが有効であるとされています。

「のじり苑」でも食事には栄養士の方が毎日の食事の献立ををバランスよく考えて下さるので、ほとんどの利用者様が残さずに食事を楽しまれております。

これからも職員が協力して利用者様が楽しく健康に過ごしていただけるように努めていきたいと思っております。

今月の行事予定

5月10日 母の日

5月15日 工藤やさ様誕生日

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://www1.ocn.ne.jp/nojirien/>

メールアドレス

nojirien@circus.ocn.ne.jp

新人紹介

豊島 由輝慧さん



挨拶が良く、何事にも積極的に行動する将来がとても楽しみな、新卒者で最年少の職員です。

新しい出会い

先月、チューリップユニットに新しい利用者様が入所されました。穏やかで優しい方です。

初めはとても緊張された様子でしたが、徐々に生活にも慣れ他利用者様と楽しく会話される事が見受けられるようになりました。

これから色々な思い出を作り、明るく楽しく過ごしていきましょうね！

