

きんせん



編集・発行



広報誌きんせん 第52号
平成28年7月発行

高屋町の風景



みぶのただみかみ

壬生忠見歌碑

高屋町杵原の
アスパラ畑に厳かに立つ歌碑を
紹介します



みぶのただみかみ 壬生忠見歌碑

この歌碑は、平成25年8月に梅谷秀夫氏が発起人となって建立したものである。藝文通志が、賀茂郡の古蹟名勝の筆頭にあげている「安志乃山」を、平安時代の代表的な歌人壬生忠見が詠んだということを後世に伝えるためである。「あめのあし」は、雨足と足山を懸けていて、「指南」は「しるべ」と読む。 高屋町小学校区生活協賛会

百人一首にも選ばれている
平安時代の代表的な歌人
壬生忠見が高屋町杵原にある
「安志の山」と詠んだ歌
あきの国 あしの山を
雨の降るに超ゆると云へる
ひとたびも
まだ見ぬ道にまどわぬは
雨のあしこそ指南なりけれ

フェイスブック始めました(〇)/

金泉の活動内容をご覧いただけます。

URL:<https://www.facebook.com/anzukai/>

医療法人社団あんず会金泉



ブログも毎日更新中です(・_・)/

各事業所の様子、職員の思いなど盛り沢山です

URL:<http://anzukaikinsen.blog.fc2.com/>

下記ホームページから

URL:<http://www.megaegg.ne.jp/~anzukai/>



認知症かな？と思ったら

ご家族が最初に「おかしい」と思った事は、家族も本人も今すぐに「何とかしなければならぬ」という危機感に満ちた症状でないことが大半で、また「歳のせい」と病気とは考えようとしませんから、どうしても医療機関への受診が後回しになりがちです。家族が最初に気づいた頃は、多くの場合、軽度認知障害と言って認知症ではないが、記憶力は同じ年代の人と比べると多少落ちている状態です。この時期に治療を開始することで認知症に伸展することを防いだり、その発症を遅らせたりしますので早期に医療機関に相談してください。

1. どんな症状が現れたら認知症の疑いがあるのか？

一般的な症状は、「同じことを何度も言ったり聞いたりする」「以前興味があったことに関心が失われる」、「物忘れが目立つ」「家に帰れなくなる」ことなどです。加齢に伴って誰にでも現れるこのような症状は認知症かどうか区別が付きにくいものですが、疑われる症状がいくつもあり、次第に頻繁に現れるようになった場合認知症が疑われます。

2. 認知症の初期に家族がどう対応すれば良いのか？

最初は「どこか変じゃない？」というところから始まりますが、認知症ということがわかっているのであれば、叱責したり、間違いを正したりすると、本人は屈辱感を持ったり、家族に対する敵意を抱かせることにもなりかねません。ありのままの姿を受け止めてあげること、手に負えないときは専門家に相談することが大切です。

3. 一人暮らしのお年寄りの場合は、認知症をどう判断するのか？

認知症は早期発見、早期治療が基本です。物忘れがひどくなった、場所が分からなくなった等普段と明らかに違う言動があった場合は専門医に相談をすることをお勧めします。最近「物忘れ外来」もありますので、病院に抵抗感のある方はご家族など近しい方がお連れするのが良いでしょう。

認知症には、脳の神経細胞が変性して徐々に進行していくアルツハイマー型認知症などの本来の認知症と、高血圧、糖尿病、高脂血症、心不全、慢性呼吸器疾患のように身体の病気や脳卒中、正常圧水頭症、硬膜下血腫などの脳の急性の病気などで、一時的に認知症になり、身体の病気の治療により認知症が改善する「治る認知症」の2つのタイプがあります。ご家族が「認知症」と疑った時に、それがどちらのタイプの認知症なのかをできるだけ早く鑑別する必要があります。特に「治る認知症」のタイプは、その原因となっている病気を治療することで認知症の症状も消失し、放っておくと本来の認知症に発展してしまうからです。例えば、夏の時期の熱中症では、その最初の症状として、脱水症状に加えて認知症の症状も現れます。そこで点滴などで水分を補給することで、脱水が改善され、認知症も改善されます。

このように、ご家族が「認知症かな？」と思った時、「認知症だからしかたない」「治らない」と決めつけずに、ご本人の身体の状態をチェックし、「治る認知症」であれば、できるだけ早く治療を施す必要がありますので、かかりつけ医に必ず相談してください。

グループホーム ・ 認知症テイサーサービス
ショートステイについて
お気軽にお問合せください。(佐々木)

グループホーム金泉

ぐるーぷほーむきんせん



ぽっぽっぽ
ハトぽっぽ♪



5月～6月、竹原市街並み保存地区、道の駅、海の駅への散策に行ってきました。ゆったりとした時間が流れ皆様笑顔笑顔でした。



何
食べるかね



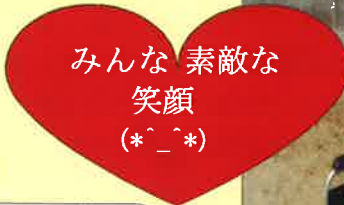
気持ち
いいねえ

次の日、入居者様から
「昨日はありがとう」
「こちらこそありがとうございます」
言葉のキャッチボールも出来てとても良かった。またどこかに行きたーいとのことでした。

日常生活



誕生日お出掛け



国立公園野呂山

ショッピング
ドライブ



母の日に花束で
ハイポーズ

ミニ運動会

5月の行事はミニ運動会でした。
皆さん汗をかき頑張っておられました。
個性的な応援合戦もあり楽しい1日でした。

選手宣誓!!!



なかなか割れないや



赤勝て! 白勝て!



温泉めぐり



日

脱水症について

人間の身体は約7割が水分で出来ていると言われています。暑い夏が近づき、これから多くなるのが脱水症です。では1日どのくらいの水分を摂取しないといけないかという基本、人間は1日に約1500ccの水分を摂らないといけないと言われています。しかし水分だけを摂っていいののか?と言うとそうではありません。ミネラルも必要です。お年寄りの方の中には排尿が近くなるのでと言って水分を控える人がいますが、これは大きな間違いです。脱水症の危険が増えてしまいます。暑い夏を乗り越える為、しっかり水分やミネラルを摂っていきましょう。



デイサービス金泉では、施設見学や一日体験を随時受け付けております
お気軽にお問い合わせください
昔ながらの造り酒屋の懐かしい空間で、ゆったりとすごしてみませんか?



行事予定 7月 そうめん流し

8月 盆踊り大会

本格的な夏がきますね。今号は園芸活動などお伝えします。

園芸活動



う〜ん〜
よいしょ〜



玉ねぎを収穫しました。今年の金泉玉ねぎは大きくて甘かったです。夏野菜も植えグリーンカーテンもこれから成長が楽しみです。玄関にも色とりどりの花を植え華やかになりました。

デコパージュに挑戦



体操



薄い紙をのりで木や紙に貼る工芸「デコパージュ」という技法でバラの小物入れを作りました。とっても可愛くできました。

嚙下体操、ストレッチ、棒体操などいろいろな運動を取り入れています。個別に腰痛体操、円背体操、転倒予防体操なども行っています。

夏の疲れは秋に出る



ここ数年、夏の暑さの質が変わってきたと言われています。「ヒートアイランド現象」という言葉を聞いたことがあると思いますがこれはエアコンの普及による二酸化炭素の排出量の増大と緑の減少などにより都心部の気温が周辺部より高くなることです。外気は異常な湿気があり、一方、エアコンの効いた室内は乾燥している状態なので体へのストレスが非常に大きく肌のトラブルも多いそうです。野菜や果物をしっかり摂り出来る限り疲れを残さない生活習慣を身につけましょう。①規則正しい食事、食欲がない場合は少量を回数増やして摂取する ②簡単な運動 ③十分な睡眠、昼寝などです。夏を乗り切り食欲の秋や芸術の秋を楽しめるようにしていきましょう。



金泉居宅介護支援事業所 本田クリニック居宅介護支援事業所

きんせんきよたくかいごしえんじぎょうしょ
ほんだくりにつくきよたくかいごしえん
じぎょうしょ

平成18年に始まった「介護予防サービス」のしくみが、東広島市では平成28年4月1日から「介護予防・日常生活支援総合事業」へ変わりましたので、お知らせしたいと思います。

介護予防・日常生活支援総合事業について

介護予防・日常生活支援総合事業（以下、総合事業といいます）とは、地域の65歳以上の方々を対象にその人の状態や必要性に合わせたさまざまなサービスなどを提供する事業です。

総合事業では、要支援に認定された方や生活機能の低下がみられる方が利用できる「介護予防・生活支援サービス事業」と65歳以上のすべての方が利用できる「一般介護予防事業」があります。みなさんの介護予防と日常生活の自立を支援致します。

介護予防・生活支援サービス事業

介護予防・生活支援サービス事業では「訪問型サービス」と「通所型サービス」を実施します。対象者は、要介護認定で要支援に認定された方、及び基本チェックリストなどにより事業対象者と判定された方です。

介護予防給付（要支援1・2の方）

通所リハビリ
訪問看護
ショートステイ
福祉用具レンタル等

介護予防・日常生活支援総合事業 （要支援1・2の方、総合事業対象者の方）

通所介護
（介護予防通所介護相当）
訪問介護
（介護予防訪問介護相当）
通所型サービスA

現在要支援の認定がある方は、平成28年4月以降、認定期間が切れるタイミングで総合事業の利用に移行することとなります。

詳細は市の高齢者支援課のホームページにも載っています。
気になることや不明な点は担当の介護支援専門員や市の高齢者支援課などにお問い合わせ下さい。。

古本 募金

きしゃぽん

当施設では
古本募金

「**きしゃぽん**」

の内容に賛同して、古本募金を実施しています。

古本募金きしゃぽんは、本、DVDなど、使い終わったものをリサイクル換金して寄付できる新しいタイプの募金システムです。

寄付できるもの

ISBNコード（国際基準図書番号）がある本

DVD

CD

ISBNコード



寄付できないもの

ISBNコード（国際基準図書番号）がない本

百科事典

マンガ雑誌

個人出版の本

VHS

ビデオテープ

寄付希望の方は電話頂ければ、ご自宅まで回収に伺います。
不明な点などあれば、問い合わせ下さい。

6月7日現在、あんず会金泉では
本、CD等 計 **2,698円**
換金額を寄付致しました。



夏向けレシピのご紹介

夏になると暑さで身体が火照り熱がこもったりします。また、なかなか疲れがとれずに食欲が落ちることもあります。夏野菜は身体を冷やす物が多いと言われ、夏野菜をしっかり食べることで身体を正常に快適に保つてくれます。夏野菜を食べて今年の夏を乗り切りましょう。そこで夏野菜を使った簡単レシピをご紹介します。

簡単夏野菜キーマカレー

材料（4人分）

豚ミンチ・・・200g
 玉葱・・・・・・1個
 人参・・・・・・50g
 ピーマン・・・1個
 なす・・・・・・50g
 スッキーニ・・・50g
 にんにく・・・・1片
 生姜・・・・・・1片

調味料

水・・・・・・200ml
 カレール・・・・2片
 ケチャップ・・・大さじ3
 ウスターソース・・・大さじ2
 塩・コショウ・・・少々

作り方

1. 野菜はすべてみじん切りにする
2. フライパンに油をしニンニク・生姜を炒めひき肉・野菜を入れて炒める。
3. 火が通ったら調味料を入れて煮込む。



編集後記

私の大好きなスイカの季節がやってきました。私はサイコロ状にして冷蔵庫に常備しています。外から帰ったら一口、風呂上りに一口と手軽に食べれるのでおすすめです！

エコキャップ運動

皆様のご協力のおかげで
 平成28年6月7日現在
252,553個
 集まっています。

職員紹介

デイサービスセンター金泉高屋



井原 洋美

皆様の笑顔を励みに皆様が笑顔になれるよう頑張っていきたいと思います。

医療法人社団あんず会 本田クリニック

グループホーム金泉
 デイサービスセンター金泉
 金泉居宅介護支援事業所

〒739-2402 東広島市安芸津町三津4333-1
 TEL 0846-46-1080
 FAX 0846-46-1081

デイサービスセンター金泉高屋
 本田クリニック居宅介護支援事業所

〒739-2102 東広島市高屋町杵原1263-1
 TEL 082-491-1071
 FAX 082-491-1072

ここで掲載されている写真の使用については、本人様又は家族様の同意を得て掲載しています。