



きんせん

編集・発行



医療法人社団 あんず会
本田クリニック

広報誌きんせん 第61号
平成30年1月発行



新年のご挨拶



医療法人社団 あんず会 本田クリニック
理事長 本田 きょう子

新年あけましておめでとうございます。旧年中はいろいろお世話になりました。本年もよろしく願いいたします。



平成30年は、医療法人社団あんず会本田クリニック開業25周年、デイサービスセンター金泉開業15周年、グループホーム金泉開業12周年の記念すべき年になります。これからの私達は、節目の年がより良い年になるように、日々努力していきます。

平成も残り少なくなり、新しい元号になる時が近づいています。東京オリンピック開催など景気のいいプランがあっても、なんとなく新しい時代に大きな希望が見い出だしにくいのは私だけでしょうか？しかしながら、理想と現実の狭間に生きる私たちは、やはり明るい未来を描いて、努力し続けるしかない、私は思っています。死にたいとSNSで仲間を集めて殺してしまう凶悪事件がありました。本当に死にたがっている人はいなかったと犯人が言う通り、死にたいは、生きたい、の一つの表現だと思います。何事も裏と表があるように、表面だけで判断してはいけないと深く考えさせる事件でした。

彼岸花は、毎年、決まったように彼岸に咲きますが、地球温暖化とか、台風とか表面的な事象に関係なく、きちんと決まった時期を知らせてくれます。本当に驚きです。そんな小さな驚きが、小さな幸せを運んでくれると思っています。そう思うと、幸せはどこにでもあり、また、不幸も同じくらいどこにでもあるということになります。あんず会は、今年もまた、小さなことからコツコツと毎日いつも通りを目指して、小さな幸せを探していきたいと思えます。



医療法人社団 あんず会 本田クリニック 金泉
施設長 北原 正樹



謹んで新年のお慶びを申し上げます。
旧年中はひとかたならぬご厚情を賜り、誠にありがとうございます。

金泉は今年、安芸津町で福祉サービスを開設させていただき15周年という節目を迎えることとなります。これもひとえに、ご利用者様、ご家族の皆様、関係諸機関の皆様、地域の皆様のご支援の賜物と心より感謝申し上げます。

これまでの15年間の様々な出来事、出会いと別れ、全ての事が金泉にとってかけがえのない財産であります。それらの財産を大切に心に留め、ご利用者様、ご家族の皆様、関係諸機関の皆様にとって、今日より明日、また巡る季節も昨年より今年がそれぞれ良いものとなりますよう職員一丸となって励んでまいります。

今年一年私どもは地域福祉に重点を置き、職員一同連携をはかり利用者の方々やご家族の方々へ安心感を与える施設づくりを目指し、質の高いサービスのご提供ができるよう、介護のあり方、サービスのあり方について日々考え、見直し、これからも更に努力精進してまいりたいと思っております。

どうぞ本年も変わらぬご支援とご厚情を賜りますようお願い申し上げます。

年頭にあたり、皆様のご健康とご多幸を祈念いたしまして、新年のご挨拶とさせていただきます。

新年明けましておめでとうございます。
本年もよろしくお祈りいたします。



本年は介護保険法の改正が4月より施行されます。昨年に引き続き、本年も地域の皆様に必要とされるサービスが提供できるよう職員一丸となって努力してまいります。

第11回運動会

五入れ競争



VS



皆さん元気に一日一笑!



RUN伴 IN 安芸津

安芸津町火とグルメの祭典

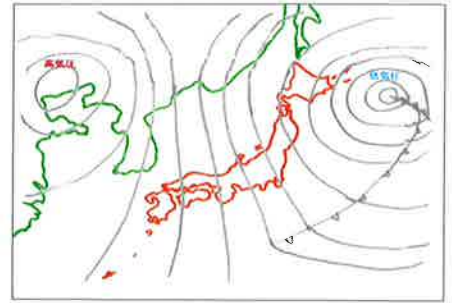


忘年会



寒波

冬になると風邪を引きやすくなります。
最悪の場合に肺炎になります。



天気予報で西高東低の冬型の気圧配置を良く聞くようになります。
西高東低の冬型になると、日本上空に北西の風が吹き込みます。
そして寒気がやってきて、寒さが増します。

寒くなると、空気が乾燥し、のどが乾き、のどの粘膜にウイルスや風邪菌が多く届き、かぜの症状を引き起こします。

感染予防として

- ①外から帰った時は石鹸でしっかりと手洗いをしましょう。
- ②十分な睡眠と栄養バランスの良い食事を心掛け、免疫力を高めましょう。
- ③予防接種を受けましょう。
- ④室内の湿度（50%～60%）を加湿器などを使って保ちましょう。

「体を温めて免疫力を高めましょう」

①腹巻をしてお腹を温める。

*お腹を温めることで、便秘の解消、胃もたれ、下痢の改善など胃腸の調子が良くなり、腰痛改善にも繋がります！

②首を温める。

*首には太い血管が通っているので、首を温めると温かい血が全身に行きわたり、身体全体を温めることができます！

③腸を温める食べ物を摂る。

*朝起きてコップ1杯の水を飲むのではなく、白湯や温かいお茶を飲みましょう！

*冷たいままヨーグルトを食べるのではなく、レンジで40度くらいまで温めたホットヨーグルトを食べましょう！

グループホームやショートステイのご相談については
いつでもお問い合わせください。 担当 佐々木



デイサービスセンター金泉

ていさーびすせんたー きんせん



明けましておめでとうございます。
 本年も利用者様やご家族の皆様、地域の皆様に
 喜んでいただけるデイサービスをめざして
 頑張っていきます。
 新しい年が、幸せな一年となりますように
 本年も何卒よろしく願いいたします。



手芸・タオル犬



卓上ボーリング

ピンポン



ゴミ袋作成



歌かるた

かきねの
かきねの♪



デイサービスでは、施設見学を随時受けつけております。
 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過ごしてみませんか？





初春のお祝いを申し上げます。
本年も出来る喜びを一緒にみつけていきます。
新春を迎え皆様のご健康と
ご多幸をお祈り申し上げます。
本年もよろしくお願いたします。



食器洗い



美味しそうな
お芋

調理



おやつ作り



楽しみながら
リハビリ♪

楽リハ・蛙叩き



このエプロン
は難しいねー

洗濯物畳み



この
真剣な顔

脳トレ・塗り絵

あんずでは日常生活の一環としての生活リハビリに取り組んでいます。
自分で出来る事を発見する事でそれが喜びになります。

新年あけましておめでとうございます。今年もよろしくお願ひします。今年は聴覚に優れていると言われる犬のように、本人・家族の話をしつかり聞く事で意向に添った支援をしていきたいと思ひます。



口腔ケア

「口腔ケア」とは、口の中を清潔に保つことで、口腔内だけでなく体全体の健康を保つケアのことです。加齢とともに身体の機能が衰えると、自力で口腔環境を整えることが難しくなるため、介護者が代わりに高齢者の口腔内に気を使ってあげる必要が出てきます。



口腔ケアの効果

●唾液の分泌を促進する

口腔ケアで口の中を清潔にすると、唾液の分泌が促進されます。また、歯ブラシなどで「唾液腺」を刺激することで、唾液腺の働きを活発にし、意図的に分泌量を増やします。唾液には歯や口の粘膜を保護したり、虫歯や歯周病を予防したりする役割があります。

●感染症や発熱を予防する

口腔ケアをしっかりと行わないと口腔内が菌の温床となり、感染症や肺炎にかかりやすくなる場合があります。口腔ケアには、感染症や発熱の予防という効果もあります。

●認知症を予防する

口を開けたり閉じたりして噛んで食べるという行為は、脳に酸素を送ったり刺激を与えたりするため、中枢神経を活性化し認知症を予防するといわれます。



●誤嚥性肺炎を予防する

嚥下（食べ物を飲み込むこと）機能が衰えると、食べ物や唾液が気管に入ってしまうことがあります。このとき、口腔内の細菌が肺に入ると起こるのが「誤嚥性肺炎」です。口腔内の汚れや細菌を減らすことは、誤嚥性肺炎の予防につながります。誤嚥性肺炎は高齢者の命にかかわることもある怖い病気なので、しっかりと予防することが重要です。

●口腔機能の低下を防ぐ

高齢者は、「噛む」「飲み込む」「呼吸する」「話す」「表情を作る」といった口腔機能全般が低下しやすい傾向にあります。口腔機能が衰えると、十分な栄養が摂取できなくなり、免疫力の低下や摂食障害につながります。口腔ケアを通して口腔機能を向上・改善すれば、体全体の健康の回復が期待できます。

内部研修「高齢者の人権」



11月24日 東広島市生涯学習まちづくり出前講座で安芸津地域包括支援センター 社会福祉士の河内久直様を講師としてお招きし高齢者虐待や高齢者の福祉について研修会を行いました。

ご本人・ご家族に対してよき理解者として支援し、皆様が安心できる施設を目指していきたいと思います。



あんずカフェ



あんずカフェで「**家族介護者教室**」を行いました。

杖歩行の介助、車イスの使い方、ベッドへの移乗について説明し、動画を見たり、実際に介助する側、介助される側の体験も行いました。

最後にコーヒーを飲みながら感想を聞くと、「体験できて、介助される気持ちが分かった」等、話しがありました。

今後も介護技術が学べる内容を企画したいと思います。





お正月に余った黒豆でリメイク!!
簡単ケーキを紹介します (*_*)

黒豆ケーキ

フードプロセッサーがあれば黒豆以外の材料を入れて混ぜると早いですよ

材料

- ・豆腐 300g
- ・卵 1個
- ・砂糖 大さじ2
- ・ホットケーキミックス 200g
- ・黒豆 100g

作り方

1. ボールに豆腐を入れ泡立て器でなめらかになるまで混ぜる。
2. 1に卵・砂糖を入れ混ぜ、ホットケーキミックスを入れさっくり混ぜる。
3. 最後に黒豆を混ぜる。
4. 180℃で40分～45分焼く。



編集後記

新年を迎え、気持ちを新たに今年こそは〇〇しようという目標を立てました。達成するために少し努力してまいりたいと思います。皆様もこの一年それぞれ目標を立て実りのある年になりますように。



エコキャップ運動



皆様のご協力のおかげで
平成29年12月10日現在

346,479個

集まっています。

引き続きよろしくお願ひ致します。

医療法人社団あんず会 本田クリニック

〒739-2102 東広島市高屋町杵原1292-1
TEL082-434-8811 FAX082-434-8812

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

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

公開中

ホームページ URL:<https://anzukai.com/>

あんず会金泉

フェイスブック URL:<https://www.facebook.com/anzukai/>



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。