

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67号
平成31年1月発行

きんせん



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

新年明けましておめでとうございます。

いよいよ平成最後の年が始まります。さて今年はどんな年になるのでしょうか。

毎年いい年になるように願っていますが昨年は、広島県も豪雨に見舞われて、大変な災害に見舞われてしまいました。全国各地で百年に一度の災害が次々と襲い、そんなに「百年に一度が何度も起こるものか」と疑いたくなりましたが、しかし、場所が違えば次々と連鎖反応のように起こり得るのだと、渋々納得して、自然の驚異を畏れるばかりでした。災害された方々には、只々、心よりお見舞い申し上げるばかりです。

何事も無く過ごせる幸せを噛み締めて、これから防災対策を進めて行かなくてはなりません。これからは、先人の話をよく聴いて、その地の由来や成り立ちを理解しなければいけません。祖先が遺してくれた石碑がなんの為にあるのか、災害に遭ってから初めて理解できた現実を受け止めなければいけません。医療も介護も先々の心配ばかりするのではなく、現実に起こっている事柄を十分に理解して、過去からの一連の流れの中で考える必要があると思います。しかし、保険制度の中で行われることなので、毎年毎年制限される事が多くなりますが、なるべくコミュニケーションを取りながら、最小の負担で最大の効果が出るように努力する必要があります。平成天皇陛下が、ご病気、ご高齢にもかかわらず国民のために各地に行幸されるお姿は、本当に心を打つものがあります。平成が終わってからゆっくりされて御身体を労られる事を願うばかりです。毎日の無事を感謝し、今日1日を大切にして今年一年が良い年になる様に努力しましょう。

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。

さて昨年も地球温暖化の影響か防ぎようのない自然災害で七月西日本では過去に経験のない猛烈な豪雨に襲われ、河川は氾濫、土砂の流出等により多くの尊い命失われております。心よりご冥福を申し上げます。不意に起こる大災害の前では災害マニュアルを超えた壮絶な環境で利用者の生命を守る職員の動機付けは、その高い職業意識と利用者との心の繋がりであったと思います。利用者と職員の『絆』それを支えるご家族と施設の信頼が根底になければならないと痛感しました。今年一年今まで以上に地域福祉に重点を置き、今何が求められ何をすべきか的確に判断し利用者の方々やご家族の方々そして地域の皆様へ安心感を与える施設づくりを目指し、災害も含め予期せぬ事態にも柔軟に考え対応できるよう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。

今年も施設ご利用者の皆様が、希望に満ちた、安心、安らぎ、ゆとりのある暮らしをお過ごしいただけるよう、職員一丸となって努めてまいりますので何卒よろしくご指導ご鞭撻をお願い申し上げ、年頭のあいさつとさせていただきます。

新年にあたり、皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

事業所新年ご挨拶

グループホーム金泉 管理者 佐々木昌江



幸多き新年を迎えたことをお慶び申し上げます。
昨年は日本国内中、大変災害が多く年でした。この安芸津の地に於いても
大変大きな災害にみまわれ、地域の皆様の苦悩の日々、そこから立ち上がる
勇姿を忘れる事はないでしょう。しかし、辺りを見渡すと災害の爪痕
はまだまだ大きく完全復活したわけでは無い、ということを思い知らされます。
これからも少しでも地域の皆様の力添えになるよう、職員一丸になって
金泉の真価を発揮していきたいと思います。

がんばろう 広島！
がんばろう 安芸津！
がんばろう 金泉！



ディサービスセンター金泉 管理者 古川 和宏



あけましておめでとうございます。
旧年中は格別のご厚情をたまわり、厚く御礼申し上げます。
昨年は大変な災害に意気消沈した一年でありました。まだまだ完全な復旧
復興には時間がかかると思いますが、新しい年が明るい年と
なりますように願うばかりです。
ディサービスとしては、本年も職員一同一丸となって業務に
務め地域の皆様に愛される事業所を目指して参ります。
本年もどうぞよろしくお願ひ申し上げます。



金泉居宅介護支援事業所 管理者 中尾逸人

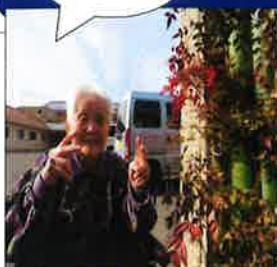


あけましておめでとうございます。
旧年中は格別のご厚情を賜り、誠にありがとうございました。
住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けられるように支援致し
ます。
今年の干支のいろんなものを食べるイノシシのように、
多くの「知識」「経験」を吸収し実りのある一年にし
ていきます。
本年もどうぞよろしくお願ひします。



1月

2018年振り返って…グループホーム金泉



桃の節句はお茶席で
楽しみました

3月



春のドライブ



5月



4月



本当は…花より団子

金泉の
一大イベント



紅白歌合戦



9月



祝!!敬老!!

11月



10月



秋のドライブ



似合ってます！
本人も大変
気に入っています。
実は…女性ですよ！

楽しめた運動会

ディサービスセンター 金泉

ていきーびすせんたー きんせん

2018年も、盛りだくさんの一年でした。
日々ご利用いただき、ありがとうございました！

レクリエーション



ポブリ作り



樂リハ



手芸



カタツムリ



畑作り



ディサービスでは、見学、ご相談など、隨時受け付けております。
どんなことでも、お気軽にお問い合わせください。
お待ちしております！



ディサービスセンター あんず

ていきーびすせんたー あんず

様々な生活リハビリや体操に積極的に取り組まれ、
2018年もイキイキと過ごされました！

おやつ作り



リズム体操



レクリエーション



生活リハビリ



掃除



老人性うつとは

正式な病名ではありませんが、65歳以上の高齢者がかかるうつ病のことを老人性うつと呼びます。老人性うつの人に見られる「1日中ボーッとしている」「なんとなく元気がない」という様子が、認知症の初期にも見られる症状であるため、認知症と勘違いされがちな点が厄介なところです。

老人性うつの症状

老人性うつの人は、「頭痛やめまい」「食欲不振」「肩こり」「吐き気」「耳鳴り」「しびれ」などの身体的な不調を頻繁に訴えてくるようになります。それ以外にも、「不安や焦燥感を訴える」「落ち着きがなくなる」「趣味やそれまで好きだったことに対して興味を示さなくなる」「出不精になる」などの症状が見られます。

老人性うつの原因

老人性うつは、自身の退職や子供の独立といった「環境的要因」と、配偶者との死別、老化に伴う精神的・肉体的な衰えなどに代表される「心理的要因」の2つが主な原因となり発症することが多いといわれます。判別が難しいケースや、環境的要因と心理的要因の両方が原因になっている場合もあります。「不安」や「喪失感」が見られる場合は、心理的要因によるうつ病である可能性が高いため、本人の言動を注意深く観察してみてください。

記憶障害（物忘れ）の有無

記憶障害は認知症と老人性うつの両方にみられる症状ですが、症状の現れ方に違いがあります。認知症の場合、最初は軽度の記憶障害から始まり、徐々に重くなっています。認知症患者は晩御飯を食べたこと自体を忘れてしまうのが特徴です。そのため、自身の記憶障害に不安や焦燥感を覚えることはありません。老人性うつのケースでは、あるとき突然数日前のことを思い出せなくなり、それによって本人の不安が高まっていく傾向があります。

予防法

老人性うつを予防するには、新しいことにチャレンジする気持ちを持ったり、積極的に会話したりするなど前向きな気持ちを持つことが重要です。定年退職後も何か新しい仕事を始めたり、趣味や習い事に通ったりすると良いでしょう。自発的にそういう行動を取らない場合は、社会や人との関わりを絶やさないように、家族や周囲の人たちが気にかけてあげることです。栄養バランスの良い食事も大切です。一人暮らしの場合や、身体的な要因で自炊するのが困難な人は、バランスの取れた食事を準備するのが難しくなり、コンビニ弁当やサンドイッチ、おにぎりなど炭水化物を中心の食生活になってしまいがちです。



太陽光を浴びたり運動をしたりすると、セロトニンの分泌を促すことができ精神が安定するので、屋外の散歩や簡単な体操などを日常生活に取り入れ、適度に体を動かすことも有効です。

治療

家族が老人性うつと診断されたときに大切なことは、本人の主張を認めることです。「つらい」「体が痛い」と訴えているときに、否定や反論をしてしまうと、ますます悲観的になり症状の悪化につながります。真摯に耳を傾け、共感してあげるよう心掛けましょう。

認知症と違い、老人性うつは適切な治療を行えば改善する病気なので、家族や周囲の人が前向きに取り組むことが大切です。早い段階で正しく対処するためにも、いつもと様子が異なるときはすみやかに医師に相談するようにしてください。

介護などのご相談があれば対応させていただきます。お問い合わせください。

あんずカフェ



マジックショー

豪雨災害で延期になっていましたが、マジックの瞬間！辛い事を忘れさせてくれました。



早田薬局の薬剤師さんをお招きし、「薬について」お話して頂きました。

嚥下障害の方の食事支援

岡山大学の本多先生よりご指導いただきました。



介護施設における感染症対策



県立安芸津病院 感染管理認定看護師よりご指導いただきました。

グリーンスカイホテル竹原



編集後記

あけましておめでとうございます
今年も皆さんの『笑顔』がたくさん見れます様に!!
きんせん広報誌を多くの皆さんに読んで頂けます様に楽しい記事をお届けしますので、これからも宜しくお願ひ致します！

エコキヤップ運動

皆様のご協力のおかげで
平成30年12月15日現在
420,119個
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

〒739-2402 東広島市高屋町杵原1292-1
☎ 082-434-8811 FAX 082-434-8812

グループホーム金泉

デイサービスセンター金泉

デイサービスセンターあんず

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

☎ 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

☎ 082-491-1071 FAX 082-491-1072

公開中

ホームページ URL:<http://anzukai.com/>

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

あんず会金泉

