



# きんせん

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91号  
令和5年1月発行



## 新年あけましておめでとうございます

皆様におかれましては、健やかに新年を迎えられましたことをお慶び申し上げます。

旧年中は、多大なるご尽力をいただき厚く御礼申し上げます。

新型コロナウイルス感染症のこの三年間は、世界中の人の動きが萎縮し、世界政治経済の変化で、燃料資源の高騰などで経済が停滞し、物価の高騰という形で私たちの生活に深刻な影響を及ぼしてきました。

鎖国のような生活も徐々に元通りの生活に戻れるように、金泉ではワクチン接種を行うなど感染予防も継続しています。早く「金泉祭」が再開できるように、今年も頑張っていきます。

令和五年は皆様にとって、陽光注ぐ春の野原をウサギが飛び跳ねるよう、明るく飛躍する年になりますように、全員一丸となって取り組んでまいります。

本年が皆様にとって幸多き年となりますよう、心から祈念申し上げます。

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

## 2023年の新春を健やかにお迎えのことと、心からお喜び申し上げます。

日頃から、医療法人社団あんず会金泉の運営に対し、ご指導、ご理解を賜り、厚く御礼申し上げます。

昨年は、いまだ終息の見通せない新型コロナウイルスの影響を始め、急速な人口減少、超少子高齢社会の進展により、私たちを取り巻く社会経済環境は大きく変容し、withコロナを見据えた対応が求められた一年となりました。

新型コロナ流行から3年、重症化減少により少しずつ日常を取り戻しながら、暗闇の中に一筋の光が差し込んできました。本年はこの光が更に拡がり、世の中全体を照らして欲しいと切に願っております。

本年も感染症対策により一層の注意を払いながら、気持ちも新たにスタッフ全員 全力で取り組んでいく所存です。

本年もどうぞご愛顧を賜りますようお願い申し上げます。

医療法人社団あんず会金泉

施設長 北原正樹

ホームページ URL:<http://anzukai.com/>

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

金泉のホームページは  
こちらか



## 謹賀新年



旧年中は沢山のご理解、ご協力を頂き、ありがとうございました。  
withコロナを模索する中、条件付きの面会やご家族様通院等の実施に至りました。  
久しぶりに家族語らいで皆様の笑顔を拝見でき喜ばしい限りです。  
今後も入居者、家族様の気持ちに寄り添って行きたいと思っております。  
本年もよろしくお願い致します。

グループホーム金泉 管理者 佐々木 昌江

## お餅つき



よいしょ〜! よいしょ〜!





令和4年ベストショット!!



**Instagram「ghkinsen」はこちらから!!**

**\* 入居者様の普段の生活の様子を見ることができます。**



GHKINSEN

グループホーム入居・認知症のご相談について、  
お気軽にお問い合わせ下さい

担当 佐々木

# デイサービスセンター金泉

## 新年の挨拶



謹んで新春をお祝い申し上げます。旧年中は当デイサービスをご愛顧いただき、誠にありがとうございました。本年も皆様に愛されるデイサービスを目指し、日々精進して参ります。このようなご時世ですので、困難に直面することがあるかも知れませんが、職員一丸となり、干支である兔のようにピョンと跳んで乗り越えていきたいと存じておりますので、本年もどうぞよろしくお願い致します。

管理者 大岡 小百合



## クリスマス会



ささやかに、楽しい時間を過ごしました



## 餅つき



おいしいですよ！



## 松ぼっくりで製作



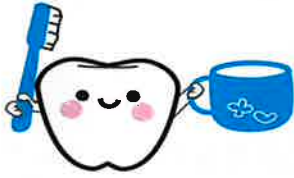
Instagramはこちらから！！

『dayservicekinsen』 →→→→→

ぜひご覧ください(\*^▽^\*)



DAYSERVICEKINSEN



## 口腔ケアはなぜ大切？

口は細菌の挿入口です。摂取した食物と一緒に、吸い込んだ空気と一緒に私たちの口の中に細菌が入ります。口腔内の不潔から歯肉炎や口内炎を起こしたり、食欲不振をきたしたりして体力が落ち、発熱や下痢など様々な症状を引き起こします。細菌を多く含んだ唾液を誤嚥することにより誤嚥性肺炎を起こすこともあります。口腔内を清潔に保つことは気分を爽快にし、食欲を増進させ意欲を高めます。また、口腔内が過敏な方の場合には、口腔内の反射抑制され、逆に反射が弱い方は反射が誘発されると言われています。

### お口のチェック

- ・ お口はにおいませんか？
- ・ 食物を取り込むと痛みませんか？
- ・ 取り込んだ食物はよく噛めていますか？
- ・ 義歯の管理は出来ていますか？

### 歯垢のチェック (溜まりやすい箇所)

- ・ 歯と歯の間
- ・ 前歯の裏
- ・ 歯と歯肉の境目
- ・ 歯の溝

### 義歯のチェック

- ・ 義歯は歯茎に十分フィットし、奥歯のかみ合わせができていますか？  
※フィットしていない場合は早く歯科医に相談しましょう。
- ・ 義歯は容易につけたり外したりできますか？
- ・ 義歯を取り出したら上手に洗浄出来ますか？
- ・ 義歯を浸けておく容器が準備できていますか？

参考文献 ステップ方式で学摂取・嚥下 リハビリテーション

デイサービスセンター金泉では、ご利用者様を募集しております。  
相談なども随時受け付けておりますので、お気軽にお問い合わせください。  
(現在はコロナウイルス感染症予防のため、見学はお断りしております。)

## 金泉居宅介護支援事業所

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。

私たちは、利用者・家族の想いに寄り添い住みなれた地域で住み続けるように支援していきます。また自己研鑽のため、地道にひとつずつ、目の前のできることから取り組んで参りたいと存じます。

本年も変わらぬお引き立ての程よろしくお願い申し上げます。皆様のご健勝とご発展をお祈り申し上げます。

管理者 中尾逸人



## 夏より危険！ 冬の「かくれ脱水」に注意！

脱水症や熱中症は「暑い季節に起こる」というイメージが強いのですが、実は夏と冬の年2回ピークがあります。

脳梗塞や心筋梗塞のリスクも高くなる、特に高齢者にとって危険な「冬のかくれ脱水」に気をつけましょう。



### 「冬のかくれ脱水」とは

脱水症は、身体から水分がじわじわと失われることで起こります。

1. 最初は「口の中がねばねばする」「だるい」といった症状から始まり、
2. 放っておくと「食欲低下」や「立ちくらみ」などが起こります。
3. さらに悪化すると「脳梗塞」や「心筋梗塞」のリスクを高めます。

冬に脳梗塞や心筋梗塞が多いのは寒さで血管が縮むことが原因と考えられていましたが、**脱水により血液がドロドロになる事も原因の一つ**と考えられます。

### 「かくれ脱水」の原因

#### ◇湿度の低下

日本の冬は乾燥した気候が続きます。身体にとって快適な湿度は50～60%ですが、冬場の湿度は50%以下になる事が多くなります。外気が乾燥すると知らないうちに身体から水分が失われていきます。不感蒸泄（ふかんじょうせつ）と言われ、皮膚や粘膜、呼吸などから意識しないうちに失われていく水分が増えます。

#### ◇意識の低下

夏は汗をかくので水分を補給しないと脱水症・熱中症になってしまうという意識が働きますが、冬は汗をかきにくいので、警戒心が下がりがちです。また、寒いから冷たい物は避けたい、トイレに行く回数が増える、という理由で飲むことを控える方も多いようです。

### 「かくれ脱水」を防ぐには

室内を50～60%の湿度に保てるよう、加湿器を置く、換気をする、濡れたタオルを干す、洗濯物を干す、ストーブにはやかんをかけるなど、ちょっとした工夫で乾燥を防ぎましょう。

また、喉が渴いていなくても意識してこまめに水分を摂るようにしましょう。食事の時にいつもより少し多めに水分をとる、朝起きた時、寝る前、入浴の前後にもしっかりと水分を摂って脱水症を防ぎましょう。



### ケアマネジャーがお手伝いします

介護保険新規申請や介護などで困ったことがあれば、気軽にご相談ください。当事業所のケアマネジャーが対応させていただきます。



## 消防訓練



消防訓練を行いました。

実際の火災を想定し、消防署への通報～避難誘導まで速やかに行うことができました。最後に訓練用消火器を使い、消火器の使い方や消火の手順を確認しました。



赤い電話は火災専用電話機です。



## 社内研修



心肺蘇生法の研修を行いました。

東広島消防署安芸津分署の方のご指導のもと、胸骨圧迫やAEDの使い方について学びました。当日研修が受けられなかった職員も消防署よりAED等をお借りして全員が胸骨圧迫やAEDの操作を実施しました。



# 門松づくり ～新年を迎えるために～

お正月を迎えるため、職員が門松づくりをしました。



## 干支についての話



ね、うし、とら、う、たつ、み、うま、ひつじ、さる、とり、いぬ、い、と十二支、言えますか？  
さて、ネズミは動きの遅い牛が前の晩から出かけ、その背中に乗って、神様の門が開いた瞬間に飛び降りて1番になったという話と 猫に神様のところに集まる日は元旦でなく1月2日と嘘をついて十二支に猫が入らなかったという話は有名ですが、なぜ自分で歩かず、嘘をついたネズミが干支の1番で許されているの？って思ったことはありませんか。



実は動物が集まって神様から「来年から1年ごとにリーダーを決める。元旦の朝、挨拶に来た1番から12番までをリーダーとする。」と宣言した後、神様がネズミだけを呼び止めて「一番小さなお前を最初のリーダーにしようと思っている。他の小さな動物に勇気を与えることと小さくてもリーダーに従わなければいけないことを示したい。なんとしても1番になれ」と言われました。

「神様の気持ちの答えるため、嫌われてもしょうがない」と覚悟を決め、1番になったそうです。神様から言われていたことを守っただけなんですね。



今年うさぎ年。うさぎは跳びはねることから、飛躍するという象徴になります。さらに、たくさんの子を産むことから豊穰、子孫繁栄のシンボルになっています。皆様にとって良い年になりますように！！

### 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  
☎ 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 金泉居宅介護支援事業所

〒739-2402  
東広島安芸津町三津4333-1  
☎ 0846-46-1080 FAX 0846-46-1081

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。