オニオンコート

ねぎねぎだより

発　行　　令和３年４月　第５９号

発行者　　オニオンコート広報委員会

社会福祉法人　百合の会
オニオンコート
TEL　（011）774-2133
FAX　（011）774-3377

令和３年事業年度のご挨拶

社会福祉法人百合の会
オニオンコート
施設長　米木　敏洋

令和３年の春、日頃よりオニオンコートにおける老人福祉事業に対するご理解、ご協力を賜り、皆様には心より感謝申し上げます。

４月より介護保険も改定となり、皆様方にはご負担を強いることとなりますが、これまで以上に充実した福祉サービスの提供に努めてまいりますので、ご理解のほどよろしくお願いいたします。

昨年度は新型コロナウイルスに対する忍耐の一年でした。私たち百合の会がやるべきことは終息の見えない新型コロナウイルスに対して感染防止の取組みをこれまで以上に継続しつつ、今後接種が始まるコロナワクチンが感染拡大防止の効果を発揮することを願いたいと思います。入居者様、ご家族様にはご不便をおかけいたしますが、今しばらく御辛抱ください。

特養部門では、昨年７月より行っていた多床室（２人、４人室）のプライバシー化改修工事が完了し、入居者の皆様に過ごしやすい生活環境の向上を目的とした施設整備を行うことができました。また、地域の皆様に向けては介護予防センターの活動が開催自粛のため、参加者を募ってオンラインでの体操教室、ＤＶＤやリーフレット配布による介護予防の啓発を行い、デイサービスではコロナによる買い物自粛等を踏まえ、帰宅後に食べれる「おにぎり」の販売を始めました。今年度も継続して行ってまいります。

オニオンコートでの安心安楽な生活をしていただくために、経営理念である「もっと楽しく」「もっと美味しく」「もっと美しく」を実践し続け、ご利用者様、ご家族様、地域の皆様、そして各関係機関の皆様にも令和３年事業年度もご指導、ご協力の程、よろしくお願いいたします。

特養2階

念願のお寿司、大満足！

誕生日にお寿司いただきます！

デザートプレート素晴らしい！

アイスクリーム冷たくて美味しいです

誕生日のお花と記念撮影

今号は個別誕生会とひな祭りの行事の様子をご紹介いたします。
誕生日を迎える入居者様の希望を叶えられるよう担当職員が個別に誕生会を企画し色々なお祝いをしています。その一部をご紹介いたします。
3階は毎年恒例のひな祭りの行事の様子を写真にて紹介いたします。玉入れのゲームをしたり、ひな祭りの歌をうたったり皆様楽しまれたご様子でした。

特養3階

ひな祭り

笑顔でパチリ！

玉入れゲーム、負けないわ！

ひな祭りでハイポーズ！

男性陣も負けません！

デイサービス

ひな祭り

ひな祭りでは雛人形を飾り、一人ひとり桜餅を作って甘酒と一緒に食べました。

手芸クラブ

余暇活動の時間を利用しカタログの中から、みなさんにお好みの物を選んで頂き、取り組んでいます。

LEDライト完成

きめこみ制作中

おもちつき

せーの、よいしょ！！

おもち美味しくてお箸が止まらないわ

青鬼さんにあたりました！

まだ豆残っているかなぁ？

杵重たいけど、頑張ります！

美味しいお餅ができますように♪

グループホーム

毎年恒例の新年のお餅つきと無病息災を願っての豆まきの様子を写真でご紹介いたします。

鬼を退治して勝利のポーズ！

居宅介護室より

今回は、『認知症』についてご説明します。認知症は何かの病気によって起こる症状や状態の総称です。老化によるもの忘れと認知症はちがいます。

認知症は、何かの病気によって脳の神経細胞が壊れるために起こる症状や状態をいいます。そして認知症が進行すると、だんだんと理解する力や判断する力がなくなって、社会生活や日常生活に支障が出てくるようになります。

認知症のほとんどを占める3大認知症
- アルツハイマー型認知症：約６０％
- レビー小体型認知症：２０％
- 脳血管性認知症：１５％

	アルツハイマー型認知症	レビー小体型認知症	脳血管性認知症
脳の変化	老人班や神経原繊維変化が海馬を中心に脳の広範囲に出現する。脳の神経細胞が死滅していく。	レビー小体という特殊なものができることで神経細胞が死滅してしまう。	脳梗塞、脳出血などが原因で、脳の血液循環が悪くなり、脳の一部が壊死してしまう。
画像でわかる脳の変化	海馬を中心に脳の萎縮がみられる。	はっきりとした脳の萎縮は見られない事が多い。	脳が壊死したところが確認できる。
男女比	女性に多い	男性にやや多い	男性に多い
初期の症状	物忘れ	幻視、妄想、うつ症状、パーキンソン症状	物忘れ
特徴的な症状	認知機能低下 物取られ妄想、記憶障害、徘徊、とりつくろいなど	認知機能低下（注意力・視覚等） 認知の変動、幻視、妄想、うつ症状、パーキンソン症状など	認知機能低下（まだら認知症） 手足の痺れ、麻痺 感情のコントロールがうまくいかない。 など
経過	記憶障害から始まり徐々に広範な障害へ進行する。	調子のよい時と悪い時を繰り返しながら進行。	原因となる疾患によって異なるが、比較的に急に発症し、段階的に進行していく事が多い。

軽度認知障害（MCI）とは・・

健常者と認知症の中間にあたる、ＭＣＩ（Mild Cognitive Impairment：軽度認知障害）という段階（グレーゾーン）があります。ＭＣＩとは、認知機能（記憶力、言語能力、判断力、計算力、遂行力）に多少の問題が生じていることが確認できますが、しかし日常生活に支障がない状態のことです。

最も重要なのは「早期発見」と「早期からの予防対策」です。

認知症は本人のみならず、ご家族にも身体的、精神的、経済的な負担が大きく、更に医療、社会、経済的なサポートが必要となります。軽度認知障害（ＭＣＩ）の段階での早期発見を行うことにより、認知症への進行を食い止めることができます。

脳の状態を良好に保つためには食習慣や運動習慣を変えることが、認知機能を重点的に使うためには対人接触を行うことや知的行動習慣を意識した日々をすごすことが重要です。

1.食習慣	野菜・果物（ビタミンC、E、βカロチン）をよく食べる。 魚（DHA、EPA）をよく食べる ポリフェノールを摂取する。
2.運動習慣	週3日以上有酸素運動をする。
3.対人接触	他者とよく会話を行い楽しむ。
4.知的行動習慣	文章を書く・読む・指先を使う、博物館に行くなど。
5.睡眠習慣	30分未満の昼寝、起床後2時間以内に太陽の光を浴びる。

何か日々の生活でお困りな事が御座いましたらオニオンコート居宅介護支援事業所にご相談ください。

行事予定

令和3年6月末までの行事予定をお知らせします。
近くなったら施設内にポスターで掲示して、あらためて皆様にお知らせいたします。

4月

12～16	デイサービス誕生会
14（水）	特養・グループホーム誕生会
26（月）	デイサービスランチバイキング
28（水）	フラワーアレンジメント教室

5月

17～21	デイサービス誕生会
18（火）	デイサービスランチバイキング
20（木）	特養・グループホーム誕生会
26（水）	フラワーアレンジメント教室

6月

21～25	デイサービス誕生会
23（水）	デイサービスランチバイキング
25（金）	特養・グループホーム誕生会
30（水）	フラワーアレンジメント教室