

# しづみっ湖



202号 令和4年3月10日 発行

## ル・サンテリオン東郷

〒689-0731  
鳥取県東伯郡湯梨浜町野花443-1  
TEL 0858-32-2570  
FAX 0858-32-2574  
介護老人保健施設  
短期入所療養介護  
通所リハビリテーション  
訪問リハビリテーション  
グループホーム  
居宅介護支援センター

## ガーデンハウス野花

〒689-0731  
鳥取県東伯郡湯梨浜町野花440-2  
TEL 0858-48-6100  
FAX 0858-48-6101  
小規模多機能型居宅介護  
サービス付き高齢者向け住宅  
グループホームゆりはま  
〒689-0703  
鳥取県東伯郡湯梨浜町長江310-77  
TEL 0858-32-1610  
FAX 0858-32-1611  
グループホーム



ル・サンテリオン東郷も加入している  
全国老人保健施設協会のイメージキャラクター“ROKENくん”  
まだ雪深い夜の大山に星空を見に行きました

# 3階入所



ひなまつり行事を行いました。手作りの甘酒とお饅頭を食べお祝いしました。  
ご利用者もお内裏様とお雛様に変身しましたよ。

# うれしいひなまつり

3月3日桃の節句に“ひな祭り喫茶を開催しました。デコレーションしたおやつと飲み物でゆっくり茶話会を楽しんでいただきました。

# 2階入所



# 通所リハビリテーション

3月3日に職員によるひな祭りコンサートが行われました。日頃、触れることの少ない生の楽器の音色に癒され、皆さん聴き入っておられました。



# ひな祭りコンサート♪

# グループホーム東郷

飲み物・おやつを食べてから、ソファーでくつろいだり、本を読んだり、好きな歌番組を見て過ごされる事が日課になっています。

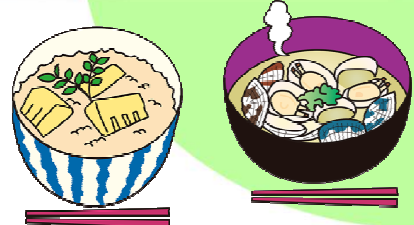


## リラックスタイム



先日、昼食作りを手伝って頂きました。  
今まで培ってきた経験で手際良く作られました。

# グループホームあつたま



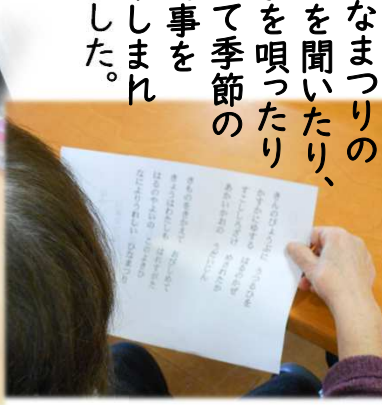
## ひなまつり

桜餅を手作りしました  
皮がもちもちしていて  
好評でした



ひなまつりの話を聞いたり、歌を唄ったりして季節の行事を楽しみました。

# ガーデンハウス野花



# 令和3年度 介護老人保健施設 満足度調査結果

皆様から頂いたご意見を今後の施設運営の改善に活かしていきます。  
ご協力ありがとうございました。

## 職員は話しかけていますか？

十分	32%
普通	60%
不十分	0%
悪い	0%
無回答	8%

### ◇ご意見◇

多忙な職場なので難しい面はありますよね。  
着替えを持って行くときに近況を教えてもらっています。

## ケアプランに希望が反映されていますか？

十分	76%
普通	20%
不十分	0%
悪い	0%
無回答	4%

### ◇ご意見◇

状態をよく把握しながら負担感の無いように  
実施・維持されています。  
本人の体調を見てプランの計画がなされています。

## 職員の説明はわかりやすいですか？

十分	68%
普通	28%
不十分	0%
悪い	0%
無回答	4%

### ◇ご意見◇

施設内で共通認識ができており話がスムーズに  
伝わり安心しています。  
けがをした時など丁寧に連絡を頂いています。

## ケアプランはわかりやすいですか？

十分	52%
普通	44%
不十分	0%
悪い	0%
無回答	4%

### ◇ご意見◇

丁寧に説明していただいています。  
できればもう少し詳しく聞けたらいいですね。

## その他、頂いたご意見に対する改善策

### ◇ご意見◇

着信があり折り返し連絡を入れると、特に夕方  
以降にどの職員が電話したかわからないと言われる。

事務所内ホワイトボードに誰がどのご家庭に連絡  
したか記入して、全職員がわかるようにしました。

### ◇ご意見◇

もう少し様子が聞けるとありがたいです。

洗濯物の受渡時にご利用者の生活の様子を確認  
してご家族に伝えるようにします。

## 職員の態度・身だしなみ等はどうですか？

十分	63%
普通	36%
不十分	0%
悪い	0%
無回答	0%

### ◇ご意見◇

親切・丁寧で好感が持てます。  
挨拶等礼儀正しさが身についています。  
電話対応は適切です。

## 編集後記

### 「スマホ疲労脳」

先日スマホの使い過ぎによる様々な  
悪影響についてテレビで放送されて  
いました。スマホの使いすぎは現代  
の子どもたちの発達に大いに影響を  
及ぼしているとのことでした。

- ・ うっかりミスが増える
- ・ 感情コントロールの低下
- ・ 自律神経の乱れによる  
身体的な不調

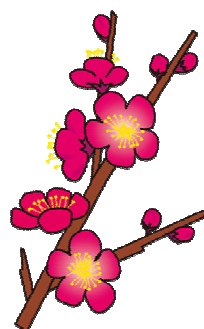
いろいろな情報が簡単に手に入るの  
で今の生活にはもう欠かせないアイ  
テムとなっているますが、身体・精神  
面のことを考えると「適度」な使用  
を心がけていかなければと思いまし  
た。

(森岡)

## 今月の作品

横柳 川の瀬並みに おしぎする  
春浅 水連のつぼみ ふくらみぬ  
せりつめば 寒明けの水 手にしみる  
暖冬で 梅のつぼみも ふくらみぬ

川本嘉幸



# 一生感動

# 一生青春

第235号 令和4年 3月10日 発行



鬼が登場したところで、「鬼は外！！福はうち！！」と掛け声を行ない節分行事を開始しました。

鬼に向けて、新聞紙で作った玉を一生懸命投げられ方・鬼に手渡される方・握りしめて鬼と見つめ合っておられる方がいました。最後は、鬼と記念撮影して歌を口ずさみ、美味しい甘納豆を食べました。



## 鬼がきた～



うわ～鬼は外～  
福はうち～



はい、どうぞ  
ここあるよ



📷 はい、チーズ



よし、せ～の！！

## 節分



じっと鬼を見つめる



# 元気のみなもと

感染症対策にて、面会が出来ず、利用者様・家族様は寂しい思いをされていると思います。お会いする機会が無い状況ですが、家族様からのお手紙・誕生日プレゼント・お菓子が届き利用者様本当に喜んでおられます。



# お菓子作り



恵方巻  
うどん  
れんこんきんぴら  
鬼和菓子



2月

御馳走



節分の日には御馳走を食べました。  
「美味しいなあ〜」  
「何の顔かな？」と鬼の和菓子を嬉しそうに食べておられました。

## 編集後記

夜の寒さとは違い日中陽が差すと春を感じる時もありますね、寒暖差にコロナウイルスだけではなく体調にも気を付けていきたいと考えております。そこで私、甘酒作ってみました！なんとスーパーで麴も売ってあり作り方まで記載されて炊飯器で素人でも簡単に美味しくできます一度試してみてくださいませ。

津村



4月の予定  
花見外出



様のご様子

担当者名 (

)



# 一笑満開



第18号 令和4年 3月10日 発行



## 職員紹介



長谷川 由香利 調理員

利用者様はもちろん、職員も笑顔の多いグループホームです。  
「笑顔で心の栄養」  
「食事で身体の栄養」  
のサポートが少しでもできるよう頑張ります。

## 節分

鬼は外、福は内…

2月3日に節分会を行いました。鬼が現れると、ご利用者様は、丸めた新聞紙を力いっぱい投げておられました。これで鬼も退散！！無病息災を祈りました。

鬼が来たわ～!!



痛い！ 痛い！

ええーい!!  
逃げろ逃げろ～

## 認知症豆知識

認知症の薬について、詳しく紹介していきましょう!!

### ★「アリセプト薬」について…

脳内の神経伝達物質であるアセチルコリンは、覚醒させる作用や、やる気を起こす作用があります。アルツハイマー型認知症やレビー小体型認知症では、このアセチルコリンを作る細胞が減少する傾向にあります。そこで開発されたのが、アリセプト(ドネペジル)なのです。神経細胞を増やすことは出来ませんが、シナプスでのアセチルコリン分解消失を抑える効果があるのが、この薬なのです。前回もお話したように、同じような効果のお薬として、レミニールや、貼り薬のリバスタッチがあります。

アリセプトは、活動的になるお薬と言われています。ただ、効きすぎると、活発になりすぎたり、時には頻繁に怒るといった症状が出てくる事があります。このような場合は、薬量の調整を行っていきます。

これらの薬の副作用として、胃腸障害があげられます。アセチルコリンによって胃酸がたくさん分泌される事で、食欲低下や嘔吐などの症状が見られます。また、腸の運動も活発になるので、下痢になることもあります。

私たち職員は、薬の効き過ぎや副作用には十分注意し、症状がみられる時は、主治医に報告し、薬の調整を行っていただいています。

# 認知症予防活動

自分で配色を考えて、木の棒にカラフルなストローを挿していく指先運動です。



同じ数字を探して、数字を当てはめていく作業です。



趣味を生かして裁縫をしておられます。指先を使う細かな作業は、認知症進行予防に効果的です。



牛乳パックで作ったバランスゲームです。上下左右のバランスを考えながら、指先も頭も使い、集中力が必要な活動です。

# 2月誕生日会

ささやかではありますが、2月生まれのご利用者様のお誕生日会を開催しました。



# 集団レクリエーション

## ボーリング

狙いを定めて…「それっ!!」本気だけど、笑顔いっぱい楽しんでおられます。



## 魚釣り大会

大きな魚を1本釣りか…  
小さな魚をたくさん釣るか…  
高級松葉ガニや伊勢海老を釣るか…



# 春を感じさせる

## 水仙のお花が届きました\*



# お知らせ ZOOM面会を して頂きませんか?

現在、新型コロナウイルス感染状況により、窓越し面会や対面面会に制限を設けさせていただいており、ご家族様をはじめ、関係者の方々にはご不便をおかけしております。面会の代替手段として、ZOOM面会を行っています。ZOOM面会では、インターネットが繋がっていれば、県内はもちろん、県外や海外にお住まいの方でも面会が可能です。

### 【準備していただくもの】

インターネットに繋がっている  
スマートホン・パソコン  
タブレットなど...

### 【費用】

ご自宅の通信環境によって、通信料がかかる場合があります。

### 【ZOOM面会の申込】

事前予約が必要です。

電話(0858-32-1610)までご連絡ください。



# 編集後記

鳥取県でのコロナ陽性者数が増え、外出するのも気が引けてしまっているのが多いですが、皆様はどのようにお過ごしですか？  
3月といえば、ひな祭りがあります。桃の節句とも言われますが、なぜ桃の節句と呼ばれるのかご存じでしょうか？桃の花は3月下旬に咲き始めるので、句ではありませぬ。ですが、本来は旧暦3月3日(現在で言うところには4月上旬)に行われていたため、ちようど桃の時期であり、桃の節句と呼ばれるようになったそうです。そして、桃の花には魔除けと長寿のパワーがあるとされています。コロナに負けまいように、元気に過ごしましょう。

北田

# 3月予定 ひな祭り 桜餅づくり





# のきよう ガーデンハウス野花

令和4年3月発刊

ガーデンハウス野花  
小規模多機能型居宅介護事業所  
サービス付き高齢者向け住宅  
〒689-0731  
鳥取県東伯郡湯梨浜町野花440-2  
TEL:0858-48-6100

## ひな祭り

利用者と職員で桜餅を作り、ひなまつりのお話をした後で歌を歌いました。最後に温めた甘酒と桜餅をを皆でいただきました。



## 雑学クイズ

ひな飾りは昔の何の様子を表しているでしょう？

- ① 婚礼
- ② お正月
- ③ お見合い



答えは裏にあります



## 風船バレー



# 浴室

ガーデンハウス野花の浴室を紹介します。  
それぞれご覧のようなところで入浴いただいています。

## 2階 サービス付き高齢者向け住宅



一般家庭と同じようなユニットバスですが、脱衣室は広くとられています。

## 1階 小規模多機能型居宅介護



身体負担をかけずに入浴できるようリフトも設置されています。

## 編集後記

春らしさが感じられるころになりました。少しずつではありますが朝の寒さで布団から出ることが大変ではなくなってきました。

まだ、たまに気温が低くなる日もありますが、すでに体調を崩さないように気を付けましょう。

三好

## クイズの答え ①

宮中の内裏で行われた天皇と皇后の結婚式を模したものとされています。