



# ハッピーメディック通信

発刊日 2023.7月 Vol.15  
有限会社ハッピーメディック



暑中お見舞い  
申し上げます



## 【ローマリンダ】

### 『認知症ってどんな病気？』

ローマリンダにはいろいろな方が入居されています。身の回りのことは自分でできる方、車いすを使用し介助がないと生活できない方、認知症を抱える方…その中でも認知症の方の対応は難しく試行錯誤の日々です。認知症というと「記憶の苦手」=（イコール）「認知症」と考えがちですが、認知症は短期記憶の障害だけではありません。

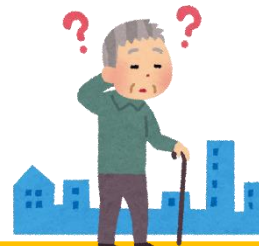
まずは「認知症」を正しく理解するために認知症という言葉を一文字ずつ分解して考えてみましょう。

認知症の「認」は「認識」の認。「わかる」という意味です。

次に認知症の「知」。知は「知識」の知で、「知っている」という意味です。

認知症の方は生活の中で、「わかる(認)」と「知っている(知)」に苦手の波(症状)が起こる時があるため、「誤解」と「曖昧」の中で生活しているわけです。すべてができない、わからないではなく、苦手なことに波があるのです。私たちも認知症だからわからないんだ、できないんだと決めつけてしまう時があります。生活の中でわかる、わからないがあるのはとても不安なことだと思います。

一人一人の症状に波があることを理解して、できるだけ安心して頂けるように入居者様の生活のサポートに努めてまいります。



## ～ローマリンダより～



新型コロナが5月より5類に変更になったことを受けてローマリンダにおいても徐々に外出などの緩和も行っております。自宅の事が気になっている方やお墓参りがしたい方がみえたので自由に外出してもらえることがとてもうれしく感じております。とはいえ、館内では職員はもちろんの事入居者様にもマスクの着用をお願いしております。また、感染拡大の折は入居者様、家族様に負担をかけることがあるかもしれません。これからも変わらず宜しくお願い致します。

今冬、インフルエンザの感染は1人も見えませんでした。有難いことだと思っております。



## 【管理栄養士の一言メモ】

いよいよ本格的な夏がやってきます。暑くなり始めるこの時期は、暑さが体が慣れていないので熱中症などに気を付けて過ごしてください。こまめな水分補給と共に食事をしっかりとって、暑さに負けない体を作りましょう。

◎避けてほしい「こ食」

- ★孤食…一人で食べる
- ★固食…同じものばかり食べる
- ★個食…それぞれ違うものを食べる
- ★小食…必要以上に食事の量を減らす
- ★濃食…濃い味付けのものばかり食べる
- ★粉食…小麦粉で作られたものばかり食べる



夏バテとは暑さのために体がだるくなったり、食欲がなくなったりすることです。食生活に注意して、暑さに負けない体を作りましょう。

## 【デイサービスセンター「フローラ」】

### 4月 壁画作り

4月は通路の壁画作りしました。利用者様全員の後ろ姿を貼りました。皆さん、意外と自分の後ろ姿が解らず、探されておりました。



### 5月 おやつレク

5月は久しぶりに利用者の皆さんとおやつ作りを行いました。今回はクレープ作り挑戦！皆さん、甘党のようで完食されました！(^^)！



### 6月 紫陽花ツアー

毎年恒例の丹生大師へ出掛けました。今年の紫陽花は満開で皆さん喜ばれておりました。その後、買い物を楽しまれ、ソフトクリームを召し上げる方やお土産を買う方などたくさんの笑顔が見れました。



## 【居宅支援事業所「ローマリンダ」】

梅雨明けが待ち遠しい今日この頃、ジメジメした日がまだ続きますね。

さて、5月にコロナが5類に変更されました。行動規制もなくなり、少しずつコロナ前の生活に戻りつつある中で、「久しぶりに家族様に会うことが出来た」という話を聞く機会が増えてきました。喜ばれる表情を見て、人と会う大切さを改めて感じております。

私たちが感染経路とならないよう、マスク着用などの基本対策は今後も継続していきます。これからの季節は食欲が落ちやすく、また食中毒には気をつけなければなりません。皆様が健やかにお暮らしいただけるよう、居宅介護支援させていただきます。



今後ともよろしく  
お願い申し上げます。

## 【訪問介護事業所「ハッピー」】

### ～ヘルパーの知恵袋⑧～

毎日暑くなるこれから、脱水や熱中症も心配ですが、食中毒にも注意が必要です。気温・湿度の高くなる時期は特に注意しましょう。食中毒予防は

#### ①つけない

つけない為にはやっぱり手洗い！  
石鹸などをつけて約30秒×2回洗うとしっかり汚れが落ちます。



#### ②増やさない

細菌にとって快適な環境に食品を長く置かない事が大切です。菌が増えやすい20～50℃で放置しない事です。

#### ③やっつける

細菌等は加熱したり消毒する事で死滅する事が多いです。中心までよく火を通し、電子レンジで加熱する際は加熱ムラにも注意しましょう。



もし食中毒になっても、重症でない場合は見逃してしまうこともあります。食中毒にならないことが一番！！しっかり予防しましょう。