

# さわらびだより



## 新年特別号

### 施設長便り

新年特別号

2025年1月15日

発行：社会福祉法人一竹会

宇治さわらび園

発行責任者：松葉 壽男

住所：宇治市横島町郡50番1

TEL：0774-21-6603

FAX：0774-21-6860



### 新年あけましておめでとうございます

宇治さわらび園をご利用いただいております皆様方、又ご家族の皆様方にとって幸多き年でありますように心よりお祈り申し上げます。

今年の干支は巳年です。脱皮する度に次のステージに進むことができる挑戦の年と考え益々の飛躍を希望したいものです。

ケアハウスの入居者の皆様で満100歳を超えて、尚お元気に生活されておられ方が2名おいでになります。大変おめでたいことであり長寿をお慶び申し上げます。

特別養護老人ホームの外国人の職員は技能実習生3名と特定技能1号4名で内1名は1月15日に退職し帰国します。留学生アルバイト1名で国別ではベトナム、ラオス、ミャンマーとなっております。

特別養護老人ホームの入所者の皆様への面会については、未だ予約が必要であり別室での対面による面会を継続しております。

介護施設での面会については来園者の皆様方の体調確認と手指消毒およびマスクの着用は引き続き継続しておりますのでご協力の程宜しくお願い致します。

今年も皆様のご健康とご多幸をお祈り申し上げます。介護スタッフ一同、入所者様、ご利用者様により良い介護を提供できるように努めてまいりますので、引き続きご協力のほど、よろしく願いいたします。

施設長 松葉 壽男

## 槇島包括支援センターです。

フレイル予防という言葉はご存じですか？

フレイルとは、加齢や疾患によって身体的・精神的なさまざまな機能が徐々に衰え、心身のストレスに脆弱になった状態のことです。



では、日常生活の中で何が出来る？

地域の皆様にご参加いただける介護予防教室を行っています。

その名を **まきしま元氣クラブ**

頭と体動かすことで、脳と身体機能を活性化！！

認知症や身体機能低下を予防！

元気に生き生き過ごしましょう！



寝たきりや認知症予防の

ためにも対策を。

たんぱく質、脂質、炭水化物に、

ビタミン、ミネラルをバランスよく！

少食の方は「1日3回食べなくて

は」と無理をするのではなく、おやつ

を取り入れるなど工夫が大切です。



栄養バランス

高齢者の  
フレイル予防



身体活動



社会参加

さわらび園でも介護スタッフ募集中です。  
ご興味のある方をお問い合わせ下さい。

TEL:0774-21-6603



食堂外のプランターでは京都福祉専門学校さまから頂いたチューリップが春を待っています。お越しの際は、のぞいてみて下さい。



## ひょっとして認知症？早期発見について

新年あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。

2025年は高齢者の約5人に1人が認知症になる可能性があると言われてます。しかし、認知症に対する意識はまだまだ低く、あれ？おかしいかも？と思ってから受診するまで数年かかるケースも少なくありません。認知症治療のカギとなるのは、**早期発見、早期治療開始**です。というのも、認知症の初期段階で薬剤やケアを導入することで症状が薄れるまたは見られなくなるケースも少なくありません。そのため早期の段階で発見し、医師の診断を受け治療開始することが何よりも大切です

家族が見つかった「認知症」発見の目安をご紹介します。参考にしてください。



## 家族が見つかった「認知症」早期発見のめやす

日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中の目安として参考にしてください。

いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

- 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる
- 2. 同じことを何度も言う・問う・する
- 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている
- 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う
- 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった
- 6. 新しいことが覚えられない
- 7. 話のつじつまが合わない
- 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった
- 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった
- 10. 慣れた道でも迷うことがある
- 11. 些細なことで怒りっぽくなった
- 12. 周りへの気づかひがなくなり頑固になった
- 13. 自分の失敗を人のせいにする
- 14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた
- 15. ひとりになると怖がったり寂しがったりする
- 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる
- 17. 「頭が変になった」と本人が訴える
- 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった
- 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった
- 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりのやがる

もの忘れがひどい

判断・理解力が衰える

時間・場所がわからない

人柄が変わる

不安感が強い

意欲がなくなる

認知症の電話相談（通話無料）

**0120-294-456** (10:00~15:00 土日祝を除く)

携帯・スマホからは 050-5358-6578 (要通話料)

47都道府県の支部の連絡先など  
詳細はホームページをご覧ください

家族の会  検索

公益社団法人  
**認知症の人と家族の会**

認知症になったら「終わり」でなく、認知症になってからさまざまなことが「始まり」です。早期発見が、症状の進行を遅らせ、よりよい生活を送るための重要な鍵となります。

引用文献：ONODERA ナーシングホーム「よくわかるナーシング」ホームページ

公益社団法人認知症の人と家族のホームページ





ケアハウス

今年もよろしくお祈りします

♥ 京都大学と運動機能の測定会

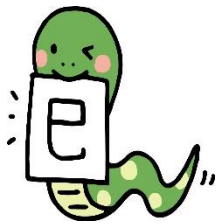
京都大学の最新機器を使って、ケアハウスの  
皆様の運動機能を詳しく検査しました。

結果が楽しみです～～♥

笑う門には  
福来たる



# ヘルパーステーション



ヘルパーステーションの業務内容は身体介護・生活援助・総合事業です。

現在10名で活動しています。

丁寧な対応とコミュニケーションを大切にいつも笑顔で頑張ります。

今年もどうぞよろしくお願いいたします。

## スタッフ募集

### 特別養護老人ホーム 介護スタッフ 1名 (介護福祉士優遇)

主に特別養護老人ホーム内で介護業務、記録等のお仕事です。3交替勤務制で残業はほぼなし。



### ホームヘルパーステーション 登録ヘルパー 1名

利用者様のご自宅での食事作りや買い物、お掃除が主なお仕事です。家事等の隙間時間を使ってのお仕事が可能です。



### デイサービスセンター 介護スタッフ 1名

ご利用者様の送迎補助、お風呂介助、レクリエーションなどのお仕事です。



ご興味のある方はお気軽にご連絡ください!!

宇治さわらび園 TEL0774-21-6603



# 12月活動報告

# さわらびデイ



巳年  
2025



# 謹賀新年



# MERRY CHRISTMAS



デイサービスでは 12月25日・26日に「クリスマス会」を行いました。昼食は特別メニューオムライスが出ました。おやつには皆さまで手作りのデコレーションケーキを作りました。大きなケーキで驚いておられましたが「ケーキは別腹」と笑顔で全部召し上がっておられました。



## 1月の予定



## 2月の予定



体重測定週間	1月6日(月)～11日(土)
誕生日週間	1月6日(月)～11日(土)

体重測定週間	2月3日(月)～8日(土)
誕生日週間	2月3日(月)～8日(土)

# 特養



新年あけましておめでとうございます

本年もよろしく願っています

昨年末はインフルエンザの流行により面会を一時中断させていただきました。

お会いするのを楽しみにされていたご家族様には大変ご迷惑をおかけしました。

インフルエンザの蔓延は収束いたしましたので面会は通常どおり再開しております。まだ予約制ではありますがご面会お待ちしております。現在 2月 15日までの受付を開始しております。

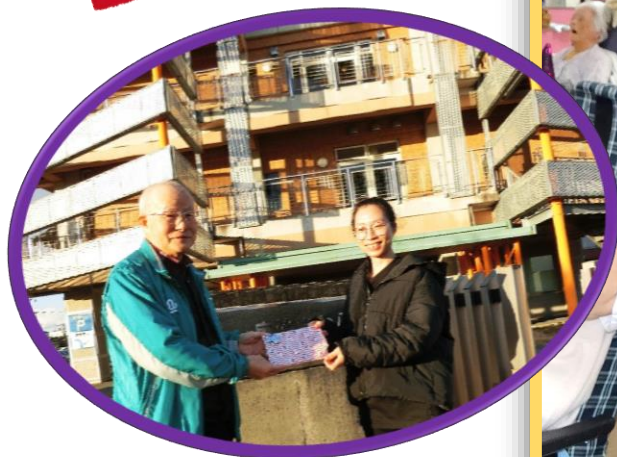
1日 14:00～、15:00～の 2回の枠しかありませんので予約が取りにくい状態で申し訳ありませんが、ご協力の程よろしくお願いいたします。



## ベトナムからの実習生“チュウ ティ フォン タム”さん

実習生1期生として5年という期間さわらび園特養で働いてもらいましたが1月15日で母国に帰られることになりました。職員もとても助けてもらいましたので帰ってしまうのはとても残念です。ベトナムに帰っても活躍してくれることを願っています。

今まで本当にお疲れ様でした。そしてありがとうございました。



今まで  
ありがとう  
ございました!

