

すこやか

発行者：姉ヶ崎ケアセンター
住所：千葉県市原市権津2545-1
電話：0436(66)8867
担当者：堀川・上田・松本
平・岡

今年も元気に

過ごせますように

誕生会く銭太鼓でお祝い

一月の誕生会では市原鼓蝶会の方々に銭太鼓という楽器の演奏を披露していただきました。銭太鼓は竹の筒に五円玉をとりつけ、振ることのできる楽器で、日本各地で古くから民俗芸能の楽器や子どものおもちゃとして用いられています。

「長生き音頭」「365歩のマーチ」などの演目を利用者の皆様にも実際に銭太鼓を用いながら楽しみました。この銭太鼓、5円玉が合計12枚使われており、12か月1年の幸せをもたらす意味が込められています。

在宅介護を担う家族にとって、脳梗塞などで寝たきりの方の介護は、食事・排泄・清拭という決められた介護をすれば・・・勿論大変な事ですが、それなりに介護者の自分なりの時間が取れますから、精神的負担が少なく済みます。それに引き換え、認知症の介護は、何時どんな危険な事をするかが予測できないので、四六時中目が離せません。統計に依りますと、認知症の介護

るそうです。皆さまにとって、よい一年となるよう、心より願っております。



邪気退散・無病息災
く鬼の面く

者の70%の方が精神的負担の為、身体状況の不調を訴えられ、一人の認知症の患者さんを見るのには3人の介護者が必要だといわれています。

認知症の在宅介護

そこで、実際には認知症対応介護施設（グループホーム）を利用する事になりますが、その施設でも介護をするには、認知症一人一人が異なる経歴、人生をもって生き

冬も本格的な寒さになり、もうすぐ節分ということで、鬼の面を作成しました。満面の笑みを浮かべている鬼、凛々しい顔つきの鬼、それぞれ思い思いの表情が描かれています。鬼退治するにはちよつとかわいそうな気もしてきます。もともと、鬼は恐ろしいものというだけでなく、強い者の象徴とも言われていました。

強く勇ましい鬼たちに守られ、元気に過ごせることができ、ますように。



て来ましたから、その人の生活の方式（パターン）を充分に観察して、その人の1日の行動予定（スケジュール）を決め、医学的見地からの、例えば何時に睡眠導入薬を飲ませるか、というサポートを作って貰わないと介護が出来ません。その為には認知症を専門にしている医療機関での短期入所（ショートステイ）を利用する事を勧め致します。

《姉崎病院 院長 岡賢了》

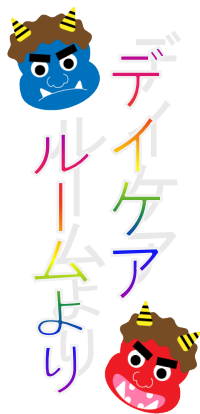
職員のひとり言

「今までの私と今の私」

介護士 I・K

姉ヶ崎ケアセンターに就職して今年で4年目です。そして来年には介護福祉士になるための試験があります。学生から社会人になって時間があつという間に過ぎていくのを感じています。高校を卒業してすぐケアセン

ターで働かせていただきました。最初は何をどうしていいかわからず、失敗が多く、注意を受けてばかりいました。教えてもらっても上手くいかず、注意されたことも、ただ怒られていると感じていたのが、仕事が嫌でした。でも、社会人になったからには甘えてはいられないので、一生懸命やりました。おかげで少しずつ、出来ていなかったことも出来るようになり、注意されたことも理解でき、次へ活かせるようにもなりました。今では同期や先輩職員、さらには利用者様と打ち解けることができるようになり、仕事がとても楽しいと感じています。まだまだ未熟者の私ですが、利用者様のためにも益々精進し、資格を取って立派な介護福祉士になりたいと思っています。



テレビや新聞では、インフルエンザに罹っていると伝えています。増加していると伝えています。デイの利用者様はお休みすることなく元気に過ごされています。毎日規則正しく生活が出来ているからこの結果だと思います。引き続き、皆さん元気に過ごされることを応援したいと思います。

チョコレートの甘くて苦い話

2月と言えばバレンタインデー。お店に入ると、きれいなチョコレートがたくさん並びます。ここ数年ではスーパーでもカカオ〇%など、質のいいものが売り場

が含まれ、便通の改善、血圧上昇を抑えてくれる効果もあるそうです。《ビタミン・ミネラル》銅、カリウム、鉄分、特に、カルシウムとマグネシウムがバランス良く含まれています。その他にも、カカオパウダーには抗菌作用や歯垢を出来にくくする働きもあることなども分かっています。

豊かな香りとなめらかな口どけ、甘美な上に有効成分も豊富なチョコレート。しかし、原料であるカカオの生産地では、苦い現実があります。世界のカカオ生産の大部分を担うガーナやコートジボワール等の西アフリカでは、学校に通うこともできず

にカカオ農園で働く子どもがたくさんいるのです。もちろんチョコレートは食べたことはありません。カカオ農園以外にもコットン畑や携帯電話の原料の生産現場などを含め、

世界には1億6800万人の子どもたちが学校に行けずに働いているというのです。

中には、他国から誘拐され奴隷として売られて強制的に働かされているという報道もあります。農薬の塗布や、刃物の使用など、危険なこともあります。綿花畑で働いていた女の子は16歳の時、血液のがんで亡くなりました。医者からは農業による影響だろうと言われたそうです。

一方、先進国で暮らす私達は、出来るだけ良いものを安く買いたいと思っています。しかしそれが児童労働という状況を生んでいるのです。教育を受けられないから現状から抜け出せない、そんな悪循環を断つために私達に出来ることは何か。世界の子どもを児童労働から守るACEという団体は、「作る人のことを大切にしたい商品(フェアトレード)の認証を受けた商品」を買うことなどで児童労働をなくす取り組みに参加できると言っています。

ガーナは、私たち日本人の誇りである野口英世が黄熱病の研究をしていた地でもあり、深い犠牲があります。子どもたちの犠牲なく美味しいチョコレートが食べられる日が一日でも早く訪れることを願ってやみません。



© Mercis bv

編集後記

児童労働について、心を痛めていた矢先に、後藤健二さん殺害のニュース。争い、貧困から子どもたちを守りたい、彼も強くそう願っていた一人であり、命をかけて世界に報じていました。正しい教育こそが、世界の平和を作るのです。愛と勇気の人、後藤健二さんの遺志を心に刻み、少しでも早く、一人でも多くの子どもたちが正しい教育を受けられることができるよう、自分自身出来ることをしていきたいと思えます。(支援相談員 O)



新就任の職員紹介
理学療法士 Y・S
週1回の短い勤務ですが、訪問リハビリで得た経験を生かして、頑張ります。



今月の作品は「鬼」です。赤い顔、青い顔、二色の顔、個性豊かに出来上がりました。

《ポリフェノール》

老化の原因ともなる活性酸素を除去。特にカカオ・ポリフェノールは動脈硬化などの生活習慣病の予防に効果的といわれています。

《テオブロミン》

大脳を刺激して集中力や記憶力、思考力を高め、気力をアップさせます。精神鎮静効果もあります。



2月の予定

5日(木) 14時

誕生会 5階ダイルूम

「青柳じよんがら会」の皆さんにお越しいただきます。