



総合南東北福祉センター

- 特別養護老人ホーム 南東北ロイヤルライフ館
- ケアハウス 南東北ライフケア館
- 南東北日和田デイサービスセンター
- 南東北日和田ホームヘルパーステーション
- 南東北日和田居宅介護支援事業所
- 南東北日和田居宅介護支援センター
- 日和田・西田地域包括支援センター（郡山市委託事業）
- 障がい者支援施設 南東北さくら館
- 通所事業所 南東北さくら館

総合南東北福祉センター

～初めの一步～

今年も春を迎え、新たな職員が仲間入りしました。

総合南東北福祉センター（日和田）に6人、総合南東北福祉センター八山田に3人の新入職員が入職し、4月1日（月）に辞令を受け取った後、5日（金）まで新採用者研修に参加しました。

5日間の研修で、新社会人としての心構えから、介護の職場で働くための基本までを学びました。

講義だけではなく、排泄ケアや救命措置、車椅子の操作、移乗介助、口腔ケア、送迎車両の操作方法などは、実践を交えて学習しました。

社会人としての“初めの一步”を踏み出した新入職員たち。研修を終えて、現在はそれぞれの配属先の事業所で、一人前の職員になるために日々奮闘中です。頼もしい先輩職員のサポートを受けながら、少しずつ着実に成長していきます。温かい目で、応援をよろしくお願いします。



最新情報はホームページに掲載！

総合南東北福祉センター

ホームページ <http://www.kaigo-hiwada.com>



通所介護 南東北日和田デイサービスセンター

～さあ、問題です！これなあに？～

4月のレクリエーション活動で、『ことわざクイズ』を行いました。

「雨降って…」その後に続く答えを当てていきます。「地固まる！」と、利用者さんは間髪入れずに手を挙げて答えていました。「私は、子供のころから呪文のように言っているからわかるんだよ」と話していました。

「目は…」「口ほどに物を言う」「急がば…」「回れ」次々とスムーズに答えが出てきました。ことわざの意味を伝えると、「そう、そう、その通り！」と皆さん知っていました。紙を長くつなげて問題を作ったため、後片付けを手伝ってもらいながら、どんどん問題を出すことができました。

「いやー、答えが分かるといいね」「楽しかったよ」「またやりたいね」と好評でした。今度はもっと難しい問題を出題しますので、みんなでチャレンジしましょう。



障がい者支援施設 南東北さくら館

～お花見～

4月1日(月)～17日(水)に『お花見』を行いました。

藤田川の桜並木や梅ロード、開成山公園に出かけました。最初の数日間は肌寒い日が続きましたが、暖かくなってからは桜が一気に咲き始め、利用者さんは「綺麗だね」「すごいね！」と興奮した様子でした。

公園には屋台が並んでいて、タコ焼き、焼きそば、焼き鳥などがありました。焼きそばを食べた利用者さんは、「ソースが麺に絡んでいて美味しい」と嬉しそうに話していました。

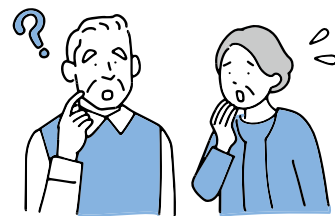
“花”も“団子”も楽しんで、春を満喫しました。



ワンポイント リハビリ

認知症を予防しよう！

～2 認知症とはどんな病気？～



認知症とは

脳の細胞がさまざまな原因で減少したり、働きが悪くなったりすることで、今までできていた日常生活や社会生活に支障をきたすようになった状態を指します。脳の画像によって診断されるもので、単なる物忘れとは異なります。主に下記の症状があります。

中核症状（脳の神経細胞の破壊による症状）

記憶障害：直前に起きたことも忘れることが顕著です。古い過去の記憶はよく残りますが、症状の進行とともにそれらも失われることが多いです。判断力の低下：筋道を立てた思考ができなくなります。見当識障害：時間や場所、名前などが分からなくなります。

周辺症状

（脳の障害による精神症状や行動の異常）

妄想：虚偽の信念を持つことがあります。
抑うつや不安：精神症状として見られます。
徘徊、興奮、攻撃、暴力：行動の異常があります。



代表的な認知症の種類と特徴

①アルツハイマー型認知症

脳の広範囲にアミロイドβ（ベータ）やタウという特殊なタンパク質が溜まり、脳の神経細胞が壊れて減ってしまうために起こります。徐々に進行し、脳全体が萎縮していくため、体の機能も失われていきます。
初期：新しいことが覚えられなくなる、同じことを繰り返し聞くなど。
中期：体験そのものを忘れてしまう。食事をしたことそのものを忘れてしまうので、食べた後でも「食事はまだ？」と尋ねたりする。
後期：昔のことや、身についた動作、言葉の意味も忘れてしまう。

②脳血管性認知症

脳卒中などの脳の疾患が原因で発症し、認知機能が段階的に悪化します。ある分野のことはしっかりできるのに他のことでは何もできない、突然症状が出現したり変動したりすることがしばしばみられる、などまだらな症状がみられるのが特徴です。感情をうまくコントロールできないことがあります。

③レビー小体型認知症

「知らない人がいる」といった実際には見えないものが生々しく見える、動作が遅くなり転びやすくなるパーキンソン症状などがみられ進行が早いのが特徴です。認知機能は、段階的に悪化します。

④前頭側頭型認知症

服装や髪型など身だしなみに無頓着になる、相手に対して遠慮ができない、同じ言動や行動を繰り返す、などがみられ人格が変わる事があります。若い年代から発症しやすいのが特徴です。

参考資料

・理学療法ハンドブック シリーズ 8 認知症 公益財団法人日本理学療法士協会発行
総合南東北福祉センター 理学療法士 大内勇人

相談室より

南東北さくら館のショートステイについて

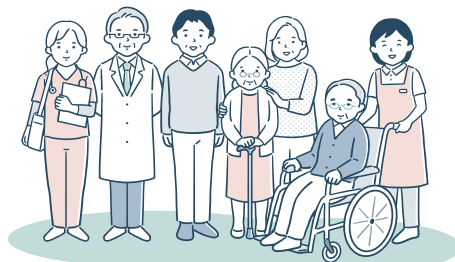
南東北さくら館のショートステイについて

自宅で介護を行っている方が病気やその他の理由により介護を行うことができない場合に、障がいのある方が一時的に入所し、入浴、排せつ、食事の介護などの必要な支援を受けるサービスです。

対象者 18歳以上65歳未満の方で、お住まいの市町村より短期入所サービスの支給決定を受けている方（主に身体に障がいをお持ちの方）

定員 10名（予約制※毎月15日より2カ月先の予約を開始します。）

ご利用の流れ ご相談後、実態調査（聞き取り調査）を行い、利用可能であれば、契約を行います。



お問い合わせ

障がい者支援施設 南東北さくら館

TEL：024-968-1017（生活相談員直通）

生活相談員：永山、遠藤

024-968-1010（代表）



帯状疱疹の原因は帯状疱疹ウイルスです。帯状疱疹ウイルスは、水痘(水疱瘡:みずぼうそう)を引き起こすウイルスでもあります。水痘に感染すると免疫は獲得されますが、帯状疱疹ウイルスは体内に潜伏し、後に再活性化して帯状疱疹を引き起こすことがあります。

免疫力低下・ストレス・疲労など身体の抵抗力が低下することで、ウイルスが再活性化し発症する可能性が高まります。

感染経路

飛沫感染 一般的には帯状疱疹として飛沫感染はしません。ただし口腔粘膜に水疱が生じた場合は、水疱の内容物やウイルスを含む唾液から水痘が飛沫感染することがあります。

接触感染 水痘に未感染の人が、帯状疱疹の罹患者の水疱の内容物に触れたあと、口や鼻、目などを触ることにより接触感染が起こります。

症 状

発疹や水疱 皮膚に赤い発疹が現れます。一側の身体部位に発症し、腰部や背中、胸部、顔などに現れます。発疹の周囲に水疱(水ぶくれ)ができ、破裂すると痛みやかゆみが生じることがあります。

神経痛 発疹が発症した部位の周囲に、強い痛みや燃えるような痛みを感じることがあります。この痛みは、神経を刺激するウイルスの影響による神経炎症や神経障害です。

その他の症状 発熱や倦怠感、頭痛、食欲不振や神経過敏、睡眠障害、全身のだるさなどが現れることがあります。

治 療

抗ウイルス薬の使用 帯状疱疹ウイルスの増殖を抑制し、症状の進行を抑える効果があります。アシクロビル、バラシクロビルなどが使用されます。

疼痛管理 神経痛や痛みが強い場合、疼痛を軽減する鎮痛剤や抗炎症薬が使用されます。

対症療法 かゆみや痛みを和らげるために、抗ヒスタミン剤やかゆみ止めの外用薬を使用します。皮疹の乾燥や感染予防のために清潔を保つことが重要です。

予防接種 帯状疱疹の再発を予防するために、予防接種を受けることができます。

豚肉と筍のみそ炒め

便秘改善・
高血圧予防に
おすすめ

【材料(4人分)】

豚バラ肉 200g ● みそ 32g
ゆで筍 160g ● おろし生姜 4g
長葱 200g ● しょう油 8g
● 料理酒 4g
● みりん 16g



【作り方】

- ①豚肉、筍は一口大、長葱は斜めに切る。
- ②●の調味料は、あらかじめ合わせておく。
- ③フライパンに油を適量入れ、豚肉、筍、葱の順に炒め、②の調味料を加える。
調味料がまんべんなくからむように炒めて完成。



日和田見聞録 2024年5月1日発行

■ 発行／社会福祉法人 南東北福祉事業団
総合南東北福祉センター広報委員会
郡山市日和田町梅沢字丹波山3-2 ☎024(968)1010
E-mail: st.welfare@mt.strins.or.jp
■ 印刷／石井電算印刷株式会社

MAY 5月 イベントカレンダー

南東北ロイヤルライフ館

5月11日(土) 母の日
5月18日(土) クッキングクラブ
5月22日(水) 外出ツアー

南東北さくら館

5月1日(水) 買い物ツアー
5月2日(木) 外出支援

南東北日和田デイサービスセンター

5月13日(月)～ 5月15日(水) 母の日
5月13日(月)～ 5月18日(土) 飲み物フェア「新茶」
5月20日(月) 外食ツアー
5月20日(月)～ 5月25日(土) セレクトシャンプー
5月27日(月) 足湯
5月31日(金) けやき櫓 クッキング「水ようかん」

通所事業所 南東北さくら館

5月1日(水)～ 5月7日(火) 鯉のぼり作り
5月8日(水)～ 5月11日(土) ビンゴ大会
5月13日(月)～ 5月18日(土) 園芸活動
5月13日(月)～ 5月31日(金) 個別外出支援
5月14日(火)・ 5月22日(水) 道の駅猪苗代観光
5月20日(月)～ 5月25日(土) 野菜収穫ゲーム
5月27日(月)～ 5月31日(金) 釣りゲーム

南東北ライフケア館

5月5日(日)・ 5月19日(日) 映画鑑賞会
5月12日(日) カラオケクラブ
5月29日(水) 外出ツアー

