

平成28年12月1日 発行  
(株) ニーノコーポレーション  
扶桑町大字齊藤字緑223  
(0587) 93-7833

## 『愛知県認知症介護実践者研修を受講して』

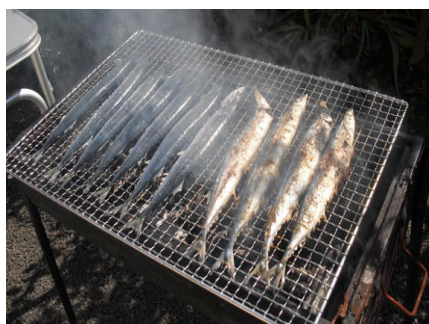
今回研修を受講させて頂き、講義やグループワークの仲間の意見、職場実習での皆からの感想等、沢山の人の話を聞かせて頂く機会がありました。その中で「一日一日を大切に・・・。」という気持ちは皆同じですが、人はそれぞれ思いも考え方も好みも違うんだということに改めて気づかされました。利用者様が本当に必要としている事を知れているのか、自分が良かれと思ってしていた事が“余計なお世話”になっていないだろうか、という気持ちが湧いたりもしました。何気なく過ごしていた毎日に、自分の思い込みを押し付けていないだろうか振り返るととても良いきっかけになりました。このような機会に恵まれたことや、協力して下さいました職場の皆に感謝し、この気持ちを活かしていけたらと思っています。

はなえくぼ江南・南館介護職員 T.

## 『プチ運動会』

第2回はなえくぼ江南プチ運動会が開催されました。ボール渡しリレー、玉入れ、借り物競争、職員対抗イス取り競争と白熱した戦いの末、去年のリベンジを果たし南館の総合優勝で幕を閉じました。

はなえくぼ江南行事係



## 『さんま』

今年もさんまを炭火で焼きました。世間で今でも炭火でさんまを焼く家庭がどれくらいあるのかなあ、と少し寂しい気持ちになりながら。かくいう私の子供の頃でさえ家庭でそんな景色を見たことがないのですが。“懐かしい”から“美味しいものを”と理由をこじつけてまでも楽しいことはやってしまうのだな、と実感した秋の日でした。

## おねがい

はなえくぼ江南ではインフルエンザの予防接種を推奨し、今年もほぼ全員の利用者様と職員の接種が済んでいます。

ホーム内へウィルスを持ち込まない為にもご家族、関係者の皆様にもインフルエンザの予防接種をしていただくようお願い申し上げます。

常勤・パート介護職員を募集しています。

介護の仕事に興味のある方がみえましたらご紹介ください。

## 『おすすめ、スルメ雑炊』

スルメには、イカのうまみと栄養が凝縮されています。イカはタウリン、EPA、DHAなど生活習慣病予防に効果がある成分も豊富です。タウリンには疲労回復効果のほか、肝機能を高め、血中コレステロールを低下させ、血圧を正常に保つなどの働きがあります。シンプルな雑炊は消化がよく体が温まるので、食べ疲れたときや風邪をひいて食欲がないときなどにおすすめです。

## スルメ雑炊の材料(2人分)

- ・すめめ10g
- ・水2カップ
- ・ごはん100g
- ・三つ葉(1cm長さ)適宜
- ・のり 適宜

## スルメ雑炊の作り方

- (1) すめめはキッチンばさみで細かく切り、分量の水につけて一晩おく。
- (2) (1) をスルメを入れたまま煮立て、ごはんを加えます。再び煮立ったら弱火にしてコトコト煮る。
- (3) ごはんが十分やわらかくなったら器に入れ、三つ葉とのりを添える。



出典gooヘルスケア

## 『気持ちに寄り添う対応を』

短期記憶を残す海馬、短期記憶を長期記憶として残す偏桃体。偏桃体は感情によって刺激を受け活動が活発になったりもします。偏桃体が活発に働けば、より多くのことが記憶されるようになります。認知症予防は人と会うことから始まります。人と会い接することで物語が生まれ、何かしらの感情が生まれます。感情が生まれれば偏桃体を刺激し働きを活発にします。逆に人に会わなければ刺激は失われ偏桃体の働きは鈍くなってしまいます。まわりに常に人がいて刺激しあえる、グループホームの強みは正にここにあると思います。

顔を見るのも嫌と思う相手でも、偏桃体の事を考えれば感謝しかありません。偏桃体を活発にしてくれてありがとう！！そう考えると気持ちが楽になり、相手を許せたりしませんか！？

ご見学随時受付いたしております。お気軽にお問い合わせください。

今回は、はなえくぼ扶桑便りです。どうぞお楽しみに！



グループホームはなえくぼ扶桑  
丹羽郡扶桑町大字柏森字辻田398  
(0587) 91-0110

グループホームはなえくぼひくみ  
犬山市大字五郎丸字郷瀬川17番地1  
(0568) 68-8096

グループホームはなえくぼ江南  
江南市小机町長者毛西132番地  
(0587) 52-3808

はなえくぼのホームページ

[www.gh-hanaekubo.com](http://www.gh-hanaekubo.com)  
ブログも時々更新しています