

迎春



# デイサービス通信 平成25年1月号 まほろばだより

〒375-0024 藤岡市藤岡 1019-2  
デイサービスセンターまほろば  
Tel 0274-40-2022  
編集委員 星野・清水・宇佐美

謹んで新年のお慶びを申し上げます。旧年中はデイサービスまほろばをご利用頂きありがとうございました。今年も皆様に楽しんで頂けるデイサービスであるよう職員一同頑張りますので、ご意見・ご要望等ありましたら、是非職員までお話し下さい。

さて、1月は新年行事として、絵馬作り、双六ゲーム、餅つき大会、書道等新年に相応しいレクやイベントを中心に行って行きたいと考えています。ゲーム等を通じ新年の訪れを感じて頂ければ幸いです。

初春とはいえこれからが寒さの本番ですので、体調管理には十分お気を付け下さい。



## 手作りおやつ (ケーキ)

13日に手作りおやつとしてクリスマスケーキを皆様と一緒に作りました。土台となるスポンジケーキに生クリームやフルーツをトッピングして頂き、思い思いのケーキに仕上げました。「上手に出来たでしょ♪」と嬉しそうにケーキを見せて下さり、美味しそうに召し上がって下さいました。



## クリスマス会

21日～24日の3日間デイサービスでクリスマス会を行いました。サンタの衣装を着た職員と共にチーム対抗の玉入れゲームを楽しみ、皆様全員に素敵なプレゼントをご用意させて頂きました。「勝敗は関係ないけど、やっぱり勝ると嬉しいねえ」、「プレゼント家で開けるのが楽しみね♪」等と話され、とても賑やかなクリスマス会が行えました。

## お元気講座

## 誤嚥・窒息について



誤嚥による気道内異物や窒息は、乳幼児や高齢者に多く発生し、高齢者では、餅や肉塊などの食物による気道内異物が多く発生しています。高齢者は全身機能の衰えに伴い、嚥下機能が低下し、むせやすくなったり、口の中が乾燥して食物を飲みにくくなったりしますので注意が必要です。

### ○気道内異物と窒息

誤嚥の典型的な症状としては、食事中に激しいむせと咳が生じ、呼吸困難になります。顔面が紅潮し、時に紫色(チアノーゼ)になります。重篤な場合、咳も出ず声も出なくなり、手で首をつかむような形になったまま意識を失うこともあります。急激に口唇や顔面が紫色になってきます。窒息の生じた際には、早急に気道内の異物を除去する必要があります。

### ○異物除去方法

- ①指で掻き出す・・・患者さんの正面に立ち、義歯をはずし、ガーゼやハンカチを巻いた指を用いて異物を掻き出します。(異物が口の中やのどにたまって、外から見えている場合に有効)
- ②背部叩打・・・患者さんを座らせるか横向きに寝かせて、左右の肩甲骨の間を、手のひらの付け根近くで続けて数回叩きます。(異物が詰まったり固まったりしておらず、動く場合に有効)

※意識がない場合、すぐに救急車を要請しましょう。



## 12月利用者様作品

12月は皆様とお正月の飾りと双六ゲームで使用するマスを作って頂きました。「お正月の飾りは対になった方が縁起良いから2つ作らないとね」と話され、熱心に2つずつ作って下さいました。双六ゲームは1月のレクで行いますのでお楽しみに♪



## 季節のプチ情報 門松

別名松飾りとも言われ、古くは、木のこずえに神が宿ると考えられていたことから、門松は年神を家に迎え入れるための依り代という意味合いがあります。新年に松を家に持ち帰る習慣は平安時代に始まり、室町時代に現在のように玄関の飾りとする様式が決まったと言われています。

設置は13日～28日が多く、12月29日に飾るのは「二重苦」、31日に飾るのは「一夜飾り」「一日飾り」といって神をおろそかにすることから、それぞれ避けることとされています。1月7日までを「松の内」といい、お正月の松飾りをつけておく期間となり、6日の夕方や翌7日に片づける場合が多いですが、1月15日の小正月まで飾る等地域によって様々な違いがあるそうです。



## 1月の行事予定

4日～9日・・・双六ゲーム	21日～26日・まほろば温泉(木の香り)
10日(木)・・・味わい御膳昼食	23日(水)・・・手作りおやつ(クレープ)
15日(火)・・・餅つき大会	24日～30日・理美容
16日(水)・・・お誕生日昼食	

