

涼くなった。外来では健診結果を持参する方が増え、その結果、説明に時間が取られる。いつも思うのは、多くの検診は生活習慣病の検査が主で、癌のチェックが漏れている事。生活習慣病(高血圧、糖尿、高コレステロール等)は死亡原因の5割。癌は死亡原因3割を占め、男性では肺癌、胃癌、大腸癌、肝臓癌、前立腺癌の順。女性では大腸癌、肺癌、膵癌、胃癌、乳癌の順。

「検診を毎年受けているから大丈夫」と信じている方が少なからずいる。その方に漏れてない(行っていない)癌検査を指摘するには結構時間がかかるのだ。会社や市町の行うその検診では、「これこれの癌は検査されていない」と是非明記して欲しい。なぜなら外来にてあまり指摘すると、嫌がる方や医院の金儲けと誤解する方がいるから。実際、会社の検診で、ある年に急に異常値が出て、調べた結果、癌の全身転移が見つかった方もいる。(検診項目にその癌検査が入っていなかった)本人、家族、医師、いずれにも好ましくない。行われていない癌検査は、主治医か人間ドックで受けてほしい。特にスモーカーはハイリスクだ。当院では、各臓器を毎年でなく3年サイクルで詳しく調べることを勧めている。3年でならば、癌が育っても早期で見つかり治るから。また、会社勤務中に詳しい癌検査を毎年施行し、退職後にぱたりと止めてしまう場合も多い。残念!! なぜなら、退職後こそ癌が増すのだから。

ハーブ内科皮フ科 理事長 竹内 秀俊

【くもん学習療法】

ハーブデイサービス・グループホームでは、認知症予防・維持改善のため、くもんの学習療法を取り入れています。

学習療法は、前頭前野機能の維持・改善を図るため、学習者とスタッフがコミュニケーションを取りながら行っています。高齢者の方が、状態を維持されるだけでもすごいことです。『表情が明るくなる』『笑顔が増える』『意欲的になる』などの表情意欲の変化が現れたり、コミュニケーションが増えるなど、日常生活機能の改善効果も現れました。

これからも、学習療法により、多くの方が「その人らしさ」を取り戻せるお手伝いをさせていただきます。

【運動療法デイサービス】

秋も深まり、デイサービス入口の壁画が紅葉で彩られています。

- 折り紙を沢山折って形にした
- 小さく和紙を丸めて埋め尽くして作った
- ちぎった紙を貼り合わせて切って作った
- 風情あるタッチで描かれたぬり絵など..



これらは利用者様がそれぞれの得意分野をうけもちながら、コツコツと丁寧に仕上げてくださいました。

手先を動かす事は脳の活性化に効果大といわれています。これからも機能訓練の一つとして、《手作業の作品づくり》を皆さんと取り組んでいきます。

お楽しみに!!

【グループホーム ゆいまある】

ゆいまあるでは、月に一度『よりあい』という入居者様の意見や希望を訊く会を設けています。



『どこに出掛けたいか?』というテーマの中で「海が良い」「エビフライが食べたい」等の意見を頂いたので、早速外出を企画いたしました。

今回の目的地はセントレア近くの大きなエビフライが有名なお店です。顔のサイズもある大きなエビフライに皆さん大満足でした。食事の後は海沿いを散歩。美味しいものを食べて、ゆっくりと散歩をする。そんな過ごし方は入居者様にもスタッフにとっても思い出に残るいい一日となりました。



ちむロンクイズ
 ちょっと一息、頭の体操♪
 右の文字は何と読む?
 ※答えは裏側にあるよ!





「目を凝らして見えています！」

10月15日(月) 運動療法テイサービス

みなさん手品を近くでご覧になったことがありますか？
テレビでならみたことはあるけれど、目の前では…の方が多いとおもいます🐼

そこで、ハーブに手品師 ミスター-O(ミスターオー)をお招きしました🤪



ミスター-Oの隣にいるスタッフ わかったでしょうか？
目が乾くくらいしっかりとみえていますか？



「えっ！今何をしたかな？」

みなさん、種明かしできたでしょうか？

「流行させたいと思っている事」

10月3日(水) 回想法・学習療法テイサービス

職員の1人が素敵なものを探して来まして
これです！



簡単に正しくお箸が持てる
ツールです🌸

正しいお箸の持ち方をすると、
どうやら姿勢にも良く、指をきちんと使う事で脳への影響もあるらしいです。

お弁当に入れる醤油さしに数色の色水をいれた、通称「金魚🐟」をお箸で色分けする生活リハビリで早速使ってみて頂くとなかなかの評判です。



これが流行することで、多くの利用者様が楽しみながら正しくお箸を使って、やがて1年が過ぎた時、何か変化が起きないかと…

そんな思いを込めて「介護は未来を創る仕事」をテーマに今日もチャレンジは続いています🔥

「彼岸花と喫茶店」

10月6日(木) グループホーム ゆいまある

秋と言えば彼岸花ですね🌸

矢勝川へ見に行きました〜！

鮮やかな赤色でした！！

見渡すと黄色や白色も発見できましたよ😊

みなさんとてもいい笑顔でした🔥🔥

感性が磨かれたように感じます。

季節の風を肌で感じました💕



その後は喫茶店へ☕

皆さん終始笑顔です。

今度は菊を鑑賞しに行きたいです🌟



ちむロン♪クイズの答え

① 三寒四温

春や秋には、何日か寒い日が続くとそのあとは何日かは暖かい日が続くということ。

② 風の便り

どこから伝わってきたとも分からない、人の消息などのうわさ。