

ノアの爽風



今年もセントノアに鬼がやってきました。無事に撃退できたでしょうか…?



～目次～

- 病院短信『季節めぐって』
 - 作業療法科だより
 - 介護だより
 - 日常の一コマ
 - 『ネコの手』
- 高山 美登利
佐藤 彩乃
伊藤 勇太
竹田 多恵子
ナナ

3月の予定

◆誕生日会 (ひな祭り)

1病棟: 13日 (水) 14:15～	各病棟にて
2病棟: 14日 (木) 14:00～	
3病棟: 8日 (金) 14:00～	



台月のナナ

ネコの手 (*^▽^*)

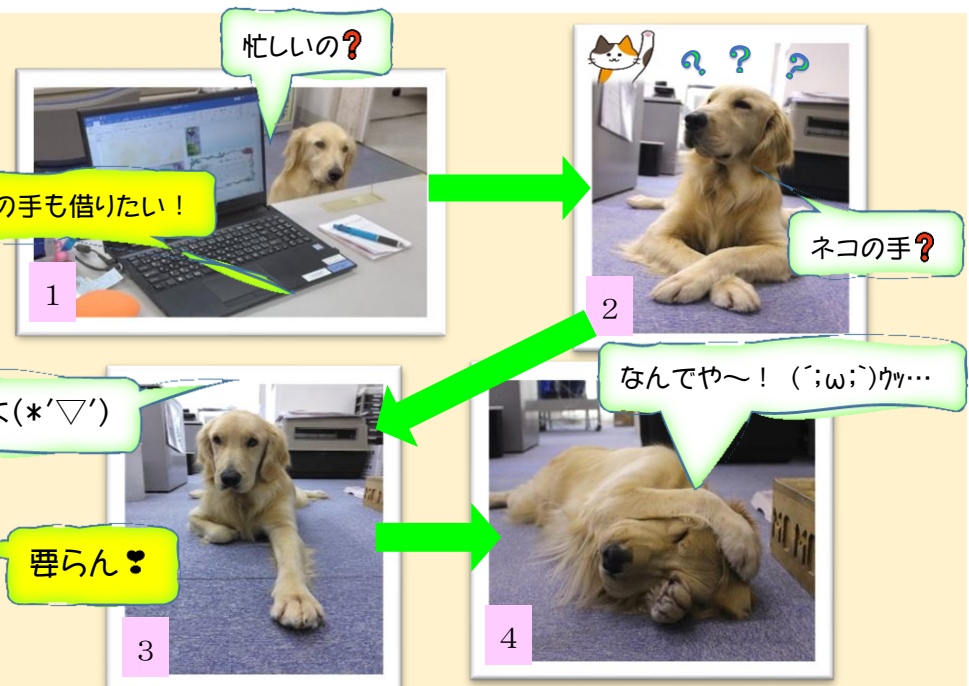
うん、ネコの手も借りたい!

ナナちゃん♡は遊びが得意で

しょ (*_*) イヌの手、貸しますよ(*'▽')

遊んでいなさい♡

えへっ (*'ω'*)



『季節めぐって』

令和6年も2か月が過ぎ、あの能登の大地震からも2か月が過ぎました。1月〜2月は世界中でも気温の変動が激しく、気温上昇からか水害や山火事などが多かったのですが、曆的には春の息吹が感じられ、畑の作物・商店やスーパーの店先の品々にも変化が見られます。「雨水(うすい)―立春から15日目、ゆるんだ雨水が草木の芽を潤す頃で、これから3月6日の「啓蟄(けいちつ)―土中に隠れていた虫が出てくる頃で「虫出し雷」もみられる頃です。その後、春分の日・春彼岸の中日を迎え昼夜の長さがほぼ同じになり、以降徐々に日が延び、「暑さ寒さも彼岸まで」とはよく言います。

「春の日永」の頃は沈丁花・レンギョウが芽吹き、菜の花・フキ・ワサビ・メバル・サヨリが旬を迎えますが、私の舌がすっかり区別がついているかはあやしいものです。春の香・味を本当にキッチンと味わって



て楽しまないともったいないと思いました。当院の庭にも色々な花が咲き、院庭散歩で見えて回り、給食にも出来るだけその季節の食材が使われています。豆知識は献立表にも載っていますので、意識して食べてみるのも良いですね。



作業療法科だより

作業療法士 佐藤 彩乃



朝晩はまだまだ冷え込みますが、体調いかがお過ごしでしょうか。日ごとに暖かさを感じられるようになり本格的な春の訪れまでもう少しですね。

今回は、前回の便り以降、紹介しきれなかった年末から年始にかけて行った活動について紹介させていただきます！年末には、皆でテーブルを囲み飲食を楽しむ忘年会や日々の生活の中での功績を称える表彰会を行いました。忘年会では、和気あいあいとした雰囲気の中で交流や笑顔が増えたことはもちろん、美味しい食事に手が止まらない様子でありました。年始には、新年会を行いお正月の伝統的

な遊びである福笑いや甘酒の提供を行いました。福笑いでは「それは一つしか付いていない物だよ」と優しくヒントを伝えてくださる方や違うと分かりながらも「いいぞ、そこだー」と会を盛り上げてくださる方もおり一丸となって作品を作り上げている様子でありました。完成した作品はどれもユニークで愛らしい顔が出来上がっており参加者、周囲の皆様にも笑顔あふれる素敵な時間となりました。今後も引き続き、皆さまの笑顔を引き出せる様な活動を提供していきたいと思っております。



日常のーコマ

今月は泰(たい)さん(99歳)のーコマです。大正13年、北海道小樽で生まれ、6人兄弟の三男さんです。学徒動員で戦争に駆り出され、その後大学入学のため上京し、早稲田大学に合格。充実した大学生活を過ごし、卒業後はそのまま早稲田大学の職員となり、学生や部下との集いを好み、とても楽しく過ごしていたそうです。23歳でご結婚され、長女・長男を授かり60歳で定年退職。その後はゴルフなど悠々自適な生活を過ごされて

いました。平成12年76歳頃より物忘れが増え、早朝から音を立てて玄関を修理するなど周囲をあまり気にしなくなってきました。平成16年長女さんに促され、都内の病院を受診し、軽度のアルツハイマー型認知症と診断されましたが、大きな問題行動も無く在宅での生活を続けていました。平成30年94歳の時に慢性呼吸不全で入院となり、入院中に歩行が不安定となり、食欲も低下しましたが、無事退院されました。その後はデイサービスを利用するようになり、元々若いスタッフと接するのが好きな泰さんは、デイサービスの日を楽しみにし、リハビリを頑張っていたのでADL(日常生活動作)は改善されましたが、食欲はなかなか向上せず、体重は低下していきま



入院時はご家族に支えられて歩いてこられました。98歳という年齢もあり、食はもともと細かったものの、車いすに乗ると自走して活動的でした。昨年10月に99歳(1病棟の最高齢)になられてからは、徐々に眠っている時間も増えてきました。一緒に入院している奥様と顔を合わせた時、「泰って誰?知らない」などと厳しいことを言われたりもします。それを聞いた泰さんは言われていることを分かっていますが、いつも怒ることなく穏やかに聞いています。「おっとー」「おっかー」と呼び合いとても仲の良いご夫婦だったそうです。泰さんは10月に100歳になります。ご高齢のご両親を心配してご家族も度々お二人に会いに来てくれます。たまに「泰さんっ、寝ちゃったの?起きてるの?どっち?」と聞くと「寝てるよ〜」と堂々とタヌキ寝入りをするお茶目な一面もあります。泰さんとご家族のあたたかい時間が続いていくよう、これからもお手伝いしていきたいと思

1病棟 看護主任 竹田 多恵子

介護だより

2病棟 介護福祉士 伊藤 勇太

最近では年中見かけられますが、リンゴの旬は秋から冬です。酸味のもとであるリンゴ酸やクエン酸は、体にたまった疲労を癒す効果があります。また、豊富に含まれている食物繊維のペクチンには、腸内の乳酸菌を増やしたり、排便を促す働きが期待できます。

また、「酢」には様々な種類があり、料理に合わせ「酢」を選び、使うときに分量を加減します。そして買ってダメにしてしまうパセリですが、軸を取ってみじん切りにし、ペーパータオルでしっかりと水分を取って冷凍保存しておくといつでも使えます。

材料(2人分)リンゴ2分の1個・白菜120g・パセリのみじん切り大2・酢大1杯半・サラダ油大2・塩小3分の1・コショウ少々。「リンゴと白菜のサラダ」健康レシピです。皆様もお試しあれ!!