

# ゆりの里だより

第44号

平成25年1月

小規模多機能の家  
グループホーム  
高齢者専用住宅  
老所きずなの里  
訪問介護ゆりの里  
佐土原町下田島  
19658-1  
TEL0985-72-0680  
URL<http://care-net.biz/45/yurinosato/>

## 謹んで新春の寿ぎを申し上げます

皆様方におかれましては、素晴らしい新年をお迎えになられた事と存じます。

昨年は、政治、経済、社会情勢とも大変厳しい一年でもありましたが、今年も日本中の一人でも多くの人々が幸せに満ち溢れる年であります事、願ってやみません。

ゆりの里も「小規模多機能の家」「グループホーム」「古民家宅老所きずなの園」「訪問介護」「高齢者専用賃貸住宅」を運営する中、今年で八年目を迎えます。これもひとえに皆様方のご支援ご協力の賜と感謝に耐えませ

ん。  
一年一年、初心を振り返り、何が当たり前なのかをはき違えること無く、当り前の事を当り前に出来るゆりの里であり、施設に与えられた責務を全うしつつ、忘れ去られつつある人の心を大切に、利用者様方お一人お一人に対する心での支援の強化を図って参ります。

支援方針として掲げております、

「あなたが一番ホッと出来る場所」

「あなたが一番笑顔になれる場所」

「あなたが一番あなたらしく出来る場所」

こんな場所づくりを尚一層構築し、お一人お一人に沿った支援にて、家族である利用者様、そしてご家族ご親族様方の御協力を賜りながら共に沢山の笑顔が満ち溢れる中、過ごして参りたいと思っております。

自分の老いてゆく時間に不安を抱かれる事無く、日々全ての利用者様が生きがいを持ち、夢を抱き、笑って安心してお過ごし頂ける第二の家への構築に日々妥協すること無く職員共々丸となって精進して参りたいと存じます。

今年も地域の方々、関係者の方々、ボランティアの方々にお世話になりますが、地域の憩いの場・交流の場としても、ゆりの里は利用者様方の為に皆様方をお迎えさせて頂いております。お気軽にお立ち寄り頂き、一杯のお茶を召し上がって頂けたら幸いです。また、独居等お食事に困られたり栄養の偏りに不安をお持ちの方、お食事だけでもご利用頂けます。地域の方々のゆりの里でもございます。地域福祉コーディネーターも在籍しております。お困り、不安等ある際はお気軽に御連絡頂き、何らかのお手伝いをさせて頂きましたら幸いです。

今年一年、尚一層のご指導・ご鞭撻を賜りますよう、宜しく願い申し上げます。



平成25年 1月

株式会社創寿会 ゆりの里  
代表取締役 相川久仁子

優しい時間（とき）の流れる、絆固い極楽の園  
人情・心通わす第二の家 ゆりの里





### クリスマス会&誕生会

12月21日にクリスマス会と12月誕生会が行われました。ギターやエレクトーンの生演奏での歌や、サンタクロースが登場してのプレゼントなどで盛り上がりました。誕生会でも一人お一人前に出していただき皆でお祝いしました。



### 餅つき大会

12月28日 平成24年最後の行事となる餅つきが行われました。あいにくの雨天となりましたが、会場は熱気で溢れていました。ゆりの里最高齢（101歳）の利用者様による杵入れ後利用者様、職員全員で餅つきを行い、午後からは「ねりくり」をいただきました。

## 認知症シリーズ 23 回～食生活と認知症～



### 「やっぱり青魚がいらしい?!」

長寿で有名になったギンさん。実は脳にはアミロイド斑（老人斑）が出来ていたのだそうです。アミロイド斑はアルツハイマー病の患者さんに多くみられるもの。それにも関わらず、彼女はアルツハイマー病を発症しませんでした。なぜでしょうか？

ギンさんは生前、魚を好んで食べていたそうです。その結果、ギンさんはアルツハイマー病になることなく元気に生活ができました。彼女の脳を救ったのは魚に含まれるDHA だったのです。脳内にアミロイド斑が出来ると脳の神経細胞が炎症を起こします。DHA はそれを修復する力を持っているということが分かったのです。

調査の結果、魚を1日80g 食べていた人は発症し、1日120g 食べていた人は発症しておらず、発症しても1/5程度だということも分かりました。

1日の必要量はたったこれだけ！

\*まぐろなら2切れ \*鯛の刺身なら5切れ \*イワシなら2匹 \*サンマなら1匹  
DHA を多く含む魚の油を摂れる様に、鍋やムニエルなどの調理方法が適しています。

### ◎お知らせとお礼◎

\*ご家族さまはじめ地域の方々の手作りの野菜等あらゆる温かいお心遣いに心から厚くお礼申し上げます。

\*ゆりの里ではノーマライゼーションを運営方針にかかげ、人が人として生きる日々の生活を大事にする中、身の安全、ゆりの里の利用者様であることの証として、利用者様は腕にプレスレットを装着されています。もしも何らかの事態の折には地域の皆様方のご協力を賜りますようお願い申し上げます。

\*施設のご見学・ご利用に対しての質問等、お気軽にお電話・ご来所下さい。