

お食事探訪

第1回

へい お待ち!!



いつも美味しいわ~

でございます。

サンデイズ双葉園は、毎月11日を「ラーメンの日」として地元食材をふんだんに使ったラーメンを提供しています。毎月サンデイズ特製ラーメンを心待ちにされているご利用者もいらっしゃいます。

毎月11日はラーメンの日

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

ツルツル・かめかめ

大田サイト

アンケートの声を踏まえ、食事サービスに関する情報提供をしていきます。第1回は大田サイトです。

サンデイズ双葉園オリジナル

ツルツル・かめかめ

特製 鶴亀ラーメン

毎月11日はラーメンの日

体 Health

よくあるその症状はもしかして、「逆流性食道炎」かも

◎ のどの違和感や咳の症状が出ることも

昔は日本人に少ないとされていた**逆流性食道炎**ですが、最近は食生活やライフスタイルの変化などによって増加傾向にあります。

逆流性食道炎は、胃の内容物、主に胃酸が食道に逆流することによって、食道に炎症を起こす病気です。食道と胃のつなぎ目には、食物が通過するとき以外は胃の入り口を締めて胃の内容物が食道に逆流しないように働く下部食道括約筋という筋肉があります。この筋肉が緩むと、胃から食道への逆流が起こるようになります。下部食道括約筋が緩む原因には、加齢による変化、胃内圧の上昇(食べ過ぎ、早食いなど)、腹圧の上昇(肥満、衣服による締め付けなど)、高脂肪食などがあります。

代表的な症状は、胸やけ、胃がムカムカする、酸っぱいものがこみ上げてくる感じがする、ゲップがよく出る、胃もたれなどです。その他にも、のどの違和感や声のかすれ、咳が続くといった症状が出ることもあります。これらは、主に寝ているときに胃液がのどの辺りまで逆流してることによって起こります



◎ 生活習慣を改善することが大切

逆流性食道炎の治療は薬物療法が中心となります。ただ、いったん症状が収まっても再発しやすいため、生活習慣を変えることも大切です。特に次のようなことに気を付けましょう。

- ◆ 食べ過ぎ、早食いを避ける
- ◆ 高脂肪食、アルコール、炭酸飲料、喫煙をできるだけ控える
- ◆ 食後2~3時間は横にならないようにする
- ◆ 夜間に逆流症状が出る人は、頭を高くして寝る
- ◆ 肥満に気を付ける
- ◆ おなかをベルトや服で締め付けすぎないようにする
- ◆ 前かがみの姿勢で腹圧がかからないよう気をつける



逆流性食道炎を放置すると生活の質が低下します。症状が続くようなら、内科や胃腸科、消化器科を受診しましょう。

暮 Life

いざという時のために... 「成年後見制度」

「成年後見制度」とは?

高齢化が進む今日、「もし、将来、自分でいろいろなことを判断できなくなってしまうたら...」と不安に思っている方も少なくないでしょう。実際、判断能力が低下してきた高齢者の財産を、一部の親族が勝手に使っている、あるいは悪質な業者が狙っている、といったトラブルも後を絶たないようです。そこで知っておきたいのが、「成年後見制度」です。これは、認知症、知的障害、精神障害などの理由で、一人で決めることに不安のある方々を法的に保護し、支援する制度で、「任意後見制度」と「法定後見制度」があります。

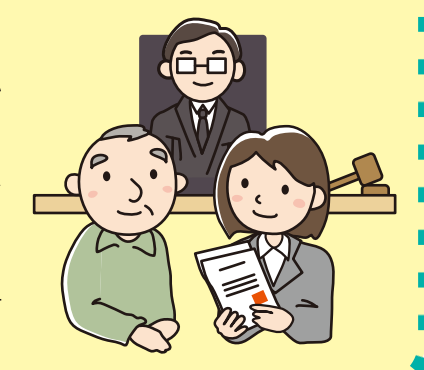
● 任意後見制度

一人で決められるうちに、あらかじめご本人自らが選んだ人(任意後見人)に、代わりにしてもらいたいことを契約(任意後見契約)で決めておく制度です。任意後見契約は、公証人の作成する公正証書によって結ぶものとされています。ご本人が一人で決めることに心配が出てきた場合に、家庭裁判所で任意後見監督人が選任されて初めて任意後見契約の効力が生じます。この手続を申立てることができるのは、ご本人やその配偶者、四親等内の親族、任意後見受任者(任意後見契約の相手方)です。



● 法定後見制度

家庭裁判所によって、成年後見人等が選ばれる(選任される)制度です。ご本人の不安に応じて「補助」「保佐」「後見」の3つの種類(類型)が用意されています。成年後見人等(補助人・保佐人・成年後見人)が、ご本人の利益を考えながら、ご本人の代理として契約などの法律行為をしたり、ご本人が自分で法律行為をするときに同意を与えたり、ご本人が同意を得ないで行った不利益な法律行為を後から取り消したりすることによって、ご本人を保護・支援します。



一人で決められるうちに、万一の場合に備えておきましょう。

新型コロナ感染症対策研修会

2月3日にまほろば大和で新型コロナ感染症内部研修を行いました。事業所で整備している、BCP新型コロナ感染症対策マニュアル(新型コロナ感染に対して事業を継続できるようにしていくマニュアル)を活用し、実際の流れや対応法等を検討しました。

その後は、ゾーニングを行い、どの職員でも出来るように学びました。

今後、新型コロナは5類感染症に位置づけとなりますが、継続してご利用者に安心、安全に生活して頂けるよう取り組んでいきます。



まほろば大和

