今月の行事

ユニット 一日 十三日 ニ+ニ日 ニ+ニ日 事

いるご様子でした。

The second second

命に豆まきをされ、楽しまれて 過ごせる様、鬼が来ると一生懸 皆様、邪気を祓い今年も健康で

ビューティーヘルパー

第二•第四

月曜日

3 3 2 2 1 A B A B F















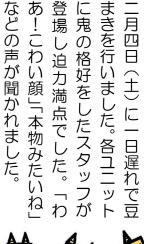
節分











































に承諾を頂いております。 ※個人情報、写真掲載については事前

厶



どうして歳を取ると、認知症になるの?

が少しずつ破壊されていき、発症します。 世界の各所で追跡調査されています。そのデータに 知症になるリスクと、肥満や生活習慣病との関係が うゴミが長い年月をかけて徐々にたまり、神経細胞 物である "βタンパク" と "タウタンパク" とい の5~6割はアルツハイマー病です。 脳の中に老廃 **慣病が大きなリスクである事がわかります。認知症** は、内臓脂肪や動脈硬化がもとになっている生活習 様々な原因となる病気が進行して発症します。認

進んで脳血流が低下し、脳内の連絡網が壊れる為に 症につながっていることもあります。 生じます。気がつかないような小さな脳梗塞があち クレイン』というゴミがたまります。 アルツハイマ こちで起きた結果、徐々に認知機能が低下し、認知 ー病とは違う所にたまるので、症状も異なります。 認知症の2割はレビー小体型認知症は、 αシヌ 1~2割は脳血管性認知症で、動脈硬化が徐々に

予防の為にも重要です。 脈硬化を進行させる病気を予防することは、認知症 それだけに、高血圧や糖尿病、脂質異常など、動 看護師長 井上 博美 つづく

時 記



雛祭り(上巳の節句)

されていました。 雛祭りは上巳の節句と呼ばれる、五節句のひと のことで、この日は邪気に見舞われやすい日と つです。上巳とは、三月最初の巳の日

子の厄除けと成長を願う行事に発展しました。 平安時代の貴族たちは自分にふりかかる災い ていました。それがやがて雛人形を飾って女の を紙人形にたくして川に流す「流し雛」を行っ

春分の日(三月二十一日頃)

春分は二十四節気のひとつで、「自然をたたえ、 夜の長さがほぼ同じになります。 太陽が黄経〇度の春分点を通過する日で、昼と

बं を彼岸といい、春分の日は彼岸の中日といいま 春分の日をはさんだ前後各三日の合計七日間

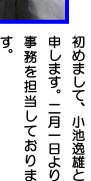
民の祝日となりました。

生物をいつくしむ日」として、1948年に国





間を増やしていきたいと と一日でも多く楽しい時 本 由貴です。ご利用者様 願いします。 思っています。よろしくお 二月から入職しました根



今後ともよろしくお願い ですが少しずつ慣れ、仕 事を覚えて、入所される 介護老人施設は、初めて 頑張っていきたいです。 皆様のお役にたてるよう



します