

# 樹心台だより

2024年1.2月号

医療法人 信和会  
介護老人保健施設 樹心台  
玉名市伊倉北方272  
TEL 0968-73-4165  
FAX 0968-73-4030  
<http://www.jushindai.com>



## 令和6年の新年によせて

樹心台施設長 衛藤光明



樹心台が創設されて29回目の新年を迎えました。2007年4月に着任した私にとっては17回目の新年です。

皆さんご存じの通り、高齢化の進行に伴い我が国の認知症患者さんも増加しています。樹心台においても、認知症専門棟への入所希望者は年々増えており、認知症患者さんの増加を肌で感じています。入所時には、併設の城ヶ崎病院にて脳のCT撮影を行っていますが、この検査で認知症が判明することもあります。最近では、70歳代の比較的若い認知症患者さんも増加しているように思います。

人生100年の時代に突入していますが、高齢になると誰もが認知症になり得ます。私自身も認知症にならないよう、私に取り組んでいる認知症予防策をご紹介します。

- 1 十分な睡眠
- 2 運動（毎朝30分間のストレッチ）
- 3 バランスのとれた3度の食事
- 4 発声訓練（謡曲）
- 5 プラス思考
- 6 人との交わりによる社会的貢献
- 7 全てに感謝すること

これら7つのことが認知症予防に重要と考え、常に頭に入れながら日々過ごしています。

ご利用者の皆様に、これからも安全と安心を提供できる施設でありますよう、職員一同、力を合わせて誠心誠意努力して参ります。

皆様のご健康とご清祥をお祈り申し上げます。



## ■ 年末年始 行事アルバム ■



▲ 12/26 餅つき 年末気分を感じながら、楽しんでいただきました。



1/1 初日の出 ▶  
すがすがしい気持ちで

◀12/25 サンタとトナカイより  
クリスマスプレゼント



◀12/22  
冬至のゆず湯

▼ 門松飾り

▲  
音楽療法 ♪ ▶  
しっかり手足を動かして



## ■ 新人紹介 ■



通所リハビリテーション 所属  
看護師 松浦成一(まつうら せいいち)

令和5年3月15日に入職しました松浦成一です。  
趣味はドライブです。休日は仲間たちとバイクでツーリングをして過ごしています。  
また、最近孫が生まれおじいちゃんになりました。  
孫の成長を見守る為にまだまだ仕事を頑張っていきます。  
慣れない事ばかりで至らない点もあるかと思いますがご指導のほど宜しくお願い致します。