

( 綜成苑 通所利用者 作 )



寒さの中にも、少しずつ春の暖かい日差しが感じられるようになりました。

全国的にインフルエンザが再流行しているので、引き続き利用者の皆さまの健康管理と安全対策に取り組んでまいります。

まもなく桜の便りも届くと思いますが、まだまだ肌寒い日もありますので、皆様方には体調に気をつけてお過ごしください。

### —前月の主な出来事—

- ◇ 3日 節分豆まき（綜成苑・綜愛苑・綜愛苑通所）
- ◇ 12日 苑外活動 白浜アドベンチャーワールド（綜成苑更生部）
- ◇ 14日 開所日（綜成苑通所・綜愛苑通所）
- ◇ 19日 苑外活動 SPAプール・調理実習（綜愛苑）
- ◇ 25日 苑外活動 外食（綜成苑更生部）
- ◇ 28日 開所日（綜成苑通所・綜愛苑通所・つつじが丘苑）
- ◇ 28日 餅つき大会（つつじが丘苑）

### —3月の行事予定—

- 1日 障害児者家族のつながりを広める文化祭（県立体育館）
- 3日 もものカフェ（綜愛苑）
- 8日 わかやま市社協まつり
- 14日 開所日（綜成苑通所・綜愛苑通所）
- 26日 お花見（綜成苑更生部）
- 28日 開所日（綜成苑通所・綜愛苑通所・つつじが丘苑）



## 支援員室だより

### 【 綜成苑 更生部 】

2月3日、節分イベントを行いました。苑長より、今年の年男年女の発表や『鬼を探せ！ゲーム』・『鬼とダンス』を行い、赤鬼&青鬼も現れ、豆まきを楽しみました。今年も健康に楽しく過ごす事ができるよう、1年の厄払いを皆さんで無事終えることができました！！



(綜成苑 更生部 生活支援員 外山 美喜子)

## 【 綜成苑 授産部 】

2月3日、節分の行事として、2階玄関前にて豆まきを行いました。年男年女を発表し、その後みんなで鬼に向かって勢いよく豆をまいたり、食べたりしました。

生活介護では鬼のお面を作りました。今年一年、病気をせず元気に過ごせるといいですね。



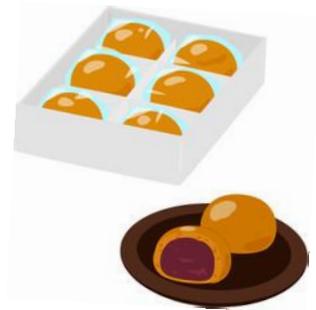
(綜成苑 授産部 生活支援員 田中 大樹)

## 【 綜愛苑 更生部 】

2月3日（火）に節分イベントを行いました。

昔話の上映会の後、「まめまき」を歌いました。『鬼は外、福は内…♪  
みなさんと無病息災を願い、鬼に仮装した支援員にボールを投げて鬼退治をし、厄除けまんじゅうを食べました。ホールいっぱいに笑顔の花が咲きました。

今年もみなさんが健康で楽しく過ごせますように・・・♡



（綜愛苑 更生部 生活支援員 岩橋 祥世）

## 【 きらめき 】

今年も節分の日にみなさんと元気に豆まきをしました。  
画用紙を丸めた豆を、鬼をめがけて「鬼は外！福は内！」と元気よく投げました。  
みなさんが健康で、穏やかな春を迎えられますように。o(´▽`\*)o



(きらめき 看護師 坂本 裕紀子)

## 【 つつじが丘苑 】

2月3日に、節分イベントを開催しました。  
午前中作業に取り組み、昼食は左近バイキングに行きました。その後、苑に戻り豆まきを実施しました。いっぱい食べて1日皆でワイワイと楽しんで満喫してくれていました。

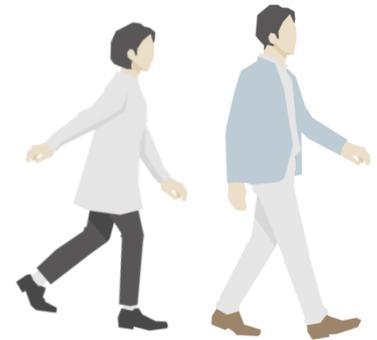
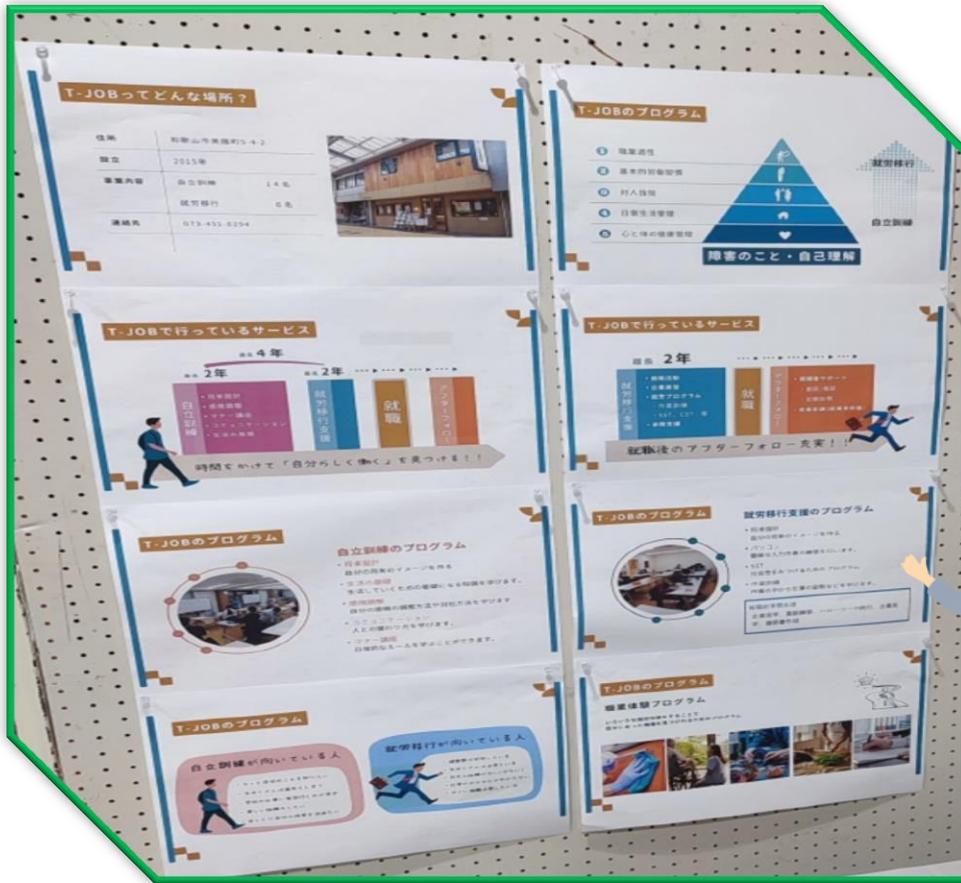


(つつじが丘苑 武田 和也)

## 【 T-JOB 】

1月17日、和歌山ビッグ愛で開催された「福祉事業所合同説明会」に参加しました。

和歌山市内の就労移行支援・就労継続支援・生活介護など、日中活動を行う事業所約30が参加し、支援学校の学生さんや保護者の方を対象に、各ブースで活動内容の紹介を行いました。学校卒業後の進路や次年度以降の実習について多くのご相談があり、T-JOBの様子を少しでもイメージしていただけるよう、活動写真などを用いて説明しました。



(T-JOB 山本 豊己 )

# 糖尿病ってどんな病気

## 1. 「糖尿病」ってどんな病気

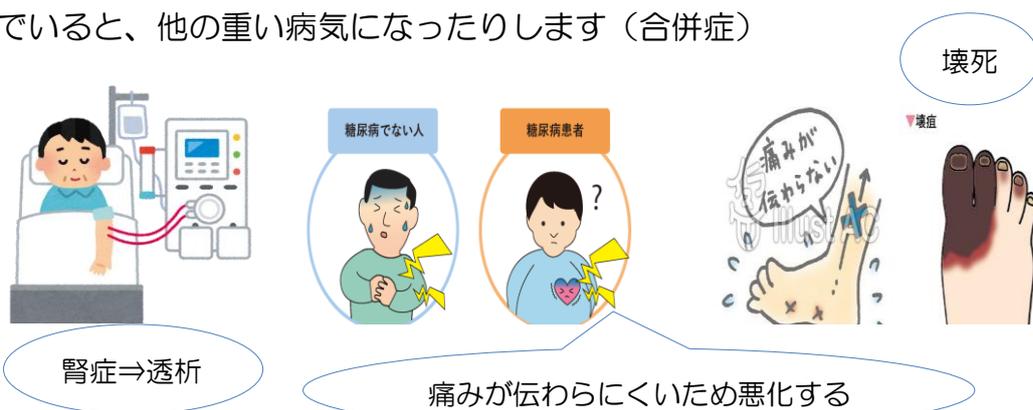
血の中のブドウ糖という物質が多くなりすぎる病気です

ほとんどの場合症状がなく、ひどくなると下記の症状があらわれたりします

- とてものどが渇く
- おしっこに行く回数が増える
- 体重が減る
- 疲れやすくなる

長い間、糖尿病でいると、他の重い病気になったりします（合併症）

- 神経障害
- 網膜症
- 腎症
- 心筋梗塞
- 脳梗塞
- 足病変



## 2. 検査のしかた

- 健康診断などの血液（血糖値やHbA1c）や尿の検査でわかります

## 3. 治療のしかた

- 食事
- 運動
- 薬（内服やインスリン注射）



## 4. 最後に

利用者さまが糖尿病になった場合、個々にもよりますが・・・

- 運動療法、インスリン療法が困難な場合が多いです
- 症状がわからず、伝えにくいので悪化しやすいです
- 自宅での食事療法を続けるのもとても大変です（偏食、自傷など）
- バランスの良い食事（野菜・大豆製品・海藻類・キノコ類・無糖ヨーグルト等を活用）をこころがけましょう
- ジュースを控えましょう
- 健診診断を受けるようこころがけましょう