

# デイケア通信

## 7月 季節は？

今年は梅雨入りが早く鬱陶しい日々が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

さて、博多の7月といえば『博多祇園山笠』ですね！(^^)！起源は諸説あるみたいですが、鎌倉時代に博多で疫病が流行した際に「疫病退散」を祈祷して町を清めてもらったのが始まりだそうです。しかし、今年も新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、**昇ぎ山**の行事は「来年（2022年）夏までの延期となりましたね(๑)」。ただ、飾り山は7月1日～15日未明まで飾られるそうです(^-^)

## 認知症について

物忘れはあるが情緒や感情は豊かな人

認知症の主症状⇒記憶の障害(いわばもの忘れです)

↓ そのことが・・・

「何もわからないから」「すぐ忘れるから」  
という偏見を生む

そして、行動に制限をかけてしまう

それが更なる不安・焦り・  
不信感につながります

意欲をそぎ  
諦めにつながることも

今、体験したことは忘れてしまうかもしれませんが、  
体験した、**嬉しさ・楽しさ・満足感・安心感**は  
残っているといわれています。



### 4. 夜間不眠『昼夜逆転』

**症状:** 昼間は居眠りしたり、ボーっとしているが  
夜になると眠れなくなり、落ち着かない。

**対処法:** 「なるべく日中に刺激を与えて覚醒してもらおう」



「規則正しい日課で生活リズムを保つ」  
「夜間睡眠の妨げになる原因をなくす  
(痛みや痒みなど身体に異変はないか)」

即効性はないが、根気強く続ける  
ことをおすすめします。

決まった時間に軽く運動する  
事もお勧めします。  
但し、床に就く前4時間以  
降は避けてくださいな★



お困りごと  
ご相談は

デイケア直通

☎409-9586

受付 9:00~17:00

古川・中野

お気軽にお電話  
ください。



連絡帳でのご相談でも OK!

こちらからお電話させていただきま  
すので、ご連絡可能な時間をお知ら  
せください。

