



3月を迎え めっきり **春** を感じる今日この頃です  
先月は 再びの コロナ感染症が発生し  
ご利用者様ご家族の皆様には ご迷惑ご心配をおかけしました  
ここにきてようやくの終息を迎えることができほっとしているところです  
第5類になったとはいえまだまだ3月は油断できない感染症ですね  
これからも 重々気を付けていきたいと思えます よろしく願いいたします

### お知らせ・お願い

変わらず 3月は流行中です。  
面会禁止はしていませんが  
ご本人の体調もありますので  
**必ず事前にご連絡を**  
お願いいたします。



久しぶり  
デイサービスでのゆかに  
笑い声や歓声が  
響きました  
みんなで出来るって  
嬉しいです😊



祝



100歳を迎えられたJ様  
101歳になられたS様  
ご長寿おめでとうございます！  
これからもお元気に  
お過ごしいただけますように

### お誕生日おめでとうございます！



今月も  
ごちそうさまでした😊

### ご存じですか？

#### 介護用語のQ&A

**Q** 感情失禁？

**A** 感情を上手にコントロールできない状態を指します。  
具体的には、感情の調節がうまくいかず、泣いたり笑ったり怒ったりといった感情を過度に出してしまう状態です。自分の意思とは関係なく出てしまいます。

### ～今月のつづき～ 回想法

高齢になると 今の事はすぐに忘れてしまい新しい事をなかなか覚えられない反面昔の事はよく覚えているものです

先日 離れて暮らす妹（78歳）と久しぶりに電話で話したのですが ふとした拍子に子供の頃の話になりしばらく話に花が咲きました

我ながらびっくりしたのが すっかり忘れていた事柄が 別の話がきっかけとなり次々と思い出されていったことです  
新たな発見？をしたようで新鮮な気持ちになりとても楽しい時間を過ごすことができました

物忘れを悔やまず 独りで閉じこもらず昔の友と語り合う

回想法には 過去の記憶を思い出すことで脳に刺激を与え認知症の予防や進行抑制の効果が期待されているそうですよ 今こそやるチャンスかも!?

