

若い者には

負けないぞ！



晩げのおさは、昔懐かしいつくしの佃煮でもこしやうべ！



手作りケーキに挑戦したよ。うまそうだべ！



佃煮もいいけど私はパスタも好きなのよね



明日も天気だといいいね。今日も一日楽しかったな。明日も若い者にまげねて頑張っべね。

今日もいっぱい歩いたね。明日は下の広場さ行ってみっかね。



今日のニュースは？ どれどれ…

旬の食材を使って

たなばた御膳

- 梅と大葉の混ぜご飯
- 特製ひりょうず
- 茄子漬
- 御吸い物(清流)
- ほうれん草の胡麻和え
- 天の川ゼリー

山の幸御膳

- 山菜の炊込み御飯
- 鮎の塩焼き
- さくら漬け
- すまし汁(山菜・結び湯葉)
- ひやしる(みず)
- 紅芋ようかん

一枚一枚心を込めてかいた手づくりのお品書きがお膳に華を添えています。



いくつになっても自分の歯でおいしく食べたいものだなー



そり残しはないかな？ますますいい男になったじゃろ！？



ステキな一日のスタート身だしなみよし！何かいいことありそう！

自立をめざして

生き生きとした楽しい園生活をお手伝いします。

『いつまでも生き生きと自分らしく生きる』その実現に向けて、今年度、介護予防委員会ができました。リハビリでは、食前の口腔体操とミュージック療法をしています。一番好評なのは氷川きよしの「ズンドコ節」にあわせた体操です。今は「マツケンサンバII」の体操にも挑戦しています。また、ベッドサイドでの個別リハビリもしています。職員の手助けが必要な状態でも、介護予防することにより、元気を取り戻すことができます。これからは、利用者の皆様も、笑顔いっぱいの園生活を送れますよう、支援してまいります。

一生けん命、私たちのために訓練して下さい、感謝しています。私自身も、もつとがんばって体を動かせるよう努力していきたいです。



いつもリハビリをしていただき、その成果を自分自信でも感じています。これからも続けてほしいです。

高齢者は歯を磨くことが難しい場合もありますが、含嗽剤(うがい薬)やレモン水でうがいをしたり、清拭をするだけでも効果的だそうです。

生きる喜びと活力につながる口腔ケアに、これからもさらに力をいれていきたいものです。

介護予防の一環として、先頃、佐藤歯科医院の佐藤充弘先生にお願いいただき口腔ケアについてお話を伺いました。

その中で口腔ケアは単に虫歯や、歯周病の予防だけではなく、健康の保持・増進、自立や生活の質を向上させる技術であることを学びました。口の中が不潔だと誤嚥性肺炎、動脈硬化、胃潰瘍などさまざまな疾病を引き起こし、また口の中が健康だと脳の血流を活発にし、認知症を予防したり、学習、運動能力を高めたり、肥満を予防することができるとのことです。



口腔ケアについて