魚の町だより 10月

台風とそれに伴う大雨警報、９月は心落ち着かいない日々を過ごす期間がありました。他県の台風被害の報道を見ても、近年の台風被害はとても恐ろしいものがあります。１０月に入っても、なお台風は断続的に発生しており、引き続き警戒しなければなりません。くんちも近いというのに困ったものです。くんちといえば、今年は魚の町が踊り町となっており、１０月８日の中日は、私たち魚の町デイサービスの前で勇壮な川船を堪能できますよ!!

９月のイベント

年間行事の中ではビッグイベントとなる敬老会!!とはいえ、魚の町デイサービスでは、わりと慎ましやかにでも楽しく今年も開催しました!!今年は趣向を凝らして、職員によるマジックショーを楽しんでいただきました。練習の成果が遺憾なく発揮された模様です。

けいろう会

【マジックショー】

ささやかではございますが、お祝いの品として、紅白ひよ子をお持ち帰りいただきました!!

今月のまめ知識

家庭で行う口とのどのリハビリテーション
―嚥下機能の改善を目指して―

今回は、最終回として「ブラッシング」をご紹介いたします。口腔ケアには、①唾液の分泌促進②誤嚥性肺炎の予防③心臓病予防④糖尿病予防に効果があります。また、全身の健康維持を図ることができます。

1．ブラッシング

歯ブラシは鉛筆を持つように持つと余計な力が入りにくく、磨きやすくなります。歯ブラシはふつう～やや柔らかめで、毛質はナイロン、シンプルなかたちのものをお勧めします。

ブラッシングは「歯茎に触れても痛くならないくらいの力で行いましょう。特に歯と歯茎の境目等を重点的に磨くことを意識してもてください。

2．歯間ブラシとデンタルフロス

歯と歯に隙間がある方、抜けている歯がある方には、歯間ブラシやデンタルフロスをお勧めします

3．ブクブクうがい

最後もブクブクうがいで口腔内の汚れを流しましょう。

魚の町デイサービスのある千代ビル１階で、10月３日庭見せ、同月8日に庭先まわりを予定しています。皆さんお誘いあわせの上ぜひご観覧くださいませ!!

魚の町デイサービスセンター
095−824−9000
管理者 辻　伸也　生活相談員 河﨑智絵