

ふれあい

第64号
グループホーム草加
平成26年11月吉日
草加市長栄2-20-1
☎ 048-946-7270

敬老会



9月23日敬老会を開催しました。
ご家族様も大勢ご参加頂き、ボランティアさん
による「琉球踊り」は、一緒に踊ったりと楽し
まれていました。皆さんステキですね♪



「火事だ〜！」...防災訓練

9月26日デイサービスとグループホーム草加
合同の防災訓練がありました。
草加消防署の消防士さんからご指導いただき、
皆さんも参加され消火訓練などしました。
消火器うまく噴射できましたね♪



「あら、おいしい♪」...非常食体験

10月29日非常食体験をしました。
お粥と五目御飯は想像以上に美味しく
量もしっかりあってみなさん満足
できました。

- お粥…熱湯5分(水50分)
- 五目御飯…熱湯15分(水60分)



懐かしい音色に…

ハーモニカ演奏

10月31日ボランティアさんによるハーモニカ演奏を皆さんで楽しみました。懐かしい曲に皆さん自然と声が出て、一緒に歌われてました。



いつもありがとうございます
ございます♪

暖かな日差しの中で…

お散歩

澄んだ秋の日、柔らかな日差しの中、公園で日向ぼっこをしました。



「暖かいわね～」
「あの建物は何？」など
自然と会話も弾みます。

口の中の汚れを誤嚥してしまうと誤嚥性肺炎を起こしてしまう可能性があります。一方、口腔ケアをしっかりと行うと咽頭部に付着するインフルエンザウイルスの量が減少するとも言われています。口腔ケアは虫歯や歯周病の予防だけではなく、誤嚥性肺炎やインフルエンザの予防等全身の健康にもつながっています。

虫歯や歯周病は、歯の汚れが原因となり、歯や歯の周りの組織を壊していきます。歯の汚れは、食べカスと細菌がありますが、細菌は歯に付着した状態で歯磨きをしないとますます増え続けます。歯の健康を保つためには、まず、きちんと歯の汚れを取り除くことが大切です。



十一月八日は『いい歯の日』

【歯ブラシのポイント】
歯ブラシは力を入れすぎず小刻みに動かします。

- ① 歯と歯茎の境目
- ② 歯と歯の間
- ③ 奥歯の噛みあわせの溝

【入れ歯の手入れ】

食後は入歯を取り外して磨きます。

入歯は流水下で義歯ブラシ（歯ブラシでもよい）を使って磨きます。（磨き粉は付けない）

【舌もきれいに】

舌の表面の白い部分は舌苔という汚れです。舌苔は口臭の原因になります。

舌苔は口臭の原因になります。歯ブラシや舌ブラシで磨きましょう。



編集後記

めっきり日足が短くなり、朝夕の冷え込みも増してきました。ご家族の皆様には如何お過ごしでしょうか

11月末日は新栄中学の学生さんの福祉体験があります。恒例のミニ運動会も開催されます。お時間の許す範囲でご参加されては如何でしょうか。

インフルエンザの流行する季節、利用者様・職員は既に予防接種を全員受けておりますが《うがい・手洗い》の励行などにより、一層健康管理に努めてまいりたいと思います。

11月19日（水）10:30より運営推進会議を開催予定です。地域包括にご相談のある方は是非ご参加されては如何でしょうか。

編集者 林 田中 横川

10月11月のお誕生者



お誕生日
おめでとうございます！