



往還風景

暖かくなりお出かけには、ぴったりの季節になりました。各ユニットでは、外出の計画をたて、伊坂ダムに出かけたり、ご家族様と一緒になばなの里まで出かけたり、デニーズやお寿司、うなぎなど外食後ショッピングを楽しまれたりと4月はワクワクドキドキ楽しいことが多い1カ月となりました。



わあ～
花がたくさん
咲いて、
きれいだこと



5月の施設行事

- 11日 (月) 歌謡ショー
- 19日 (火) 音楽療法
3階、ショート対象
- 20日 (水) 音楽療法
2階、ショート対象

5月のクラブ活動

- 7日 (木) 書道クラブ
- 14日 (木) 手作りクラブ
- 21日 (木) 書道クラブ
- 26日 (火) カラオケクラブ
- 29日 (金) お花クラブ

6月施設行事

- 6月5日 (金) マジックショー

どんなマジックがみられるのかな？

おやつ

5月5日 (子供の日)



こいのぼりの
おまんじゅう

外出から帰られた後、往還の地域交流ホールで、昼食はお寿司をご家族様といっしょに召し上がっていただきました。



皆で食べる
のは、おい
しいねえ

おいしい
お寿司やねえ

ショートステイ (花水木) では手作りおやつとして“たこ焼き作り”に挑戦しました。ひっくりかえすタイミングが以外に難しくカリッと焼けてきたら、クルッと箸で回してとてもおいしそうなたこ焼きが完成しました。



岡田かつや議員来所

5月1日

各ユニットをまわっていただき、握手をしていただいたり、利用者様にお声をかけていただきました。



わあ～
感激！



インフルエンザ感染症対策

豚から人へのインフルエンザが、鶏インフルエンザよりも先に流行し、世界の医療機関はその対応に躍起になっています。

メキシコを中心に新型インフルエンザが世界各地に広がる中、同国だけでなぜ犠牲者が増えるのか、専門家の間で謎が深まっています。今日現在では流行は収束に向かっているような報道がなされていますが、まだ安心できる時期ではありません。メキシコだけで増えている要因を新聞などでは〈1〉ウイルスの種類が違う〈2〉栄養不足〈3〉水不足〈4〉大気汚染〈5〉医療体制の不備などを挙げていますが、すべて憶測にすぎません。時間が経てば解明されるのですが、分からない状況の中で、不必要に恐れることもありませんが、できる範囲での対策を高じておくのは決して無駄にはなりません。

実際にやれることは、普段のインフルエンザ感染症対策と変わらないわけですが、基本は手洗いと、うがい、マスクの着用です。手洗いは流水で1分以上でないとう効果がありません。無意識に行うと30秒程で、もう十分行ったと感じてしまいます。ただ、インフルエンザには石けんが有効です。手洗いだけでなく、石けんで顔や頭髪を定期的に洗浄するのは予防に効果が大きいです。十分な睡眠と栄養、それと日々の正確な最新情報をたえず入手するよう心がけて下さい。

こめだ腎・泌尿器科 米田 勝紀

編集部より

だんだん暖かくなってきましたので、ユニットごとで計画をたて、外で食事をしたり、買い物に出かける事が多くなり、元気に出かけられるお姿が拝見できる様になりました。

往還の花壇に藤棚！！



藤の花がきれいに咲きました。

ほのほのニュース

往還の玄関に再び、つばめが巣をつくりました。昨年巣立ったつばめが、もう一度巣に帰ってきたのでしょうか？ 巣もきれいに修復され、ヒナがかえって巣立っていくのが楽しみです。



ワンポイント

今日から始める、簡単お口のケア

舌とあごのケア(1)

舌の汚れは、通常、食べたり話したりするときに舌が動くことで、ある程度はとれます。けれども、加齢とともに舌の動きが鈍くなったり唾液の量が減ったりすると、汚れがとれにくくなります。そして、汚れがついたままになると、舌と接する上あごも汚れやすくなります。

舌の表面には乳頭という小さな突起がたくさんあってデコボコしています。ここに汚れがたまり、細菌が繁殖すると、白色や黄色や褐色のこけのような「舌苔」がくっつきます。

正常な状態でも舌の表面はうっすらと白い舌苔が少し付着していますが、舌苔が分厚くなると口臭の原因になったり、ひどくなれば味がわからなくなったりします。

舌苔はお手入れ不足のほか、口の中の乾燥、全身疾患、薬の服用、疲労などによっても増えます。また、高齢者では、加齢によって乳頭の角化して伸びるため、舌苔がつきやすくなります。

次回、舌と上あごのケアをご紹介します。

歯科衛生士 水谷 敦子