



新 恭 年 賀



新年明けましておめでとうございます。兎年の今年、往還設立後5回目の新春を迎えることが出来ましたことを、心より感謝申し上げます。

「自分が投げかけたものが自分に帰ってくる」とか、「与えたものが与えられる」といいます。全職員がいつも「自分が源」という気持ちを忘れず、暖かい言葉と温かい笑顔がいっぱいの施設にしていきます。

作業は手早く、利用者さんとの時間は、「ゆっくり、楽しく、丁寧に」職員一同取り組んでまいります。本年もどうぞよろしく願いいたします。

特別養護老人ホーム 往還 施設長 柿沢 佳世子

往還風景

エアロビクス

12月21日

歌手ピンクレディや坂本冬美の名曲にのせてビューティートレーニングのお二人に踊っていただきました。

ゆっくりなリズムの時は、利用者様も手を上げたり交差したり肩をまわしたり、いっしょに動かして楽しい時間を過ごされました。



1月のクラブ活動

- 6日 (木) 書道クラブ
- 13日 (木) 手作りクラブ
- 18日 (火) カラオケクラブ
- 27日 (木) お花クラブ

1月の行事

- お茶会 (1月5日)
- 新年祈願 (1月13日)

8020表彰式

80歳以上で20本以上歯がある方の表彰をしていただきました。

口腔ケア優秀賞をいただき賞状と景品を受けとっていただきました。



おもちつき

ボランティアの方と利用者様のご家族様にお手伝いしていただき、おもちつきをしました。

最近では、手でつくことも少ないですが、昔を思い出し杵で調子良くおもちをつく利用者様もいらっしゃいました。

つきあがったおもちはおろしだいこんやあんこ、大根葉のおもちにさせていただきました。



クリスマス特別食



お正月特別食



サンドイッチ
鶏団子のトマト煮込み
サーモンマリネ
プチグラタン
かぼちゃポターージュ
いちご・オレンジ

赤飯
ぶりの照り焼き
茶碗蒸し
紅白かまぼこ
数の子と胡瓜のおかか和え
吸物
まんじゅう



謹賀新年

往還の嘱託医の米田勝紀（よしのり）先生をご紹介します。

現在、鈴鹿市にお住まいで、干支は理事長と同じ寅年です。出身校は、三重大学医学部だそうです。「バカの壁」などの著書でおなじみの、東大教授 養老孟司さん（養老さんをもっとソフトにした感じ？）に似ていらっしゃいます。

背も高く、とても気さくなお人柄で、看護師をはじめうちの職員の間では、とても人気があります！！毎週木曜午後、往還にいらっしゃいますが、それ以外にも、入居者の体調の変化があったときなど、お忙しい中、往還に駆けつけて下さる頼りになるドクターです。

米田先生！本年もどうぞよろしくお願ひいたします。



今年もよろしく
お願ひします。

こめだ腎・泌尿器科 米田 勝紀

避難訓練

12月6日

災害に備えて避難、通報、消火訓練をしました。消防署への通報や、怪我をした人の救助、水消火器を使った消火訓練を行いました。



おやつバイキング

12月24日

クリスマスに、饅頭、あられ、バナナムース、カットケーキ、魚国さん手作りのブッシュドノエル等のおいしいお菓子を召し上がっていただきました。



おいしそう！
どのお菓子に
しようかな？

手作りクラブ

クラブ紹介

書道クラブ



かわい
うさぎの
置物



お花クラブ

花材

松・大菊・オリエンタルゆり
姫南天
千両
カーネーション



ワンポイント

今日から始める、簡単お口のケア

アドバイス



歯と歯ぐきのブラッシング

・ブラッシングの目的

・ブラッシングの目的は、歯を磨くことだけではありません。たとえ歯が1本もなくなったとしても、歯ぐきのマッサージのために、ブラッシングを続けることが大切です。

1. 口の中にたまった食べかすや歯垢をとり除き、細菌の繁殖を抑えて歯石を防ぐ。
2. 歯ぐきを歯ブラシでマッサージして、血行をよくする。

・ブラッシングのコツ

毎日ブラッシングしているのに、歯石やむし歯などのお口のトラブルが減らない場合は、磨いているつもりでもきちんと磨けていないのかもしれない。歯ブラシを横に動かして、ごしごしと磨いているだけでは汚れが落ちきらないうえ、歯がすり減ってしまうこともあります。ブラッシングのコツをつかんで、正しい方法で効果的に磨きましょう。

- ・歯ブラシは鉛筆のように軽く持つ。
- ・歯ブラシのあて方は、歯と歯肉の間で45度の角度で当てる。
- ・2～3mm幅で軽く小刻みに20回程度動かす。
- ・特に歯垢が付きやすい歯と歯ぐきのさかい目などは念入りに。

歯科衛生士 水谷 敦子