



## 往還風景

## お花見

お天気のいい日は、汗ばむほどの暖かさで、散歩に出かけるには、いい季節となりました。ユニットごとに、計画をたてお花見に出かけました。



## 5月のクラブ活動

- 19日 (木) 書道クラブ
- 12日 (木) 手作りクラブ
- 26日 (木) お花クラブ

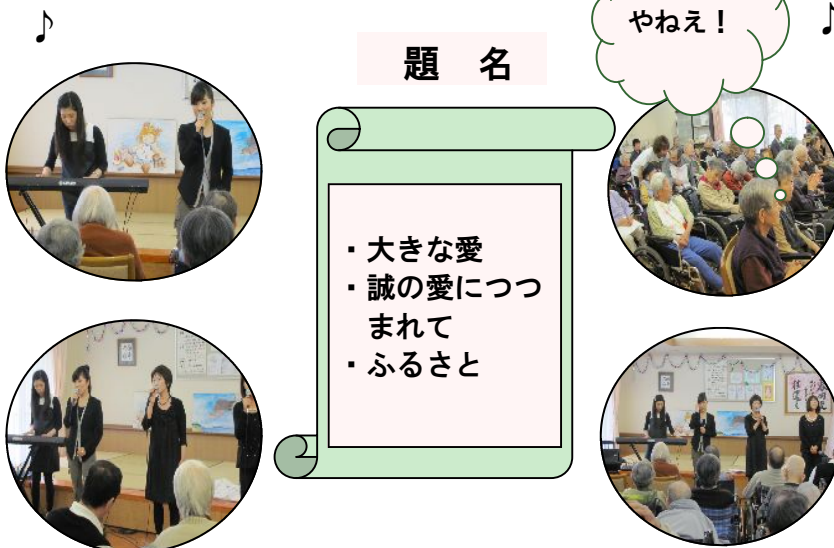
## 5月の行事

- 6日 (金) コンサート (歌手；藤森 美仔さん)
- 25日 (水) 音楽療法 (合同)  
2階、3階ショート、  
デイ・サービス
- 27日 (金) エアロビ

## ゴスペル

4月23日

‘ろばのこ’ 4名の女性コーラスの皆さんにきていただきさわやかな歌声をきかせていただきました。



## こいのぼりの登場

デイ・サービス製作

### 作品



大きな紙を魚の形にきり紙の皿に色をぬり、うろこを作り貼りつけて、完成!

## 子供の日特別食とおやつ

5月5日

てこね寿司  
茶碗蒸し  
なすの冷鉢  
メロン

### こいのぼりの饅頭





## 医療倫理（バイオエシックス）について

3回目の今回はQOL（日本語では生きることの質、生命の質、人生の質など色々な意味を含んでおり、そのままQOLという言葉を使うことが多い）からの考え方です。

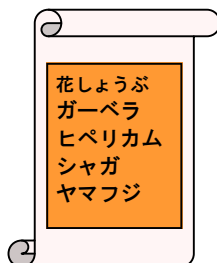
- 1) QOLの定義と評価：人間一人一人顔が違うように、また宗教の違いなどから、生きる意味の定義は個人によって異なります。よってQOLの色々な評価法が提唱されていますが、必ずしも正しい評価とはいえないのは当然であり、多角的に評価することが大事です。
- 2) 誰がどのように決定するのか：患者が評価するのが前提ですが、病気の状態では評価が揺れ動くことはままあります。判断力がない人ではもう一つ難しくなります。
- 3) QOLに影響を及ぼす因子：向上させる因子を取り入れ、低下させる因子を除くこと。  
これは次回の周囲の状況に含まれることにも関連しますが、ケアをする者のQOLも実は大事な問題となります。医療スタッフや家族、介護者のQOLが保たれていなくては、真に患者のQOLを向上させるケアを続けることはできないからです。

こめだ腎・泌尿器科 米田 勝紀

### 今月のクラブ作品

お花クラブ

花材



### 今日から始める、簡単お口のケア アドバイス

ワンポイント



#### 高齢者の体と食生活の変化と工夫

「食事」は体を維持するために必要な栄養を取るだけでなく、おいしいものを味わって食べることで、心の喜びや満足度を得るという大切な役割もあります。

けれども、老化とともに、噛む力や飲み込む力が衰えたり、消化吸収の機能が低下したり、腹筋が衰えたりするために、食べる力が弱まってきます。

いくつになっても食事をおいしく楽しむためには、体の変化を理解して、それに合わせて食事にと工夫をすることも大切です。

- ・噛む力、飲み込む力が衰える

加齢による唾液の分泌量の減少や、歯周病や入れ歯の不具合などが原因の一つ。不具合は調整し、噛みやすく飲み込みやすくなる食事の工夫をしましょう。

- ・歯や骨がもろくなる

高齢になると骨や歯からカルシウムが抜け、吸収率も低下するために、歯や骨がもろくなります。吸収のよい乳製品や小魚を摂取して、カルシウム不足を補うようにしましょう。

- ・濃い味つけを好むようになる。

高齢になると味覚が鈍くなるために、濃い味つけを好むようになり塩分や糖分の摂り過ぎの心配が。酢やレモン汁をかけたり、だしをしっかりとったりすることで、薄味でも味が引きしまります。

### ホットニュース

今年も往還の玄関横につばめがやってきて、巣作りをはじめています。

さあ  
がんばろう

ここまで  
できました



歯科衛生士 水谷 敦子