



往還風景

ピアノ発表会

ディルームにて、山中信子先生とその門下生の皆さんにピアノとオルガンのコンサートをさせていただきました。最後に東日本大震災からの復興を願う歌の「花は咲く」を皆で歌いました。



4月のクラブ活動

4月5日(木) 書道クラブ

4月26日(木) お花クラブ

詩吟

4月10日(火) 詩吟

4月より、詩吟を行うことになりました。お腹から声を大きく出すことで、健康にもつながるってとてもいいことですね！たくさんの方の参加をお待ちしています。

華弁当

3月26日

魚国三重支社栄養士さんより、日頃の成果と成長を皆さんにお届けしたいということで、特別に弁当を提供していただきました。

ヘルシーメニュー
で食べやすかったです。



ゆかりごはん
白身魚の雪花蒸し
豆腐田楽
ほうれん草のごま和え
吸い物
フルーツ寒天

ディサービス

ランプシェード製作

和紙で作った電気のかさ風船をふくらませて、その上に和紙をはりつけて完成です。

中から、あかりをともすとほんわかやさしくひかります。



桜の花の壁かけ

玉子パックのそこをきりぬいて、貼りつけました。玄関先に春が訪れました。



昨年(2019年)の3月11日の午後の会議室でブラインドがゆらゆらと横に揺れだしました。はじめは私の目がおかしいのかなと思ったけど皆が地震だと言出し、施設長が指示に飛び出しました。幸いに往還では、びっくりする利用者様もいなかったようで、気がつかない方のほうが多かったようです。後にテレビで東北の様子を見て大変な事だとわかりました。ブラインドのゆれと、その会議の内容は一生忘れられないものとなりました。人の死は、突然にやってくる事があります。年齢も関係なく、病気のある無しも関係なく、善人、悪人関係なく、なんと理不尽な事でしょう。でも、人間は生まれた限り必ず1人の漏れも無く死は訪れます。ここ往還にお住まいの一人一人はそれぞれの人生を精一杯過ごされてこられ、今ここ往還に居られます。人生の集大成を迎える場所として往還を選んでくださった事を感謝します。おひとりおひとりが、良い人生だったと思えるようなひと時を過ごせるように考えていきたいです。お体の事、病気の事、薬の事、家族の気持ち、最後の迎え方、入所された時から一緒に考えていきましょう。ご家族様のご協力よろしくお願いたします。

入所担当介護支援専門員兼生活相談員 八尾 敏子

健康のため詩吟をしませんか？

2月上旬 レクリエーションで3階に上った時、“伊藤さん、私の悩みを聞いてくれませんか”と声を掛けられたので、話を聞いてみると”お通じがなくて困っている”とのこと。下剤は飲みたくないし、お腹をさすっても駄目でどうしたものかと悩んでいると、真剣な面持ちで話された。私としては、詩吟の呼吸法で解消するより仕方ありませんね。詩吟をされたら如何ですか？腹式呼吸で生活されるのが一番ですよとお答えした。

「やりたい」「私もやりたい」と側の方も言われおふたりが発起人で4月から始めることとなった。歯科衛生士の方も加わって頂き、お口の体操から行い、発声を中心に吟じ方を徐々に無理なく楽しく進めていきたいと思っています。お一人でも多くの方のご参加を期待しています。

歯科衛生士 水谷 敦子
岳風吟詩会 伊藤 美子

クラブ作品

書道クラブ



お花クラブ



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

歯間ブラシの使い方

歯間ブラシは歯と歯の間のすき間、ブリッジの下や部分入れ歯のバネの部分など、歯ブラシだけでは取りきれない汚れを取り除くのにとても便利です。

・形

針金の先に小さくて細かいナイロンの毛がついていて、前歯に使いやすいI字型と、奥歯に使いやすいL字形があります。

・サイズ

一般的に、毛の太さによってSSS、SS、S、M、Lなどの5つのサイズに分けられます。合わないサイズのものを使用すると、歯ぐきや歯を傷つけてしまうので、すき間に歯間ブラシを入れたときに、抵抗なく動かせるサイズのものを選ぶようにします。

・使い方

歯の表面方向から歯ぐきに沿わせて歯間ブラシを入れ、前後に出し入れするようにゆっくり動かします。さらに、歯の裏側からも同じように挿入して動かします。歯間ブラシは根元の針金の部分で折れやすいのですが、鉛筆を持つように針金の付け根に近い部分を持つと折れにくくなります。使用した歯間ブラシは、よく水洗いして乾燥させれば繰り返し使えますが、毛が減ってぼろぼろになったり、ワイヤーが曲がってきたりしたら取り替えましょう。

歯科衛生士 水谷 敦子

入賞

トピックス

月刊ダイ掲載

スタンドガラスの壁画
松ぼっくりのクリスマスツリー
ティッシュアートのクリスマスツリー
皆さんで仕上げた作品が入賞しました

