



社会福祉法人 三重健寿会
特別養護老人ホーム 往還

ホームページアドレス
http://care-net.biz/24/oukan

第61号

発行日：平成24年12月7日

〒510-8103

三重県三重郡朝日町

大字柿字熊之田564番地

FAX (059) 377-6001

電話 (059) 377-6011

往還通信



往還風景

フラダンス

11月21日

フラダンス（リリア）の皆さんに、各フロアで踊りを踊っていただきました。

あざやかな衣装に着替えて登場された皆さんに、拍手される方、手を上げてびっくりされた表情の利用者様、何が始まるのかと興味深くご覧になれる利用者様など、楽しい雰囲気の中、会場は、盛り上がりました。



12月のクラブ活動

12月6日(木)

書道クラブ

12月27日(木)

お花クラブ

12月11日(火)

詩吟

ディサービス作品のご紹介

今年もたくさんの物を作っていました



クリスマスにむけて演奏会の練習



元気に演奏します。

お寿司バイキング

11月28日(水)



昼食

魚国さんより、にぎり寿司を提供していただきました。

お
品
書
き

玉子
鰯
細巻
サーモン
稲荷

・お寿司

天巻き 茄子 茶碗蒸し
吸物 いか 鮪 海老
秋刀魚

マロンババロア

たくさんのお寿司の盛りあわせでお腹いっぱいになりました。



施設でできる事、家族様に考えて頂きたい事

今年の本々の紅葉は本当にうっとりするほどきれいでした。鮮やかな赤があり、きれいな黄色、遠くに行かなくても道路の街路樹で充分に楽しめました。皆様はいかがでしたか？12月に入り、寒さが一段と厳しくなり今年はノロウイルスが流行のきざしが有る様です。皆様お気をつけ下さい。手洗いを充分にすると良い様です。施設の中では、出来るだけ寒さを感じない様に保温していますが、御自身で動かせない方は、寒さを敏感に感じられるのでしょうか。寒いと言われる事が有ります。そんな時寒いからとたくさん服を着ると汗をかいてその汗が体をひやして又寒さを感じる事もあります。スタッフも気を付けていますが、家族様も来所の際には、お体をさわってあげてください。背中に手を入れるとよくわかります。お部屋があつすぎると感じられる時も心配です。「かぜは万病のもと」急に熱が出たり、食欲がなくなったり、水分がとれなくなったり、おしっこが出なくなったり、体がむくんでいる様にみえる等、体に変調が出てきます。そんな時、施設でできる事は、熱が下がる様に薬を使う。食べたい物を考える。飲む物を考える。家族様に協力して頂く。回診して頂き指示を受ける等です。家族様に御希望があれば受診する事が出来ます。施設での介護は、御本人様が苦しくない様に痛くない様に又家で居られる時と同じ様に食事をして入浴して、排泄後をきれいにする等の日常のお世話をさせて頂いています。体調の変化は急にやってきます。又原因がわからない様な症状が出る時もあります。昼夜かまわず一年中いつおこるかわかりません。ぜひ、御家族様の中で、その様な時、どの様にするかのお話をして頂く機会をお願いします。今は必要ありませんがその時はいつくるかわかりません。ぜひお願いします。

入所担当介護支援専門員 八尾 敏子

楽隊で発表しましょう！！

各階のレクリエーションで今盛り上がっているのは、リズムに合わせて楽器を振ったり叩いたりして合奏することである。思わぬ方がリズム感がよくて鈴を振っていただいたりしてびっくりすることがある。

皆さん乗り気で、12月のクリスマス会にサンタの帽子をかぶって出演しようと賛同を得た。曲目は、紅葉、どんぐりころころ、ジングルベルである。

いつも観客ばかりより、自分達が主役で演じた方が意欲的で楽しいのではないのでしょうか？

今段ボール箱で太鼓を作成中です。

今から楽しみにその日を待っています。

レクリエーションケースワーカー 伊藤 美子

いい歯の8020コンクール表彰

80歳で歯が20本ある方の表彰です。



すばらしい！
これからも
健康な歯を
持ち続けて
ください。

お花クラブ



花材

セッカイヤナギ
ストック
カーネーション
スカシユリ (黄)
モンステラ

書道クラブ



今日から始める、簡単

ワンポイント

お口のケア

アドバイス



糖尿病と口腔ケア

糖尿病は、40代以上の10人に1人がかかっていると言われるほど、日本人の代表的な生活習慣病の一つで膵臓から分泌されるインスリンというホルモンが不足して、血糖値（血液中の糖）が異常に高くなる病気です。糖尿病になると、口の中が乾きやすくなるため、唾液の分泌量も低下し、口の中が汚れやすくなって口臭がきつくなります。また、免疫力が低下するので歯周病になりやすく、治りにくいことも知られています。

高血糖の状態が続くと白血球の機能が低下するために炎症が進み、組織が壊れやすくなるからです。糖尿病の人の7？8割が歯周炎などにかかっていると言われています。

さらに、感染に対する抵抗力も弱くなるため、歯周病から重症の感染症を引き起こす危険性もあります。

一方で、歯周病を治療すると血糖値がコントロールしやすくなるなど、歯周病の改善が糖尿病の改善に関係することが近年報告され、注目を集めています。

つまり、お口の中を清潔に保つことで、二次的な感染症を防ぐだけでなく、糖尿病の進行も抑えることができるかもしれません。

糖尿病の人は特に口腔ケアをしっかり行い、歯科での定期的な検診も行いましょう。

歯科衛生士 水谷 敦子