



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74号

発行日：平成26年10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

9月26日

ナオピオ、オコオラウ、イアパナ、スズカフラダンス教室

鈴鹿のフラダンス教室の皆様にお越しいただきました。  
きれいな衣装と華麗な踊りに利用者様も見とれて、中には、フラダンスの方をまねて、上手に手を動かしている利用者様もいらっしゃいました。



### クラブ活動



10月	2日 (木)	書道クラブ
10月	9日 (木)	書道クラブ
10月	30日 (木)	お花クラブ
11月	8日 (木)	書道クラブ
11月	13日 (木)	書道クラブ

### ディサービス

神経衰弱ゲームをしました。

何枚数字が  
あてられる  
かな？



### 敬老の日お祝い膳 (昼食)

9月13日

赤飯  
天婦羅盛り合わせ  
(海老、さつまいも、茄子、ししとう)  
炊き合わせ  
(がんも、里芋、小茄子、花人参、春菊)  
無花果コンポート  
茶碗蒸し

おやつは、一口  
サイズのかわいい  
おまんじゅうが  
できました。



ボリューム満点  
でお腹がいっぱい  
になりました。



## 勇気ある発言（詩吟）

月1回の詩吟を楽しみにしている私です。去る8月の詩吟の時（13名）いつもの流れの通り、吟道精神の唱和から始まり、音階練習。次に吟詠に入り先づ私が吟じ決まりを説明していた時、T男さんが突然手を上げられて「先生、そんなに吟じるばかりでは先生も疲れるから、私が今から吟じるから悪い所を直して欲しい。その方がよく分かる」と言われ、東風吹かばを吟じられた。すかさず「ここは詰めて歌った方がよい」とその箇所を示した。皆さんもその方がよくわかった様でそれから流れが替り利用者様中心の詩吟になって、次々、吟じて頂いた。そして活気のある詩吟に転じた。終わった後、皆さんと詩吟の楽しさを共有できた喜びを感じた。改めてT男さんの勇気ある発言に感謝した。

レクリエーションケースワーカー 伊藤 美子

## 第29回全国ふれあい書道展 （広島県にて）

### 特選に輝く！！

受賞！  
おめでとう  
ございます。

中道 宏様 遠藤 貴佐子様

感想と抱負をお聞きました。中道様は、「いくつになっても受賞はうれしいものです。益々精進し、残りの人生を充実たく存じます。」

遠藤様は「受賞にびっくりしました。書道は大好きなのでこれからも続けたい。」

お二人共笑顔で話されました。

レクリエーションケースワーカー 伊藤 美子

## クラブ作品のご紹介

### 書道クラブ



秋らしい  
にぎやかな作品  
ですね！

### お花クラブ

#### 花材

- ・ ガーベラ
- ・ スプレーカーネーション
- ・ ワレモコウ
- ・ クジャク草
- ・ ヒオウギ
- ・ リンドウ
- ・ キイチゴ



## 朝日町役場職員 福祉施設体験

9月24日・25日

車椅子に乗ったり、玉入れやお話をされたり、お風呂の介助や、タオルをまいたり職員のお手伝いもしていただき、たくさんの利用者様と関わっていただきました。

玉が何個  
入るかな？



## 今日から始める、簡単お口のケア



### ワンポイント

### アドバイス

#### お口の中の細菌

健康な人でも、歯や舌の表面や粘膜などに、数百万種類もの細菌がすんでいるといわれています。生まれたばかりの赤ちゃんは、無菌状態の羊水の中で過ごしていたので、口の中も無菌状態です。しかし、いつしか母親や家族から赤ちゃんの口の中に細菌が移って定着します。歯が生えるようになるとむし歯の原因となるミュータンス連鎖球菌なども現れて、細菌の種類が増えていきます。母親がこの菌をたくさんもっていると、子どもにむし歯が発生しやすくなるという報告もあります。また、細菌の種類は体調やホルモンの変化によっても変わるといわれています。お口の中の細菌はだれもがもっているものであり、健康で正常にコントロールされていけば、異常に増えることはありません。しかし、高カロリーでやわらかい食事が多い現代人は、昔の人に比べるとお口の中の細菌は増加傾向にあるといわれます。さらに、お口の衛生状態がよくない高齢者では、若い人よりもたくさんの細菌が見つかるといわれています。そして、お口の細菌が誤嚥性肺炎の原因になることもあります。お口の中の細菌を増やさないためにも、口腔ケアをしっかり行うことが大切です。

歯科衛生士 水谷 敦子