

『小暑』

今年は
7月7日です!

小暑（しょうしょ）は、7月前半にあたる二十四節気の一つです。
「小さく暑い」と書くことから、梅雨明けが近づき、暑さが本格的になるころを指します。

小暑のころは...



暑中見舞いを出しはじめる時期



ご利用者様募集中

介護を必要とされる在宅の高齢者様、ご家族様からのご相談を随時お受けしています。

多様なニーズに対して適切なサービスが受けられるよう、女性スタッフ3名がきめ細かなサポートに努めておりますので、いつでもお気軽にお問合せください。



老健西濃 在宅介護支援センター
☎(0584) 73-4007(直通)

施設からのお願い

手洗い



うがい



マスク着用



アルコール消毒



3密



皆さんで防ぎましょう!
ご協力お願いします!

7月の理美容の予定

5日(水)
19日(水)
25日(火)

コロナ禍の状況等により中止になる場合があります



広報紙は、ホームページでも
ご覧いただけます。
<http://www.bijyoukai.dr-clinic.jp>



あおぞら

2023年 7月号 (第306号)

老健西濃だより

編集・発行

医療法人薬城会 老人保健施設 西濃

発行責任者 施設長 佐々 寛己

〒503-0893 大垣市藤江町6-3-1

☎(0584) 78-6050



6月15日(木)・16日(金)、デイケアのおやつレクリエーションとして「そうめん」をご用意いたしました。ネギや生姜などの薬味をトッピングして出来上がり!!利用者様は、つるつるそうめんをすすられ、とっても美味しそうに召し上がられていました!

これから迎える暑い夏は、冷たくてのど越しのよいそうめんが最高ですね!



介護予防教室

6月17日(土)、「知っていますか?オーラルフレイル」をテーマに介護予防教室を開催しました。

皆さんは「オーラル(口腔)フレイル(虚弱)」という言葉をご存じですか?年齢を重ねるごとに口に関する機能が衰えることをいい、滑舌が悪くなる、硬いものがかみづらい・食べこぼす、むせやすくなる、口が乾燥する、などのささいな症状から始まります。

チェックシートでお口のトラブルを確認!



健康なお口を保つには、毎日のケアが大切!!

きちんと磨いていたのに「虫歯や歯周病になってしまった」とならないよう、歯ブラシの使い方を見直すことや歯間ブラシ・フロス等の補助具も合わせて使用することが必要です。定期的な歯科受診も欠かせませんよ!

歯だけでなく食事や会話をする時の筋力を維持するには、お口まわりの体操も行いましょう。お口の衰えは全身の衰えに繋がります。

今ある歯を失わないためにも、お口のケアを見直してみませんか?



次回教室のお知らせ

テーマ 自宅で簡単エクササイズ「転倒しない体作り」

日時: 令和5年7月15日(土)

13時30分~15時00分

場所: 老人保健施設西濃 西館3階食堂

お問い合わせ先: 老健西濃 在宅介護支援センター

☎(0584) 73-4007 (直通)

体力測定を行い
自宅でもできる
運動をご紹介します!



七夕飾りを 作りました



7月7日は七夕です。これに先立ち、利用者様と一緒に折り紙で七夕飾りを作りました。切る、貼るなどの手先を使った細やかな作業をしていただいたおかげで、素敵な「ちょうちん」や「輪飾り」ができあがりしました。

短冊には、「健康でいられますように」や「美味しい食事が食べたい」など、様々な思いを込められていました。皆様の願いが叶いますように(^^♪



カラオケ

デイケアのレクリエーションで久しぶりにカラオケを行いました!



マイクを向けると少し照れながらも、十八番の曲を歌詞を見ることなく歌われていました。

作品紹介



いろいろな表情の「かえる」が出来ました!

