

しゃりん梅だより



社会福祉法人 車輪梅
理事長 堀内 信夫

平成三十年一月

明けましておめでとうございます。輝かしい新年を皆様方には健やかでお迎えの事とお喜び申し上げます。旧年中は、社会福祉法人車輪梅の運営に對しまして、地元の皆様方の深いご理解とご支援・ご協力を賜り、心より厚く御礼申し上げます。

さて、超高齢化社会を迎えた昨今、私達を取り巻く状況も大きく変化しつつあります。そのような中で、私たち社会福祉法人車輪梅では、利用者様一人一人が楽しみ、生きがい、喜びを感じていただけたらと思う、利用者様の立場に立ったサービスの提供に努めて参りたいと思っております。

『ことばは心の架け橋』と言われる。『ことば』は、私たちにとって大切なコミュニケーション手段のひとつであり、人と人との結び付きを作るとても大切なものと言えます。人を思いやり、愛おしむ心を持った『ことば』を大切に頑張って参りますので、なお一層のお引き立てを賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、平和な世の中が続きますことを願うとともに皆様方のご健康と御多幸を祈念し、新年の挨拶とさせていただきます。

《今月の誕生者》

上野 博 様 渋谷 武 様
小元 智 様 下浦 ツネ子 様
草野 和子 様 武山 アイ子 様
志賀 熙子 様 中本 テル子 様
志賀 義雄 様 堀池 時正 様
鳴原 利雄 様 渡部 マサ 様
宍戸 トシ子 様



《 今月の行事 》

体重測定 月初め
誕生会 随時
避難訓練 22日(月) 地震想定
新年会 4日(木)～6日(土)

毛筆で書き初めをします。

《 寄 贈 》

本陣前 飯崎 様 お花
北町 志賀 様 お花
ありがとうございました。

窒息事故を防ぎましょう！！

『高齢者に窒息死が起こりやすい理由として』

- 加齢によって食べ物をかむ力が低下し、食べ物をつぶしにくくなる。
・大きな塊のまま飲み込むことで、食べ物がのどに詰まる。
- 加齢によって飲み込む力が低下し、スムーズに飲み込みにくくなる。
・食べ物がのどをスムーズに通らず、途中でつかえる。
- 加齢によって唾液の分泌量が減少し、スムーズに飲み込みにくくなる。
・水分の少ない食べ物がのどに張り付く。
- 口内の感覚が鈍くなったり、舌の圧力が低下することで、食べ物が飲み込みきれなくなる。
・のどに食べ物が残ったまま息を吸い込み、食べ物が気道に入る。
- 「咽頭蓋(気道の蓋になる部分)」が加齢とともにうまく働かなくなる。
・食べ物がのどを通るときに、気道に入りやすくなる。

『窒息を防ぐための工夫』

<p>しっかりとかむ</p> <p>一口食べるごとに約30回かんで食べ物を小さくつぶし、唾液や水分としっかり混ぜてから飲み込みましょう</p>	<p>水分を取りながら食事をする</p> <p>唾液だけに頼らず、お茶やスープなどの水分を取りながら食事をするので、食べ物をスムーズに飲み込みやすくなります</p>	<p>すべて飲み込んでから次の一口を食べる</p> <p>口の中に食べ物が残った状態で次の一口を食べると、食べ物が気道に入ることがあるため、すべて飲み込んでから食べましょう</p>
---	--	--

<p>食べやすい大きさに切り分ける</p> <p>もちを食べる場合は、市販の角餅は六つに、丸餅は四つに切り分けるなどして、かみやすくし、落ち着いてゆっくりと食べましょう</p>	<p>角のある形に切り分ける</p> <p>団子、里芋、ミートボールなどの丸い食べ物は、口の中で転がらないよう角のある形に切り分けましょう</p>	<p>細かく切り分ける</p> <p>ゼリー、しらたき、こんにやくなどのつるつると滑りやすい食べ物は、細かく切り分けると、のどに詰まりにくくなります</p>
<p>4分の1に切り分ける</p> <p>ぶどう、プチトマトなど、一口で飲み込める大きさのものは、4分の1に切り分けましょう</p>	<p>隠し包丁を入れる</p> <p>たこやいかなど、かみ切りにくい食べ物は隠し包丁(切り込み)を入れて、かみ切りにくくなります</p>	<p>食事の前に口の運動をする</p> <p>口の動きを良くし唾液を出やすくすることで、食べ物がのどに詰まりにくくなります</p>

＝編集後記＝

子供の頃、豊作を願い稲穂つけを家族みんなで行ったものです。そんな風習も消えつつあるように感じますが、最近、幼稚園等小さいお子さんが団子さしとして行うようです。古くからの風習は、受け継いでほしいと思う私です。

豆知識

7日は、爪切りの日とされています。この日が七草粥を食べる「人日」であることから春の七草を浸した水やゆで汁に爪を浸して切るとその年は風邪をひかないと言われています。お風呂上がりなど、爪が水分を含んで柔らかくなっている時に切るのがよいです。しゃりん梅でも入浴後みなさんの爪切りを行っています。どうぞ遠慮なくお声かけください。

皆さん良いお年をお迎えのことと存じます。今年も職員一同みなさんと楽しくすごしていきたいと思っております。どうぞよろしくお願ひいたします。

車輪梅 施設長 木幡 邦夫
職員一同

クリスマス会 を行いました



皆さんと一緒にクリスマスツリーやリースでホール内を飾りつけ、クリスマス会を行いました。

12月21日には聖愛こども園の皆さんが訪問され、聖誕劇やクリスマスソングを披露してくれました。可愛い子供たちに元気を頂きました。



聖愛こども園さんによる『聖誕劇』

また、23日には『縁歌 夢追い人』の皆さんが昭和の歌謡曲を熱唱され、一緒に口ずさまれ、楽しい時間を過ごしました。

22日と25日には職員による歌のプレゼントや“おいでおいでサンタさん”ゲームを行いました。

それぞれに楽しい時間のプレゼントを楽しんでいただけたようでした。



縁歌 夢追い人 様