

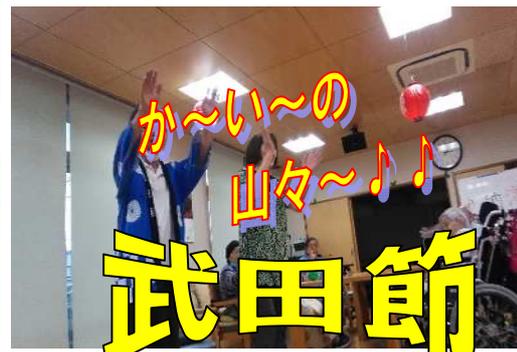
祭 納涼祭



たから新聞

2020年9月
～第53号～
共立介護福祉
センターたから
〒400-0034
甲府市宝 1-4-16
デイサービス
TEL: 223-8102
ショートステイ
TEL: 223-8103

今年の納涼祭はコロナウイルスの影響もあり、予防対策を取り規模を縮小して施設内で行いました。この環境の中で皆さんが楽しめる企画を考え、掲載している写真の他にもヨーヨー釣りやかき氷を作って食べたりと夏を感じ、例年と違う形でのお祭りを楽しむことが出来ました。



水害訓練



ここ近年、各地で大雨や台風が多発しています。たからセンターではすぐ横に川もあり、水害に備えて土嚢積みめの訓練を行いました。初めて土嚢を手にする職員もあり、土嚢の重たさに驚いていましたが「ここに置く方がいいね」「こっちにも必要だね」「隙間があると危ない」などと様々な意見や感想が挙がる中、より安全に対応できる方法を考えながら実践しました。たからセンターでは毎年防災訓練、水災害訓練など緊急時に備えての訓練を行っています。

【家庭でできる】簡易水のうとダンボールを使った工法
40リットル程度の容量のごみ袋を二重にして中に半分程度の水を入れて閉めます。ごみ袋の強度に不安があれば重ねる枚数を増やします(買い物用のポリ袋でも代用できます)。作成した水のうを段ボール箱に詰め、レジャーシートなどで包みます。出入口などに隙間のできないように並べます。



たからで行っている口腔ケア

お口の中から見つかる細菌の種類は約 700 種といわれ、およそ 100 億個の細菌がひしめきあっています。これらの細菌が歯周病だけではなく肺炎や認知症、心筋梗塞などを引き起こす原因の一つとなっており、

お口が健康であるということは、「生き生きと人と語り合うことができる」「おいしく食べ物を味わい、元気の源である栄養をとることができる」「噛むことによって脳を活性化させることができる」というように命の豊かさに大きく関係しており、口腔ケアは、虫歯や歯周病予防だけではなく、全身の健康を守るためにとっても大切なものです。

口腔ケアも健康管理の一つと捉え、力を入れて取り組んでいます。7 月・8 月は共立歯科の先生に口腔内の健康状態を診ていただきました。歯ブラシでしっかり磨くように助言を受けたり、虫歯の治療が必要な方、義歯の修理が必要な方などの受診結果をいただきました。その結果をご家族様にお伝えし、口腔内の健康が保てるように対応をさせていただきます。と思います。(沢登)



☆たから看護師☆
健康お役立ち情報

～口腔ケアの大切さ～



歯科往診の様子

【口腔ケア】4つの目的

- ・口腔内の清潔と潤いを保つ
- ・粘膜ケアにより咳反射、嚥下反射を高める
- ・口腔機能を維持向上することで QOL につなげる
(食べる、会話、笑顔)
- ・誤嚥性肺炎をはじめ口腔内細菌による感染の予防

口腔ケアは口の健康や機能を保つだけでなく、食べる喜びや、会話を楽しみ笑顔で人と接しコミュニケーションを図るなど、生きる喜びや精神的にも豊かな生活を支える目標があります。

歯周病菌による感染が全身に及ぼす影響(動脈硬化・糖尿病・早産・心内膜炎・脳梗塞など)も話題になっています。

お口の中の環境を整える事で健康の維持増進に繋がっています。毎日の歯磨きの習慣と共に定期的に歯科での検診をお勧めします。

