



あんべらしゅ



令和3年5月号 サンフローラみやぎきデイケアセンター



脳の活性化とリフレッシュ!!



デイケアでは脳の活性化として、塗り絵・計算問題・パズル・積み木などの作業を提供しています。またコロナの影響で施設行事や野外活動が中止になっており、少しでもご利用者様に楽しんで頂ける様に中庭の散歩も行っています。



収穫までもう少し!!



3月2日よりデイケア菜園にてジャガイモを育てています。2ヶ月経過し、今では菜園石段からはみ出すぐらい青々と成長しています。このまま順調に育てば、梅雨がくる前には収穫が出来そうです!!
たくさんのジャガイモが収穫できるかと、今からとても楽しみです!!



カットマンについてのお知らせ

5月のカットマンは、感染予防の為 中止とさせていただきます。
ご理解の程、宜しくお願い致します。





Rehabili Time



今月は、言語聴覚士の濱田が担当します。

注目

【認知症の原因物質 歯周病によって蓄積する仕組みを解明】

(2020年10月3日の朝日新聞アピタルより)

歯周病菌が体内に侵入し、**認知症**の原因物質が脳に蓄積して記憶障害が起きる仕組みを九州大などの研究チームが解明しました。歯周病の治療や予防で、**認知症**の発症や進行を遅らせることができる可能性があります。

👉知ってましたか？ ということで、今回のテーマは**口腔ケア**



舌みがき

をおすすめします



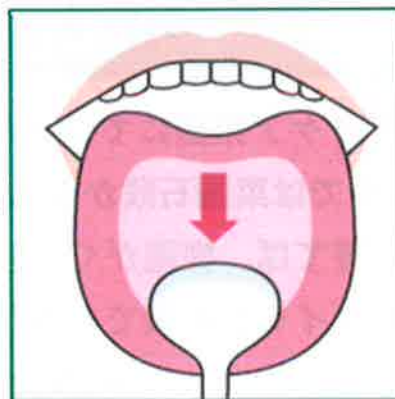
使用するのは専用のタンクリーナー。シリコン製がオススメです。

※歯ブラシでの舌みがきはNG

①舌の真ん中の少し奥にタンクリーナーを押しあて、そのまま舌の先までゆっくりと動かします。



②これを、3回ほど行います。その時、1回ごとにタンクリーナーを水で洗います。



③舌の縁の部分も、同じように両側ともおそうじしましょう。

【注意】

歯ブラシの多くはナイロン製のため舌をこすると味蕾（味覚を感じる細胞）を傷つけるおそれがあります。

【舌みがきをすると】

- ・味覚が鋭くなり、食べ物や飲み物がさらに美味しく感じられます。
- ・唾液がサラサラになり免疫がアップします。



舌の中央部の奥は、菌やウイルスが付着しやすい場所です。ここを清潔にすることで、**コロナウイルス**を舌の奥でキャッチして、体内への侵入を防ぎます。

口腔ケアでコロナ対策！！ コロナに負けない体づくりを！！