ホームページ
QRコード

特定医療法人　七徳会

ふれあい　３月号

http://www.uozubyouin.jp

令和６年３月１０日発行　第455号

毎日続けよう舌そうじ！！

入院患者や入所者の皆様の健康維持・回復には、口から食事を摂取することが大変有効です。

魚津病院では、入院・入所の皆様に入院時、入所時にお口の状態をチェックし、口腔ケアや治療を提供しお口の健康づくりをすすめています。

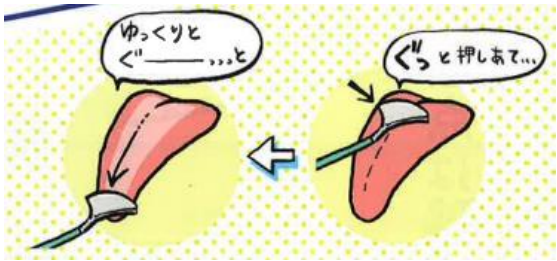
今回は、魚津病院の歯科より「舌そうじ」についてご案内します。

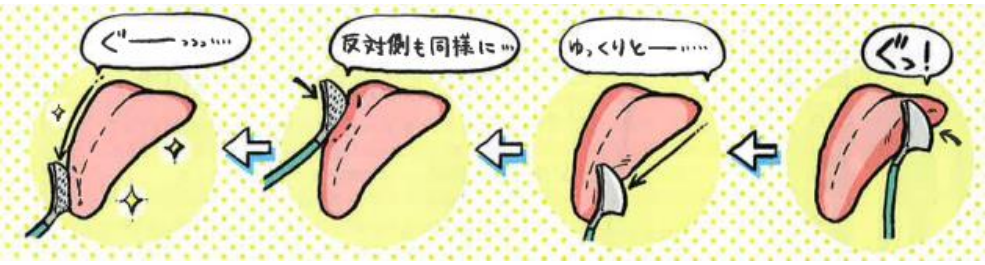
お口の中で舌が占める面積は、歯の面積よりもはるかに大きく、一生懸命歯を磨いても舌が汚れているとお口の中の歯周病菌は減りません。

歯周病菌はお口の中だけでなく、心筋梗塞や脳卒中、誤嚥性肺炎など命を落としかねない病気の発症リスクを高めます。舌そうじを行うことで唾液がサラサラになり、免疫力アップや味覚が鋭くなり薄味でもおいしく感じられるようになることで、塩分や糖分の摂りすぎを予防できます。

舌そうじの手順

①舌の真ん中の少し奥に専用ブラシを押しあて、そのまま舌の先までゆっくりと動かします。これを３回行います。その時、１回ごとに専用ブラシを水で洗います。





②舌の左側の付け根に専用ブラシを押しあて、舌の先までゆっくり動かします。これを２回行います。同じように舌の右側も２回行います。

＜ポイント＞
☆専用ブラシがおすすめですが、歯ブラシで代用される場合は、毛先が硬く汚れているブラシは避けましょう。
☆力の入れすぎや歯磨き粉の使用は舌を傷つける恐れがあるため注意が必要です。
☆舌が乾燥している場合は、水でブラシを湿らせたり、必要に応じて保湿剤を使用し、十分に舌が潤ってからブラシをかけましょう。

医療病棟、介護医療院、老人保健施設の患者・入所者一人一人にあわせて口腔内の状態に応じた清掃用具等の選択、交換等も行います。どうぞご利用くださいますようよろしくお願い致します。

＿＿＿＿＿＿＿＿様ご家族様へ

担当

医療病棟だより

２月７日（水）、１月&２月合同の誕生会を開催しました！音楽を流し、ホットタオルで温めて、ゆっくりとお顔や手足をマッサージ。たっぷりと保湿もします。気持ちよさそうに眠っていく方もいらっしゃいます。癒しの時間を楽しんでいただきました♪

介護医療院だより

２月７日（水）に豆まき会を行いました！
赤鬼と青鬼に紙のボールを投げて厄を払いました。

２月１４日（水）に１月と２月の合同誕生会を行いました！
エステでリラックスしていただきました。

老健だより

お祝いに笑顔

2/22 に２月生まれの方をささやかにお祝いしました。ある利用者は、若い頃は仕事が多忙で自宅で祝われる機会が少なかったと話し、職員に拍手で祝われると照れくさそうに笑顔を浮かべていらっしゃいました。

皆さんに楽しんでいただけるような行事を今後も企画していきます。

老健の「ふれあい紙」の秘密

利用者の家族に毎月お送りしているふれあい紙ですが、老健ではリハビリの一環として、職員だけでなく利用者の方と一緒に折っています。上手に折る方、不慣れで時には折り間違えながらも頑張って折る方など皆さん様々です。みんなで折っていると、家族のことや食事のこと、季節のことなど様々な話題で会話が弾み、気づけばあっという間に終わってしまいます。

通所リハビリだより

２月誕生会

２月 13 日(火)、誕生会を行いました。

誕生者の皆さんには様々なお題が書いてあるサイコロを振ってもらい、「新婚旅行はどこへ？」「初デートは？」等のお題が出て、照れながらも答えてくれました。パワーアップした「真っ赤な太陽」を今回も披露しました。

節分の日にデイケアに青鬼とお福さんが登場しました!！

新聞紙を丸めたものを豆に見立てて金棒を持った鬼を目掛けて「鬼は外！福は内！」と大きな掛け声で投げ、鬼に豆をぶつけ、邪気を払い、一年の無病息災を願うことができましたね。

感謝を込めて…

２月 14 日はバレンタインデーでしたね♡

皆さんには、家族や職員等への日頃の感謝の気持ちを込めたメッセージカードを書いてもらいました。素敵なメッセージにほっこりした気持ちになりました。

～職員紹介～

魚津病院　歯科
里　純子

昨年 11 月に歯科に入職した、歯科衛生士の里です。

東京で産まれましたが、魚津で育ち、大阪や東京、神奈川、千葉と移り住み、魚津に戻ってきました。住めば都で、どの街もいい所がたくさんありましたが、富山は海も山もあり、食べ物も美味しくて帰ってきて良かったと思います。晴れた日に見る雪を被った立山連峰は絶景で、何度見ても感動します。

趣味は、音楽を聴いたり旅行やコンサートに出かけることです。なかなか難しいですが、海外にも行きたいです。

入職して４ヵ月が経ち、少しずつ慣れてきたところです。口の中を清潔に保ち、気持ちよく過ごして頂けるように少しでもお手伝いできればと思いますので、よろしくお願いします。

３月行事予定

【　介護医療院　】

３月 13 日　誕生会

＊４月＊　４月 17 日　誕生会

【　医療病棟　】

３ 月 ６ 日　春の行事
３月 13 日　誕生会

＊４月＊　４月 10 日　誕生会

【　魚津老健　】

３ 月 ６ 日　報恩感謝の集い（安成寺）
３月 13 日　誕生会

＊４月＊　４月 18 日　誕生会

【　デイケア　】

３月 20 日　誕生会

＊４月＊　４月 19 日　誕生会

【調髪について】３月の調髪日は、27 日（水曜日）の予定です。また、４月の調髪日は４月 24 日（水曜日）となります。いずれの予定もコロナウイルス感染の状況により変更の可能性があります。４月の申し込み締め切りは、４月８日（月曜日）です。調髪のお申し込みは受付（事務所）にてお願い致します。

※デイケアでは調髪を実施しておりません。

特定医療法人　七徳会

魚津病院

〒937-0806

富山県魚津市友道 789

☎（0765）24-7671

魚津病院介護医療院 ＴＥＬ：24-7671	ぬくもりハウス１号館 ＴＥＬ：24-7681	魚津病院ふれあい訪問看護ステーション ＴＥＬ：24-7071
魚津老人保健施設 ＴＥＬ：24-7691	ぬくもりハウス２・３号館 ＴＥＬ：24-6600	魚津病院ふれあい訪問入浴介護事業所 ＴＥＬ：24-7830
魚津老健ふれあい支援事業所 ＴＥＬ：24-7617	魚津病院吉島デイサービス ＴＥＬ：24-6630	片　貝　診　療　所 ＴＥＬ：32-7222
魚津病院歯科 ＴＥＬ：24-6482	ぬくもり訪問介護事業所 ＴＥＬ：24-7682	
魚津老健通所リハビリ ＴＥＬ：24-7581	魚津病院２４時間訪問介護看護ステーション ＴＥＬ：24-7837	