

サバティ新聞

- 神奈川秦野中井店版 -
2018.2月号

□ 腔体操

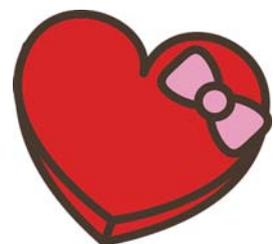
お昼になると「あっ、あっ、あっ、あっ、あー!」とご利用者の皆様の大きな声が聞こえます。「あ・え・い・お・う」の順番で各5回づつ、最後に5音をまとめて口をしっかり開いて発音します。初めて、この光景を見られた方はビックリ! また面白く思うかも知れません。サバティでは昼食前に毎日、口腔体操というものを必ずやっています。

「食べこぼしがある」「うがいができない」「口が渇く」「むせる」さらには「笑わない」「転びやすい」など口腔機能が低下しているサインだと言われています。さらに高齢者の口腔内は自浄作用が低下し、若い世代と違った特徴があるのだそうです。自浄作用とは、歯の表面や、歯と歯のすき間、舌などのお口の粘膜に付着した汚れや細菌を唾液により洗い流し、口の中を清潔に保つ働きがあります。



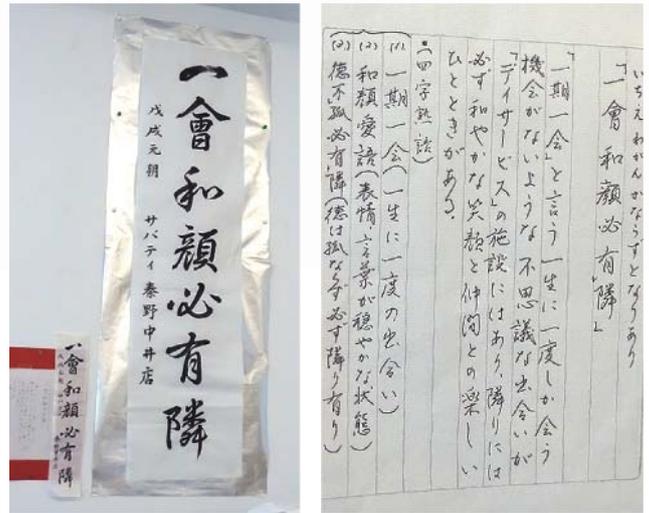
口まわりの運動をすることで、筋肉をほぐし、噛む力や飲み込む力を維持する口腔体操は、誤嚥防止や窒息予防になるばかりではなく、顔の筋肉をほぐすことによって表情が豊かになり、食欲も向上させます。さらに、脳が活性化されるので脳トレになることや話し方が流暢になり、人間関係がよくなることも期待されています。きちんとやればこんないいことばかりの口腔体操です。

さあ始めましょう「あっ・あっ・あっ・あっ・あー!!」



サバティの掛け軸

今年も西村様から右記の書をいただき、サバティ内に掲示いたしました。サバティはもちろん機能訓練を中心にやっていますが、利用者様がサバティに来ることによっておたがいの親睦が深まれば大変嬉しく思います。レクリエーションなどもいろいろ考えて企画してはおりますが、利用者様が自主的にやっている将棋やトランプに勝るものではありません。サバティはそういう居心地のよい場所を提供していけるよう努力していきたいと思えます。「一会和顔必有隣」(いちえわがんかならずとなりあり)「一期一会」という一生に一度しか会う機会がないような不思議な出会いが「デイサービス」の施設にはあり、隣には必ず和やかな笑顔と仲間との楽しいひとときがあります。



富士山

この時季富士山がとてもきれいですね。裾の方まで雪に覆われていて、それが陽にあたっていっそう白く大変見事です。寒くて空気がとても澄んでいること、晴れのいい天気が多いことが幸いしていると思えます。利用者様の朝の送迎時には、至るところで富士山が見え隠れします。「きれいな富士山が見られてうれしい。」「今日は一日何かいいことがありそうな気がする。」といった声が利用者様から聞こえてきます。富士山は世界遺産に登録されましたし、何とんでも日本人の心のふるさとでもあります。サバティは、たまたまこの地にあるのかもしれませんが、こんな素晴らしい富士山が当たり前に見られる、この地に感謝したい気持ちでいっぱいです。



2月生まれのご利用者の皆様 おめでとうございます！

- 5日.....
- 9日.....
- 9日.....
- 19日.....
- 24日.....
- 28日.....



見学・体験、随時受付中！

月	火	水	木	金
○	○	○	○	要相談

- ・半日型：9:00～12:15 / 13:30～16:45
- ・1日型：9:00～16:45

どんなご相談でもお気軽にお問い合わせください！

電話 **0465-46-9595**
 ファックス **0465-46-9596**

CAVATY サバティ 秦野中井店
 介護保険事業所番号 1471400851

〒259-0151
 神奈川県足柄上郡中井町井ノ口2796-3
<http://www.cavaty.jp/>

