

紫磨園在宅サービスセンターだより

平成19年6月号

大満足!

4月の後半、天府楼に中華料理を食べに行きました。紫磨園では初体験の本格中華料理に舌鼓。その量と味に大満足。

「お腹いっぱい。美味しかったわ。」との声も。美味しい食事会話もはずみ、のんびりと穏やかな時間を過ごしました。利用者の皆さんもスタッフも大満足。足の食事会になりました。

働き者です

唾液は、いつもは気にしていませんが、とても働き者です。美味しく食べたり、楽しく会話をするために唾液や舌の働きは大切です。

先月号でお知らせした「嚥下体操」と一緒にマッサージを行って、みましよう。むせ予防、誤嚥性肺炎の予防にも効果があります。

唾液腺マッサージ

1、耳下腺



指を頬にあて上の奥歯のあたりを後ろから前へまわします
10回

2、顎下腺



親指をあごの骨の内側のやわらかい部分にあて耳の下から顎の下までおします
5か所で10回

3、舌下腺



両手の親指をそろえ、顎のま下から舌をつきあげるようにゆくりグーッとおします
10回



満開に

今月は紫陽花の壁掛け作りに挑戦です。梅雨の風物詩でもある紫陽花は、色が青から赤紫へ変化するところから「七変化」ともいわれています。皆さんお花紙を色とりどりに組み合わせ、額の中が紫陽花の花で満開に彩られました。

