

# 長生園デイサービス便り

令和2年12月1日発行 No.236 発行責任者 園長 吉富 達夫 12月号



今年も残すところわずかとなりました…  
みなさんにとって、どのような一年でした  
でしょうか？

これからますます冬の寒さが厳しくなってい  
きます。空気は乾燥し、インフルエンザや新  
型コロナウイルス等の感染症に気を付けな  
ければいけませんね。

体調管理をしっかりして良い年末年始を迎  
えられるように過ごしていきましょう。



## 機能訓練情報

こまめな歯磨きが肺炎を予防する

毎日、こまめに歯を磨いていますか？  
私達の口の中には約700種類の菌が存在して  
おり、こまめに歯を磨く人は1000～2000個、あ  
まり歯を磨かない人には6000～7000個いるそ  
うです。  
高齢者の肺炎は、9割以上が唾液や食物の誤嚥  
が原因と研究で報告されています。口の中を清潔  
に保つ事が肺炎予防になると言われていますの  
で、食後や睡眠前はしっかり歯を磨きましょう。

現在、長生園デイサービスセンターでも昼食後の  
歯磨き、うがいを行って頂いていますが、持参され  
ている歯ブラシが古くなられたり、持参されていな  
い方もいらっしゃいます。  
どうぞ、ご準備や見直しをお願い致します。

## 機能訓練の様子



長生園のリハビリでは自身の目標に向  
かって機能訓練員と一緒に日々訓練に  
励んでおられます。

左の写真は落ち葉拾いを実施しています。  
芝生の上を移動する事でバランス感覚を  
養い、中腰で落ち葉を拾うことで足腰を鍛  
える事が出来ます。さらに、日光を浴びる  
事で骨を強くする効果が得られます。



上の写真の方は、「トイレまで一人で歩い  
て行く」事を目標にリハビリを頑張られて  
います。

## 紙飛行機大会

長生園紙飛行機大会を  
開催しました♪



## おやつバイキング

おやつバイキングでは皆  
様目を輝かせて、美味し  
そうに洋菓子や和菓子を  
頂かれました\(^o^)/



## 紅葉ドライブ

楽しいドライブ♡  
黒髪神社の木々が綺  
麗に色づいていました



## 12月の予定

- 1週目 カラオケ
- 2週目 カラオケ
- 3週目 誕生会・体重測定
- 4週目 クリスマス会・忘年会
- 5週目 レクリエーション



## 12月の誕生者

川久保 安野 様 91歳

カ武 ミサヲ 様 88歳



発行所 長生園デイサービスセンター

〒848-0027 伊万里市立花町2703-2 ☎ 0955-25-8203(直通)