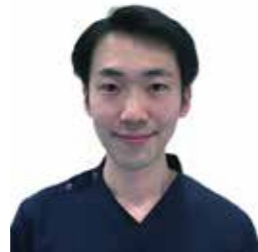


医療法人 五條歯科医院  
[第三診療所]



「むし歯について」

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。みなさまはどのようなお正月を過ごされましたでしょうか？ いつまでも健康でいられるよう、あらためて歯の大切さをお伝えしたいと思い、今回はむし歯についてお話いたします。



むし歯の原因

むし歯は、歯質、細菌、食べ物の3つの要素に時間の経過が加わってできます。これらの要素が重なり合う時間が長くなると、むし歯が発生しやすくなります。



むし歯を防ぐには

細菌

むし歯菌が食べ物を餌にして歯垢(プラーク)を作ります。さらに歯垢の中の細菌が酸を発生させむし歯をつくります。そうならないために、ご家庭での歯みがきや、歯科医院での歯垢や歯石の除去が重要です。



歯質

歯の質は、人それぞれで違います。フッ素による歯質の強化や、よく噛んで唾液の分泌を促進することで、むし歯になるリスクが下がります。



食べ物(糖)

バランスのとれた食生活、間食の回数を減らす、キシリトール含有食品やむし歯の心配が少ないおやつ選択などの工夫が大切です。



むし歯になる3つの要素に注意して、新たにむし歯をつくらぬよう、規則正しい生活、毎日の歯みがき習慣を心がけましょう！

■当院へのアクセス



第二阪和国道(国道26号線)「上瓦屋」交差点を北東に650m直進、「大蔵池」交差点を東へすぐ

訪問歯科の流れ

1 まずは、ご連絡ください

お一人で近くの歯科に行けない方、お気軽にご連絡ください。  
お電話で TEL.072-469-0648  
FAXで FAX.072-469-4114

2 ご自宅にお伺いします

ご予約いただいた日時に、ご自宅までお伺いします。ご自宅の他、特養ホームや老健施設、ご入院先にも伺うことができます。

3 診療は楽な姿勢で大丈夫です

訪問歯科は、ワザワザ起きたり、座ったりする必要はありません。楽な姿勢での診療が可能です。

4 訪問歯科は保険内診療です

基本的に保険内診療となりますので、ご安心ください。  
※初診時と毎月初めには保険証などを確認させていただきます。



私たちがお口の健康をサポートします！

■診療時間

	月	火	水	木	金	土	日・祝
午前 9:30~12:30	○	○	○	○	○	○	×
午後 2:30~ 7:00	○	○	○	○	○	○	×



医療法人 五條歯科医院

■第三診療所  
〒598-0071 大阪府泉佐野市鶴原1506-1  
TEL.072-469-0648/FAX.072-469-4114

TEL 072-469-0648  
URL http://www.gojo-dental.com



2016年1月号  
Vol.59  
[nagomi]

ホライズン  
発行 社会福祉法人 水平会  
〒598-0062 泉佐野市下瓦屋221-1  
TEL 072-460-2020 FAX 072-460-2670  
ホームページ http://www.horizon.or.jp

新年あけましておめでとうございます

ホライズン行事報告

ホライズン忘年会



●通所リハビリテーションホライズン ◆ホライズン忘年会◆12月23日(祝)

あけましておめでとうございます。今年の干支は「申年」で、「災いがサル」ウッキウキと明るい1年になるといいますね。さて、今回は12月23日に老健全体で「ホライズン忘年会」を行いました。去年までは餅つき大会を行っていたのですが今年は趣向を変えて皆様に年の締めくくりを楽しんで頂こうと思い忘年会にしました。手先の

器用な方々がスイトン丸めて用意してもらった豚汁に入れ、準備が出来たらビール(ノンアルコール)片手に老健に入所している男性利用者様に乾杯の音頭をとっていただき忘年会が始まりました。ビールを飲みながら豚汁を頬張ったり、カラオケで気持ち良く歌っていたり、横で歌を聴いたり皆様、思い思いに過ごされ楽しんでおられました。(デイケア 福井)



# ホライズン行事報告

## ●特別養護老人ホームホライズン ◆謹賀新年◆1月1日(祝)

旧年中は何かとお世話になりありがとうございました。長田様のご家族様より四季折々のお花を毎週飾って頂いています。若かりし頃の長田様のお庭を思い出されるような気持ちで、職員一同心が安らいでおります。



今年もお花に癒されながら皆様のお力をお借りして、利用者様を笑顔にできるよう頑張ります。本年もどうぞよろしくお願いいたします。 特養 施設長 清水

## ●デイサービスセンターホライズン ◆保育園児とのふれあい交流◆12月18日(金)

今年も鶴原保育園のクリスマス会にお招きを頂き、デイサービス利用者様と一緒に参加させていただきました。園児たちが輪になって踊ったり、クリスマスの歌を歌ってくれたりして、クリスマスらしい賑やかな雰囲気にも温まりました。サンタクロースも登場し、プレゼントをもらう園児たちを見て「嬉しそうな顔してるなあ、かわいいなあ」とご自身のお孫さんや曾孫さんを見ようとして笑顔で話されていました。「クリスマスが終わると1週間もせん間に正月やで」と、これもまたしみじみと話され、皆さんで笑っていました。

2016年も皆さんにとって良い一年でありますことをお祈り申し上げます。(デイサービスセンター 亀山)



## ●高齢者グループホームホライズン ◆クリスマス会◆12月24日(木)

グループホームでクリスマス会を行いました。利用者様にも手伝って頂いて、夕食のオードブルを作り利用者様、家族様、職員で食べ皆様、美味しそうに食べられておりました。食後はカラオケ大会を行い、家族様にも参加して頂きとても盛り上がりしました。最後に、サンタクロースから利用者様、家族様にクリスマスプレゼントが渡され、クリスマスケーキを食べて終了しました。皆様に喜んで頂けたみたいで良かったです。



## ●放課後等デイサービスセンターホライズン ◆冬の活動など◆12月

明けましておめでとうございます。2012年10月から、放課後デイサービスセンターが開所し、地域の方々や保護者の皆様のご理解とご協力をいただき3年が過ぎました。これからもいろんな活動を実施していきたいと思っておりますので今後とも宜しくお願い致します。

2015年度冬の活動をご紹介します。

12月25日にお楽しみ会で料理をつくったよ!  
クリスマスの準備で飾り付けをしました。



お部屋の雰囲気がクリスマスモードに!!

12月26日は青少年分館のお友だちと餅つき交流をしました。

これからもいろんな活動の中でたくさん経験をしてもらいたいなと思っています。(放課後デイサービス 宇井)

## ●チャレンジ就労支援センターホライズン(合同) ◆クリスマス会◆12月26日(土)

毎年恒例のクリスマス会を12月26日(土)にきちょう苑2階で行われました。普段はなかなか交流の機会が少ない就労と合同のイベント開催となりました。会場に入るとおいしそうな料理の数々がテーブルに並んでおり、また会場はクリスマス会を盛り上げる飾り付けとなっており、ここまでイベントを盛り上げるため就労の利用者様達が



頑張ってくれたことを聞き、感謝!感謝の気持ちでいっぱいになりました。またクリスマス会に花を添えるようにいろいろなコスチュームで登場され、年に一度のクリスマス会がおおいに盛り上がりしました。就労・生活の利用者様が舞台にあがり、カラオケ・ダンスなどをする場面もありました。最後にはプレゼント交換もされ、今年は

楽しいクリスマス会となりました。

また来年も合同で楽しいクリスマス会に参加したいと願う利用者様達でした。

## ●チャレンジ就労支援センターホライズン(生活) ◆初詣◆1月4日(月)

「あけましておめでとうございます。」と大きな声で皆様が来られた1月4日(月)に初詣に出かけました。まずは加支多神社でお参りをされました。その後は近くにある「王将」で昼食を召し上がりました。皆様メニューをご覧になり、好きなものを各自で注文され、おいしそうに召し上がっておられました。今年も楽しい一年になるようにと願う利用者様達でした。(以上生活介護 長谷川)



# ホライズン 園芸福祉通信

特別養護老人ホーム・チャレンジ生活介護

## チューリップの植え付け

日頃は、園芸福祉活動にご理解とご協力を賜り、誠に有難うございます。

今回はチューリップの植え付けについてご報告させていただきます。このプログラムのねらいは、季節の花を植えることで指先の刺激や達成感、充実感を得ていただくのが目的です。各テーブルにプランターと土を用意し、皆様で力を合わせプランターの中に土をいっぱい入れました。途中でこぼれるアクシデントもありましたが、笑顔で作業をされていました。その後は土の上に球根を置き、「これくらいかな?」と相談されながら植え付けを完了されていました。春



になって花が咲いたら生花フラワーアレンジメントで楽しみたいと思います。

今後も一緒に楽しい園芸福祉活動ができるように心掛けていきたいと思っておりますので、皆様のご理解、ご協力をいただけますよう、宜しくお願い致します。

## ◆行事予定表◆

### 毎月の定例行事

- 第1・3水曜日 ビューティークラブ(ボランティア 老健)
- 第2・4水曜日 ビューティークラブ(ボランティア 特養)
- 第2水曜日 園芸福祉(老健若葉 老健青空)花材協力:園部生花店
- 第3火曜日 園芸福祉(特養・デイケア・地活)花材協力:園部生花店
- 第4水曜日 誕生日会(老健)

### 編集後記

2020年東京オリンピックまであと4年となりエンブレム問題から国立競技場の建設問題など、未解決の問題が山積しているなか、今年の8月にリオデジャネイロで開催されるIOC総会で正式に決定される新種目に注目が集まっている。現在の最終候補は野球・ソフトボール、空手、スケートボード、スポーツクライミング、サーフィンの5競技となっているがサーフィンほどであるのかと思えばウェーブプールで開催される予定だという。スポーツクライミングとスケートボードがコスト面を考えると一番現実味があるのかも知れない。  
info@horizon.or.jp