

# アップル歯科

## 「要介護者への口腔ケア（後編）」

前回（11月号）は口腔ケアを始める前に注意する点やケアを行うときの体勢をお話しましたが、今回は要介護者へのブラッシングの方法やちょっとしたコツなどをお話していきたいと思います。

### 1.まずはうがいから

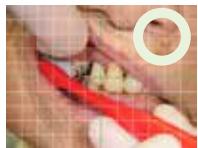
うがいができない場合は、水に浸したガーゼ等で口唇や頬粘膜をしめらせ、潤いを与えましょう。

### 2.磨く場所の視野を確保する

磨く場所がよく見えるように唇を指で排除します。



口角は横に引っ張ると痛いので唇を内側から持ち上げるようにすると痛みがありません。



### 3.ブラッシング

感覚が鈍い奥歯→前歯へと進めていきます。無理せず、要介護者の様子をみながら行いましょう。歯間部の清掃は歯間ブラシを用います。

### 4.うがい

うがいでしっかり汚れを吐き出してもらいます。うがいが難しい方には、水に浸して絞ったガーゼやスポンジブラシで汚れをその都度拭き取るようにしましょう。

2回に分けて口腔ケアのお話をさせていただきました。口腔ケアは肺炎予防に有効です。とはいえ、満足のいくケアが行われていないのも現状です。当医院ではご自宅や施設にお伺いし、治療だけでなく口腔ケアや口腔ケアに関する情報提供もさせていただきます。まずはお電話にてご相談ください。



インフルエンザが流行していますがみなさんお元気にお過ごしでしょうか？バレンタインの日にスタッフからチョコをもらい、甘いものを食べて日頃の疲れが吹っ飛びました！より一層健康に気をつけて診療してまいりたいと思います。

## 訪問歯科のご案内

足が不自由でなかなか歯医者に通えない。近くに歯医者がない。など歯科通院でお困りのことはございませんか。当院では、歯科通院が困難な方への訪問歯科診療を行っています。歯科医院で使用されている機材と同等の機器をご自宅や施設（病院）にお持ちして治療を行います。

★訪問歯科は保険内診療です。交通費は一切必要ありません。詳細はお問い合わせ下さい。



私たちがお伺い致します。

### ＜当院へのアクセス＞



◎「大藪池」交差点を東へすぐ ※駐車場有(2台)  
◎南海本線「鶴原」駅 徒歩10分

### ＜訪問歯科診療エリア＞

◎医院を中心とした半径1.6km圏内とさせていただきます。

### ＜診療時間＞

診療時間	月	火	水	木	金	土	日
9:30～12:30	●	往診	往診	往診	●	13:30閉	
14:30～19:00	●	診	診	診	●		

※最終受付時間は閉院30分前までです。

**アップル歯科**  
TEL.072-469-0648  
〒598-0001 大阪府泉佐野市鶴原1506-1-10  
レジデンスガラシャ1F

## ホライズン行事報告

# 節分&ひなまつり



### ●介護老人保健施設ホライズン ひなまつり

3月3日はひな祭り!ということで1階に7段のひな壇が置かれました!

設置された時から利用者様は見るなり「おひなさんー」「綺麗ね～」など様々な反応をされていました。利用者様の中には食事に降りられるたびに挨拶をして下さる方もいらっしゃいました。

もうお別れなので寂しいですね・・・

写真の方もひな壇の前で撮りました!、その時に「お内

裏様みたいな彼氏が欲しい・・・とおっしゃられたみたいで、お年を召されても素敵な方と巡り合いたいのですね(^^)さて、もうすぐで春が来ますね寒い季節は過ぎ去り暖かい気候になりますね春の訪れをもう少し待ちながら風邪など引かないように注意して桜の季節を迎えましょう (老健 江原)



# ホライズン行事報告

## ●特別養護老人ホームホライズン

### ◆園芸◆

特別養護老人ホームホライズンでは、月に1回、園芸を行っています。

1月は十日戎にちなんで団扇に紙で作った小宝を貼ってもらいました。

小宝の種類はたくさんあり、みなさん「どれにしようかな？」と悩みながら、バランスも考えながら、隣の人を参考にしながら作られていました。

「家内安全」や「無病息災」など願いを込めて、個性のある団扇に仕上がりました。(特養 中尾)



## ●高齢者グループホームホライズン

### ◆保育園児とのふれあい交流会◆3月7日(水)

4歳児との交流。一緒に歌を歌い、【ずいずいずっころばし】の歌に合わせて指遊び・ふれあいました。その後は【大きな栗の木の下で】の歌に合わせてボールを回し、音が止まった時にボールを持っている方の肩を園児がたたきゲームをしました。進んで肩をたたいてくれて盛り上がりました。利用者様は「パワーをもらった」と口々に言われていました。小さな子供達と触れ合われてとても喜ばれていました。(高齢者グループホーム 渡辺)



## ●デイサービスセンターホライズン

### ◆節分◆ 2月3日(土)

まだまだ寒さも続くこの季節。暦の上では春になる立春の前日の2月3日の節分に当デイサービスセンターでも豆まきを行いました。

豆まきには古来「魔の目(魔目=まめ)」に豆を投げつけて「魔を滅する(魔滅=まめ)」に通じるともいわれ、鬼こそ登場しませんでした。除災招福の意味にあやかって、「鬼は〜そと〜!、福は〜うち〜!」の掛け声と一緒に、面をつけて鬼に扮した職員へ豆をまきました。

そして本来ならば年齢より1つ多くの数だけ豆を食べ無病息災を祈願しますが、高齢の利用者様には実年齢分の豆を食べるのは負担が大きいとの事で、豆にあやかって、丸くて白いミルクボーロをみなさんに召し上がってもらいました(笑)。甘くておいしいと皆様喜んでいました。季節の移り変わりを感じられる、とても楽しい行事でした。

(デイサービスセンター 山中)



## ●チャレンジド就労支援センターホライズン

### ◆初詣と新年会◆ 1月4日(木)

もう春が来ますが今回は年始の様子をお送りします。ホラチャ就労では、今年の抱負を和紙に書き、廊下に掲示をしてから徒歩で加支多神社へ初詣へ。その後バスで移動し焼肉バイキングの新年会。ここまでは毎年恒例です。



今年、今年は焼肉の後に二色の浜の浜辺へ出向き、海に向かって大きな声で抱負など言ってみました。冬の海なので人影は少ないものの大声を出すのは勇気も入ります。でも実際やってみるととても気持ち良かった様です。(就労 荒木)

## ●チャレンジド生活支援センターホライズン

### ◆巻きずし&豆まき◆ 2月2日(金)

生活介護では季節行事を大切にしております。今年も節分を行いました。皆様「豆まきするの?」「巻き寿司食べれるね」と楽しみにしておられました。昼食には巻き寿司とにゅう麵を作りました。温かいにゅう麵とお寿司を皆様喜んで召し上がっていました。

午後からは楽しみにしていた豆まきです。グループに分かれ順番に外へ出ました。豆を持って「鬼は外!」と力いっぱい投げていました。中にはスタッフに豆を投げってくる利用者様もいて、とても楽しい豆まきになりました。

その後デイルームに戻り「福は内!」と豆をまいてから皆様で豆をいただきました。「年の数ほど食べれないね」という声が飛び交いました。

今年も楽しい節分で厄払いができたと思います。(生活介護 松本)



## ●通所リハビリテーションホライズン

### ◆「調理レク〜おいしい餃子〜」◆ 2月26日(月)

2月。生活リハビリが少しずつ定着してきた中で、皆さんと手をよく使うような作業工程の多い料理をしてみようとする事となりました。手をよく使うと言えば?「ぎょうぎ!」とすぐに料理は決まりました。中身のあんは?と言うと、それぞれ家庭によって違いがありました。ニラやネギ、ニンニクを入れる家庭もあり、何にしようかと迷いますが、皆さんと費用を考えながらいつも決めていきます。野菜が高騰しているので「キャベツはあきらめる?」「嫌、やっぱり入れよう」と必要最低限の材料で調理することとなりましたが、美味しく作ることが出来ました。節約レシピが多いですが、皆さんと楽しく・おいしく毎日リハビリしています。(デイケア 百谷)



## 介護職員初任者研修 (旧ホームヘルパー2級) 受講生募集!

期間

2018年4月3日～2018年6月29日

火曜日、金曜日の10時～17時(講座により多少変更あります)  
※詳しいスケジュールはホライズンのホームページをご覧ください。

受講料

50,000円(テキスト代、消費税含む)

※キャッシュバック制度あり

詳細は、担当者までお問合わせ下さい。

場所

泉佐野市立北部市民交流センター  
泉佐野市下瓦屋222-1

お問合せ

社会福祉法人水平会  
介護職員初任者研修係

TEL072-460-2020 担当:赤坂、呉本  
※平日9時～17時

## ◆行事予定表◆

4月の行事はお花見の行事が各施設で予定されています。

毎月の定例行事

誕生日会(各事業所で毎月実施)

園芸福祉(特養では第2水曜日予定1月は17日予定)

喫茶(特養 不定期)

詳細は各施設にお問い合わせください。

編集後記

◆韓国で開催された平昌五輪が終わり日本代表は長野五輪の10個を超える13個のメダルを獲得した。男子フィギュアの金銀に、スピードスケート女子が金3銀2銅1と大活躍し、スノーボードでは平野がソチに続き銀メダルを獲得し、複合・モーグル・カーリングでもメダルを獲得した結果歴史的快挙となった。ソルトレイクシティ2トリノ1バンクーバー5ソチ8と冬季五輪のメダル獲得数は低迷していたが、今回は東京五輪を目前に控え、かなりの強化対策を講じた結果で、五輪で勝つためにはコストが必要だと言うことが立証された形となった。参加選手の主将を務めると金メダルが取れないというジンクスを小平奈緒選手が見事破った。 info@horizon.or.jp