

やささき

「ぱんだのたからもの」って言うてみて

歯と口の健康づくり講演会開催

8月28日(木)、宍粟市老人クラブ連合会(市老連)は、宍粟市歯科医師会会長林滋先生を講師にむかえ、「高齢期の歯と口の健康づくりについて」の講演会を宍粟防災センターで開催しました。

これは、市老連の健康づくり・介護予防支援事業の一環として実施され、市老連千種支部と山崎支部から160名あまりの参加者がありました。

林先生は、歯の手入れを怠ると噛む力が弱くなり、それが誤嚥性肺炎(食べ物が間違つて肺に入つて起る肺炎)につながることで、口や舌の筋力の低下を運動で防ぐ必要性があることや唾液の役割の大切さなどをわかりやすく話されました。



林先生の健康づくり講演会は、11月に同じ内容で一宮でも開催されます。

(山崎支部 阿曾秀樹)

参加者からは、「最近、歯医者に行つてないけど一度診てもらおう」「口の中を乾燥させないために寝る前に水を飲むことにしよう」など、感想が述べられていました。ところで、「ぱんだのたからもの」と言つてみて下さい。これは、口や舌の筋力低下を防ぐために有効な言葉だそうです。

いのみや

お楽しみ会で「ふれあいの場」

やすらぎ介護センター

介護を必要とされる方が、自宅から通つて介護サービスを受けられるのがデイサービスセンターです。

一宮に3カ所あるデイサービスセンターのひとつ「やすらぎ介護センター」では、銭太鼓やコーラス、大型紙芝居など、地元のボランティアグループを招いて、毎月、お楽しみ会を行っています。利用者みなさんは、出し物はもちろん、地域の方との交流を



友染会の十八番「炭坑節」に会場から拍手喝采。(やすらぎ介護センター)



ゆうゆう学園宍粟地区会有志による浪曲と生花の共演!(みどり苑)

楽しみにしておられます。

また、「みどり苑」や「まどか園」では、小学生や地域の方から訪問の希望があったり、地元の方々が行事のスタッフとして参加されています。このように、デイサービスセンターでは、地域とのつながりをとても大切にされています。楽しい芸をお持ちの方や、お話好きな方など、あなたの特技や技術を「ふれあいの場」で、ぜひ活かしてください。

(一宮支部 日下奈津美)