



おかデイ通信



令和7年
2月



鬼は外～福は内～

- 今年の豆まきはなんと恐竜が参加して「鬼は外～福は内～」と言いながら大きな鬼の口に豆を投げてもらい賑やかに行いました。
- おやつは恵方巻きの真似をして、「バナナロール」を作って西南西に向けて食べました。
- 「笑う門には福来る」沢山笑って過ごしましょうね。



たまさん(看護師)教えて

口腔ケアの基本方法 第2章

1、うがい→→口を閉じて頬を膨らませる「ブクブクうがい」をするだけでも口腔内の食べカスや汚れを落とすことができます。

ポイント

- ①姿勢を正す
- ②水量 多すぎ、少なすぎない量
- ③うがい後の水は飲み込まずしっかりと吐き出す



2、歯磨き→→歯ブラシは柔らかい毛先のものを選び力を入れず優しく磨きましょう。

ポイント

- ①歯ブラシは小刻みに優しく動かす
- ②唾液はしっかりと吐き出しガーゼなどで口の中の水分を拭き取る



3、舌の掃除→→舌につく汚れ(舌苔)は食べカスや口腔内の粘膜が剥がれたもので細菌などから出来ています。磨きすぎと乾燥に注意しながら優しくケアしましょう。

ポイント

- ①舌を磨くときは力を入れすぎたり何度も同じところをこすらないようにしましょう(舌元から舌先に磨きましょう)
- ②乾燥がひどいときには口腔内用の保湿剤を使いましょう

食事を美味しく頂くために口腔ケアは大切です
よく噛んでしっかり食べましょう



春よ!来い!



まだまだ寒い日が続いていますが、デイサービスの中はいつもと変わらず、笑い声・会話が弾む声・体操の掛け声がしています。
もう少し暖かくなったら外に散歩に行きましょう



いつでもOK

体験・見学デイサービスできます

新規利用者様はもとより、回数を増やしたいなど、お気軽にご相談下さい。

一般財団法人 延岡市高齢者福祉協会
岡富デイサービス

〒882-0031

延岡市中川原町2丁目4951番地2

TEL 0982-21-8570 FAX 0982-21-8579



ホームページ



インスタ