

平成23年 3月号

〒522-0054 彦根市西今町 923-1

Tel 0749-21-3983 Fax 21-3981

メール yamada-clinic@ gaia.eonet.co.jp

はるのうみ介護最前線

花の癒し ～花を飾る～

今年はまだに見る大雪でしたが、雪解けが始まり、だんだん春らしくなってきました。水仙、蟬梅、牡丹、桜草などなど・・・・・・・・

「はるのうみ」にも、いろいろな花が日々咲きほこっています。フラワーセラピーって聞かれた事ございますか？私達が水や養分を花に与えるように、花たちも人間の心に健康を保つ働きをしてくれるそうです。お花が部屋にあるだけで、気分が明るくなり、心がリラックス出来るのです。御来所の際は、さて今日はどんなお花があるのかなぁ～？と楽しみにお越しください。

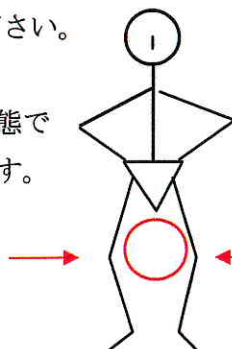


ちょっとリハビリ、もっとリハビリ

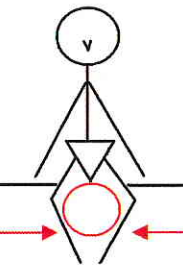
大腿骨頸部骨折④

今回は太ももの内側を鍛える運動です。座っていても立っていても出来ますが、立った状態でふらつきがあり怖いと思ったら座って行って下さい。(理学療法士)

立った状態で
行います。



椅子に腰掛けて



やってみましょう。

太ももの内側には枕などを挟んで下さい。(5回～10回程)

伝言版



雪の多かった今年の冬もようやく終わり、これからはお庭や公園にも色とりどりの花が咲く季節となります。

お部屋に閉じこもり気味じゃなく、どうか、お天気のいい日は外出しませんか？

あなたは健口ですか？！

要介護の高齢者は、いづれ食べ

にくくなったり、飲み込みにくく

なるのでしょうか？

全員の方が摂食や嚥下障害を持つとは言いきれませんが、老人保健施設入所者の3割～半数に何らかの摂食や嚥下障害がみられると言われています。病気だけでなく、老化のみによっても摂食・嚥下機能が低下する事、また障害があっても症状がみられない場合がある事から、日常の観察によって、何らかの異変があるような時には積極的に検査を行うようにし、肺炎などの重篤な症状を未然に防ぐ事が大切なことなのです。

(歯科衛生士)