



# 紙ふうせん 便り



2021年  
第115号  
4月

矢崎総業(株)経営企画室ヤザキケアセンター紙ふうせん 2021/4/1 発行

## \* デイサービス \*

### 桜満開で笑顔満開

今年も Y-city の河津桜が満開となりました。色鮮やかな濃いピンクが青空に映え、富士山との共演は絶景です。自然と皆さんの笑顔も溢れていました。



お誕生日  
おめでとう  
ございます!



いつまでも  
元気に  
紙ふうせんへ  
来て下さいね!

## 曜日対抗! ジェンガ大会!!

牛乳パックで作った巨大ジェンガで、曜日対抗ジェンガ大会を行いました。慎重に引き抜く方、大胆に押し出す方、杖を使った必殺技も飛び出たり(笑)、周りで見ているみんながハラハラドキドキ、大盛り上がりでした。見事勝利を勝ち取ったのは、なんと!!29段積み上げた水曜チームと木曜チームが同率優勝となりました。おめでとうございます!



## 福よせ雛

職員お手製の顔はめパネルでお内裏さまとお雛様に変身!



## \* 訪問看護 \*

### 口腔ケアで免疫力アップ!!



口の中には、細菌がたくさんいるのをご存じですか? 常在細菌といって体を守る働きを示すものもありますが悪さをする細菌もいます。お口の中が不潔で細菌が多いと感染が起こりやすくなってしまいます。歯磨きをしたり、舌についた舌苔をきれいにして口腔内の細菌を減らすことで口腔の免疫が十分に働くようになるのです!

\*口の中はうがいやゆすぎだけではきれいになりません。やわらかい歯ブラシや粘膜ケア用のブラシを使って舌、上あご・下あご、歯茎を清掃しましょう。

### お口の体操~パタカラ体操~

※パタカラ体操は、お食事に行うのが効果的です。

- 『パ』 唇を開閉することで、口を閉じる力をつけ、食べこぼしを防ぐ
- 『タ』 舌を前後に動かすことで、食べ物を押しつぶす力をつける
- 『カ』 舌を後ろに動かすことで食べ物を食堂に運ぶ力をつける
- 『ラ』 舌を上を動かすことで、お口の中で食べ物をまとめる力をつける



発音は、できるだけ大きく、はっきりと。ただ発音するだけでなく好きな歌にのせて発音すると口ずさみやすくなりますよ。

- ・唾液(だえき)の分泌を促す
- ・発音がはっきりする
- ・表情が豊かになる
- ・口呼吸から鼻呼吸に戻す

お口の体操をしてお口の働きをよくして誤嚥を防ぐといった事はウイルス感染を防ぎます。歯磨きなどの口腔ケアや、お口の体操などで新型コロナウイルス感染症対策をしていきましょう!!

脳トレの答え 問 1.6 (逆さ読みにするとアルファベットになり、その順番。F (エフ) 問 2.③千(左から順に画数が1画ずつ増えている。三画)



お気軽にご相談ください  
ヤザキケアセンター 紙ふうせん  
TEL 055-965-0633



矢崎にお勤めの方に関係なく  
ご利用になれます。  
見学も随時受け付けております。



## \* グループホーム \*

秋田の郷土料理のきりたんぼ鍋をみんなで作りました。きりたんぼとは、うるち米のご飯をつぶして、棒を包むように巻き付けて焼いたたんぼ餅を、棒から外して食べやすく切った食品です。出来上がったたんぼを鶏がらのだし汁に入れ、野菜やきのこなどと一緒に煮込んでいただきました。とっても好評でみなさん食が進みました。



## 河津桜と富士山



青空の下、満開の河津桜と富士山の絶景が見られました。2階にあるグループホームから見える河津桜は、まるでピンクの絨毯のようでした。



美味しくなあれ！



切るのは私に任せてね！

「綺麗だね♡」  
三人娘



水やりは毎日の日課です



今日は洗濯日よ！

## Happy Birthday



これから一緒に楽しい毎日を送りましょう



大好きなお花

## \* コミュニティサロン \*

新型コロナウイルスの首都圏1都3県の緊急事態宣言が解除されましたが、感染状況は、まだまだ予断を許さない状況が続いています。サロンの開催は、ボランティアさんの受け入れが可能になり次第、再開させていただく予定です。ご理解の程よろしく願いいたします。皆様にお会いできる日を楽しみにしております。

### 頭の体操クイズ

問1.“？”に入る数字はいくつでしょう？ 問2.“？”に入るのは次のうちどれでしょう？

家(いえ) ⇒ 1

池(いけ) ⇒ 1 1

石(いし) ⇒ 3

笛(ふえ) ⇒ ?

①.十 ②.百 ③.千

一 ⇒ 九 ⇒ ? ⇒ 六 ⇒ 四

紙ふうせん玄關  
リニューアルしました！



## \* 機能訓練デイサービス \*

### ひな祭り

利用者さんと一緒に雛人形の飾り付けをしました。完成図を見て位置の確認をしながら、みなさんで協力し、立派な7段飾りが今年も紙ふうせんの玄關にお目見えしました。



合ってるかしら？

牛車はここ！



### お花見気分散歩訓練



模様が素敵でしょ？

桜の香りには、リラックス効果があるそうです。お花見をしながら運動すると、普段よりも桜の香りを多く吸える為、よりリラックスができるそうです。歩く疲れも忘れてのんびりウォーキングを楽しみました。



庭の西洋シヤクナゲが花を咲かせました

### 手球遊び 鯉のぼり作り



足踏み台作り



今月の壁画  
「3Dお雛様」

## 4月の行事予定

3日 グループホームお花見

6日 郷土料理（広島県）

5日・16日・24日 YYY 体操ボランティア JOT

26日～30日 給食ストレス軽減週間