

広報 ゆくあん

コロナに負けるな！日常をご紹介！⑥



クリスマスへ向けて、みんなでクリスマス飾り制作を行っています。松ぼっくりツリー、リースづくりなど、手先を使う作業が多いですが、皆さん器用に取り組みられています。その他、調理や食器洗いなどのお手伝いもしていただきました！

「ボランティア団体・サンタの会」より DVD&CD のプレゼントを頂きました！

北海道伊達市のボランティア団体「サンタの会」さんより、コンサート DVD&CD のプレゼントを頂きました！「サンタの会」は、アマチュアの音楽家と、医療・福祉・教育関係の有資格者や従事経験者が中心となり、年間を通して伊達市近郊の地域にある病院や福祉施設に音楽会をプレゼントする活動をされ、訪問した施設は 124 ヶ所にも及びます。コロナ禍により、施設訪問が叶わない中、DVD&CD という形で素敵な音楽を届けてくれました。皆で楽しみたいと思います。「サンタの会」主宰の太田さんをはじめ、会員皆様の温かいお心遣いに感謝します。ありがとうございました！



2021 年
12月号

【発行日】

令和3年12月10日

【発行責任者】

三浦力

【発行担当者】

波方元希

癒庵からのお知らせ

【癒庵公式ホームページが出来ました！】

先月もお伝えしましたが、改めて案内させていただきます。この度、癒庵公式ホームページを開設しました。まだまだ、未完成が箇所も多々ありますが、完成に向けて少しずつ更新してまいります。癒庵での様子を写真付きで掲載します。ホームページに映りたくないという方は、事前に申しつけください。左記QRコード及びURLよりご覧ください。



URL yuu-an.com

豆講座・教えて認知症

【認知症と口腔ケアの関係性】

口腔内環境が良くないと認知機能の低下を招いてしまう可能性があるようです。その理由は次のように考えられています。

① 咀嚼回数の低下

まず「歯がないのに入れ歯を使用していないと認知症になりやすい」ということから、咀嚼回数の低下が認知症に影響しているのではないかと可能性が考えられます。咀嚼回数が低下すると脳の認知機能への刺激が少なくなり、その結果、認知機能の低下が起こり、認知症を発症しやすくなるのではないかと考えています。

② 食べられるものの偏り

歯がないということは、食べられるものに偏りが出る可能性が考えられます。すると柔らかい菓子パンや麺類などがかりを食べ、野菜や肉類などの摂取が少なくなった結果、ビタミン類

の摂取不足は認知症を発症しやすくと考えられていることから、これが原因となっている可能性があるわけです。

③ 歯周病

歯を失うということは、歯茎がむき出しになっている状態であるということ。これが歯周病、そして、慢性的な炎症を起こし、結果、血液を介して脳に悪影響を及ぼしているのではないかと可能性も、口腔と認知症との関係では指摘されています。（全国地域生活支援機構HP参照）

日々の口腔ケアを怠らなく行うことで認知機能の低下を防ぐことが出来る可能性が高まります。毎食の口腔ケアを行うことが難しい方は、寝る前に行うことをお勧めします。寝ている間に口腔内の細菌が肺に入り込んで誤嚥性肺炎になるのを防ぐためです。当事業所では、訪問歯科診療の調整を行うことが出来ます。ご希望がありましたら、お問合せください。

編集後記

今年もコロナウイルスに翻弄された一年でした。ウイルスはすこしずつ姿を変えて、どうにか生き延びるため、進化しています。私も現状に甘んじず、しっかり学び、多くのことを経験し、進化していきたいと思えます。来年こそは、コロナ禍も落ち着き、皆様とアクティブに過ごすことが出来るようになります。今年一年大変お世話になりました。来年もどうぞよろしくお願い致します。(73)