

6月



パンプキン通信 2018年6月号

認知症対応通所介護デイサービスかぼちゃ

5月より新体制でのかぼちゃがスタートしています。
新入職員も1名配置され模様替えも終わりました。
ティータイムが楽しめるスペースもできましたのでお近くにお越しの際はぜひお寄り下さいね。

かぼちゃの様子

「お口の健康」をテーマに皆さんで口腔体操に取り組んでいます。
口腔体操を続けていく事は食べる為の筋肉のトレーニングだけでなく、
笑顔を作ることや、楽しくおしゃべりすることにもつながります。
筋肉は動かすほど鍛えられ、バランス良く協力しあう動きへと改善
されます。簡単な体操を紹介しますので皆さんも試してみてください。



みんなで続けよう あいうべ体操

あ



口を大きく「あ〜い〜う〜べ〜」と動かします

◎できるだけ大げさに、声は少しでOK!

い



◎1セット4秒前後のゆっくりとした動作で!

う



◎一日30セット(3分間)を目標にスタート!

へ



◎あごに痛みのある場合は、「い〜う〜」でもOK!



連絡先 コープ五日市診療所

082-924-0608

デイサービスかぼちゃ携帯電話

080-6270-2508

デイサービスかぼちゃの営業日

月. 火. 水. 木. 金. 土

9:30~16:00

水曜日延長あり

9:30~18:30

