

5月号



こころもからだも健康



リハビリ内容のご紹介



皆様、いかがお過ごしでしょうか？感染症が流行していますが、リハビリ・介護の現場では密着を避けられない場面も多々あります。しかし、今回は大井協同デイケアの感染予防で大ききな模様替えを行ったので紹介致します。

今まで1机に4名座っていましたが、密集を避けるべく机を増やして2名に減らし、1~2mの間隔を確保する取り組みを行いました。そのため、リハビリの運動器具などは一時的に別の部屋へ移動し、新たなりハビリ室が誕生しました！（写真参照）

また、密閉を避けるために、多くの窓を使えるようにし換気を1日4回実施して、澁みのない新鮮な空気が通るようにしています。

その他にも、リハビリ機器の消毒回数や、送迎時の乗車人数制限など、最大限の感染予防を実施しています。

皆さんの健康を守り続けるためにも、安心して運動できる環境を提供できるよう努めて参ります。



お口の健康コーナー



歯ブラシについて

歯磨きで大切なことは細菌を少なくすることです。
そのためにも、歯ブラシの選び方も重要です。
人によって歯の形や歯並びは違いますので、自分の歯の状態に合わせて選びます。

- ブラシの硬さ → 普通かやわらかめ
- ブラシの大きさ → 小さめがよいでしょう
- ハンドルの太さ → 手にしっくりいくもの
- ブラシの形 → 毛の細かいもの
- 毛の材質 → 水はけの良い材質

歯磨き粉について

歯磨剤の選び方も重要です。
自分の歯、歯肉、お口の状態に合わせて選びます。

- 歯周病が気になる方
歯肉炎症を抑える成分が入っているもの
- 歯根本の露出が気になる方
フッ素の成分が入っているもの
- お口の乾燥が気になる
発砲成分が入っていないもの



デイケアでのコロナ対策について

- ①食事以外でのマスク着用
- ②手洗い運動強化中
- ③換気の徹底
- ④着席時、隣の方と距離をとる配置
- ⑤送迎の車内は窓を開ける
- ⑥感染予防として1対1での入浴対応



ご家族などに体調不良の方がいた場合は、
デイケアまでご連絡ください。

大井協同デイケア 049-267-1115

今年も桜がキレイに咲きました。
帰りの送迎時、桜通りを見ながら家路につきました。



○デイケアからのお知らせ○



5月に予定していましたが、**散髪とイベント**は中止となります。
ご了承ください。

※4月号より、月間スケジュール表を献立表の裏へ印刷させていただいております。