

田んぼの氷が例年より早いように感じられ、寒さの厳しい師走を迎えています。この時季には「月日の経つのが早いですね」「また歳が増えてしまいますね」という会話が増え、ゆく年を惜しむ気持ちになります。今年一年皆さんと過ごさせていた事に感謝し、新年を迎える準備を進めたいと思います。

来年の 4 月には介護保険制度の改正が予定されており、サービスも若干の変更事項があると思われます。また詳しい情報が分かり次第お伝えしたいと思います。



今年の締めくくりを楽しんで頂こうと、お楽しみ会を企画しました。ボランティアの皆様のご協力を頂き、華やかなステージを楽しみました。



12/16 (火) 宮坂流やまぶきの会

傘踊り、手踊りなど披露して頂き、ご利用者も一緒に歌ったり、楽器を鳴らしたり参加させて頂き楽しむことが出来ました。今回は職員も衣装を借りて一緒に踊らせて頂きました。



12/18 (木) 杉とどんぐり

きれいな衣装に身を包み、迫力ある歌と踊りを披露して頂きました。途中「ちびまる子ちゃん」が登場、驚きつつも一緒に写真を撮らせて頂きました。



12/19 (金) JA女性部舞姫隊

本物の七福神が来てくれたのではないかと思えるほど、皆さんが笑顔になるステージを届けて頂きました。来年の福も運んで来てくれたのではないかと思います。



12/20 (土) ハイビスカス

沖縄の三線(さんしん)という弦楽器の演奏を披露して頂き、寒い季節に南国の雰囲気味わう事が出来ました。珍しい楽器にも触れさせて頂き貴重な体験となりました。

年末年始はお餅を食べる機会が増えますが、喉に詰まってはいけないと楽しめなくなっている方も多いのではないのでしょうか。では、高齢者に注意が必要なのは何故でしょうか？



お餅は他の食品に比べて粘りがあります。高齢になると唾液の分泌量が減ること、義歯では噛みにくいことなどから、本来なら良く噛んで唾液と混ぜ飲み込みやすい大きさに整えていた機能が低下してしまうためです。

⇒水分を摂りながら、ゆっくり良く噛んで召し上がる。

⇒「おはたき」など粘りの少ない物で我慢する。