

令和2年1月12日(日)
オレンジカフェ あおぞら です

『歯が痛いよ～』

今日はお婆ちゃん、歯が痛いようです
お友達が来て『歯医者に行き～や』と勧めますが
嫌がっています。



いつ歯磨きしたか
忘れてしまうので
きちんとお口のお手入れができてないかも
しれないと自分でもわかっているようです。
歯がなくても食べられると言い張っていますね。
そこで、歯科衛生士の 鯨岡紘子さんの登場です。
歯やお口の中の衛生が全身の健康状態に影響する
というお話をして頂きました。
来場されていた皆さんも
わかりやすいお話しに
聞き入っておられました。
歯磨きの方法など質問も沢山でて、
皆さんの
健康意識の高さに感心致しました。



ミニ講話のあとは脳と体をすこし動かします。

“上を向いて歩こう”を歌いながら、足を動かす体操では皆さんも
大きな声で歌って足をしっかり動かしておられました。

リズム体操は「高原列車」「上を向いて歩こう」
「川の流れるように」をがんばりました。

皆さん、大きな声をだして楽しそうに体操されていましたね。

今日は親子で来られた方もおられ、ケアマネージャーさんに相談されている姿もありました。

心配なことや聞いてみたいことが少しでも解消されるといいと思います。

来月2月9日は福祉用具のエネックス株式会社さんから福祉用具専門相談員の方が来られます。

心配なことや聞きたいことがある方も是非おこしく下さい。 お茶を飲みながら

ゆっくりお話しませんか。

