

# あおもり協立病院 デイケア便り 6月号

### ★新型コロナウイルス感染症について★

日頃から基本的な感染対策へのご協力、ありがとうございます。  
引き続き新型コロナウイルスの感染拡大予防対策に、ご協力をお願いします。

- ①『咳や痰がらみ、鼻水のある方』や、『37.2℃以上の熱がある方』はご利用をお控え下さい。
- ②送迎中も含め、デイケア利用中は、マスクの着用をお願いします。
- ③下記にあてはまる場合は必ずご報告をお願いします。
  - ・ご利用者様・同居ご家族様が、県内の発生地域や県外へ移動される場合
  - ・県内の発生地域や県外から帰省者・来訪者がある場合
  - ・ご利用者様・同居ご家族様が新型コロナウイルス感染のPCR検査などを受けられた場合

※発生状況により14日間の利用休止をさせていただく場合があります。

### ★ご利用者様の声★

デイケアのリハビリで『背伸ばし』を去年からやるようになってから本当に歩けるようになったんだよ。

※担当リハスタッフより…5メートル歩行は昨年秋8.0秒→今年3月5.4秒と改善しています。背伸ばしとは、足関節矯正起立台のことです。

来月は『歩行速度が速くなったことにより、生活がどのように変化したのか!』をお知らせします。



### 5月：パフェ作り

コーヒーゼリーでパフェを作りました。バイキング形式で、アイスや生クリーム、カラーチョコをトッピング。今回は利用者様にもお手伝いして頂き、美味しくいただきました。



まあ、美味しそう

うまいよ!



～高齢者が食べ物にむせる『嚥下障害』の予防法について～  
◆食べる時の姿勢では、以下のような点に注意しましょう。

- ・猫背にならず、背筋が伸びるように座る（椅子などの座面に深く座る）
- ・首を前方に向けて食べる。
- ・飲み込むときに顎を引く。
- ・食後は逆流を防ぐ為、すぐに横にならずしばらく座っている。

◆適正な一口量ずつ口に入れて、よく噛む。

- ・適正な一口に調整し、一口ずつゆっくり噛んで飲み込むようにします。特に汁気の多いものはむせやすいため、スプーンなどの大きさを一口量を調整します。

◆口の中のものを飲み込んでから、次のものを口に入れる。

- ・前に口に入れた食べ物を飲み込んで口の中が空になってから、次の食べ物を入れるようにします。



### デイケア菜園

今年も夏野菜の植え付けをしました。皆様で協力して、美味しい野菜を育てましょう!



新聞ちぎりレース一等賞おめでとうございます!



500ピースパズルを完成させました(\*^o^\*)



整容ルームで一休憩♡  
この日は、『森林浴の湯』を楽しんでいただきました。



★ねぶたの壁画製作★



お問い合わせ先:あおもり協立病院デイケア(病院1階)  
〒030-0847 青森市東大野2-1-10 TEL(017)729-3358  
見学はお気軽にご連絡下さい!

### デイケアからの連絡

コロナ感染対策を強化中です。

- ①会話時は、必ずマスク着用。
  - ②食事時は、会話しない。
- ご協力よろしく申し上げます。

月レクの感想やご意見、デイケアへの要望、困った事、質問など、  
どんどんご意見下さい!(記入日) 月 日

★6月の月レク★  
リハビリです。  
お楽しみに!