



こもれび

八千代地域生活支援センターたより
NO.132 2017.6

社会福祉法人 栄寿会

八千代地域生活支援センター

〒276-0045

八千代市大和田 322-18

Tel 047-481-3555 Fax047-485-3553

第28回 心のふれあいフェスティバル

素敵な出会いがありました!

爽やかな風が吹く5月17日(水)、千葉市中央公園及び千葉市文化センターにて「心のふれあいフェスティバル～作ろう 明日への架け橋 未来への絆～」が開催され、当センターもバザーの出店で参加しました。

会場は多くの医療・福祉関係団体が集まり、思いを込めたパフォーマンスや作品展示があり、大変な賑わいでした。

当センターも日々作成に取り組んだ手工芸品等を出品し、関係者やご来場くださった方々からご好評をいただきました。

今回は当センターの利用者の皆さんが出会った出品作品等を伺いました。



私の出会った宝物



▲巾着とエコタワシ
「巾着は口紅入れ、エコタワシは友達にあげる為に買いました。」



▲そらまめ
美味しそうだから買いました!



▲ふくろうのストラップ
かわいかったから買いました。一つはお母さんに、一つは携帯につけます。



▲エコタワシ付き歯ブラシ
一つで二つお得で買いました。



▲ハーブティー
一度飲んで美味しく家族にも好評だった。お客さんが来た時出そうと思って。

《参加者の感想》

- ◎売り子をやって楽しかった。また来年も参加したい。
- ◎昼から店番をやりいろいろ売れました。来年も行きたいです。
- ◎4回目の参加ですが、売り子は初めてなので、やりきってよかった。
- ◎色々なものが売っていたり、歌やダンスも結構よくて楽しかったです。
- ◎さわやかな気候の日に屋外にいらることができて元気が出ました。

- ◎去年は天候が悪く文化センターの中だけだったが、今年は公園が使えて良かった。
- ◎お店を見て歩くだけでも楽しかった。自分で作った刺し子が売れて良かった。
- ◎友達と一緒に可愛いものを買いました。刺し子や巾着作りを頑張りたいと思う。
- ◎一筆箋が驚くほど売れました。来年はライブで歌いたい。



KCC(鎌ヶ谷コミュニティクラブ)

図書館へ行こう!



5月11日(木)、今年2回目のKCCは鎌ヶ谷市立図書館まで散策しました。昨年は近くの郷土資料館まで行き、有志の方が図書館まで足を延ばしましたが、今年は皆さんで来る事ができました。

椅子に座って雑誌を見る方、パソコンで好きな作家の本を検索する方等静かな雰囲気落ち着いて過ごしました。歩ける方々は、さらに先のきりりホールまで行き、集合した保健福祉センターまで戻りました。

過ごしやすい季節となり、短時間でできる適度な運動になりました。

次回は6月15日(木)、「喫茶店とまとはうすで話そう」です。登録された皆さんのお越しをお待ちしています。



シリーズでお届け!

めざせ!生活の達人

このコーナーでは、生活に関する出来事や話題を取り上げ、利用者やご家族の皆さんと共に、生活の達人を目指していきたいと思ひます。

第4回目は「虫歯予防」を取り上げます。

突然ですが、6月4日は何のだと思ひますか?

6(ム)と4(シ)で虫歯予防の日です。加えて6月4日から6月10日は「歯と口の健康週間」とされている事をご存じでしょうか?

では利用者の皆さんは歯を定期的に磨いてますか?

「面倒だな」「おっくうだ」と後回しにしていませんか?

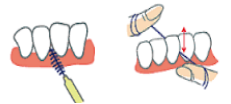
そもそも歯磨きはなぜしないといけないのでしょうか。

歯を磨かないと、一般的には、口臭悪化、虫歯、知覚過敏、歯肉炎、歯周病などになる事が考えられるようです。虫歯は、歯垢(プラーク)が歯に付着することで、歯のカルシウムが奪われて、表面が侵されついには穴が開いてしまう(虫歯になる)との事。なんと、わずか2日間で硬い歯石となり、歯磨きでも除去できなくなった状態で歯に付着するそうです。この状態で進行すると、歯茎が炎症を起こし、歯茎がもろくなり歯が抜け落ちる歯周病になる可能性が高まります。

歯周病とは、「歯垢(プラーク)の中の細菌によって歯肉に炎症をひき起こし、やがては歯を支えている骨を溶かしていく病気」で「歯を失う原因」になるとの事。

ではどの様に虫歯や歯周病の予防をすればいいのでしょうか。

- 食べたら歯をていねいに磨きましょう。
- 歯間ブラシやデンタルフロス等を使いましょう。
- 週1回以上鏡で自分の歯や歯肉の状態を観察しましょう。
- かかりつけ歯科医をもち、歯科健診や歯石除去をうけましょう。



いかがですか。80歳になっても20本以上自分の歯を保つ(8020ハチマルニイマル運動)為に、虫歯予防について見直してみましよう。



参考 千葉県ホームページ
日本歯科医師会ホームページ

第116回 利用者懇談会

I 意見箱(利用者の声)⇒今月はありませんでした。

II 6月の予定

- 1) 6/3(土) そば打ちとストレッチの会 10:00~会費300円 申込5/31まで
- 2) 6/9(金) おやつ研究部 13:30~ 内容は未定です。材料費はシェア。職員会議の為、16:00閉館
- 3) 6/10(土) 利用者懇談会
- 4) 6/18(日) 子ども達と一緒に生花教室 10:30~お花を持ち帰る方は540円 申込15日迄
- 5) 6/24(日) 開所記念バーベキュー大会 10:00~ 会費500円 申込22日まで
- 6) 6/29(木) ふれあいプラザに行こう! 12:30出発以後閉館 申込28日まで



III 実習生について

6月8日から8日間、上智社会福祉専門学校より精神保健福祉士を目指す学生が1名実習に来ます。みなさんよろしくお願ひします。