

ことぶきだより

平成28年度 5月号 寿テイ・サービスセンター

桜の季節も終わり新芽が芽吹く

爽やかな季節となりました。

昼間は暑いぐらいの陽気となり、

朝と夕はまだまだ冷え込むのも

この季節の特徴ですね。

体調管理が難しいですが食事・

水分・睡眠をとり、体調を崩さな

いようにしたいですね。

今月(5月)の行事予定

5月21日(土)・5月23日(月) 理美容サービス

5月23日(月) ホーム喫茶



桜餅風に手作りでおやつを作りました。もち米とお米を混ぜて炊き、桜の花の塩漬けをキザミ混ぜました。桜の香りと塩加減があんこと合う！と好評でした。季節のおやつ作りをしていきます。



1つでもチェックがついたら、かかりつけ医・かかりつけ歯科医にご相談下さい。

4月に「お口の相談会」を実施しました。皆さんお口の健康はどうか？

飲み込むこと、食べること お口の中は大丈夫？

お口のチェック 表があります。皆さん是非やってみてください。



水や水分でむせやすいですか。

食事時間が長くなりましたか。

固い物がかみにくくなりましたか。

口の渴きが気になりますか。

薬が飲みにくくなりましたか。

食べる量が減りましたか。

よく咳をしますか。



2階の方々に陶芸をやりました！！



土をこねるところから始めそれぞれ思い思いの形にしていきました。皆さんの真剣で集中した表情がとても印象的でした。まるで陶芸家？！



