

2016年11月号

Vol. 38

月刊



日々ぼちぼちと



発行：(株)かむら堂 小規模多機能ホームぼちぼち 岡山県小田郡矢掛町小林27番地 TEL：0866-82-2277
http://kamurado.com E-mail：info@kamurado.com

このニュースレターは、小規模多機能ホームぼちぼち、何でも屋・福祉タクシーせなかぎとご縁のある方に贈ります。

ぼちぼちでの様子&活動

☆芋掘り&焼き芋



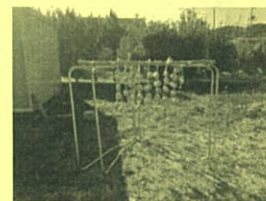
ぼちぼちの畑のさつま芋を掘りました(*'∩')大きいお芋・小さい可愛らしいお芋とたくさん♪さつま芋は日を置いた方が甘みが増すとの事で、我慢!!

いよいよ焼き芋の日が来ました!利用者の皆さんに、お芋を新聞紙・アルミで包んでいただき、出来上がるまで、まだかまだかとスタッフの方が落ち着かず(^ω^) 3時のおやつには、美味しい焼き芋が出来上がり盛り上がりました♪甘味があり、水分もしっかりあり美味しい以外言葉が見つかりません(≧▽≦)



☆干し柿づくり☆

先日、せなかぎスタッフさんのお家へ、柿採りに行かさせていただきました♪♪段ボールいっぱい柿をいただき、干し柿に!!皆さんに剥いていただき...あれ?皮だけじゃなく、へたも取ってあるΣ(°ω°/)「食べるんじゃない?」との説明不足ですみません(>_<)干し柿にします(汗)という事で(笑)剥いてもらった柿を干して、あとは綺麗に出来上がるのを待つだけです♪♪早く食べたいなあ☆



わたしの独り言

前号からの続き。-これは、結構効果が出ているのか...?その後も血圧は平常値のままなので効果が出ているようだ。そんなこんなで、毎日飲むことが日課となり、体調も良好(?)である。今度の健康診断の検査結果が楽しみである。乞うご期待!

さて、話は変わるのだが、我が家にあるモバイルノートパソコン。社会人になって県外に出て行った息子が置いていったものだ。液晶画面が割れて表示されなくなっている。修理に出そうと息子に確認すると、販売店に電話したら9万円ほどかかるといわれたという。そんなにかかるなら新しいものを買ったほうがいいのかと思うが...。そんな余裕もなく、何とか修理できないかとインターネットで検索してみる。「ノートパソコンの液晶の修理」Enter と、検索結果が表示される。次号に続く。村上)

スタッフのつぶやき

先日、松山千春のコンサートに行ってきました。(^^♪ 松山千春さんを皆さんご存知ですか? 先月台風で被害にあった北海道足寄町出身のシンガーソングライターです。「めぐるめぐる季節の中で」デビュー40周年記念コンサートだったので、デビュー当時の話をいっぱい聞くことが出来ました。

受験勉強?をしなから『オールナイトニッポン』というラジオの深夜放送を聞く、まさに"The青春"です。といっても、千春さんも私たちファンも皆歳を重ね、40年という月日が経ったことを物語るように、年齢層の高いこと極まりない。手はたたくも絶対飛び上がったり跳ねたりしない。トイレに行く人も多く、若い時と違う景色です。ご夫婦で来られている人もとても多かったなあ。次号に続く。(住吉)



認知症・認知症予防のお役立ち情報

前号一歯と認知症の関係ー続き

④歯と認知症予防

○歯を治療する事で記憶力が回復する例もある

奥歯を削り噛みにくしたマウスの歯を、セメントなどで修復すると、正常なマウスと同じ程度にまで記憶力が回復したという研究結果があります。噛み合わせが悪いまま放っておくのではなく、噛む事が出来るように治療することで記憶力の回復の可能性が高まるのです。

○入れ歯やインプラントでも脳は刺激出来る

アルツハイマー型認知症の方の口の中を調べると、歯が無くなり、長い間良く噛んで食べる事が出来ていなかったと思われる人が多く見られます。歯が無いと歯根膜が無くなるため、刺激が脳には伝わりません。しかし、歯に代わる入れ歯や、インプラントなどの治療を行えば歯と同様の働きをすることが出来るのです。

しかし、ただ入れ歯を入れるだけでは不十分です。北海道の病院で行われた調査では、入れ歯が合っていない人全てが認知症だったとの報告があります。その人に合った入れ歯を使用し、正しく噛む事が重要なのです。

(認知症ねっとより・次号に続く)

お知らせ・予定

11月30日(水)13:00~13:15 避難訓練

11月30日(水)13:15~14:00 運営推進会議

11月26日(土)13:30~15:30 第4回よりあい処ぼちぼちカフェ開催

参加費：200円

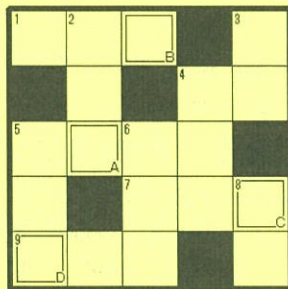
認知症の人とそのご家族、地域の方等、どなたでも参加できます。認知症についての悩みを相談したり、交流・情報交換をしませんか？

クロスワードパズル

認知症予防にもなるクロスワードパズルに答えて、粗品をゲットしよう！

正解者の方、先着10名様にささやかではありますが粗品をプレゼントします。

どしどし、ご応募下さい。(事業所までお越し下さい)



☆☆たてのカギ☆☆

たて2:踊りをおどること。舞いおどること。ダンス。

たて3:物をしばるときに使う、細いつな。

たて4:すぐれた医者。

たて5:子供のために書かれた物語。

たて6:天然ガスの主成分。

たて8:絵を描くことを職業とする人。絵かき。

☆☆よこのカギ☆☆

よこ1:手に何も持たないこと。

よこ4:大切なことを忘れなように書き留めておくこと。または、それを書き付けたもの。

よこ5:名前が同じであること。同じ名。

よこ7:大きな川。「○○○小説」

よこ9:ぶどうの実を発酵させて作ったお酒。

答え:



編集後記

ぼちぼちにも、神輿が来てくださいました!!雨の中、カップや傘を差し、子供たちが元気に来てくださり(*'ω*)ありがとうございました☆利用者の方々には、朝から「今日、神輿来るんじゃろ?」「雨降ってきたで!もう今日は来んのんじゃろ」等々待ち遠しいようでした。午後より雨が降り出し、来るかなあ~来ないかなあ~と気になりつつ…神輿到着時には、利用者皆さん喜ばれていました(^^)来年は、晴れるといいな!! (濱砂)