



リハビリ通信



皆さんこんにちは。朝晩冷え込むようになり身体を動かすのが大変になってきましたが、皆さん熱心にリハビリに取り組んでいただいていると思います。今回のリハビリ通信は前回に引き続き、歯の健康を保つ為の話題です。歯を大事にする事は身体の筋力を保つと同じくらい大切な事なので一緒に勉強しましょう！

《歯と歯の間のお手入れ意識されてますか？》

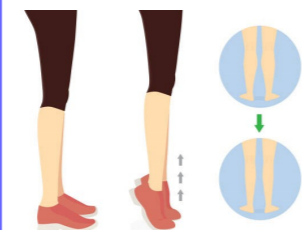
お口の清潔と体の健康が密接しているという事をご存知ですか？アルツハイマー型認知症・心筋梗塞・脳血管疾患・糖尿病の憎悪・誤嚥性肺炎・・・これら全ての疾患の原因にお口の汚れ「フラーク(歯垢)」が関わっているのです。この「フラーク(歯垢)」、色々な部分に付着しますが、特にお年を召した方に意識して頂きたい部位が「歯と歯の間」です。お年を召すと歯の土台となる歯茎が緩んでいくことで、歯に隙間が出来る傾向にあります。若い時のように歯ブラシのみでのお手入れだと、歯と歯の間についてフラークが残ってしまいます。そこで是非お使い頂きたいのが歯と歯の間専用の歯ブラシ類です。興味のある方は是非とも当施設の歯科衛生士にお声がけ下さい。お口に合った歯ブラシ類をご提案させていただきます。(歯科衛生士 高松)



《11月13日は体づくりの日でした》

11月13日は日曜日の営業でしたが、多くの方に参加していただきました。重錘バンドやゴムチューブなどを使った自主トシを経験していただきました。また、今回自主トシを頑張っていた方にはささやかながら自主トシのグッズを迷らせていただきました。皆さん、今後も自主トシを頑張ってください！

《運動豆知識のコーナー PT平のおすすめ》



11月に入り朝晩寒くなりましたね。寒くなると全身の血流が不良になり第2の心臓と言われるふくらはぎや足の指を動かしてみてください。

見学・体験利用随時受付しております
皆様からのご紹介もお待ちしております😊

IMS(イムス)グループ 医療法人財団 明理会
仙台青葉ロイヤルケアセンター

電話: 022(303)3911(代) FAX: 022(303)3912

こちらから
ホームページ
をご覧ください
ます😊



イムスグループ
介護老人保健施設仙台青葉ロイヤルケアセンター 広報誌

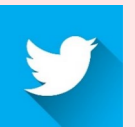
青葉通信 通所版

第32号(11月)発行日 令和4年 11月25日



目次:	
お知らせ	1
行事報告	2~4
リハビリ通信	4

仙台青葉ロイヤルケアセンターTwitterアカウント開設しました！
日々の近況や災害時の情報などリアルタイムで随時投稿しています。是非フォローをお願いします。通所でのイベントなども更新しております！下記のQRコードをご使用ください。
<https://mobile.twitter.com/@sendaiaobaroyal>



夏まつりバザーのご報告
8月の夏まつりで、バザーを行ないました。
2日間での売上は14000円でした！
この収益金は、パズルや色鉛筆などの、皆さんで使うレク物品を買う為に大切にに使わせていただきます。
ご協力ありがとうございました！！



行事予定



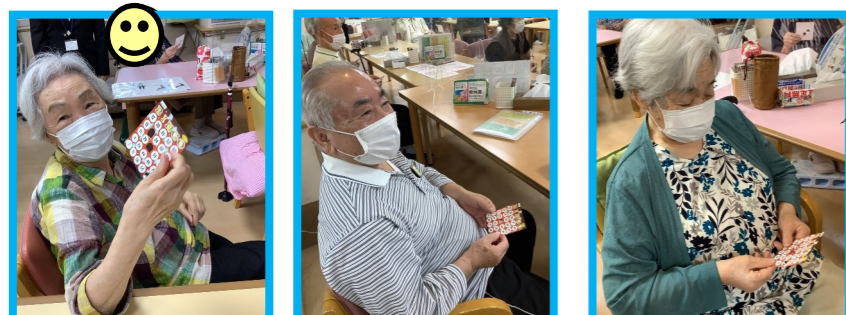
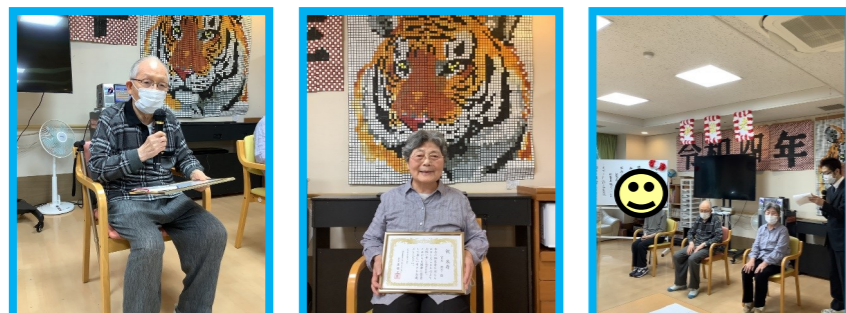
- ♥メイクアップイベント~今、この時から輝き出す~
- ♥おやつ作り ~栄養士 主催イベント~
- ♥ハンドメイドイベント
- ♥バーバーサポートシェービング
- ♥一足早い クリスマス会
- ♥公認心理師による講演会

- ・・・毎月開催予定
- ・・・12月21日・22日開催予定
- ・・・隔月開催予定
- ・・・毎月開催予定
- ・・・12月12日開催予定
- ・・・12月19日開催予定

※行事に合わせて、追加利用しませんか？ 大募集中です！
参加したい方、お気軽に職員までお声がけ下さい！

敬老会

9月16日、敬老会を行いました。喜寿・米寿の方々の紹介、表彰を行いました。その後は全員でピンゴ大会を行いました！豪華景品に大盛り上がりでした。



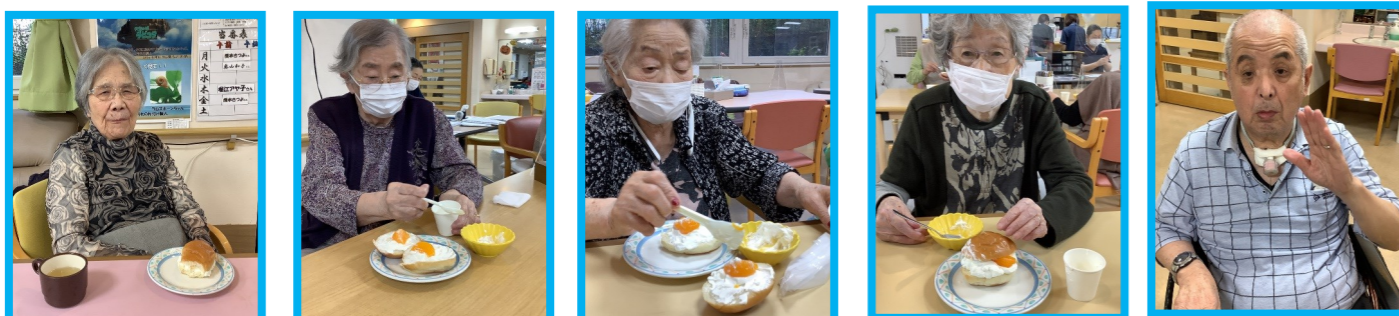
10月より、新しいイベントを始めました！その名の通り、髭剃りのお手伝いを行なうものです。出来る所はご本人に行って頂くのがポイントです！理容師免許を持つ職員がサポートします！！



日曜営業～体カづくり～

栄養士主催～マリトッツォ作り～

昨年大流行の洋菓子「マリトッツォ」を作りました。パンにクリームとフルーツを挟んで出来上がり♡



昼食は、かつおの漬け丼でした。栄養たっぷりの食事に皆さん大満足でした！！

お取り寄せ行事・第二弾！！ 公認心理師による講演会

前回、大好評だったお取り寄せ行事。10月は、ロイヤルの向かい、「吉野家」からお取り寄せしました。定番の牛丼はもちろん、うなぎや唐揚げを注文される方もいました！！第3弾もお楽しみに！



10月「あたまたの体操」
11月「いきいきリズム脳トレ」をテーマに、西仙台病院の公認心理師が講話を行って下さいました！今後も開催していきますので是非ご参加ください！

