

# オキドキニュース 六月号



二十四節季

芒種(ぼうしゆ) 六月五日

雑穀の種蒔きをする時期。田植えの時期に入る。

六月二十一日

夏至(げし) 六月二十一日  
昼間の時間が一番長くなる。

## おやつ喫茶

五月五日(土曜日)食堂にて入所のご利用者様を対象に「おやつ喫茶」を催しました。今回は利用者の皆様と一緒に「柏餅」を作ってからお茶を楽しむことにしました。柏餅は、ホットプレートを使い薄皮には色付けにヨモギ粉を入れて焼き、丸めた餡を薄皮・柏の葉で包み出来上がり、利用者の皆様美味しく召し上がっておられました。

外出することの少ないご利用者の皆様には、多少なりとも甘味喫茶の雰囲気味わってもらうことができたようで、楽しい催しとなりました。



## 介護保険負担限度額認定証の更新

現在、介護保険負担限度額認定証の発行をされている方の有効期限は来月七月三十一日です。

① 昨年の所得額等により、住所地の市区町村から「介護保険負担額の更新手続き」の案内が郵送されましたら、お早めに手続きをお願いいたします。

② 新しい「介護保険負担限度額認定証」が届きましたら、必ず受付窓口にご提出ください。

## 衣替えの季節です！

① 今夏も冷房温度は、原則28℃に設定させて頂きます(但し、外気温によっては28℃以下に変更致します)。

② 薄手の衣類との交換をお願いします。

③ 居室は限られた居住空間の中で、お互いに利用しておりますので、「使用にならない衣類」「クラブ作品」などは、この機会にお持ち帰り頂きますようお願いいたします。なお、衣類をお持ち頂く際には、必ずお名前をお書きください。

## 入れ歯のお手入れ

六月四日は六(む)と四(し)の語呂合わせで、むし歯予防の日となっております。この日に合わせ、六月四日〜十日までの一週間、歯の衛生週間を実施しています。今回は歯の衛生週間にちなみ入れ歯のお手入れを紹介いたします。



① 入れ歯をはずし、水洗いする

流水で入れ歯についている食べカスやヌルヌルとした菌垢のかたまりなどを洗い流す。

② 専用のブラシを使いブラッシングする

汚れがある程度取り除いたら、入れ歯専用のブラシを使い、ヌルヌルがなくなるまで磨く。

【注意】歯磨き粉には研磨剤が入っている

ので入れ歯を傷つけます。入れ歯専用の歯磨き剤を使います。

③ 入れ歯洗浄剤に浸ける

入れ歯の保管容器に水と入れ歯洗浄剤を入れ、入れ歯を浸す。

④ 水洗いする

時間は約二十分(頑固な汚れには一晩)流水で入れ歯ブラシを使用して、入れ歯洗浄剤の成分や浮き上がったヌルヌルをしっかり磨いて洗う。

## 入れ歯の歴史(日本版)

日本での入れ歯の歴史は室町時代に始まり、末床義歯(もくしやうぎし)とよばれるものが作られていました。

この末床義歯は、黄楊(つげ)の木を彫ったもので、前歯も奥歯も木に彫ってあり、残っている歯と合うように作られていました。もともと末床義歯は、仏師などの木を彫るのが得意な人が手慰み程度から始まり、時代とともに仏像彫刻の注文がだんだん少なくなり、逆に入れ歯を作ることが生活の糧となり、入れ歯師と呼ばれる専門職になっていきました。

入れ歯師は室町時代末期から江戸初期にかけて台頭し、江戸時代の中頃には、全国的に広がっていました。

明治に入ると、アメリカを中心とした諸外国の歯科医師の来日により、近代歯科医学の導入が始まりました。一八五二年、タイヤメーカー(グッドイヤー社)が、高温・高压で固めた蒸和ゴムの開発に成功、それが義歯の床に利用されるようになりました。日本への輸入開始は、一八八〇年ごろと言われ、それ以降、末床義歯はこのゴム床義歯(西洋入れ歯)にとって代わられ、木製入れ歯は姿を消しました。現在は、プラスチックを使用したレジン床や、チタン合金などを使用した金属床が入れ歯の主流となっています。

## 6月13日 昼食にご提供!



写真はイメージです。お出しするものとは異なりますのでご了承下さい。

## 「当地グルメ」 「けいちゃん焼き」

「けいちゃん焼き」は岐阜県飛騨地方に伝わる、鶏肉を味噌や醤油ベースのタレなどに漬け込み、キャベツや玉ねぎ、季節の野菜と炒めて食べる里山ならではの料理です。

もともとは、卵を産まなくなったニワトリを里山の貴重なタンパク源として調理して食べたのが始まり。身近な食材、調味料で手軽に調理できることから、今では地域のソウルフードとして定着しました。

今月ご提供しますので、ご賞味下さい