

オキドキニュース 三月号



二十四節季

啓蟄(けいちつ)
春分(しゅんぶん)

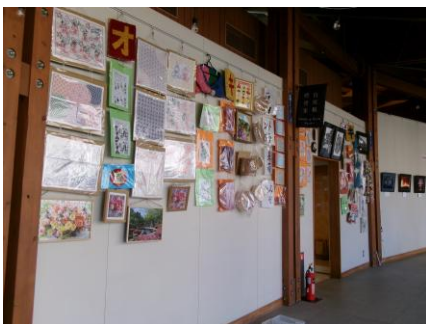
三月六日 冬ごもり中の虫が目覚まし姿をあらわす。
三月二十一日 昼と夜の時間が同じ。

作品展(瀬音の湯)

三月一日から三月三十一日まであきる野市内にある「瀬音の湯」展示スペースに「ご利用者の皆さんの作品を展示させて頂きました。この作品展は、入所・通所のご利用者様が、クラブ活動などで作成した様々な作品を展示しています。」

この展示場所は、「瀬音の湯」入口から大浴場へ向かう館内通路の右側の位置する壁面であり、ここは他の入場者の目にも触れやすい場所にあります。「興味のある方は、「瀬音の湯」まで足を延ばしてはいかがでしょうか」

オキドキ 作品展 N 瀬音の湯



瀬音の湯 営業時間

10:00~21:00(受付20:00まで)

『ドライブツアー』

日時 四月五日、六日(土・日)
九時三十分から

場所 施設近隣の桜並木をドライブする予定です。

丼丼グルメ「ビビンバ丼」

ビビンバは、たっぷりの野菜とお肉を混ぜていただく、栄養満点で見た目も楽しい韓国の定番料理です。

昼食に提供するのは是非、「ご賞味下さい」

3月11日 昼食に提供



写真はあくまでイメージです。

3月3日は耳の日



三月三日といえば、一般的には「ひな祭り」をイメージしますが、「耳の日(みみ)」でもあります。3の形が耳に似ているというところ、3を「み」と読んで33で「みみ」という語呂合わせから、この日付に制定されました。耳の日は、一九五五年日本聴覚医学会が創立し、一九五六年に社団法人 日本耳鼻咽喉科学会が制定した記念日で、一般の人々が耳に関心を持ち、耳の病気のことだけではなく、健康な耳を持つていることへの感謝、耳を大切にするために良い音楽を聴かせて耳を楽しませてあげるために、あるいは、耳の不自由な人々に対する社会的な関心を盛り上げるために制定されました。耳の日にちなみ、耳よりな知識をご紹介します。

老人性難聴

老人性難聴とは 年齢を重ねるにつれて聴力が衰えるのは誰もが経験することですが、この加齢による聴覚障害は複合的な要因によって起ります。音を感じるためには不可欠な有毛細胞の減少など、内耳の機能の低下だけではなく、脳の中核機能の低下、そしてことばを認識する認知機能の低下が合わさって起こります。

老人性難聴の症状

- ・ 両方の耳が難聴になる
- ・ 高い音が聞き取りづらくなる
- ・ 言葉を聞き分ける能力が低下する
- ・ 耳鳴りを伴う
- ・ 糖尿病、脳血管障害、動脈硬化を発症している症状が更にひどくなる
- ・ 治療は不可能
- ・ 内耳も聴神経も損傷している



加齢による音を聴く能力の低下

- ・ 人の耳は当然ながら、年齢を重ねるごとに音を聴く能力が低下していきます。
- ◆ 十代：20〜20000ヘルツの音を聞き取れる。
- ◆ 二十代以降：有毛細胞という高い音を聞き取る部位のはたらきが低下する
- ◆ 中年期：10000ヘルツ以上の音が聞こえない。

老人性難聴の予防法

老人性難聴は「老化」が原因なので予測も予防も出来ませんが、耳の血行がいか悪いかで難聴の進行度合いが変わることは分かっています。血行を悪くするようなことを控えることが大切です。

「不要な品はお持ち帰り下さい。」

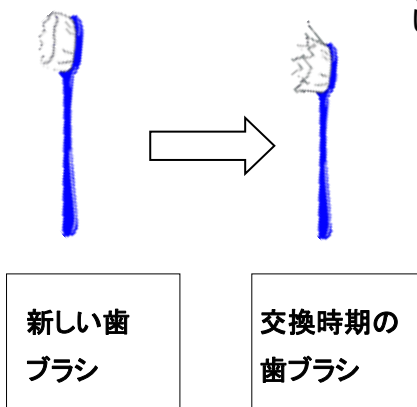
当施設は、限られた居住空間の中で、ご利用者の皆様に「ご利用いただきありがとうございます」と、床頭台以外の場所に衣装ケース・荷物等を置かれずと、「ご利用者様の移動の妨げや、ベッド周辺が不衛生になるなどの問題が生じます。このため、「必要以上の荷物の持込み」は「ご遠慮下さい。また、「ご使用にならない「衣類」「クラブの作品」など、頻繁にお使いにならない品などは、この機会にお持ち帰りをお願い致します。」「ご利用者皆様の快適な生活を保つためにも、「関係者の皆様のご理解とご協力を重ねてお願い致します。」



歯ブラシの交換について

「ご入所中の皆様には、歯ブラシをご持参載いておりますが、歯ブラシの毛先が広がらず、まだまだ見えそうに見えても、歯ブラシの弾力は弱くなっています。また、歯ブラシの毛が広がっていると歯垢を落としにくくなります。歯ブラシの取り替え時期は1ヶ月に1回が目安と言われております。」「ご入所中の正しい歯のブラッシングが出来ますように、「ご家族の皆様には定期的な歯ブラシの交換をお願い致します。また、必ず歯ブラシには、名前をお書き下さい。」

歯ブラシは定期的に交換しましょう



《総務課より》

利用料のお支払いは毎月二十日までになつておりますので「ご協力ください。尚、窓口でのお支払いは年中無休、午前九時〜午後四時までとなっております。」