



ひまわりの家 園田だより

第10号 2023年3月

尼崎市東園田町9丁目24-9 ☎06-4977-7961

スタートの春!!



桃の節句も過ぎ、いっきに春らしくなってきました。
藻川の土手の菜の花にも、かわいい蕾がたくさん(*^-^*)
黄色い絨毯のように咲き誇る日を思うとウキウキしてきます。

春、入学、就職と新生活のスタートの方もいらっしゃると思います。

ひまわりの家園田でも、4月から毎月25日(月により変更あり・予約制)
ランチを始めます。写真は先日のランチです。肉じゃが・ブロッコリー
のゴママヨ和え・大根とわかめのお味噌汁・おにぎりでした。みんなで
食べるとおいしさも格別です。他にも楽しい活動を予定しています。
どうぞ、気軽にお立ち寄りください。

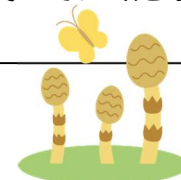
「むせるってどんなこと？」(3/8)

話す・食べるのリハビリをされている言語聴覚士(ST)さんにおいで
いただき、嚥下障害の予防とケアについてお話を聞きました。

高齢者の肺炎の多くが「誤嚥性肺炎」が原因と言われています。
食べ物や唾液が、食道ではなく気道にはいることを「誤嚥」といい、
むせることにより気管への侵入を防いでいます。

嚥下造影検査の動画(飲み物が気管に入ってせき込む様子)は、みな
さんとても真剣にご覧になっていました。

その後、飲み込む力をできるだけ維持し、元気に食べていくための
ヒントをたくさんいただきました。



【おいでよ！小田！はるらんまん】に出店

わくわくしながら、折り紙のガーランドや
マスクホルダー等の準備をしました。
のど自慢大会にもお2人が出場！ひまわりの
うちわでみんなで応援♡♡♡
とても好評でした。今から次回が楽しみです



※毎月の予定は、ホームページにも載せています。

※園田地区地域コミュニティ活動支援事業に採択されました。

介護の情報誌『BetterCare』で

紹介していただきました。