朝日だより

令和２年１月発行

新年明けましておめでとうございます。
今年の干支の「子年（ねどし）」は十二支の１番目に来ているように、新しい生命が種子の中に萌し始める時期で、新しい物事や運気のサイクルの始まる年になると考えられています。職員一同、また気持ちも新たに、今年もご利用者様により多くの幸せを感じていただけるよう、安心・安全の介護を目指してまいります。
本年も朝日のあたる家をどうぞよろしくお願いいたします。

クリスマス会

昨年末１２月２４日にクリスマス会を行いました。
朝日のあたる家には今回も二人のサンタクロースが登場！
ご利用者様みなさまにプレゼントを届けていきました。

この日は朝日が丘の大嶋先生とみなさんによる大正琴の演奏がありました。
とても穏やかで、癒される時間となりました♪

口腔ケアでインフルエンザ予防効果をアップ！

インフルエンザが今年度は１０月頃から流行していますね。
インフルエンザの予防として手洗い・うがいの徹底やマスクの着用はよく知られていますが、歯磨きも効果的なことをご存じですか？
実は、驚くほど大量の細菌が生息している口腔内。
口腔内を不潔な状態にしておくと細菌が増殖しウイルスや細菌による感染症に感染しやすくなるということです。早速今夜から歯磨きをしっかり行ってみましょう！歯ブラシも月に一回替えるのが理想的です☆

効果的な磨き方

◎夜は、特に念入りに磨く
寝る前の歯磨きを丁寧に行うと細菌の増殖を防ぐ効果が。

◎朝は、起きてすぐ磨く
睡眠中に繁殖した細菌やウィルスを体内に取り込んでしまう前に！

◎舌も磨く　歯ブラシで軽～くこするだけ

ショートステイ　朝日のあたる家
〒013-0064
秋田県横手市赤坂字仁坂 105-6
Tel：0182-38-8311　Fax：0182-38-8312