



# 望 メディカル通信

● 平成28年 1月号

## 12月の出来事

### ● 1月カレンダー作り



テーマは「書初」



### ● 正月飾り作り



### ● クリスマス会

☆ビンゴゲームをしました☆



## ～来月の予定～

- 3月カレンダー作り
- お雑様作り

## 望メディカルデイサービス

〒458-0919 名古屋市緑区桶狭間神明1701番地  
Tel(052)626-0067 FAX(052)626-3021  
担当 川端 (生活相談員)

## 1月の予定

日	月	火	水	木	金	土
					1	2
	お正月休みを頂きます				1/3まで	
3	4	5	6	7	8	9
	書き初め		初詣&体力測定			
	筑前煮	そぼろご飯	魚フライ あんかけ	フーヨーハイ	きつね うどん	肉豆腐
10	11	12	13	14	15	16
	初詣&体力測定		体を動かそう			
			餅つきゲーム		ス/ホージョニー	風船飛ばし
	卵の袋煮	鮭タルタル ソースかけ	親子煮	ささみ フライ	ホーク ビーンズ	焼きうどん
17	18	19	20	21	22	23
	2月カレンダー作り&DVD鑑賞					
	鬼は～外! 福は～内!					
	焼きそば	柳川風煮	鮭ご飯	つくね 照煮	エビカツ	マーホー 豆腐
24/31	25	26	27	28	29	30
	2月の壁飾り作り&体力測定				カラオケ	
	オムレツ	肉うどん	餃子の あんかけ	中華風 混ぜご飯	揚げ出し 豆腐	さば味噌煮

望にあるリハビリマシンの種類と効果を紹介します!

### ①カメ(イージーウォーク)

名前の通りゆっくりと足首を動かす、関節の柔軟性を確保します。足は**第二の心臓**と言われるように、足首を動かすことで血流を良くします。血流が良くなることで、むくみや痛みを軽減する効果があります。車椅子の方でもリハビリができますので、多くの利用者様に取り組んでいただいています。

理学療法士 山本 博



## 新年

明けまして  
おめでとうございます

旧年中は  
望メディカルデイサービス  
をご利用ありがとうございました。  
今年もスタッフ一同  
皆様に喜んでいただける  
よう頑張ってください。  
宜しくお願いします。

医療法人 松清会  
理事長 松本清

## 入れ歯の お手入れについて

入れ歯は人工の素材でできているため、虫歯になることはありません。しかし、きれいに見える入れ歯も小さな細菌が付着しており、その細菌が口臭や歯肉の炎症を引き起こす原因になります。どんなに忙しくても必ず就寝前に水できれいに洗きましょう。そのあとは乾燥による入れ歯の変形を防ぐため、朝まで水につけておいてください。その時入れ歯洗浄剤を使うと入れ歯がより清潔に保てます。

スペラデンタルクリニック  
歯科医師 野々村 大雅