



望 メディカル通信

● 平成28年 7月号 ●

牛乳パックでかご作り



牛乳パックを開いて、切って、くっつけて…
すると小物入れのできあがり！布でデコレーションして完成です♪

歯科講話



スペラデンタルクリニックの野々村大雅先生が
歯科講話に来てくださいました。

今回教えてくださった、あ、い、う、べ体操 実践していきましょうね♪



6月カレンダー作り

七夕飾り作り

蚊取り線香をイメージして作りました。願いが叶いますように…☆彡



7月の予定

					金 1	土 2
					テーブルゲーム ビニール袋ハタタタ 大型ランプ遊び	
日 3	月 4	火 5	水 6	木 7	鶏照煮 8	オムレツ 9
体を動かそう						
	打つだけベースボール	スーパーホッケー	セタゲーム(天の川を越えて)	PKゲーム	打つだけベースボール	
	中華風 混ぜご飯	焼うどん	豆腐 カレー	ちらし寿司	豚ヒレカツ	プルコギ
10	11	12	13	14	15	16
8月カレンダー作り						
朝顔にすだれに風鈴…、夏の風物詩ですね						
	フーヨーハイ	ビビンバ丼	とろろうどん	マーボ豆腐	つくね照煮	エビカツ
17	18	19	20	21	22	23
体力測定&DVD鑑賞						ほほえみの会慰問
	魚フライ あんかけ	卵の袋煮	とほろご飯	つみれ うどん	ぶい照焼	肉豆腐
24/31	25	26	27	28	29	30
ひまわり一輪ざし作り				8月壁飾り&カラオケ		
一輪でも存在感のあるお花ですね						
	餃子 あんかけ	揚げだし 豆腐	他人煮	千キンライス	きつね うどん	うなぎ

7月
そろそろ各地域で梅雨が
あけて暑い夏がやって
きます。汗をかくよう
になり、体の水分調節
が難しい時期にもなっ
てきます。
皆様も脱水にならない
ように夏バテをしないよ
うに食事はバランスよく
いただきましょう。

医療法人 松清会
理事長 松本清

6月を振り返って

先月は6月4日の虫歯予
防デイにちなんで、デイ
サービスで口呼吸とその予
防についてお話しさせてい
ただきました。お口の環境
を整えるためにも講話の内
容は重要なことですので、
聞いていただけた方にはも
う一度、そうでない方には
きちんとお伝えするために、
次回から数回にわたってお
伝えしていきたいと思いま
す。お楽しみに！

スペラデンタルクリニック
歯科医師 野々村 大雅

～来月の予定～ ・カレンダー作り ・夏祭り

望メディカルデイサービス
〒458-091 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)

《胸を張って猫背を解消！》
前は姿勢について紹介しました。猫背を解消する簡単な
運動は胸を張ることです。ポイントは胸を張るときに
肩甲骨をくっつけるイメージで行うことです。
骨粗しょう症や圧迫骨折のある方、
頸椎症の方は痛みがある場合は中止しましょう。
理学療法士 山本 博

