



望メディカル通信

● 平成28年 8月号 ●

8月カレンダー作り



夏と言えば
朝顔、風鈴
夏らしさを
表現しました



3か月に1回
行っています

体力測定



大正琴発表会



♪われは海の子
♪たなぼたさま
など
練習の成果を
披露して下さいました

ゲーム

打つだけバースボールゲーム
をしました



～来月の予定～

・9月カレンダー作り

・敬老会

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)

8月の予定

| 日 | 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
|----|-------------------------|-----------------------------|-------------|--------|-------------|----------|
| | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| | カラオケ | 夏まつり 毎年恒例の夏まつり、楽しんでください! | | | | カラオケ |
| | 肉うどん | 豆腐 くず煮 | ささみフライ | 親子煮 | 鮭ごはん | クリームシチュー |
| 7 | 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| | テーブル ゲーム 大型ラジコン遊び | みんなで/ルディック | | お盆休み | | |
| | とほろご飯 | 焼きそば | 煮魚 | | | |
| 14 | 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| | 体を動かそう | | | | | |
| | お盆休み | コイン集めゲーム | 風船バレー | 全部倒して～ | コイン集めゲーム | |
| | ホーク ビーンズ | たこめし | 味噌煮 うどん | 変わり揚げ | 卵の袋煮 | |
| 21 | 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| | 9月カレンダー作り | | | | | |
| | テーマは防災、備えあれば憂いなし! | | | | | |
| | 柳川風煮 | エビピラフ | 餃子 あんかけ | さわら塩焼 | かき揚げ うどん | 鮭カツ |
| 28 | 29 | 30 | 31 | | | |
| | 9月壁飾り作り&DVD鑑賞 | | | | | |
| | 揚げ出し 豆腐 | オムレツ | 中華風 混ぜご飯 | | | |



「サルコペニア」って知っていますか・・・?

サルコペニアという言葉を知っていますか？
 サルコペニアという言葉を知っていますか？
 なじみのない言葉かもしれませんが、高齢者にはとても密接な言葉です。
 サルコペニアは、ギリシャ語で【肉】を表す「サルコ」と
 【喪失】を意味する「ペニア」を組み合わせた「筋肉の喪失」という意味の
 造語です。メタボリックシンドローム、ロコモティブシンドロームに並んで
 健康を阻害する要因なのです。

理学療法士 山本 博



8月

青い空と青い海
 夏休みに入った子供
 たちが汗をかきなが
 ら、走り回っている姿
 がみられる時期にな
 りました。
 私たちもしっかり汗を
 かいて、そして十分
 な水分を摂取して体
 力をつけていきま
 しょう。

医療法人 松清会
 理事長 松本清



唾液の作用について

6月に唾液の作用について
 お話しましたが、ここで唾液
 にはどんな作用があるかもう
 一度確認していきましょう。

- ・消化を促す
- ・汚れを洗い流す
- ・虫歯を防ぐ
- ・細菌の増殖を抑える

いろいろな作用がある唾液
 ですが、口呼吸により口が乾
 燥してしまうと、これらの作用
 が失われてしまいます。口呼
 吸については来月号でお話
 していきます！

スペラデンタルクリニック
 歯科医師 野々村 大雅

