

# おくらだより



第35号

障害福祉サービス事業所  
桜が丘晴山苑

平成28年12月26日

## 歯磨き講習

十月十三日に歯磨き講習を行いました。参加されました生活介護の森一廣さんよりお話を伺いました。

歯磨きの仕方が勉強になった。歯科検診に参加したのは初めてだったが、また参加したいです。  
森 一廣



## 餅つき会

十二月二十二日に餅つき会がありました。美味しいお餅をたくさん食べることができました。



## 看護師より

平成二十八年度も残り少なくなりました。今年はどうな一年でしたでしょうか？今回は十月に行われました歯科衛生士による歯科検診の結果を踏まえ、お話をさせていただきます。

検診の結果、歯周病の利用者様が多く見られました。最近の研究結果によりますと歯周病が身体にも悪い影響を及ぼす可能性がある」と報告されています。

歯周病をもたらす病気として主に糖尿病・狭心症・心筋梗塞などの心疾患、骨粗しょう症・誤嚥性肺炎などが挙げられます。これらの発症はあくまでも可能性ですが、歯周病に関連する病気である事は否定できません。特に糖尿病は歯周病の「合併症」と呼ばれる程、発症のリスクが高いと言われています。歯周病の初期症状としては①歯茎がブヨブヨして「赤く」腫れている。②硬い物を食べたり歯磨きした時に出血を起こす。③朝起きると口の中がネバネバしている等があります。とても恐ろしい歯周病ですが、初期段階でしたら普段の歯磨きの仕方を変えるだけで症状が改善していきますので歯周病セルフケアをすぐに実施してみてください。①柔らかなめの歯ブラシを使う。②自分に合った歯ブラシの持ち方でしっかりと磨く。③歯と歯茎の境目を丁寧に磨く。

歯周病は進行すると治療も難しくなり身体への悪影響も及ぼします。まずは自分のお口の状態をしっかり確認し早めの段階で歯周病を治していきましょう。自宅でのセルフケアも大切ですが定期的に歯医者さんを受診する事をお勧め致します。看護師 安藤 あさ子

## 全体行事 バス旅行に 行って来ました



### 八景島シーパラダイス に行って来ました



バス旅行で一番良かったのはお昼御飯です。量は多かったけど美味しかったです。お土産はお母さんにブレスレットとサメの形のお菓子を買いました。クリームが入っていて美味しかったです。  
田村 智樹

十一月十七日に全体行事で毎年恒例のバス旅行「八景島シーパラダイス」に行って来ました。昼食はイタリア料理・海上レストラン「センプリチエ」のコース料理を頂きました。その後水族館で楽しい時間を過ごしました。参加されました田村 智樹さん、黒相 延久さんよりお話を伺いました。

穏やかな晴天の秋、十一月十七日横浜・八景島シーパラダイスにバス旅行で行きました。アクアライン経由ノンストップで一路八景島へ向かいました。到着後に写真撮影があり、その後海上レストランで豪華な食事をしました。みんな美味しそうに食べていました。水族館へ移動し、イルカのショーや個々で館内の見学を楽しめました。帰りも首都高速軽由ノンストップで無事晴山苑へ楽しい時間が終了しました。職員の方々に大変お世話になりました感謝申し上げます。  
黒相 延久



# 生活介護事業 行事

## ウルトラ運動会

県内の障がい者施設が協力、運営している「第二十五回 ウルトラ運動会」が開催されました。アットホーム賞を受賞しました。参加されました松本彩香さん、中田 美冬さんよりお話を伺いました。

ウルトラ運動会に行った思い出  
パン食い競争の時に走っている途中で、障害物の網から出て背中を打ちました、ちよつと痛かったです。でも頑張って走りました。私も頑張ったので白組が優勝しました。とても嬉しかったです。



松本 彩香

ウルトラ運動会に参加して九月八日に千葉ポートアリーナでやりました、とても暑かったです。  
私はパン食い競争に出て三位になり嬉しかったです。そして養護学校の先生にも会えて懐かしかったです。  
パン食い競争でもらったドーナツがとっても美味しかったです。



中田 美冬



アットホーム賞 受賞

## 動物園見学

十月二十日・二十四日に千葉市動物公園に行きました。増子 和仁さん、佐藤 勁さんにお話を伺いました。

今回、私は数年ぶりに小行事に参加しました。最初参加する事に中々決断がつかせませんが、職員の薦めもあって動物公園には個人でも行った事が無かったので参加する事に決めました。園内に入るまでは自分が思っていた「開園して何年も経っていて古いし、人気も落ちていっている」との噂から、たいした事ないのだろうと思っていました。園内に入り駐車場の何台もの県外ナンバーの観光バス、その側で整理して座っている幼稚園又は小学校低学年らしい子供たちの数を見て、まだまだ人気のある所だと感心させられました。



そんな大勢のお客さんに毎日見られ慣れてしまっているのか動物たちも人間に無関心の様に見えました。職員の方々にはお世話をお掛けしました。参加して良かったと思えました。

増子 和仁

十月二十四日月曜日に千葉市動物公園へ行きました。天気が良く清々しい日でした。そのせいかライオンやゴリラはみんな寝ていました。ヤギやひつじに直接触れ合えるコーナーに行きました。大勢で行くのはとても楽しかったです。また行きたいです。



佐藤 勁

## 地域交流 そば打ち交流会

十一月八日地域社会福祉協議会の方々のご協力で行う事ができました。生活介護の高田 真世さんよりお話を伺いました。

今回苑で行うそば打ち交流会に始めて参加しました。そば打ち体験では、そば粉を混ぜていたら洋服の袖が真っ白になり、そばを切る体験をさせて頂きました。  
おそば屋さんで食べるそばも美味しいけど、やっぱり自分で作ったのは美味しいなあと思えました。



高田 真世

## 加曾利福祉ふれあい広場



千葉市社会福祉協議会加曾利地区部会を主催とした第一回目「福祉ふれあいバザー」が、十一月二十六日に当苑にて開催されました。地域住民の方々や、加曾利中学校を初めてとした多くのボランティアにご参加いただき、盛大に会が進められ地域との繋がりが一層深まる会となりました。



## 新利用者紹介

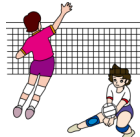
私は、十一月二十二日より利用を開始しました。山形県の出身です。海釣りが好きです。自分に合った仕事に就きたいと思っています。



どうぞよろしくお願致します。  
就労移行 丸山 昇

## 新職員紹介

清治香織(せいじかおり)です。以前は中学校の給食を作っていました。なので、趣味は料理。それと重い体でママさんバレーボールをやっています。一生懸命頑張ります。宜しくお願致します。



皆様、初めまして！倉嶋茂と申します。一日でも早く御利用者様とコミュニケーションを強くとりたくて頂けないかと、個人的ではありますが日々考えています。  
今一番の楽しみはJEFのサポーターを妻と一緒にしています。早くも八年位、フクダ電子アリーナにホーム戦がある時は、応援に行かせて頂いています。今は三十人位のチームを作って、一緒に応援をしています。最高に楽しい時間、ストレス解消をさせて頂いております。

## 発行元 社会福祉法人 晴山会

## 障害福祉サービス事業所 桜が丘晴山苑

千葉市若葉区加曾利町1536

電話 043(231)4322  
FAX 043(231)4322