

2023年
8月号

ケアネットおやま便り

Carenet
No. 237

株式会社ケアネット 小山サービスセンター 栃木県小山市城東5丁目8番10号 電話 0285-23-8577

7月誕生おめでとうございます♪



〈 各種活動の様子 〉



《地域交流・ボランティア》



《歯と口のケアからはじめる健康寿命》

パート1
～噛むことの大切さ～

1 歯と口の病気を防ぐ

噛むことで分泌される唾液は口内を浄化してむし歯や歯周病を防ぐ。

4 肥満を防ぐ

よく噛むことで満腹感が得られ、食べ過ぎを防いでくれる。

2 脳の発達・認知症の予防

口の開閉により脳に酸素や栄養が送られ、脳細胞が活性化する。

5 体力の向上

歯を食いしばることができると「こー一番」の場面で力を出せる。

3 発音・表情がよくなる

口周りの筋肉を使うことで発音・表情がよくなる。

6 胃腸の疲れが少ない

きちんと噛まないで飲み込んでしまうと、胃腸の負担を招く。



引き続き、新型コロナウイルス感染防止対策にもご協力をお願いします。

ケアネットでは、居宅介護支援(ケアマネジャー)、訪問介護(ホームヘルパー)を行っています。また、介護保険で対応できないサービスも行っていきますので、気軽にお問合せ下さい。訪問事業で障害福祉サービス(居宅介護・重度訪問介護)のご相談も賜ります。よろしくお願いいたします。

問い合わせ先 ■ケアマネジャー 荒井・岩岡 ■訪問介護 三瓶・羽生

ホームページは「ケアネット富士通」で検索 <http://www.carenet.fujitsu.com>

