

デザート フェスティバル

社会福祉法人 淳風会
淳風便り

デイサービスセンター淳風おおさか

令和8年4月号
担当：坪内



豪華絢爛

スイーツパラダイス

3月4日(水)に「デザートフェスティバル」を開催いたしました。

今年は、10種類のケーキ・練り切りなどを皆様に楽しんで頂きました。ただ、召し上がっていただくだけではなく、普段皆様に昼食を作らせて下さっている調理師さんによる、練り切りの実演を見て頂きました。

練り切りとは、白あんをもとに練り上げたあんを使い、着色や成型をし、四季折々の風情を表現する芸術性の高い和菓子です。

各テーブルごとにリクエストに応え、桜や菊などの素敵な練り切りを創る様子をみて、利用者様は興味津々で前のめり！「綺麗やね、「たいしたもんやなあ」などのお褒めの言葉沢山頂きました。皆さま、お味の方も堪能されている様子でした。

特に男性の利用者様に人気があったようで、たくさんおかわりしてくださいました。

余ったあんで施設長も練りきりに挑戦！とうにか完成した作品は職員で美味しくいただきました。

見て楽し食べて美味しいのフェスティバルとなりました。デザートを召し上がられた皆様の笑顔に職員もホッコリ♪

ゆっくり楽しく、美味しい時間を過ごして頂けたのだと思います。

行事担当 ネイ・チー・ウイン

今月のレクリエーション

毎日違ったレクリエーションを楽しんで頂いております♪



紙コップ飛ばし



玉子パックでピン球キャッチ



ボール運び



書道

今月の書道



皆様の集大成 素敵な壁画



エルダーシステム「今月の歌体操」
今月の歌体操は「森の小人」でした♪



看護師からのアドバイス



唾液の健康効果について

私たちの口の中には、1日に約1〜1.5リットルもの唾液が分泌されています。唾液にはお口の健康を守るためのさまざまな働きがあることをご存じでしょうか？

〈唾液の主な役割〉

① 虫歯を防ぐ、「自浄作用」

唾液には、口の中の汚れや食べかす、細菌を洗い流す働きがあります。この「自浄作用」によって、虫歯や歯周病の原因菌が増えるのを防いでくれます。

また、食後の口内の酸を中和し、歯の再石灰化を促すことで、虫歯を予防します。

② 口臭を抑える「洗浄・抗菌作用」

唾液中には抗菌成分が含まれており、細菌の繁殖を抑えて口臭を防ぐ効果があります。

③ 食事を助ける「消化作用・潤滑作用」

唾液には「アミラーゼ」という消化酵素が含まれており、食べ物の消化を助けるほか、食べ物を飲み込みやすくする潤滑作用もあります。

④ 話しやすさ・味覚のサポート

唾液があることで、舌や唇の動きがスムーズになり、話しやすくなります。また、味を感じるには唾液が欠かせません。

〈唾液を増やすためにできること〉

・よく噛んで食べる

噛む回数を増やすことで唾液腺が刺激され、唾液の分泌が促進されます。

・水分をこまめにとる

お茶やコーヒーばかりではなく、お水を少しずつこまめに飲みましょう。

・お口の体操・マッサージ

「イー・ウー」「パ・タ・カ・ラ」といった発音運動や、頬・舌・唇のストレッチも唾液腺の刺激になります。

・鼻呼吸を意識する

口呼吸をしていると、常に口の中が乾燥しやすくなります。鼻呼吸を習慣付けましょう。

・定期的な歯科検診

定期的にお口の状態をチェックし、早めにケアしていくことが大切です。

空き状況

	月		火		水		木		金		土	
	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
個浴 or 入浴なし	△	△	△	△	○	○	○	○	△	△	○	○
リフト浴	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	○	△
寝台浴	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△	△

リハレク

手指の運動、集中力アップの為

【桜の木】を作成して頂きました。

- ① 木の枝を自身で切る。
- ② 好きな画用紙を選ぶ。
- ③ 桜の花、蝶を貼り付ける。

全ての工程を自身で行っていたでいます。

