

あおやま通信

【 新型コロナウイルス感染症について老健あおやまからのお願い 】

・現在実施している窓越し面会についてですが、電話での予約制(祝日を除く月～土の9時～18時)で1週間に1世帯1回までとなっております。入浴等と重なっている場合や既に埋まっている場合はお断りさせていただきます。

【新型コロナウイルスワクチン接種について】

・新型コロナウイルスワクチンの接種ですが5月31日～6月4日の期間中に実施し、無事に終了致しました。

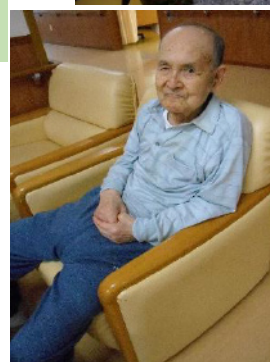
・2回目のワクチン接種は6月20日の週に行う予定です。

【施設内での理髪について】

・緊急事態宣言が出たことで5月の理髪は中止とさせていただきました。6月の理髪の実施については現時点では不透明です。



利用者様の普段の様子です。ワクチン接種後も大きな体調不良なく穏やかな日々を過ごされています。



ジメジメと雨の多くなる季節になりました。食事前の手洗いうがいや食品の管理など、身近な衛生管理にも気を付けて過ごしていきましょう。

毎年6月4日～10日は「歯と口の健康週間」です。

みなさんは何回くらい噛んで食べていますか？よく噛んで食べると唾液がたくさん出て虫歯菌を減らしてくれます。また、食べ物を細かくして唾液と混ぜることで消化吸収が良くなります。

さらに、脳を活発にし、記憶力や集中力を高め、満腹中枢を刺激して食べ過ぎを防いでくれます。

普段の食事で噛むことを意識しながら食べてみましょう。

管理栄養士：濱田 綾子