

ひな祭り会

3月3日、田代保育所にて、子ども達が心を込めて作った手作りの雛人形を飾って、ひな祭りのお祝いをしました。

子どもたちは、あられを食べながら、元気に「ひな祭り」を元気に歌い楽しくお祝いしました。

女の子も男の子も、元気に健やかに、大きくな～れ!!



県・地域子育て創生(安心子ども基金)事業により、遊具を買って頂きました。

神門保育所の園庭には、まるで花が咲いたようです。

われ先に、新しい遊具めがけて一直線の子ども達!

未入園の子どもさんどうぞ遊びに来て下さいね。



わが町の元気なおばあちゃん

西郷区田代 関本 セキ さん (96歳)



若い頃は食堂を営み、朝早くから夜遅くまで働いていました。店の前が停留所だったため、お客さんが多く大忙しで、メニューは、うどんにそば、親子丼や焼き飯など…。中でもそばは手打ちで、ハラワタを取ったイリコを大鍋にどっさり入れ、時間をかけてダシをとり、濃い口醤油の味付けで「おいしい。おいしい。」と大評判でした。

平成5年に店を閉めた今は、畑仕事が好きで、ハウレンソウに、ニンジン等を作り、これからはジャガイモを植えるとの事。外出時は、もっぱら電動車で、日向の病院に行く時も、一人でバスで出かけるほど元気。

元気の秘訣は?と尋ねると「食べ物がおいしい事」との答え。毎朝、野菜たっぷりの味噌汁に豆腐と卵を入れて食べるなど、3度の食事をしっかりと、バランスよく食べています。風邪にも注意し、外出後は、必ずうがい、手洗いを行っています。

とっても若くて、綺麗なセキさん、いつまでもお元気でいて下さいね。

歯は大切に!!

①入れ歯を歯磨き粉で磨くと、形が変わったり、ヒビ割れの原因になります。入れ歯は、何も付けずに流水下でハブラシで磨くか、洗浄剤に付けましょう。

②入れ歯の歯が取れたり、ヒビが入ったり、割れたりした場合は、すぐに歯科医院に持って行けば修理できることもあります。

③入れ歯を作り直してすぐは、痛いところ等がよく出てきます。我慢していると、傷が大きくなるばかりで良くなりません。また、傷が大きくなると、たくさん削らなくてはならなくなり、すぐに入れ歯が合わなくなる原因にもなります。入れ歯は、削ることは簡単ですが、付け足すことは難しいので、傷が小さいうちに受診しましょう。

◇入れ歯をいつも口の中に入れておくことで、体に入る力も変わってきます。いつでも口の中へ入れておけるように調整しておきましょう。



南郷区老人クラブ鶴亀会での「介護予防口腔ケア教室」

高齢者の介護・健康・暮らしについての相談は、
地域包括支援センターにご相談下さい!
美郷町地域包括支援センター 電話66-2477

歯を大切に! 神門幼稚園でもブラッシング指導をしました。



地域包括支援センター佐藤の話を熱心に聞く園児たち

地域包括支援センターに九州保健福祉大学より実習生が来ました

(H23.2.8~3.18)

「元気で・笑顔で・温かい(優しい)」これは、私の実習の中で美郷町のお年寄りの方々から受けた印象です。実習生の私を、どこの訪問先でも、皆さん、笑顔で受け入れて下さいました。とても感謝しています。



この実習で、いろんな新鮮な体験があり、とても勉強になりました。これからも、一生懸命福祉の勉強をして行きます。

美郷町の皆さん、本当にありがとうございました。

藤本 貴(北郷区出身)