

# あおば 4月

令和5年  
4月号  
介護老人保健施設  
デンマークイン若葉台  
発行責任者  
広報委員会



稲城市唯一の老健から  
日本唯一無二の老健へ



事務局長 齋藤 哲生

出生率の低下、高齢化率の上昇など超高齢社会の問題は、介護保険制度の中で運営をする老健にとって大きく影響を受けます。制度改定は、国の政策に各施設を誘導するため単位数に優劣をつけるので、国の政策と合致しない施設は淘汰されることになります。

私たちデンマークイン若葉台は稲城市に唯一の老健ではありますが、隣接する多摩市や川崎市麻生区などにも老健は複数あり稲城市唯一ということだけでは生き残ることができません。また前述のとおり、国の政策に左右されるため国の政策に合わせた施設運営をしてもジリ貧となることでしょう。

そこで私がしなければならない事は、デンマークイン若葉台が何をを目指すのか、それに向けて何を実行していくのかを明確に示さなくてはなりません。その目指す姿に向かい職員全員が同じ方向を向き、一步一步確実に前進していくことが私たちの生き残る確実な方法です。

## 「日本唯一無二の老健」

これがデンマークイン若葉台の目指す姿です。

既成概念に捕らわれず利用者様のために何ができるかを考え続け実行し続ける。

そして、考える際は必ず「私たちが」何をしてあげたいかではなく、「利用者様が」何を望んでいるかと「利用者様」を主語として考えることが重要なのです。

今後、日本唯一無二の老健を目指し、様々な取り組みを行っていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。



＜今年度の予定＞

入浴・集団フロア体操・訪問美容

	入浴 ①9:30～ ②13:30～	集団フロア 体操 11:00～	訪問美容 (1回/月)
3F	火・金	月・木	第3水
4F	火・金	月・木	第4木
5F	月・木	火・金	第3水
6F	水・土	火・金	第4木
デイ	月～金		

月曜日に  
常設の美容室  
「悠悠」も  
ご利用できます。

年間予定

	季節行事
5月	菖蒲湯
7月	七夕 夏祭り
9月	敬老会
11月	稲城市文化祭参加
12月	クリスマス会 柚子湯
令和6年1月	新年会
2月	節分
3月	ひな祭り

趣味活動

絵手紙	第2・4 火	10:00～
手芸	第1・3 水	10:00～
陶芸	第2・4 木	10:00～
絵画教室(ぬり絵)	第1・3 月	10:00～

趣味活動は、現在、新型コロナウイルス感染拡大防止のため、中止しております。今後の状況を鑑みながら、再開できるよう検討していきたいと考えておりますので、準備出来次第、お知らせいたします。もうしばらくお待ちください。

食支援プロジェクト

噛めば噛むほど健康になる

次に、噛むことの大切さについて説明します。噛むことのよい影響についても知っておくと健康づくりに役立ちます。①食べ物の消化・吸収によい ②むし歯・歯周病の予防、③がんや老化予防、④脳の活性化や脳の刺激になる、⑤味覚の発達、⑥肥満予防、⑦強いあごをつくる、といったことがあります。

8020推進財団では、噛むことの8大効用として、「卑弥呼の歯がいーぜ」という標語を作っているの、参考にしてください。ちなみに、卑弥呼が実在したという弥生時代の人、現代人に比べて噛む回数が何倍も多かったそうです。

噛むことの効用

ひ 肥満予防

よく噛んで食べると脳にある満腹中枢が働いて、食べすぎを防ぎます。

み 味覚の発達

よく噛んで味わうことにより、食べものの味がよくわかります。

こ 言葉の発音がはっきり

よく噛むことは、口のまわりの筋肉を使いますから、表情がとても豊かになります。

は 歯の病気を防ぐ

よく噛むと唾液がたくさん出て、口の中をきれいにします。唾液の働きが虫歯や歯周病を予防します。

いー 胃腸の働きを促進

よく噛むことで消化酵素たくさんが出て、消化を助けます。

せ 全身の体力向上と全力投球

力を入れて噛みしめたいとき、歯を食いしばることで力がわきます。



行事紹介 ひなまつり

玄関前に7段のひな人形を、各フロアには手作りのひな人形を飾りました。

ご利用者様に季節を感じていただきました。



今月の予定

11日(火) 誕生会

