

本年もよろしくお願いいたします



高齢者声掛け訓練を開催しました



ひよどり台



11月13日交流プラザにて、ひよどり台防災 jr チームで開催しました。キャラバンメイトの山田先生から声掛けのポイントを学んだ後、中学生が高齢者役となってロールプレイをしました。今年で4年目。規模を変えながら、コロナ禍でも続けて行ってきたことが、子どもたちの力、地域の力となって根付いてきています。



星和台自治会役員 福祉勉強会

(絆サポーター研修)

星和台



12月18日ファミリーホール、福祉勉強会にて、「認知症の人にやさしいまち・神戸モデル」について講話がありました。認知症の早期診断、事故救済制度の利用が進むことにより、住み慣れた街で暮らし続けることができる、地域力の向上につながったことと思います。



民生委員さんとの 情報共有会

日ごろ見守り活動をされている民生委員さんと、地域の様子、気になる高齢者の方の様子などを共有しました。今後も継続して行うことができればと考えます。



耳より情報 今回は「口腔」について 「口は万病のもと！」

ひだか歯科 日高 康裕 先生



南五葉のひだか歯科クリニック院長の日高康裕です。

「口は万病のもと！」全身に影響を及ぼすお口の健康についてお話します。



よく耳にする「メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)」という状態がありますが、進行するとドミノ倒しのようにさまざまな病気がおこるようになります。これを「メタボリックドミノ」と言い、いちどスタートすると連鎖をストップさせるのはとても難しいです。重要なのは最初のドミノを倒さないことが健康への第一歩です。

この最初のドミノというのが「生活習慣病」で、むし歯と歯周病もその一つとされています。むし歯や歯周病が悪化すると、生きていく上でもっとも重要な口腔機能(食べる、呼吸する、話すこと)が低下し、食べられるものが限られて、偏食や栄養不足になったりします。

また、最近では歯周病と全身疾患との関係性が証明され、歯周病菌が糖尿病や脳卒中、心不全などの発症リスクを高めることがわかってきました。この最初のドミノを倒さないためにも、治療(キュア・Cure)と予防(ケア・Care)が重要になります。

しかし新型コロナウイルス感染症により、常に口を開ける歯科診療では受診控えが目立ちます。

治療や予防が中断してしまうと、むし歯や歯周病が悪化したり、高齢者では、お口の管理が十分にできないことで、誤嚥性肺炎のリスクが高くなってしまいます。

ガイドラインに従いしっかりした感染防止対策が行なわれていますので、自己判断で受診を控え、何か不安がある時は必ず相談して下さい。



救急車を呼ぶか迷ったら



7 1 1 9



しあわせの村あんしんすこやかセンター
〒651-1106 神戸市北区しあわせの村1番19号
(介護老人保健施設 リハ・神戸1F)
TEL : (078) 743-8208
FAX : (078) 743-8305



あんしんすこやかセンター