

インフルエンザ予防に、緑茶をお勧めします。

緑茶の苦みの成分である「カテキン」は、抗酸化作用、抗菌・抗ウイルスに対する感染抑制効果があります。この「カテキン」を多く含む緑茶を積極的に、毎日飲むことがインフルエンザの予防に有効です。



インフルエンザウイルスの一番の侵入経路は、喉の粘膜です。感染を予防するには、お口の中を清潔に保つこと(歯磨き)と、喉の乾燥を防ぐこと(保湿)が大切です。

2月の活動報告

※2月5日(月)に、認定音楽療法士の小林俊恵先生による「療育音楽と高齢者の方々とのセッション」がありました。利用者の皆さん、とても楽しい一時を過ごされました。



※2月16日(金)に第24回沖縄県介護老人保健施設大会が開催され、高嶺明佳(言語聴覚士)により、食事形態が常食に近くなる程、口腔機能が良好である。口腔機能を維持・向上するため、口腔リハビリを行うことの重要性について発表がありました。上間匠(通所リハビリ主任:介護福祉士)の演題発表もありました。



口腔ケアチーム は、地域への講演会や歯ブラシ指導、お口に関する事などの相談も受け付けています。ご意見・ご質問などがありましたら、下記までご連絡ください。

TEL:098-856-1111 FAX:098-856-1408

社会福祉法人まつみ福祉会  
介護老人保健施設 桜山荘  
摂食・嚥下・口腔ケアチーム  
砂川元、外間明美、金城ゆかり  
高嶺明佳、與儀万紀