



# デイサービスセンターうれしの

発行所；社会福祉法人嬉野町社会事業助成会  
デイサービスセンター「うれしの」  
佐賀県嬉野市嬉野町大字下宿甲2088番地  
(0954) 43-2511 fax(0954)43-2660  
E-Mail [jyoseika@poem.ocn.ne.jp](mailto:jyoseika@poem.ocn.ne.jp)  
<http://tokuyou-ureshino.jp>



今年の干支の“丑”の貼り絵を利用者のみなさんに制作していただきました😊



※この広報誌は個人情報保護、プライバシーに対し配慮を行っております。



## □の手入れをしましょう！！



口の中をきれいに保つことは、全身の健康維持につながります。  
清潔に気持ちよく過ごすためにも、口の中の手入れが大切です。

### “ブクブク”うがいをする

食後は水で口の中をゆすぎ、食べかすを取り除きます。水を含んで閉じ、頬を膨らませ「ブクブク」と汚れを洗い流しましょう。



※上を向いてのどの奥を洗ううがいは、口の中の食べかすなどを取り除くことが出来ません(๑\_๑)

### 入れ歯は“外して”洗う

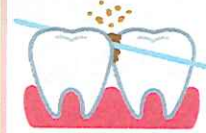
総入れ歯・部分入れ歯ともに、口から外して洗いましょう。歯磨き粉を使うと入れ歯の表面が傷つく可能性があるため使用を避け、専用ブラシで丁寧に磨きながら流水で汚れを落としましょう。



### 歯を歯ブラシの“毛先”で磨く



・歯ブラシの毛先を45度の角度で当て、力を入れず、優しく小刻みに動かしましょう！！



・歯と歯の間は、歯間ブラシや糸ようじを使い、磨き残しがないようにする。



動画配信しています！！



特養うれしのホームページ上で介護予防体操の動画配信を行っています。  
毎月1日に更新予定です♪  
3分程度の体操ですので、興味のある方はぜひ！！ご覧ください😊

自費での追加利用(要支援・要介護ともにご利用可能です)や、ご利用日以外の日の利用等も受付できますのでお気軽にご相談下さい。

また見学、お試し利用も実施しております。ご意見・ご要望ございましたら、デイうれしの職員または担当ケアマネージャーまでご連絡下さい。



### レクリエーション

- 1/2・4~7 福笑い
- 1/8~9 サイコロゲーム
- 1/11~16 紙すもう
- 1/18~23 穴に通してみよう
- 1/25~30 箸でつまんで投げ入れよう

状況により変更もありますのでご了承ください。

### 新型コロナウイルス感染拡大防止に向けてのご協力のお願い

デイサービスうれしの中では、ご利用にあたって、利用者の皆様と家族様に感染予防のため、下記のことをご協力お願いします。

- ①朝の送迎時、職員が来てからの体温の測定をお願いしています。体温が37.5度以上の方には、ご利用をご遠慮いただきます。
- ②デイサービスご利用時には、マスクの着用をお願いいたします。