

おこひる通信

No. 4

木々の芽もふくらみ、福寿草の黄色い花が顔をだし始めました。
暖かい風が、少しずつ春を運んできてくれるように感じます。

ヘルパーステーションの職員紹介



小林 幸恵

山形村に嫁いで 20 年過ぎ、周りから『じばえ?』とか、『じべえ?』と言われるほどになりました。

今では、日常会話に当たり前のようには方言を使っている自分に気づき、「もしかしたら私は山形村で生まれ育ったのでは…」と思う時もあります。

私が大好きなキャラクターは、ムーミンの『リトルミイ』です。彼女は見た目いたずら好きな感じがして、私に似ていると思いませんか?

ヘルパーバッグにもいっぱいいますよ。

次回は…



口腔ケア体操

口腔ケアを行うことで、誤嚥性肺炎や口腔内疾患の予防にもつながります。
食べた後に、お茶を飲むだけでも違うそうです。

① パタカラ体操



② あいうべ体操



大きな声で言いましょ

“おこひるタイム” にヘルパーと一緒にやってみましょ。

お困りのことがありましたらご連絡下さい

ホームヘルパーステーション いちいの里
すばる 87-8754
中嶋携帯 090-4442-5843