

笑う門には福来る



先日新語・流行語大賞でカーリング女子の「そだねー」が大賞に選ばれました。夏の出来事だというのに、そういえばそんな言葉もあったなあと思出すくらい、世の中は沢山の出来事や情報量に溢れています。そんな中で、私達も皆様に飽きられることがないよう、心に残る看護を目指していきたいと思います。来年もどうぞよろしくお願い致します。

さあ、お待たせしました！ここからは年末笑って笑って年越しスペシャル～♪

第1弾 “ご利用者さまおもしろ語録” 今年も皆さんに笑わせて頂きました(^)

うんち編

- ・下痢が続いての一言「尻のパッキンが壊れた」
- ・便の報告
「タベにうまそうではない細いバナナが出た」
- ・「なかなか便が出ない。ツラ憎いケツヤ」
- ・「腸がずぼらを起こしている」
- ・「ガスがめんぼくないほど出るわ」

リハ編

- ・「身体がばいた（太い木の枝）になったわ」
- ・身体が思うように動かず
「シャバ中の筋肉がストライキを起こしたわ」

スタッフの厚意に感謝編

- ・ややのいえにお招きした時
「あんたらの献立に乗せられて」「何がなんやら」

ロマンス編

- ・榊原が愛媛出身だと知ると
「愛媛から小松に来るなんて、どんなロマンスがあったのかしらネ♡」
- ・「チューしなくなってから歯を磨かなくなったな」

その他

- ・「90にもなって髪が伸びるわけがない」
- ・「ゴキブリ踏んでやろうと思ったら我がひっくり返った」
- ・携帯でラインをするようになったお父さん、娘に
「こんばんいかがですか？」「何時に寝ますか？」

～おまけの榊原編～

- ・入浴介助中、スタッフとご利用者様が榊原のことを「ボス」と言って会話をしていると、それを聞いていた榊原、ドアから少し顔をのぞかせ
「ちあきちゃんと呼んで～♡」

第2弾 “ややのいえ 10大ニュース”

第10位

- ・訪問看護ステーションややのいえ3年目突入

第9位

- ・嬉しい悲鳴。おっばいマッサージ大盛況
帰省中の人からキャンピングカーで旅行中の人まで、立て続けに依頼電話が鳴る日がありました

第8位

- ・夏祭り大盛況、100名超のお客様でにぎわう

第7位

- ・リリアムα（残尿測定器）購入、訪問で大活躍

第6位

- ・ホームページ閲覧数、7万人突破

第5位

- ・POO マスター認定者 123 名に！
今年新たに愛知、京都、三重、奈良、鳥取、岡山にも誕生しました

第4位

- ・ややのいえつうしん発刊
ご利用者様、ケアマネ、主治医の皆様にお渡ししています。
おかげさまで心待ちにして下さる方も

～番外編～

- ・事務所の神様棚に供えた宝くじ、3,000円あたる
- ・理学療法士 M、大宮駅の階段から転げ落ちる
その節はご迷惑をおかけしました（反省）
- ・スタッフ N 女優デビュー。新たなる新境地発見か！

第3位

- ・ややのいえに2名の新メンバー参入

第2位

- ・地域みんなの拠り所&おまかせうんちッチの拠点
「コミュニティスペースとんとんひろば」オープン

第1位

- ・「おまかせうんちッチ」を特集した『コミュニティケア臨時増刊号』11月号発売。全国で大反響



乗っ取っていいかしら？

* 先生さんのちょっと一言いいかしら？ *

よくてよ

～ 今回は理学療法士まっつの乗っ取りコーナー ～

『家庭環境、口内環境どれも平穏が一番』大作戦！

さて、皆さんは、口の中がネバネバしたり、口が動かしにくくなったり、虫歯や歯周病だったり、口臭が強くなったりしていませんか？それは唾液の分泌量が減少している証拠です。

唾液は毎日 1.5ℓ も作られ、「食べ物を飲み込みやすくする」「味を感じやすくする」「消化酵素としての働きをする」「細菌の働きを抑制する」「歯の再石灰化を促進する」「酸性に傾いた口内環境を中和する」「口内を清潔にする」などの効果があります。ということで、今回は唾液の分泌を促す「唾液腺マッサージ」をやってみましょう。

【唾液腺の位置】



【マッサージの手の形】



人差し指を軽く曲げて親指を突き出します。この手の形で顎を挟んでマッサージします。

【唾液腺マッサージ】



①舌下腺のマッサージ

顎のとがった部分の内側のくぼみに親指を当て、10回くらい上方向にぐーっとゆっくり押し上げる。



②顎下腺のマッサージ

顎の骨の内側のやわらかい部分に親指を当て、耳の下から顎の下まで、3～4か所に分け、順に5回ずつ押していく。



③耳下腺のマッサージ

耳の前（上の奥歯あたり）付近にある耳下腺に指数本を当て、前に向かって指全体でやさしく10回ほどなでる。

テレビを見ている時に是非やってみて下さい。机に肘をつくとラクにできますよ。又、最近飲み込みが悪い方は、食事前に5回ほどマッサージすると効果的です。さあ、忘年会、クリスマス、大みそか、お正月、新年会とごちそうが続きますが、このセルフマッサージで食事を美味しく召し上がって下さいね。



information ♪

「ややつうしん」は月に1回の発行ですが、日々の出来事やお知らせはホームページ（ややのいえで検索）にてご覧頂くことができます。そして、先日オープンしたとんとんひろばの「とんとん教室」（笑いヨガ、臨床美術、PT 松村のセルフメンテナンス、こまつ学など）もゆるやかに開催しておりますので、こちらホームページにてご確認ください。



～ 編集後記 ～

「年末笑って笑って年越しスペシャル」いかがでしたか？笑って頂けたでしょうか？さて、このつうしんのタイトル「笑う門には福来る」ですが、皆さんが毎日楽しく笑って過ごせますように、という願いを込めています。今日より明日、今年より来年、さらに毎日が楽しく豊かなものになりますように・・・。笑顔を忘れず、どうせ作るなら“笑いジワ”を！来年も「ややつうしん」をどうぞよろしくお願ひします(^_^)

