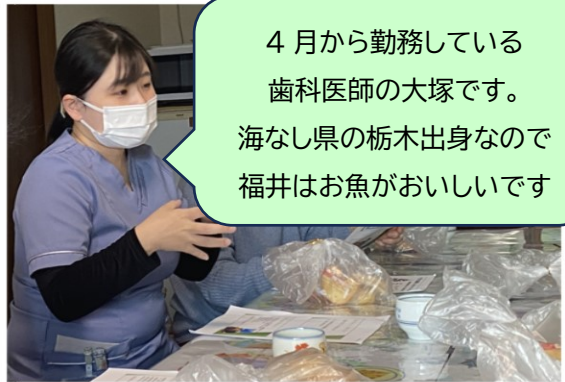


秋の生協
強化月間！

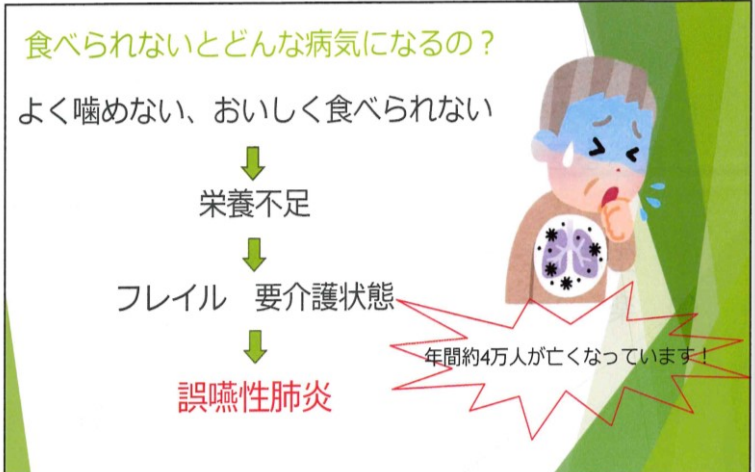


組合員さんのお宅をお借りして 健康教室開催 ～ 誤嚥性肺炎予防 と お口の健康について ～



4月から勤務している
歯科医師の大塚です。
海なし県の栃木出身なので
福井はお魚がおいしいです

11月27日 光陽1丁目の組合員Tさん宅にて、
光陽生協歯科職員の講師による健康教室を開催しました。
広いダイニングキッチンにご近所の組合員さん8名が集まり、
知った顔ばかりで和気あいあいとした雰囲気…。
大塚歯科医師から「誤嚥性肺炎」についての説明があり、し
っかりかんで食べられるよう、不具合があれば歯の治療をする
こと、口の中をきれいにして口の体操で機能を高めることが
必要との説明がありました。



みんなで唾液が出るよう
マッサージ

大塚医師の話の間、「夜寝ていても目が覚めるくらい口が渴くけどどうしたらいい？」など質問が止まず、話が進められないくらいに…。みなさんの関心の高さがうかがえます。

津森歯科衛生士からは、お口の○×クイズで説明があり、「当たった！」「外れた！」と盛り上がりました。「パタカラ」体操とその意味を学び、唾液が良く出るようになる「唾液腺マッサージ」を実践して、理解が深まったようでした。

帰りにTさんの畑の野菜のプレゼントもあり、みなさん大満足で、次への期待も出されました。

