

# 令和4年3月 若田だより

今年には雪が多い年となりましたが、春らしい暖かさを感じる季節になってきました。しかし、寒暖差が大きい日、季節の変わり目は身体の体温調整も難しく、体調が崩しやすくなります。私たち若田プロモーションは、送迎中や施設内の換気・室内の温度管理、感染予防対策を徹底し、利用者様に安心安全に過ごして頂けるよう努めております。また、若田プロモーション代表が学科長を務める専門学校の学生さんに、先日リモートでスタッフが数名講師をさせて頂いたので、その授業内容の一部をご紹介します。

『誤嚥』とは、本来食道に入るべき食べ物が、気管に入り込んでしまうことを言います。誤嚥を起こすと細菌がそのまま肺に入り、肺炎を起こす危険性があります。これが『誤嚥性肺炎』です。肺炎は日本人の死亡原因の第3位の疾患で、肺炎患者の約7割以上が誤嚥性肺炎とされています。つまり、『誤嚥』を防ぐことは『誤嚥性肺炎』を防ぐことに繋がります。

では、実際に『誤嚥』を防ぐためにはどうしたらいいのでしょうか？いくつか予防法をお伝えします。①口内環境(義歯、舌なども含む)を清潔に保つ、②食事時の姿勢(ベッドや座椅子にもたれながらの食事はやめましょう)、③体力・免疫力の改善(食事を減らさないために、日中の活動量を増やし抵抗力をつけましょう)、④食事のペース・一口の食事量(唇を閉じて食べ物を咀嚼し、飲み込めるかどうか確認しましょう)、⑤脱水の改善(脱水の伴い唾液分泌の低下が起こりやすいので、水分補給はこまめにしましょう)など、このような工夫と努力で機能低下を防ぐことができ、安全に美味しく食べ続ける身体作りが可能です。

わかたデイサービス(1日型)では、食事時間もあり、わかたリハビリデイサービス(半日型)・通所サービス(運動型)では、体力・免疫力アップの為、活動量を下げないような運動指導を行っております。若田プロモーションでは、全施設にて見学や体験等、随時受け付けておりますので、気軽にご相談ください。

## 施設空き状況

わかたデイサービス(1日型;7時間以上 定員18名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
空き状況	2	1	0	1	4	0

わかたリハビリデイサービス(半日型;3時間以上 定員16名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	0	3	5	3	0	2
午後	2	0	3	2	1	3

若田アスリートジム(運動型1時間)pm1-2

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日
空き状況	3	0	0	0	1

放課後等デイサービス わかたびじょん わかたきっず(共に定員10名)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
わかたびじょん	0	0	0	0	0	0
わかたきっず	0	0	1	1	1	0

2022・3・1 現在

▼若田プロモーション公式 LINE



▼若田プロモーション公式 Instagram

