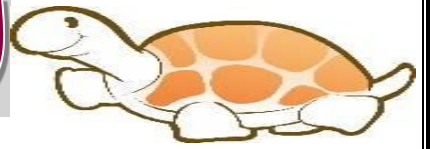




# のこのこたより



令和2年3月 第59号

社会福祉法人晃宝会

特別養護老人ホームあじさい園 宝

住所：奈良市南肘塚町99番1

電話：0742-24-0878 fax：0742-23-0373

ほめ達日本最優秀認定講師、中村早枝子先生の、すばらしい研修会に行ってきました。人と接することの苦手だった先生は、高校生の時はじめて行った友人宅のおじいさまから「あんた笑顔えーなーその笑顔大事にしーやー」とほめられ、その言葉がきっかけでスチュウワーデスをめざし合格されました。

さて、ほめ達とはほめる達人のこと、組織にほめ達をとり入れて、スカイマークは定時運行率ナンバーワンに、居酒屋鳥貴族ではシャイなアルバイトさんがリーダーとして大活躍、生命保険会社では契約数20%アップ、三重県南部自動車学校は「ほめちぎる教習所」とすごい看板で有名なところ、脱輪しましたという生徒に対して先生は「すぐにとまててすこい！」「どのタイヤが脱輪したかわかるところがすばらしい！」と。正しくほめると人と組織が変わり、人の良いところを認める練習を積み重ねると、観察眼が磨かれていくので一石二鳥で完璧です。と中村先生。

男性脳は解決脳、女性脳は共感脳です。「熱があるみたい」と女性に言われると男性は「何度？」「薬飲んだ？」と声をかけますが、女性は「大丈夫？」のひとことがほしいのです。ただ世の中も変わり、女性脳をもつ男性が増えたので、最近では男性にも女性にも「大丈夫？」の声かけがよいようです。

ところで、皆さんは、どんなほめ言葉がほしいですか。私達は現実をしっかりと見ているつもりですが、圧倒的にマインスマンを見ていて、良いところは意識しないと見えません。しかることは簡単ですが、ほめることは、むずかしくこれも本能のなせる技とか。短所がみえたときに長所におきかえる練習を、まず自分からみてみましょう。気が弱い？それは、やさしくて人の気持ちに寄り添えるのでしょ。う。空気がよめない？それは、自分をもって人に流されないのしょう。

6名のボランティアの先生方にご協力いただき、令和最初の初釜(お茶会)を開催いたしました。



ご利用者様は、色鮮やかな和菓子やお干菓子とお抹茶を召し上がりながら、スタッフやボランティアさんと会話を楽しまれました。いつもと違うティータイムをお過ごしになられました。

### 3月行事予定

- 6・13日：極楽坊保育園交流会 10:30
- 10日：おはなしの会 10:30
- 12日：音楽療法
- 16日：のこのこ喫茶 14:00
- 18日：お誕生日会 15:00
- 25日：書道教室 14:00
- 27日：音楽療法 10:30
- 運営推進会議 15:00



鎌田先生によります書道教室で、ご利用者様は、寒さに負けずに春を心待ちに「立春」「うぐいす」等の字を書かれました。

田代先生のピアノ伴奏で2月生まれのご利用者様に、お誕生日のお祝いの歌をプレゼントしました。

あじさいサロン開催！地域の皆様と一緒に手話や体操に参加されました。歌のコーナーでは、渋谷先生の美しいフルートの音色に合わせて「雪」「たき火」等の歌を唄われました。



いつもご協力、ご支援ありがとうございます。極楽坊保育園児さんとの交流会等を開催しますので地域の皆様、ご家族どなたさまもお気軽に参加いただきますようお願いいたします。ホームページ(<http://www.ajisaien.or.jp/>) ブログも含めて御覧ください。

# 第35回 はじめよう！予防歯科！①

いつまでも健やかに過ごすには、歯とお口の健康が欠かせません。  
そうした意識が高まるにつれて、歯医者さんや歯科衛生士さんと協力しあって  
歯とお口の健康を守る「予防歯科」に注目が集まっています。  
正しい知識と習慣を身に付けて、「予防歯科」をはじめましょう。

## ☆予防歯科とは？

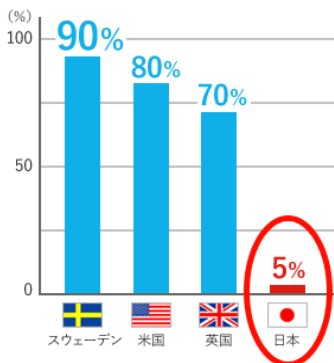
ムシ歯などになってからの「治療」ではなく、なる前の「予防」を大切にすることです。  
歯とお口の健康を積極的に守るため、歯科医院などでの「**フロフェッショナルケア**」と、  
歯科専門家の指導に基づいた毎日の「**セルフケア**」の両方で、「予防歯科」を実践しましょう。  
そのためにも、歯科医院での定期的な健診が大切です。  
予防歯科の基本は、歯が生えはじめた時から歯の健康を考えることにあります。  
歯を失うと生活の質(QOL)が下がります。そうならないためにも、生涯を通じて歯をトラブルから  
守り管理することが重要なのです

## ☆世界の『予防歯科』はどうなっているの？

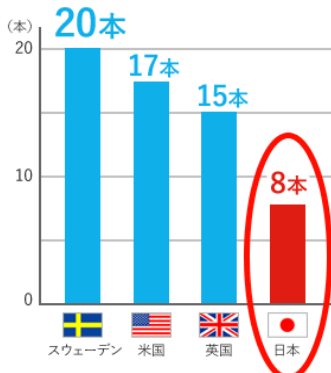
■ 定期健診受診者率(20代以上・男女計)

比較

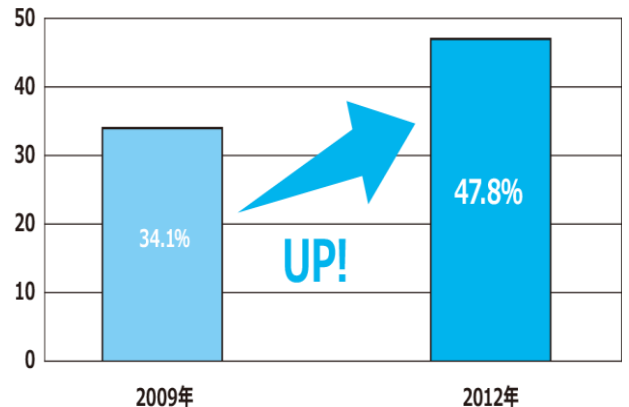
定期的に歯科検診・クリーニングを  
受けている人の割合



80歳の残存歯数



(%)



8 (厚生労働省：平成24年度 国民健康・栄養調査)

スウェーデン



残存歯数  
20本

日本



残存歯数 8本

日本でも「予防歯科」への意識が高まっています！  
乳歯が生える前の0歳児から  
予防歯科は始められます！



定期的に健診を  
受けている人は、歯が  
残る本数も多くなります！

