

今月の白板

天野整形外科
通所リハビリテーション
通信

10月、朝晩は寒くなり、日中の寒暖差で少しずつ木々の葉も色づいているようです。秋も深まり日中の気温が下がるまでには時間が有りますので、運動、食事と気を配り、身体を慣らしていきましょう。通所では、お食事前に嚥下体操を行っています。ご自宅でも是非行って下さい。



嚥下体操風景(昼食前)



嚥下(飲込み)訓練

今月の白板です。秋の花、コスモス、そしてトンボ秋の空。トンボはまるで本物の空を飛んでいるように立体的に仕上げられています。

作業療法風景



唾液が出る様マッサージ



クラフト作成

テレビ体操
ラジオ体操



高齢と共に衰えるのが脚の筋力以外にも口腔機能の衰えが指摘されています。健康を保つには食事が大切ですが、噛む力の低下、歯のかみ合わせ等に問題が起こると、上手く飲み込めずにムセの原因になったり、消化不良になり、胃に負担をかける事になります。通所リハビリでは、しっかりと食べて頂く前に、嚥下体操を行っています。

