

デイサービスセンターごごしま新聞

社会福祉法人 豊鳴 財団 済生会松山老人保健施設にぎたつ苑通所介護事業所（ごごしま）

〒791-8093 松山市泊町618-4

TEL 089-961-5800 ULR <http://nigitsu.saiseikai.or.jp>

苦情・相談窓口：通所介護 管理者 西原勇平 居宅介護支援事業所 管理者 井川義伸

7月号 (Vol.013)

令和4年7月1日発行

発行者：施設長 山本昌也

編集：管理者 西原勇平

担当：陰原豊（広報委員会）

小泊通信 ~デイサービスの話題をお伝えします~



今日もデイサービスで元気に過ごしましょう！

※撮影時のみマスクを外しています

ごごデイ塾

～生活に役立つ知識をお伝えします～

入れ歯をきれいにしよう！

毎日の食事は元気の源ですが、食後に**入れ歯のお手入れ**をすると、気持ちが良いだけでなく、病気の予防につながるといわれています。今回は**正しい入れ歯の洗い方**をお伝えしますので、ぜひ毎日やってみてください。

入れ歯をきれいにすると、**口臭予防**にも効果がありますよ。

<入れ歯のお手入れ方法>

- ① 水道の水を出し、入れ歯に水をかけながら、歯ブラシでこすります。
 - ◎ 汚れやすいのは「**歯と歯のすきま**」「**歯ぐきと当たる場所**」です。
 - ◎ **歯みがき粉は使いません**。入れ歯に傷がつくことがあります。
- ② **寝る前にはずして、水につけて**保管します。このときに、義歯洗浄剤を使用するのも良いでしょう。

<入れ歯、ここにも気を付けて>

- ◎ 入れ歯を**熱湯**や**漂白剤**につけたり、**乾燥**させたりしてはいけません。入れ歯の色や形が変わってしまいます。
- ◎ 入れ歯は「一生もの」ではありません。**痛い・噛みにくい・ガタガタする**などの不具合が出たら、**入れ歯を作り直す時期**です。歯医者にご相談してみましよう。