

「寄り合いサロン松林」だより

2014年
6,7月号

(1) 6/16(月) 健康増進課の 渡辺菜穂子歯科衛生士による 歯や口に係る 口腔健康講話が行われました

健口体操と名打って、お口の体操や唾液腺のマッサージなど実用的な方法を学びました。口周りの筋肉を動かしたり、あごの外から唾液腺のツボをおさえたり、回したり、確かに唾液がジワーっと出てくるのがわかりました。普段、あまり行うことのない健口体操を出席者で楽しく行うことができました。

(2) 7/17(木)は「紙芝居」を予定していましたが、あいにく、この地域が集団検診と重なって欠席者が何人かいたため、おしゃべり会を時間をかけ実施

今回は地元地域の気になることやこれからの進め方など熱心な話し合いができました。隣、近所で、気になったことなど 互いに気づかい助け合うことの大切さ、どうすればいいのかなど、時間をかけて話し合われました。

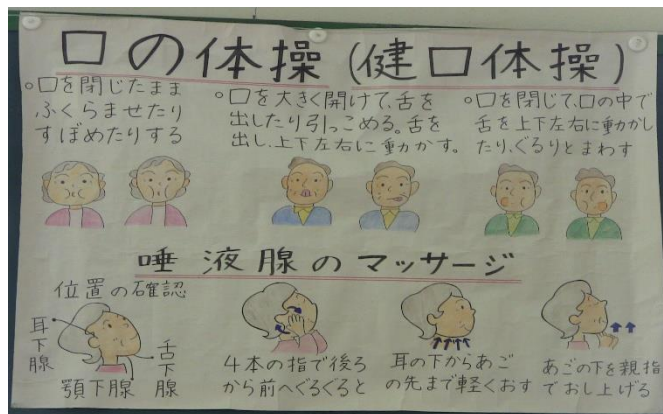
気になる課題 : 町内会長、班長、民生委員にも情報を提供していく
今後の進め方 : 開催日を当初通り、毎月第3月曜日に統一して行う

なお、9月度は敬老の日の休日と重なるため、サロンはお休みとなります。

歯科衛生士との座談会を実施



健口体操と唾液腺マッサージの実習を行った



お知らせ 1

8月度 寄り合いサロン松林の報告

- ・2014年8月18日(月) 午前10時から
- ・場所 松林集会所
- ・前半 「食の健康講話」 ななくさ会
- ・後半 おしゃべり会

こちらは予定通り実施済み

お知らせ 2

9月度 寄り合いサロン松林の予定

- ・2014年9月15日(月)「敬老の日」の休日と重なるため、サロンはお休みとなります

代表 高橋正宏
電話 0544-65-1526