



新年あけましておめでとうございます。2024年も皆様の健康づくりのお役に立てるようサービス向上に努めてまいります。本年もよろしくお願いたします

生活環境改善サービス レイス治療院

このような症状があれば是非ご相談下さい!

嚥下機能を落とさず健康なカラダ作り

人が生まれてから最後を迎えるまでに、身体的・精神的に発達・老化します。高齢者で寝たきりになり、活動量が低下すると食欲の減退や食事量が減少しますが、新陳代謝を日々繰り返し、生命を維持しています。

嚥下能力低下を見極めよう!

こんな症状がないかチェックしてみましょう



- 1) 食事中によくむせる
- 2) 以前はむせなかったが、時々むせるようになった
- 3) 食事中や食後に咳が出る
- 4) 食べ物がのどにつかえる感じがする
- 5) 食べ物をお茶や味噌汁等で飲み込むことが多い
- 6) 食後に声が枯れたり、ガラガラ声になる
- 7) むせやすい食べ物を避けている
- 8) 飲み込んだ後も、口の中に食べ物が残っている



2つ以上当てはまれば「嚥下機能の低下」に要注意

唾液の役割は!



本来1日1リットル以上分泌されると言われている唾液によって、口腔内の機能が維持されています。唾液には多くの役割があることを理解し、普段から唾液活動【唾活:だかつ】をしましょう。

緩衝作用

潤滑作用

消化作用

自浄作用

免疫作用

円滑作用

再石灰化作用

凝集・溶解作用

裏面へ続く





■ひらがなを並び替えて正しい言葉にしましょう。

問題①
ちおも

問題②
こだんい

問題③
にぞうお

問題④
たたかいあ

回答は右下をご確認頂くか
下記QRコードをスマートフォンで
読み取りアクセスしてください!



URL: <https://leis.jp/leis/letter/index.html>

ご利用者様応募募川柳

腹減った
今日の飯は
カレーかな

東京都 S.M様

ゆうゆうと
空を泳ぐ
雲の群れ

北海道 M.J様

～あなたの川柳・ご家族自慢など大募集!～

投稿方法



◆記載事項◆

- ・氏名(ペンネームでもOK) ・住所 ・投稿テーマ
- ・投稿内容(200文字～400文字程度)
- ・写真(無くてもOK)

ご投稿いただいた方から順次「レイスだより」への掲載を予定しておりますので、ご投稿お待ちしております!

ご応募いただいた方の中から抽選で素敵な粗品を贈呈! 上記記載事項を記入の上、下記住所までお送りください。

送付先はこちら

〒151-0061 東京都渋谷区初台 2-5-8 西新宿豊国ビル 2F
株式会社オルテンシアハーモニー「レイスだより係り」まで



ホームページにてバックナンバーをご覧いただけます!

レイス治療院ホームページにて、レイスだよりのバックナンバーをご覧いただけます。下記URLまたは右記QRコードを読み取りアクセスしてください! URL: https://leis.jp/news/news_cat/leis-letter/



1743334 ⑦ 25254 ⑧ 42174 ⑨ 5344 ⑩ :景回

お知らせをで紹介ください!

このような方にマッサージ・リハビリをお勧めします

- 関節拘縮により歩行が困難な方
- 身体に麻痺のある方 (脳梗塞などの後遺症)
- 車いすをご利用の方
- 寝たきり状態の方



医療保険で受けられる訪問医療マッサージ

レイス治療院 ○○

(TEL) 000-0000-0000 (担当) ○○○○

(訪問エリア) ○○市内全域 (営業時間) 9:00~18:00