

# ヘルパーだより

スポーツの秋！体を動かすことによりお腹が減り、食事がおいしく感じられませんか？  
 高齢になると、自分の歯が少なくなったり、だ液の分泌が減って食べにくくなったり、誤嚥を起こしたり物を飲み込む力が衰えたりして、栄養が十分に摂れなくなったりします。これらを防ぎ食事をおいしく感じるためにも、顔や口の周りの筋肉を動かすストレッチ運動をしてみましょう。  
 声に出して言ってみてください。



## その1 『あっ・ぷっ・ぷ』

- あっ……………大きく口を開けて
- ぷっ……………口をすぼめて頬を膨らます
- ぷ……………右と左、交互に頬を動かす（ブクブクするように）

## その2 食事の前の『アンパンマン・ポリバケツ』

くちびるに力を入れて、大きく口を開けてハッキリと声に出して言ってみましょう！！  
 あ行・ま行・ら行・ば行等の言葉の言うと効果的です。

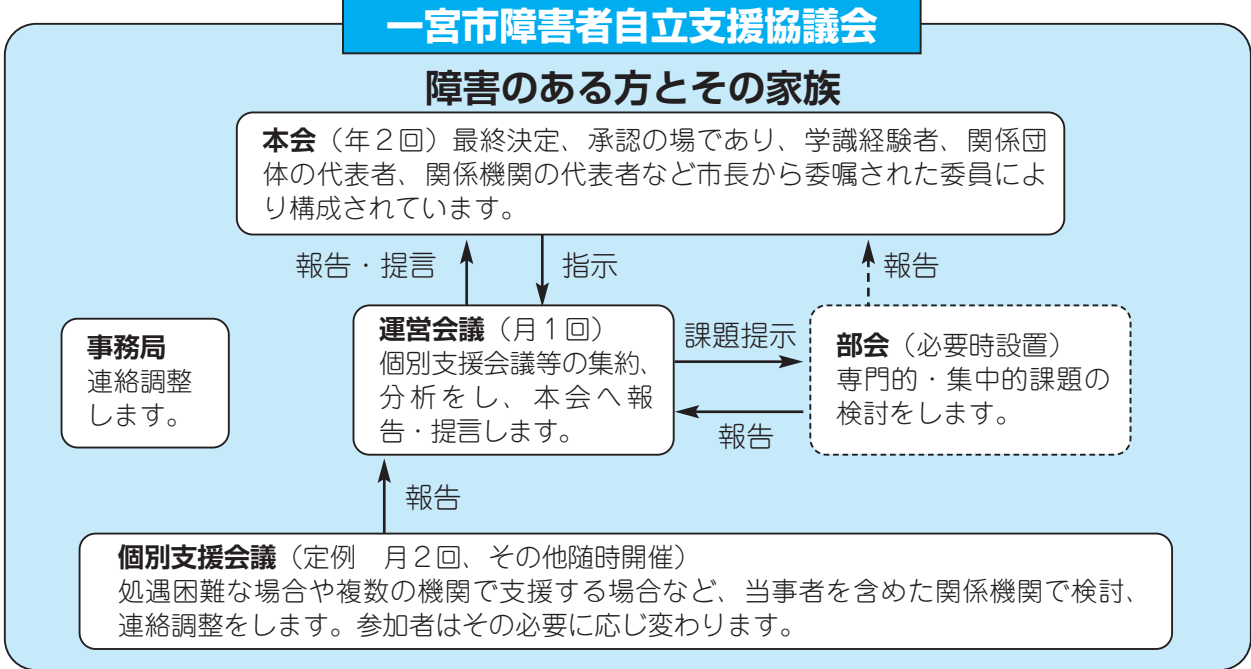


# 一宮市障害者自立支援協議会を設立

一宮市では平成20年3月に「一宮市障害者自立支援協議会」を設立しました。同協議会は、障害のある方が地域で安心して生活できるようにするため、福祉・保健・医療・教育・労働などの各分野におけるサービスや機能を総合的に調整、推進する場です。

### <一宮市障害者自立支援協議会で行うこと>

- 1 処遇困難ケースなどについての具体的な処遇方針の策定や関係機関へのサービス提供の要請を行います。
- 2 一宮市障害者基本計画及び一宮市障害福祉計画の進捗状況の確認を行います。
- 3 サービス提供後の評価と新たなサービスメニューや施策を検討し、関係機関に対して要望・提言などを行います。



<事務局> 一宮市役所 福祉課 障害福祉グループ  
 電話 28-9134  
 FAX 73-9124