

# 2025年12月版 専門・認定看護師活動日誌

11月6日当院の癒しスペース‘まにまに’にて  
市民向け「生き生き健康講座」が開催されました。

「いつまでも美味しく食べるための嚥下訓練」と題して、栄養や口腔機能を保つことの重要性について話をさせて頂き、皆さんと楽しく嚥下体操を行いました。笑いヨガの先生もお迎えして、参加者全員がおおいに笑い、汗をかいて楽しいひと時を過ごしました。

## 摂食・嚥下障害看護 認定看護師



笑うと  
元気になる  
ね！



## 笑いヨガ



奥歯がないと丸のみの危険！

- ・歯の虫歯しましょう！
- ・実は入れ歯（義歯）を使えるのはすごいこと！
- ・入れ歯は慣れてこそ！
- ・噛むだけではない入れ歯の役割

食べられるものが  
増えたらいい！

飲み込みが  
気になる年頃  
になったので  
来てみました