

第73号 青葉号

平成29年5月20日発行

信愛会
理 念
愛・信頼・貢献

はまゆう

発 行：社会福祉法人信愛会
土肥ホーム
戸田デイサービスセンター
住 所：〒410-3301
静岡県伊豆市小土肥787-2
電 話：0558-98-2900
発行者：福室悦子



食のちからが、人を幸せにする

もくじ

- ・介護あれこれ（食事の時の姿勢編）・・・2P
- ・菜の花ホーム 日常のひとこま・・・2P～3P
- ・土肥ホームの星★・・・3P
- ・平成29年度事業計画・・・4P
- ・新人紹介（2名）・・・4P
- ・寄贈（愛の都市訪問）・・・4P
- ・編集後記・・・4P

今回の介護あれこれ(第8回)も、前回に引き続き食事編です。今回は食事や水分を摂る際の姿勢について注意する点や改善方法等を紹介します。

良い姿勢



個人差はありますが、写真のような姿勢が理想とされています。椅子に真っ直ぐに座り、顎を引くことが出来ています。また若干前傾姿勢になる事も重要です。また足がしっかり床に着いている事で姿勢が安定します。

食事の際の姿勢は、非常に重要です。食事の際には上の写真のような姿勢で食事を摂る事で、肺炎や窒息のリスクを減らす事が出来ます。ご家庭で体の傾きが見られる方に関しては、まず、座っている場所を確認してください。浅くもしくは深く座りすぎていないか。左右どちらかに寄って座っていないか。それでも改善しない場合にはクッションを傾いている側に当て体の向きを調整してください。顎が上がってしまう方に関しては、頭にクッションを当て、できる限り顎を引いた状態にします。椅子の背もたれが低い場合には、体が後ろに行くのを防ぐ為、板などを当てる事で軽減します。

土肥ホームでもご利用者の食事を摂る姿勢に関しては、様々な補助器具や車椅子など使用し、誤嚥性の肺炎や窒息のリスクを減らしています。ご家庭でお困り際には、是非ケアマネージャーへご相談下さい。

悪い姿勢



左右傾斜

身体が左右に傾いています。麻痺のある方に関しては麻痺側に傾く傾向があります。左右に傾いてしまうと、口内に入った食べ物が麻痺側に溜まり、十分に噛めないまま飲み込んでしまい、窒息や食べ物が気道側を通り誤嚥性の肺炎を起こしてしまう危険性があります。



前後傾斜

前傾の場合食べ物を飲み込む力が弱くなり、食べた物が肺のほうへ流れて込んでしまったり、十分に飲み込む事ができずに窒息を起こしてしまう事があります。後傾の場合には、食道と気道が真っ直ぐになってしまう為、口に入れた物がそのまま肺へ流れ込んでしまう可能性が高まります。また、顎が上がり噛む力が充分に入らない為、食べ物が気道を塞いでしまう危険性があります。



アゴが上がっている

顎が上がったまま食事を摂った場合、後傾の時と同様に気道と食道が真っ直ぐになってしまいます。また噛む力も弱くなるため、窒息や、誤嚥性の肺炎のリスクが高くなります。

とこま

菜の花ホームでは「自分らしく暮らせる家庭的な生活の実現」を理念としています。ご利用者は日常的な家事や買い物を楽しみながら生活をされており、その中でも食事は最も楽しみにされています。今回は食事について紹介します。

調理の目的

役割を持って頂くことで食事作りにかかわり居場所作りになります。材料を考へて選び経験や勘を働かせながら手を動かし出来上がりを創造しながら調理ができます。

「これが安いよ。」「これが美味しそう。」と相談しながらワイワイとお馴染みのお店で買い出します。さすがベテラン主婦！というほど素晴らしい目利きです。スタッフはサポート役に徹します。

買い物の目的

食材を見たり触ったりする事で野菜の色や香り匂いの野菜を見ることができ、会話が弾みます。調理方法について思い出すきっかけとなります。



★ 土肥ホームの星 ★

質問① 土肥・戸田デイサービスに勤めるきっかけは何ですか？

以前、実家が飲食店を経営しており幼いころより食事に関心を持っていました。土肥ホームに入職する前は全く調理に関する仕事では無かったのですが、たまたま土肥ホームの募集を目にし、応募したところ採用して頂きました。

最初は全く勝手が分からず、やっていたけるかとても不安だったのを良く覚えてます。

初めて調理を担当した時の献立は今でも忘れられません、確かマーボナスを調理したのですが、出来上がりが良くなく、慌てて調理し直してなんとか提供時間間に合うことができました。こんな自分ですが厨房の方々に助けて頂きながらなんとかここまで勤めることができました、ありがとうございます。

質問② 土肥・戸田デイサービスで料理する時の心構えや気を付けていることは何ですか？

調理に携わる方はすべてそうであると思いますが、安心安全な食事を事故なく提供していく事が使命であると思っています。昨今はノロウィルスを始め大量調理を行っている施設の事故が相次いでいます、衛生管理を徹底し、その上で施設の特徴である高齢の利用者の方々のニーズに合った食事を調理していく事が厨房職員の役目であると思います。

その時々で調理の仕方、食事の形態、提供方法など変わっていくものもありますが基本的に自信をもっておいしい食事をご利用者に楽しんで頂く事を気にかけています。

質問③ ホームのお勧め料理は何ですか？また、得意料理は何ですか？

大量調理なので一度に沢山調理をします、その為カレーなどの煮込む料理はおいしいと思います。毎年夏に土肥ホームの敷地内で行っている納涼祭というイベントでは伝統的にカレーライスを提供していますが、地域の皆様にも好評を頂いています。

毎日食べる食事ですので、栄養士さんのバランスのとれた献立によって定番の煮物、和え物、麺類、パン食等バラエティに富む食事を提供しています。

最近では「郷土料理の日」として日本各地のご当地メニューを提供して、なかなか旅行などできないご利用者の方々に少しでも飽きの来ない食事を楽しんで頂けるようにしております。

質問④ 料理を作る喜びは何ですか？

やはり「おいしい」と言ってもらったら一番嬉しく思います。

土肥ホーム、戸田デイサービスセンターでは、特養、グループホーム、デイサービスの他に配食サービスとして地域の方々にお弁当を配達しておりますが、ある時直筆の「いつもおいしく食べています」というメモが入っている事があり、とても励みになりました。食事は食べてしまうと無くなってしまいう物ですが、丁寧に仕事をしていく事でおいしい味の記憶をご利用者の方々に残す事ができれば良いなと思います。



関 育之

土肥ホーム調理職員

平成9年入社



菜の花ホーム

日常のひ

食事について

ご利用者が自分らしく生活が送れるにはエネルギーが必要です。食事はそのエネルギーの源であり楽しみ・生活が豊かになる事に繋がります。使い慣れた湯飲みでお茶を飲んで頂いたり、食べやすい大きさを調整して味を楽しめる工夫をしています。家庭的な雰囲気です、ご利用者と食卓を囲む事ができています。



「もっと混ぜた方がいいかい？」
「味見してみたら？」等、協力して調理を楽しんでいます。

自分たちで作った物だといつも喜びたくさん召し上がります。
「おこねね。」
「おかわりあね。」
「ご飯を食べないと力がつかないよ。」
「みんなと一緒に食べるから美味しいね。」
と自然と笑顔がこぼれます。

土肥ホーム・戸田デイサービスにおける地域では深刻な課題として人口減少、高齢化率の増加傾向が顕著であり、高齢者が独居で生活することが困難になり、住み慣れた地域を離れ子世帯へ転出、市街地の入居施設に流失する傾向が見受けられます。

また、この現状を支えるサービスの担い手である人材確保の問題についても人口減少の煽りをうけていますが、現在も不足傾向の状況が続いております。介護現場で生じる専門的な業務以外について補助的な業務人員を拡大し、多様な業務に関して雇用の幅を広げるなど働き方の枠を広げる体制を検討し、地域における福祉拠点の役割を土肥ホーム・戸田デイサービスは地域の高齢者が安心して、健康的に生活が送れるよう、総合的なサポート体制を提供いたします。重点課題として施設サービスでは、入居待機者の減少への対応と入居者の重度化における介護・医療連携を更に強化し、在宅サービスでは多職種関係機関の連携強化をし、地域包括ケアシステム体制を構築いたします。

戸田地域では沼津市総合事業へのスムーズな移行と戸田地域包括支援センターの再編により、地域住民が関係機関と引き続き円滑な体制を構築できるよう支援いたします。

また働く職員の職場環境の改善と組織力に基づいた人材育成を推進し、安定した組織体制と健全な運営を目指し、新たな目標として公益的な事業展開についても、地域で求められる必要なニーズについて、サービス展開できるように模索し、展開を進めていきます。

土肥ホーム 施設長 福室 悦子
戸田デイサービスセンターセンター長

土肥ホーム厨房

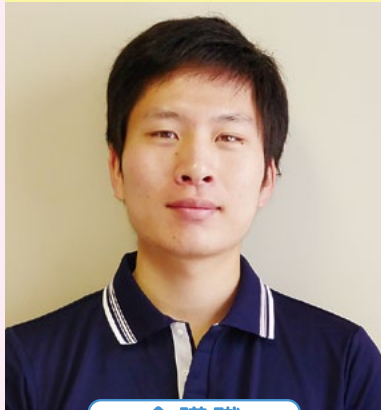


栄養士

藤池 朋美

皆さんと協力して美味しい食事を作っていきたいと思います。

土肥ホーム特養



介護職

堤 敦彦

こんにちは。専門学校を卒業して社会人になりました。先輩方に教えて頂きながら、少しでも力になればと思っています。



編集後記



平成29年4月下旬 撮影

ソメイヨシノの花びらは散り、葉桜に変わりました。今年のソメイヨシノが満開になった時には、お花見に行ってきました。「春は花の季節」の言葉通り、お花見に行った時には色々な花が咲いて綺麗でした。

また、気温も徐々に上がり、桜の満開時期に比べて暑く初夏を感じる気候になりましたね。私は長袖も暑くなり、半袖に衣替えを始めました。皆様も衣替えを始めましたか？

若山 純平

愛の都市訪問 歩行階段の寄贈



愛の都市訪問にて、「リハビリ用歩行階段」を頂き、デイサービスのフロアに設置しています。機能訓練の希望者も増加し、下肢筋力の強化や昇降訓練を行っています。これからも多くの方に活用して頂き、機能向上訓練に励んでいきます。

ご利用者からのお話し

足の筋力が弱まり、歩行能力が低下したので、足の筋力をつけたい。そんな思いで始めました。現在、私は階段の上り下りや屈伸運動をして、運動に励んでいます。まだ始めて日は浅いですが、以前よりは足の筋力がついた感じに感じます。これからも続けていきたいです。

