



健康クイズ

1★もっとも長生きできる睡眠時間はどれでしょう？

1:6時間 2:5時間 3:7時間

2★誤嚥性肺炎を防ぐ料理法は次のどれでしょう？

1:あんかけ 2:スープ 3:そぼろ

3★認知症に一番効果があるといわれている食べ物は？

1:じゃがいも 2:豆腐 3:青魚

答えは献立の下にあります。



今月のメニュー ~厨房だよ~

2023年8月 月間メニュー表

Table with 4 columns for the months of August (8/1 to 8/31) and 4 rows for breakfast (朝), lunch (昼), dinner (夜), and dessert (デザート). Each cell contains a list of menu items for that day.

答え 1.3 2.1 3.3

久辺の里 便り 第24回 令和5年8月号

久辺の里 ~ご意見・ご要望箱から~

この度、久辺の里1階に設置してあります「ご意見・ご要望箱」にご要望がありましたので、回答させていただきます。

高齢になると歯の本数が減る事により噛む力の低下や、筋肉の衰えや唾液の分泌量の減少により飲み込む力の低下、胃腸の働きをする消化液の減少による消化不良や下痢など食事に影響を及ぼす機能低下が見られます。

繊維が固いものや弾力があるもの、残りやすいもの、また刺激が強いわせやすいもの等、高齢者にとって食べにくい食事や食材も増えてきます。

当施設においては、高齢者が無理なく食べれる食事を提供し、好んで食事が出来る状況を維持する事を目標に、介護職をはじめ看護、機能訓練指導員、ケアマネジャー、管理栄養士の専門職により、日々の状態や嚥下状態、食事量や体重の増減、本人の嗜好やご家族からの情報提供等により

- 弱まった体の機能を補いながら食べれる食事
- 栄養予防、窒息予防を目的とした食事形態
- 嚥の機能や飲み込み易さを重視した食事

本人の状態の改善等が見られた場合には、専門職が上記の内容を重視しながら形態のアップ(ソフト食 → きざみ食 → 一口大 → 普通食)を行っていきます。

今後も、ご本人やご家族様のご意見やご要望を確認しながら対応していきたいと思っておりますので、宜しくお願い致します。

ご意見・ご要望書

食事の形態をもう少し
本人の希望に合わせて
もう少し嬉しいです。

貴重なご意見ありがとうございます。 R5.7/25

久辺の里 施設長 与那国 かおり

ご利用者様や職員の方々に貢献できる様頑張ります。

職員紹介

毎日楽しく笑顔で頑張ります。

利用者様が楽しく過ごされる様頑張ります。



名前 兼次元

出身：今帰仁村
配属：ゆり（特養）



名前 上原葉月

出身：名護市
配属：でいご（特養）



名前 上間勝代

出身：本部町
配属：ハイビスカス（短期）



デイサービス(夏まつりごっこ)



★ 久辺の里では、今月夏まつりごっこを開催致しました。
ご利用者の皆さん、輪投げに金魚(おもちゃ)に水風船すくい、射撃を夢中に行っていました。
ぜんざいにたこ焼き冷やしとうめんの食券を皆さんどれから使おうかと悩まれているのもほほえましかったです。



デイサービス(紙芝居)



★ 久辺の里のデイサービスに今回慰問として鳥袋道子様が紙芝居の読み聞かせで行ってくれました。
最後には素敵なハーモニカの演奏を披露して下さい、ご利用者の方々も職員もとても喜ばれていました。

特養・短期(食事風景)



ご利用者様の日頃の食事風景です。テレビを見たり、職員や他のご利用者様とおしゃべりを楽しんでいます。



台風6号停電中の中、地元の小学校6年生の親子より名前は伏せておいて下さい、頑張ってください。
と自分達も停電して大変なはずなのに差入れが届きました。感謝で涙が出ます。

