

あじさいだより

【ケアハウス】鏡 開 き

毎年、小正月を目安の日として鏡開きをおこなっています。ぜんざいは、スタッフが小豆から煮て作っています。お餅は正月飾りとして飾った市販の物を使います。

毎年の行事になるため、日にちが近くなると「今年もするの？」と質問が出ます。昨年からぜんざいに入れるお餅を増量したところ、「去年はお餅が多かった。今年もたくさん食べたい」と言われ、お餅を食べる事



をととても楽しみにされていました。甘い物が苦手な方もいるため、ぜんざいを提供するときには、塩昆布も一緒に出しています。塩昆布には、ぜんざいで甘くなった口の中をリセットし、ぜんざいの甘さや旨味をより感じやすくなる効果があるそうです。皆様、今年初めてのお餅を食べ「美味しい」と喜ばれていました。



◆寄付・寄贈御礼(1月)◆

時長 幸昭 (敬称略)

ありがとうございました。



「誤嚥」を防ごう！

年齢を重ねるにつれ、嚙む力や顎の力が落ち、唾液の分泌量や飲み込む力の低下等の症状が現れます。その結果、食べ物が上手く食道に入らず気道に入ってしまう、肺炎の原因の1つである「誤嚥」を起こしやすくなります。今回は「誤嚥」を未然に防ぐポイントをいくつか紹介します。

●食前 お茶や水で水分補給をし、喉をうるおします。



●食事に気を付けたい3つの項目

- ① 「誤嚥」を起こしやすいのは、はじめの1口目です。お茶や汁物等から食事を始めると、飲み込みも良くなり、唾液や胃酸の分泌が促進できます
- ② 主食・副食・水分を順番に、ゆっくり噛んで食べましょう
- ③ 食事に集中できる環境作りを心掛けましょう



●食後 食べ物が逆流しないよう、食後1~2時間は上体を起こした姿勢で過ごす事が理想です。口の中の雑菌が繁殖しないよう、歯磨きやうがい等をしてください。安全に食事を摂り、いつまでも元気に過ごしましょう！

第11回介護職員初任者研修開講のお知らせ

●講座期間

(全日程土曜日開講)

令和5年4月8日

～令和5年11月11日

9:00～16:00

(科目により時間が違います)

●定員：20名（先着順）

※定員になり次第、
締め切らせていただきます。

●募集期間

講座開始の前日までにお申し込み下さい

●受講料：24,000円

※テキスト代 5,500円別途

下記のような方が受講されています

- 高齢化を控え家族介護に備えたい方
- ボランティアをしている方
- これから介護の仕事を考えている方
- 介護の基本を学びたい方



☆介護事業所に勤務している場合には、受講料免除の可能性が
ありますのでご相談ください。

新年度園児同時募集！

研修時間も託児で安心。
詳細はご相談ください！

研修スケジュール

全日程土曜日

全日程同一会場

4月							5月							6月							7月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
						1		1	2	3	4	5	6					1	2	3							1
2	3	4	5	6	7	8	7	8	9	10	11	12	13	4	5	6	7	8	9	10	2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15	14	15	16	17	18	19	20	11	12	13	14	15	16	17	9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22	21	22	23	24	25	26	27	18	19	20	21	22	23	24	16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29	28	29	30	31			25	26	27	28	29	30	23	24	25	26	27	28	29		
30																			30	31							
8月							9月							10月							11月						
日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土	日	月	火	水	木	金	土
		1	2	3	4	5						1	2	1	2	3	4	5	6	7					1	2	3
6	7	8	9	10	11	12	3	4	5	6	7	8	9	8	9	10	11	12	13	14	5	6	7	8	9	10	11
13	14	15	16	17	18	19	10	11	12	13	14	15	16	15	16	17	18	19	20	21	12	13	14	15	16	17	18
20	21	22	23	24	25	26	17	18	19	20	21	22	23	22	23	24	25	26	27	28	19	20	21	22	23	24	25
27	28	29	30	31			24	25	26	27	28	29	30	29	30	31				26	27	28	29	30			

※全日程「あじさいのおか牛窓」にて実施します。

※9:00～16:00の時間が主となります。【4月8日 8:30～、11月11日 10:00～】

詳細は、あじさい事務局までお問合せください（0869-34-6366）