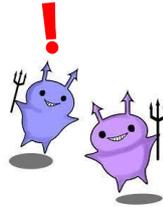


食中毒に要注意!!!

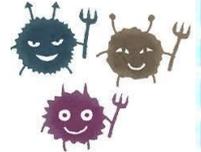


じめじめ、むしむし・・・気温も湿度も高くなる梅雨の季節。高温、多湿が大好きな細菌たち・・・夏の細菌性食中毒は重症化しやすいと言われています。正しい予防法で、美味しく食べて夏バテしない体力をつけましょう。

- ☆ つけない・・・細菌を食べ物に「つけない」
こまめに手を洗う!
- ☆ 増やさない・・・食べ物に付着した細菌を「増やさない」
冷蔵庫に詰めすぎない!
- ☆ やっつける・・・食べ物や調理器具に付着した細菌を「やっつける」
調理器具の除菌!

～特に気を付けていること～

- ・布巾は乾いた物を使う
- ・まな板消毒
- ・解凍は冷蔵庫で
- ・食べる時は手指消毒
- ・新鮮な食材を購入



～口腔ケア勉強会実施～

7月13日、口腔ケアの勉強会を行いました。食事前にやる、ば・た・か・ら、体操は食べるために使う筋肉をトレーニングする手軽な体操です。口やその周りの機能回復や口に入れた物を飲み込む機能の維持向上が期待できます。まずは、職員がパタカラ体操の効果を理解し、皆様に伝えて行って頂くことが重要です。実際、食事中にお世話利用者さんもあり、誤嚥のリスクが高いことを感じます。お口周りをもみほぐし、パタカラ体操をして、氷水を一口含み、緊張がほぐれて「さあ、食事の時間だ」と心構えをしてもらうことで食欲の増進にも繋がります。いつまでも口から食事を摂ることは人間としての尊厳を維持することにもつながると考えます。



日本認知症グループホーム協会県支部大会が去る7月19日、秋田市ジョイナスに於いて行われました。「今、認知症を見つめなおす」の講演テーマは地域において、これからのグループホームの役割を考えるきっかけとなりました。



食べることは高齢者の大きな楽しみの一つです。「何か、うめー物食いでな・・・」グループホームでも、このような会話が良く聞かれます。認知症になっても何十年も行ってきた食事の支度は、少しのお手伝いで記憶が蘇り、手際よく野菜の皮むきや、漬物、干切り・・・等、ごく自然に行うことが出来ます。生活の中で一番身近な食事づくりをグループホームでは日常的に行っています。また、四季折々の年中行事には季節を感じながら料理を手作りし、普段は食卓に並ばないご馳走が並びます。「あ～懐かしいなあ」と昔の感情が蘇って心が動くと言われていると言われています。これからも食を通して五感を刺激して、少しでも認知機能が高まる関わりを続けていきたいと思っています。



