

デイケア 秋の創作レク

11/4(月)~9(土)

皆さんで貼って作って頂きました！
壁に飾りフロア内が華やかになりました♪



上映会 11/12(火)

『ALWAYS 三丁目の夕日』を

上映しました。

皆さん熱心に観られていました。

「まだ若い」や「この頃はまだ生きとったな」など
俳優の話がされていました。



今月の
替わり湯は

替わり湯週間

「カリン湯」

11/18(月)~23(土)

替わり湯週間でカリンを入れました。
「これなんな？」や「初めてみたわ」
などなど話されていました。



硬くて切るのが難しくそのまま入れたのですが、
沈んでしまうので皆さん並べてくれました。
ほんのりと甘い香りがしていました。



楽しい
食巡り
栄養課

11月のご当地メニューは

「茨城県の 郷土料理」

茨城県 ご当地メニュー	
なめがた丼	
ほうれん草のみぞ	
ピーナッツ和え	なめがた丼は、野菜や魚介類を活かし、唐揚げや天ぷらなど様々な方法で調理したもので
漬物	
味噌汁	

なめがた丼(茨城県)
ほうれん草のみぞピーナッツ和え
漬物・味噌汁でした。

なめがた丼は、茨城県の行方(なめがた)台地の野菜や霧ヶ浦の魚介類を活かし、唐揚げや天ぷらなど様々な方法で調理する料理です。

来月は青森県の郷土料理です。



老健 おやつレク

おやつレクを実施しました。
秋ということでさつまいもを使った、
さつまいもプリンを作り召し上がっていただきました。



さつまいもの皮をむいたり、さつまいもを潰したりする作業を一緒に行っていただきました。



皆様、笑顔で楽しんで作業をお手伝いされていました。
作ったプリンを召し上がられると「美味しい」と喜ばれておりました。



リハビリ お餅に気を付けて!!

注意

年末年始にかけて、お餅を食べる機会が増えるため、特に高齢者で、お餅による**窒息死亡事故**が多くなります。2018~2019年の調査では、お餅による死亡事故が2年間で661件発生しており、うち372件が12月と1月に集中して発生しています。



高齢者のお餅の窒息が多い原因

- 噛む力の衰え**
歯の本数が減少し、あごの力も弱くなっています。義歯はお餅がくっつきやすくしっかり噛めません。
- 唾液の量の減少**
口やのどが乾燥していると、噛んでも飲み込みやすい形状にならず、のどに引っついてしまうことがあります。
- 飲みこむ力の低下**
飲み込んだつもりでも、のどに残ってしまうことがあります。
- 咳をする力の低下**
詰まったときに吐き出す力が弱いため、死亡するケースが増えます。



普段、やわらかい食事中心に食べていると、久しぶりにお餅を食べた時に窒息事故が発生しやすいです。お餅に限らず、他の食べ物でも、**のどを潤しながらゆっくりよく噛んで** 食べ、良いお正月をお迎えください。



NO.124

令和6年
11月号

すみれ便り



秋の深まりとともに日々の寒さが増してきましたが、お体に変わりはないでしょうか。
今月も当苑では季節を感じる行事で楽しみました。秋らしい壁飾りを作ったりフロアに飾ったり、秋の味覚さつまいもで皆様と一緒に「おやつ」を作ったりと、秋を満喫しました。



田辺すみれ苑
Instagram
はじめました

田辺すみれ苑Instagramを開設しました。施設内の雰囲気や様子をお届け出来ればと思います！よろしければ、フォローをお願いします。