ほほえみ通信



第30回「家族会」のご報告



「おウチごはん♪ ~防ごう! 誤嚥性肺炎・低栄養~ 」

今回の家族会は「簡単・楽チン・おいしい おウチごはんり」と題して、自宅での食事の作り方をテーマに、自宅にある ものや市販の介護食、お惣菜等を工夫して簡単に調理でき、しかも食べやすいものの作り方をご紹介をしました。



高齢者の体の変化と共に飲込む機能についての 説明を各専門職から行いました。



さあ、実習の始まりです!



固いお惣菜もちょっと丼一袋と野菜で煮れば食べやすくなります。 市販の揚げ物もうまく利用してくださいね。今回はヘレかつでしたが唐揚げでも美味しいですよ。 😥







鶏ささみのくずたたきは、肉を麺棒でたたいて柔らかくしています。ポン酢と青海苔を添えて出来上がり♪

and the second s



みなさん管理栄養士からの説明を熱心に 聞いておられました。



ゼラチン米とこしあんでふんわり柔らかな おはぎになります。



市販の介護食をソースに使ったムニエル。 ほぐしてもばらけず食べやすくなっています。



誤嚥予防のお茶のとろみ付けに挑戦! お味はいかがですか?







おまちかねの試食です。いかかですか?食べやすくなっていますか? 試食をしていただきながら、日頃のお互いの介護の悩みや工夫を話し合っておられました。

レシピを紹介します。裏面をご覧ください!



「おウチごはん♪ ~防ごう!誤嚥性肺炎・低栄養~ 」レシピ紹介

鶏のから揚げの野菜煮

鶏のから揚げ 2~3個

(市販の物でOK!家族会の時は豚カツでした)

人参 1/4本 タマネギ 1/4個 砂糖 適量 しょうゆ 適量

揚げ物は カロリーアップ・ 快適なお通じにも 効果的ですよ!



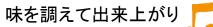


一口に切った鶏のから揚げと、薄切りにした人参、繊維に 垂直に切ったタマネギを入れひたひたの水で煮る













その他のレシピも合わせて老健の入り口に 置いています。是非ご活用ください。



療養棟と通所リハビリの様子をお知らせします!

生<u>け花をしました♪</u>

季節のお花を思い思いに生けました。春は明るい色の花が多くて ウキウキしますね



五月人形を飾りました♪

通所リハビリのご利用者に飾りつけをしていただきました。 玄関に飾っていますので、是非ご覧ください!

私たちが飾りました!







1999年4月に開設された当施設は皆様のご支援をいただき 20周年を迎えました。ご利用の皆様がお元気でご自宅での生活を 続けられるよう、リハビリにしっかりと取り組んでまいります。今後も ご支援賜りますよう、よろしくお願い申し上げます。

バプテスト老人保健施設

施設長 中田 裕久