

# アンダンテ 新聞

第 16号  
2012.8.20. 発行  
〒080-0027  
帯広市西17条南3丁目  
24番24号  
社会福祉法人 光寿会  
介護老人保健施設  
ケアステーションアンダンテ  
TEL 0155-58-6500  
FAX 0155-58-6501  
http://koujyukai.org  
E-mail  
info-andante@koujyukai.org

## 口から食べる幸せ♪

「高齢者やわらかソフト食」  
高齢者が飲み込みやすく安全な食事は、「やわらかく、ばらけにくく、なめらかなもの」です。きざみ食も食材に油分、水分、とろみ剤などを加えまとめた状態にして口の中でバラけるのを防ぎ、また、飲み込み機能が低下した方にはゼリー・ムース状に固めて提供しています。



最近の介護食とろみ剤やゼリー状に固める粉は、ダメになりやすく、味もほとんど変わらぬ、温かい状態や色々なアレンジが可能で、「口から食べることへの支援」に役立っています。



## 今年のお花見弁当



## 救命に対する対応

お久しぶりです。  
うっちー隊員です。



みなさん夏バテにはなっていないでしょうか。前回、救命に対する基礎知識として記事を掲載させて頂きました。

高齢化が進んでいる中で、いかに「救命の連鎖」が大切であるかの内容でした。そこで今回は、当施設が緊急時の対応を取ることが出来るように、どの様に工夫をしているかについての話をします。



救命の連鎖の「早い応急手当」が出来ると、講習を受けられるのがこの普通救命講習です。3時間の中で、応急手当・心肺蘇生法・AED（自動体外式除細動器）の使用方法・止血・異物除去の方法など決まったカリキュラムを受講します。

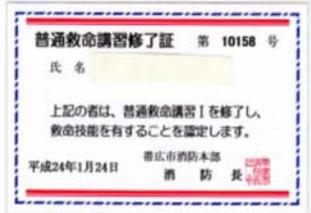


この普通救命講習を、平成二十四年の八月までに、当施設に在籍している事務員も含めた全職員の受講終了を目指しています。

利用者様に安心して生活を送っていただくためにも、全職員で救命に対する知識を増やしてまいります。

最近では、各市町村や日赤などで救命講習を実施しています。皆様も参加されたいかがでしょうか。

大切な生命を救える機会が増えるかも知れませんね。



# 食中毒予防



気温や湿度の上昇とともに心配なのが「食中毒」です。

食中毒を予防するためにも、「食中毒予防の3原則」を守りましょう

## ①【つけない】

手にはさまざまな雑菌が付着 しています。食



中毒の原因菌が 食べ物に付かないように、調理 の前後、食後の前後には必ず手を洗いましょう。

## ②【増やさない】

食べ物に付着した菌を増やさない 為には、低温で保存する事が 重要です。しかし、冷蔵庫に入 れても細菌はゆっくりと増殖し ますので、冷蔵庫を過信せず、 早めに食べる事が大事です。

## ③【やっつける】

加熱して調理する食品は中心 部が七十五度で1分以上、十分 加熱しましょう。また、残った 食品を温め直す時にも、 十分に加熱しましょう。



# 口腔体操DVD完成

「口腔体操」とは、簡単に 言うとお口の体操です。

私達は食事をするとき、唇・ 舌・咽喉（のど）など様々な 器官を使っています。舌は筋 肉でできていて、身体と同じ ように舌やお口周辺の筋肉も 使わないと衰えていきます。

アンダンテでは、リハビリ スタッフによる集団体操を毎 週行っています。体操がお休 みの日でも、利用者様に楽し く身体を動かす機会を提供し たいという願いから、リハビ リスタッフが手作りしました！！

口腔体操は食事前に行うこ とで、美味しく安全に食べる ことができ、肺炎予防にも繋 がるといわれています。

体操だけでなく、歌や十勝の 風景映像なども楽しめるよう に作りしました。

面会時にDVD が流れてい ましたら、一 緒にみて頂き たいと思 います。



# アンダンテ (7月のご報告)

## アンダンテ♪夏祭りを開催しました

平成二十四年七月 二十二日、アンダン テ正面駐車場にて、 毎年恒例の夏祭りを 開催しました。今年 は「バレエ&ダンス 内杉」より、エンジェ ルキッズの皆様が可 愛いダンスを披露し てくださったほか、 十勝を代表するよさ しいチーム「むらむ らむらあず」の皆 様がよさこいソーラン 祭りで「敢闘賞」を 受賞した迫真の演舞 を披露してください ました。夏の抜ける 様な青空の下で、会 場が一体となり大い に盛り上がりました。

また、デイケアか らは、利用者様が一 生懸命に作った手作 りの石鹸やブローチ などを販売しました。 どれも好評で多く のお客様にお買 い求めいただきま した。



今年もご家族の皆様のご協力のもと、夏祭りを無事に終 えることができました。 ありがとうございます。

### 【編集後記】

猛暑の中、行われた 夏祭りは、お陰様で 大成功に終わること ができました。また、 皆さんと植えた花も 綺麗に咲いています。 これからも利用者様 の笑顔が増える企画 を行っていきます。

### ありがとう



〈広報委員会〉