

行事食だより

水無月ご膳



《ふつう食》

梅しそごはん
みそ汁
カツオのたたき
鶏のから揚げ
冬瓜の炊き合わせ
あじさいゼリー



《ふつう食》

梅しそごはん
みそ汁
カツオのたたき
鶏のから揚げ
冬瓜の炊き合わせ
あじさいゼリー



《ふつう食》

梅しそ粥ゼリー
みそ汁
カツオのたたき
鶏のから揚げ
冬瓜の炊き合わせ
あじさいゼリー

ムース状



メニューのポイント

今回の共通メニューはカツオのたたきと鶏のから揚げ。お刺身はそのままでも軟らかく、食べる機能が低下した方にも食べやすい食材です。鶏のから揚げもチキンナゲット風のから揚げを使用しているため（ふくなお「やわらかから揚げ」）やわらか食の方も安心して召し上がることができます。

ないとうクリニック複合サービスセンターではむせや誤嚥のリスクとなる、「きざみ食」は提供せず「やわらか食」で対応しております。



「すすり食べ」していませんか？

～むせたらすぐとろみ…とは限らない！～

食事の際、前かがみになって顔を食事に近づけて食べる方を見かけませんか？その時のテーブルといすの間隔はどうでしょうか。この間隔が大きい場合に口を食べ物に近づけて食べようとする場合があります。しかし、口を食べ物に近づけると、ずっと吸い込みがちになってしまい、食べ物が勢いよく入ってくることで、呼吸と嚥下のタイミングがずれてしまい、むせをおこしやすくなります。

その他、スプーンなどを上手に使えない人や手の運動範囲が限られた人もすすり食べをすることがあります。

食事の時にむせたからといって「すぐとろみが必要」ではなく、食べている姿勢はどうか、腕は口まで届いているかなど、食べる場面をよく見ることでむせたりせず食べられるきっかけが見つかることもあります。

※食べる機能には個人差があります。