

災害時の備えは万全ですか？

懐中電灯やラジオ、簡易充電器や電池も忘れずに。万能ナイフや紐類もあるといいわね



タオルやビニール袋、レジャーシートもあると便利。薬やばんそうこうも忘れずに

食料・水は3日分は用意。ラップもあるといいらしいよ。

9月1日は「防災の日」です。秋は台風の季節でもあり、この時期家庭における非常災害時の備えを確認するのもいいですね。次のページで当施設の非常時の備えをご紹介します

① えのきは石づきをとり、食べやすい大きさに刻んでおく



② 鍋に刻んだえのき、調味料をいれ火にかける。
(えのきは水分が多いので、調味料の水分だけでよいです。)

※味は好みで調節して下さい。野菜と和えたり、麺に加えたりと色々な料理に使えるので便利です。



特別養護老人ホーム
かたふち村
管理栄養士
山田 由貴

野菜をもう一品
自家製なめたけ

| | | |
|----|-----|------|
| 材料 | えのき | 100g |
| | 清酒 | 小さじ2 |
| | みりん | 小さじ2 |
| | 濃口 | 小さじ2 |

※好みで鰹節を加えてもおいしいです。
※えのきは生のままで冷凍可能です。刻んで冷凍しておくとう便利です。



そのままご飯の友として。また、大根おろしに和えたり、きゅうりの塩もみと和えてもいいです。

九月の食の予定

九月二十一日 敬老会

松花堂弁当

食事形態についての試食会

現在ご利用者の嚥下評価や食事観察など食事に関する助言をいただいている角町歯科のドクターと歯科衛生士さんを招き、かたふち村の食事の試食を行いました。

今回は主に食事形態に関する共通認識をはかることを目的に実施したのですが、我々施設職員とはまた違った専門的な視点でいろいろなアドバイスをいただきとても有意義な時間となりました。

口から食べることができるよう支援するためには、多職種での関わりが不可欠です。

今後ご利用者がおいしく食事を食べ続けることができるよう、お互いに共通認識をもつ機会をつくりたいと思います



当日の、メニュー

常食：冷やし中華・炊き込みご飯（小）・レバーの生姜煮・すいか

嚥下食：おじや・えびの緑酢かけ・レバーの生姜煮
・すいかムース

かたふち村の非常食を紹介します

アルファ米

水やお湯を注ぐだけでご飯ができあがります。熱源が停止した場合でもご飯を食べることができます



【共通セット内容】

1. 具材 5. 開封用カッター 8. スプーン

缶詰類

そのまま食べることができる缶詰類があると安心。写真はパンの缶詰と、さんまさばの缶詰です



レトルト食品など

カレーとラーメンも準備しています。保存期間も6年と5年という長期保存可能な備蓄用です



ご家庭でも、缶詰等は準備しておき、時々料理に利用しながら入れ替えて保管しておくことをお勧めします