

風船バレーボール大会 3連覇！！



風船バレーボール大会の日。毎年恒例の「重箱弁当です。」



王者の風格さえ漂う選手の皆さん。おにぎりや唐揚げを食べるその姿は、連覇のプレッシャーなど跳ね返すほどの勢い。午後の部も全勝でみごと優勝！3連覇を達成しました！！



たんぽぽ新聞 十一月号 (十月のどきどき)



①大根は皮をむき、1cm厚のイチョウ切りにする



②鍋に大根とツナ缶、調味料とかぶるくらいのだし汁をいれ、蓋をし火にかける

③大根に火が通ったら、少し煮汁が少なくなるよう煮詰め、盛り付ける。

好みで白髪ねぎやカイワレを飾ると見た目がよいです
※ツナの旨みでお手軽な煮物はいかがでしょうか？

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	
大根とツナの煮物	
材料	大根 200g
	ツナ缶 半分
	おろし生姜 適量
	砂糖 大さじ1
	酒 大さじ1
	薄口 大さじ1
	だし汁 適量
※好みで白髪ねぎやカイワレを飾る	



大根はなんにでも合うので、もう一品というときに便利。今回は缶詰と一緒に煮ました。

十一月の食の予定

芋ほり大会 十一月 五日

ローソン移動販売 十一月十七日

～知っておきたい「ノロウイルスについて」～

■ノロウイルスとは

- 冬場に多発し、急性胃腸炎（嘔吐・下痢）を引き起こすウイルス性の感染症
- 感染力が強く、少量のウイルスでも感染、発症し、二次感染に注意が必要



■症状は

- ウイルスが体内に入ってから24～48時間に激しい嘔吐や下痢、腹痛が発生。ときには発熱や頭痛、筋肉痛を伴う
- 症状は1～3日続くが比較的重症化はしない。ただし、脱水症状になった場合、点滴などの処置が必要な場合もある



■日頃の習慣から感染を予防しよう

- 食品はしっかりと加熱しましょう
- 帰宅後や調理前、食前にはしっかりと手洗いをしましょう
- 十分な栄養と休息をとりましょう
- 感染者の汚物・吐物の処理は以下のように気をつけましょう。



※汚物・吐物に直接触れない事！！汚れた衣類や食器、リネン類などは、他のものと分けて洗浄・消毒しましょう。消毒液は市販の台所用塩素系漂白剤で作ることができますよ。（右図→）

パン粥（ペースト）を始めます！！

前回の「ごはん新聞十月号」で少しご紹介していましたが、嚥下食の主食の検討を行った結果、「パン粥」を11月よりメニューに加えることになりました。

10月にご利用者の意見も反映できたらと、試験的に提供した結果、嗜好的にもほんのり甘いミルク味が好評で、口に残る感じも今までの粥ペーストにくらべ、楽に飲み込んでいる様子でした。11月より開始していきます。

提供後のアンケート結果（ご利用者の様子を職員が回答）

- 食べ方 -

- よく召し上がる 50%
- いつも通り 50%

- 口腔内の状態 -

- 飲み込みやすい 62%
- いつも通り 23%
- 飲み込みにくい 15%



	食器、カーテンなどの消毒やふき取り (200ppmの濃度の塩素消毒液)	
製品濃度	液の量	水の量
12%	5ml	3L
6%	10ml	3L