



うち

かみしゃくじいの家 便り

～ 栄養士の取り組み ～

経口維持の取り組みとして、個別に嚥下訓練プログラムを実施しています。

さんへ

3月のトレーニングメニューです。
足を使ったトレーニングです！

① 吹き戻しを1日15回

② 足踏み訓練を1日16回

【やりかた】
① イスに座って、かかとで足踏みを8回します。上げた足を下ろす時に、かかとから蹴出すのがポイントです。
② 今度は足に、つま先から蹴出すように足踏みを8回します。
★この訓練の効果
安全な嚥下のためには、定着場所が重要で、この訓練をつづると、定着が安定し、足底接地がしやすくなると思われます。

清水さんへ(月末に職員から一言メッセージをお届けします)

自慢士:
看護士:
栄養士:

吹き戻しや足踏み体操を毎日行って、月末に職員から応援メッセージを添えて差し上げています。クリアしていただくと上級編へ(全3階級)！食事形態が改善された方もいらっしゃいます😊

リハビリの観点から意図的に話題を決めて会話を行うものもあります。

さま

季節の話題で嚥下訓練

大好きな甘い物を、むせずに食べ続けられるように、声を出す機会を持っていただき、嚥下機能の維持を図ります。

【進め方】

① 毎日おやつの前に「季節にまつわるおしゃべり」をする。
できればオープンクエスチョン(相手が自由に答えられる質問)で。
※裏面にネタがあります。

② 体調が良さそうなら、続けて開口訓練をする。
「あー」と5秒間発声×5回

③ 月末に関係職種で評価を行う。

～ 令和2年度下半期改善賞 ～

練馬区社会福祉事業団では、例年、サービス向上のための改善提案を各事業所から募り、役員会にて優秀な取り組みを評価する取り組みを行っています。このたび、「感染症対策グッズを事前に準備、常時設置」といったテーマで当施設が表彰されました。感染症が発生した際にも、慌てずに対策を講ずることができることを目的としています。



(写真左) 加地主任
(写真中央) 福島理事長
(写真右) 竹村主査

～ ショートステイのインテリア ～

ショートステイユニットの入り口に「孔雀の刺繍」を飾っています。こちらはボランティアの方の作品です。繊細さに魅了されます。



お問い合わせ

社会福祉法人練馬区社会福祉事業団
上石神井特別養護老人ホーム
〒177-0044 東京都練馬区上石神井 2-17-23
TEL : 03-5903-3051
メール : kamishakujii-tokuyoh@nerima-swf.jp
ホームページ : <http://www.nerima-swf.jp>
担当 : 生活相談員 神山 哲也(こうやま てつや)

栄養士からのお知らせ

3月の行事食などのご案内

～今月の行事食～

3/3（水）ひなまつり（昼食）

ちらし寿司はじめ、ふきやあさりなど春の味覚が満載です。

～季節のおやつ～

3/19（金）季節の果物 生いちごフルーチェ

3/24（水）または3/31（水）

お花見イベント

おいしいお茶と和菓子をご用意します。

～郷土料理の日～

3/16（火）京都府 衣笠丼など

～料理教室～

3/16（火）おやつ時

あんバタートースト作り

あんこ好きが多い絆ユニットにて

開催します！



※イメージになります。