







# かすみの里だより 平成30年6月号

今月より、施設の取り組みについて紹介させていただく『かすみの里だより』を定期的に発行していくこととなりました。  
 里人さんならびにご家族の皆様へ、よりよいサービスを提供できるよう尽くしてまいりますので、ぜひご一読いただければ幸いです。

## やわらか食について

食べ物を食べるにあたり、『噛む力』『まとめる力』『飲み込む力』が必要になりますが、それらの力が加齢とともに低下することがあります。  
 かすみの里ではそれぞれの力の低下に合わせて、里人さんに美味しく、安全に食べていただける食事形態の検討を多職種で行っています。  
 そんな中、この4月より一部の食材（魚料理、鶏肉料理）で刻み食・極刻み食の方を対象に『やわらか食』を開始致しました。  
 やわらか食とは普通食と同じように食材の形がしっかりと残っていますが、歯茎や舌でつぶせるほど柔らかいことが特徴です。

	普通食	一口大	刻み食	極刻み食	ソフト食	ゼリー食
						
特徴		箸やスプーンでとりやすい大きさ	みじん切り程度の大きさ	刻み食よりも細かく、トミ割でまとまりやすくしたもの	食材の粒をミキサーにかけた食材と混ぜ合わせ固めたもの	食材をミキサーにかけて固めたもの
対象	特に問題なく食べられる方	手を使った細かい動作が難しい方	噛む力の低下がみられる方	噛む力・まとめる力の低下がみられる方	噛む力・まとめる力の低下がみられる方	噛む力・まとめる力・飲み込む力の低下がみられる方

### 魚料理



また、それぞれの食べる力に応じて、だしにとろみをつけたものをかけ、あんかけ状にすることで、やわらか食も今まで同様に食べやすいよう提供しております。

今後、魚・鶏肉以外の食材もやわらか食が導入できるよう、検討していく予定です。

#### 【やわらか食開始後の里人さんの声・様子】

- ・「魚やな」と説明しなくても主菜から食べられる方が増えました
- ・「やわらかくて美味しい！だれが作ったん？」
- ・周りの里人さんから「崩さなくても食べられるようになったんやね、よかったね！」

#### やわらか食 ご家族試食会

6月19日(火)、26日(火)

14時～15時 1階喫茶にて

ぜひこの機会にご試食ください！