

社団法人全国有料老人ホーム協会 正会員  
特定施設事業者連絡協議会 会員

介護付有料老人ホーム  
ベターライフ・ノア21

もりのたより

◆◆◆◆◆ 季刊 2011年新春号 ◆◆◆◆◆

トピックス

- |               |                  |
|---------------|------------------|
| ■ ご挨拶         | 平成23年 年頭のご挨拶     |
| ■ ホットライン      | 新感覚「アートセラピー」はじまる |
| ■ アクティビティ     | もちつき・クリスマス会      |
| ■ THE KITCHEN | クリスマス会「バイキング」    |
| ■ 食事形態講座      | 管理栄養士 切田幸恵の挑戦    |
| ■ ことだま        | スタッフのリレーコラム      |



安心をカタチに、生きがいをデザインする  
**ASO GROUP**  
WE DELIVER THE BEST



安心・安全・快適をお届けする

**麻生メディカルサービス株式会社**

## ご挨拶

### 平成23年 年頭のご挨拶



麻生メディカルサービス株式会社

介護付有料老人ホーム

ベターライフ・ノア21

代表取締役 福山 宣幸

新年あけましておめでとうございます。

皆様にはよき新年をお迎えのこととお慶び申し上げます。

当ホームも平成4年に開設以来、今年で19年目に入りました。これも偏にご入居者様やご家族様、関係各位の皆様のご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

昨年は政権の混乱から1年で総理大臣が交代し、その後のねじれ国会や尖閣諸島、朝鮮半島問題など政治、外交などに関心が集まりました。

一方介護業界においては、介護職員処遇改善交付金制度により、僅かではありますが給与改善が実施されました。昨年の秋口からは平成24年度の介護保険法改定に向けた動き、有料老人ホームと高齢者専用賃貸住宅の法制度の一元化の動きなど、私たちの経営環境にも少なからず影響する動きも見えてきました。

ホームにおいては、まだまだご入居者様やご家族様、関係各位にご満足戴ける水準には達していませんが、サービスの質的向上を目指し、今後も皆様方にご支持戴けますよう、小さなことをコツコツと積み重ねる努力を続けてまいります。

さて今年は卯年です。卯年生まれは明治24年、36年、大正4年、昭和2年、14年、26年、38年、50年、62年、平成11年の方々です。

ものの本によれば卯年の人は品のある性格で、おとなしくしとやかで、品のある生活を望むそうです。攻撃的な態度をとる事はめったになく、何事も落ち着いて、品のある行動を取る事を心がけているそうです。

ウサギは耳がとても敏感だそうで、いわゆる地獄耳とも表現されています。

私たちもウサギのように皆様方の声に更に敏感になって、より質の高い経営、看護・介護サービスに努め、ウサギのように飛躍の年にしたいと思っています。

この一年が、ご入居者様を始め関係各位の皆様にとって素晴らしい一年でありますよう心よりお祈り申し上げますとともに、今年もどうか宜しくご指導ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。



## アートセラピーはじめました！！

初春のお慶びを申し上げます。  
私は当苑の生活相談員(介護支援専門員)の安田幸子と申します。  
今年も何卒よろしくお願い申し上げます。

さて、当苑では昨年10月より、入居者様の趣味の充実をはかるために「アートセラピー」を始めております。

アートセラピーとは、アートそのものがもっているセラピー効果(表現・画材・ふれあい)や、アートを通じて他者との交流を行い、そのなかで自分自身を表現し本当の感情に触れていくというものです。また、手や目や脳の感覚を刺激することにより、鈍ってしまっている五感の活性化にもつながると言われております。

主にアメリカやドイツなどで児童を対象に始まったものですが、最近は病院に入院している方や介護施設のご高齢者にも取り入れられるようになってきています。

現在、当苑では森 良輔先生をお招きし、隔週水曜日午後2時より90分程度、7名の入居者様が絵を描かれることでアートの世界を堪能されております。

入居者様は、以前絵を習っておられた方、絵を描くことに興味のある方が多く、皆様意欲的に取り組まれておりますので、あっという間に時間が過ぎてしまうという声を多くいただいております。

次号では、絵画最中のご様子や作品を楽しげな写真とともに皆様にお伝えいたします。どうぞご期待下さい。

### 森 良輔先生 プロフィール



**昭和21年5月21日生**

**昭和43年 武蔵野美術大学短期大学部卒**

**昭和43年 武蔵野美術大学研究室**

**昭和45年 株式会社シービーエスソニーレコード入社**

**昭和48年 スミレ洋装店入社**

**★CBS ソニーレコードでは歌手のレコードジャケットや宣伝ポスターの作成を担当**

**★スミレ洋装店入社後もアートの世界でご活躍**

～国際車イステニス大会のイメージキャラクターデザイン・ポスターデザイン～

～福北ゆたか線の電化運動(当時)ステッカーのデザイン

**★現在は、アートの世界から癒し・コミュニケーションの場を発信中・・・**

# Merry Christmas



12月24日（金）クリスマス会を行いました。

スウィングレディーズによる歌と演奏が行われ、口ずさまれる入居者様の姿も見られました。お食事もバイキングで楽しんでいただきました。詳しくは THE KITCHEN でご案内します



## もちつき



12月27日餅つきを行いました  
寒空の下、たくさんのご入居者様が中庭に出て来て下さいました。  
今回の餅つきは、職員はもちろんですが、ご入居者様にも多数ご参加いただき、とても楽しい行事となりました。



# THE KITCHEN

Merry  
Christmas!

12月24日(金)クリスマス会を行いました。  
昨年バイキング方式を取り入れ皆様には大変好評をいただいております。  
今年は普通食に加え、導入が検討されているソフト食をご提供させていただきました。

## バイキングメニュー

- ・海鮮ちらし寿司
- ・から揚げ
- ・エビフライ
- ・フライドポテト
- ・キッシュ
- ・サンドイッチ
- ・カクテルサラダ
- ・パンプキンスープ
- ・フルーツ盛り合わせ



## ←ソフト食

左がエビフライとから揚げ  
右が人参とほうれん草です。  
しっかり味が付いていて柔らかく、美味  
しいと喜んでいただきました。  
今後も美味しいソフト食の提供を行っ  
ていきます。



## 管理栄養士 切田幸恵の挑戦

初春のお慶びを申し上げます。

私は、当苑の管理栄養士の切田幸恵と申します。

前号では「嚥下のしくみ」についてお伝えいたしましたが、今号は当苑で試行的に取り組みをはじめております「ムース食」、また次年度を視野に本格導入を目指しております「やわらか食」についてご説明いたします。

新時代の食事形態である「ムース食」「やわらか食」とは何か、なぜ今、ノア21にこの食事形態が求められているのか、当苑だからこそ取り組みをはじめることが可能となった「きっかけ」を、ぜひお伝えしたいと思います。



### ○新時代の食事形態～ソフト食(やわらか食、ムース食)とは何ぞや～

ソフト食(やわらか食、ムース食)とは、摂食・嚥下障害を持つ高齢者でも安全に食べる事が出来るメニューを言います。きざみ食・ミキサー食などの「見た目の悪さ」「誤嚥の危険性」を改善したもので、「**見た目**」「**食事としてのおいしさ**」「**誤嚥をしにくい歯ごたえや舌触りの感触**」を特徴としています。

ソフト食のめざすところは「**見た目よく美味しい食事**」です。食事は生活の中での「**楽しみの一つ**」として位置づけられ、もし食事へのご興味が失せてしまうと心は萎え、生きる気力・活力を失ってしまう可能性もあります。

その楽しみの一つを失わない為に、私は特に食事には「**見た目**」「**おいしさ**」「**におい**」を重要視しています。

### ○なぜ今、ノア21にソフト食(やわらか食、ムース食)が求められているのか

現在、入居者様40名中 13名はきざみ食・ミキサー食です。毎食の残食のほとんどがきざみ食・ミキサー食の方です。

私は、なぜ、きざみ食・ミキサー食の入居者様の残食のほとんどが集中しているのか悩んでいました。

考えられる原因の一つが、「食事の五感をきざみ食・ミキサー食は奪ってしまっているのでは」と思います。

きざみ食・ミキサー食はやはり、見た目は悪く、見た目で食欲をわかせることが出来ません。食事は単に機械的な活動ではなく、生活の中で「楽しみの一つ」として頂くことが私の使命です。食事は目で見て楽しみ、はじめて食欲がわき、食事をとることにより活力もでてきて活動性が高まるのだと考えています。

残食で考えられるもう一つの原因は、きざみ食の問題点である「食べにくい」ということではないでしょうか。

きざみ食の方は咀嚼(食物と唾液を混ぜ合わせて食塊を形成するために食物を噛み砕いて小さくする行為)の低下が原因のひとつですが、きざみ食のサイズは食塊形成にふさわしい物となっていなかったり、料理によってはきざんだ為に食塊を形成しづらいものとなったりします。

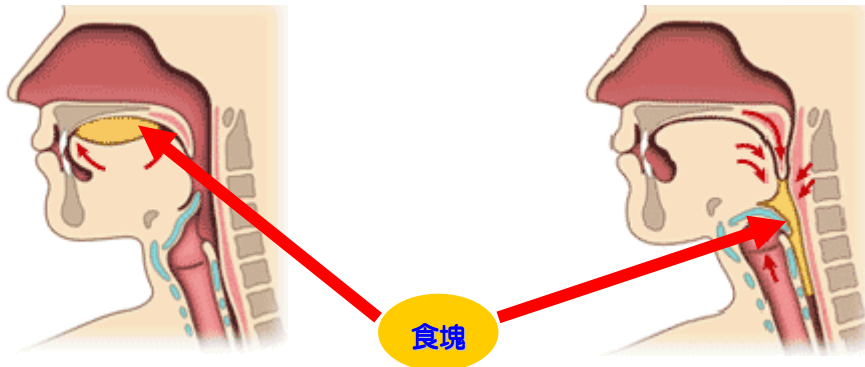
そのことで口腔内の食物残渣を増やし、誤嚥の危険性を増すおそれもあります。

準備期(咀嚼と食塊形成)と咽頭期(ごっくん)について、次ページの図1をご覧ください。

図1 <食塊形成における準備期と咽頭期>

【準備期】咀嚼と食塊形成

【咽頭期】ごっくん



準備期のところでしっかり食塊を形成しないとごっくんができず、誤嚥の危険性は増します。

ソフト食はきざみ食に比べ、食塊を形成しやすいのでごっくんが容易となるので、食事に対する意欲向上が期待できます。

<ソフト食ときざみ食の違い>

ソフト食の特徴	きざみ食の特徴
しっかりとした形があり(食器でつかみやすい)	本来は、歯がない・噛む力が弱いなどの咀嚼障害の為の食事
口にとりこみやすく(適正なサイズ)	誤嚥の危険性があり、嚥下障害には適していない
咀嚼しやすく(適正な硬さ)	口腔内に食物残渣が多く、不潔になりやすい
まとまりやすく(食塊形成しやすさ)	見た目が悪く、食欲がわかない
移送しやすく(適正なすべりをもつ食塊)	
飲み込みやすい(適正な嚥下スピード)	

高齢者ソフト食は障害を広くカバーする



高齢者ソフト食 黒田留美子HP 参照

○高齢者施設でのソフト食(やわらか食、ムース食)ご提供は稀有～ノア21だからこそ辿りついた最善策～

私は、ソフト食の取り組みが可能となったのは「**入居者様、介護・看護スタッフ、厨房の距離(入居者様情報交換や普段からの意思疎通)**」ではないかと思ます。

嚥下困難な入居者様に残食をなるべくなくし食事意欲を向上していただけるよう、全スタッフで考えた末、最適なお食事をお届けするためには「**ソフト食のご提供に取り組むことが最善策**」だと確信しています。

○次号の予告

次号では、事例をもとにより詳細なソフト食(やわらか食、ムース食)の有効性についてお伝えしたいと思います。

ベターライフ・ノア21で介護職員として勤務している伊藤雄一と申します。  
私は、アクティビティ委員を二年して、今年度は委員長をさせていただいています。

入居者の皆様に毎日楽しくお過ごしいただく為に、行事・レクリエーション等の催し物、  
またリハビリについてもご入居者一人一人に合ったサービスが提供できるように日々考えて  
おります。

昨年からはボランティアの方々に来ていただく機会を増やしています。やはり外部から来  
ていただきますと、ご入居者様もいつもと違い、何があるのだろうか…と関心を持たれ  
日頃あまりホールへ出て見えない方もご参加いただけますので、今後も続けていきたいと思  
っております。

私は常々何事にもメリハリが大事だと思っています。  
仕事とプライベートとをしっかりと分ける事で、充実した日々を過ごす事ができ、仕事の集中  
にも繋がると思っています。

今からの季節、私は趣味の一つであるスノーボードに出かけます。非常に難しく転ぶと痛  
いですが、とても楽しいスポーツです。また、遊び程度にダーツをします。  
筑豊地区にはダーツの出来る店が沢山あり、とても楽しいので興味のある方は一度されてみ  
てはいかがでしょうか？

このように自分自身がアクティビティを楽しみ、ご入居者様にもメリハリのある楽しい一  
日を過ごしていただけたら…と思い毎日仕事をさせていただいています。

まだまだいろいろな意味で未熟者ですが、介護の仕事をさせていただく上で、ご入居者の  
皆様と楽しい日々を一緒に過ごしたいと思っております。  
今後とも宜しくお願い申し上げます。



◇もりのたより◇

ベターライフ・ノア21通信

◇発行◇

ベターライフ・ノア21

〒820-0011 飯塚市柏の森11番地1

TEL 0948-21-0021

FAX 0948-21-0027

<http://www.aso-group.co.jp/noah21/>E-MAIL: [noah21-p01@aso-group.co.jp](mailto:noah21-p01@aso-group.co.jp)