



# ふれあいの森 介護ショップ

平成27年5月

【営業時間】 9:00~18:00  
【定休日】 日/祝祭日  
【電話番号】 0224-61-0721

新緑が鮮やかに輝き、活気の出るこの季節、皆様もそれぞれ春を満喫されていることと思います。外出には最高のこの時期、体に合ったものを着用して快適な日々を過ごしていただければと思います。

ぜひふれあいの森に足を運んでいただき身も心もリフレッシュしてお出かけをお楽しみください。いつでもお声掛け下さい。どんなことでも承ります。



## 父の日 キャンペーン!



**父の日キャンペーン中 1割~4割引(一部商品を除く)**

**キャンペーン期間 5月11日~6月20日迄**

「お父さんありがとう」の気持ちに、ふれあいの森ならではの  
プレゼントのお手伝いをさせていただきます。  
「父の日プレゼント」にピッタリの商品をそれぞれの思いに合わせ、  
取り揃えておりますので、気軽にお声かけ下さい。



●**アルミ四点杖**  
高さ調節できます  
四点で支えるので安定  
しています。



●**折り畳み杖**  
携帯に便利で  
高さ調節できます  
便利な収納ケースつき



●**介護靴**  
脱ぎ履きがラク  
つまづきにくい  
メッシュタイプで涼しく



●**自走式車椅子**  
握りやすいグリップ。  
軽量タイプもあります。



●**パジャマ**  
サラッとしたダブルガーゼが  
さわやかです。  
大きなボタンで自立を促します。



お父さん  
ありがとう

出張相談、無料配送も承ります。

# 食事ケア

ひと工夫で、楽しく…



## ■嚥下障害とは…

食べ物や飲み物を飲み込むことがむずかしくなったり、また飲み込む時に、間違っ  
て肺に入ってしまうことを嚥下障害(飲み込みの障害)といいます。様々な病気(特に脳血管障害で多い)、また老化による口や喉の筋力低下でも起こる障害です。このため高齢者の方々は、病気に  
かかっているなくても起こることが非常に多い様です。大部分の人が、食事中のムセによって嚥下障害に気が  
きます。



## ■ムセは何故起こるの？

喉の中には、気管と食道の2つの管があります。健康な方の場合は、嚥下をする時(飲み込む時)、気管に蓋がされ、スムーズに食道の方に物が入って行くのです。しかし、嚥下障害のある方は、物が入ってきた時、気管の蓋を閉めるタイミングが遅くなってしまいます。この結果、蓋を閉める前に 入ってはいけ  
ない気管の方に物が入りかけてしまい、ムセが起こってしまうのです。楽しい食事  
も苦痛に感じてしまうようになります。

## ■簡単に使える、トロミ調整食品をおすすめします。

◇飲みものや料理に混ぜるだけで、手間をかけずに簡単にトロミをつける  
ことができます。そのままでは飲み込みにくい料理のトロミづけに利用  
できます。

◇つるりとしたゼリー状に仕上がりに、飲み込みやすいトロミがつか  
まします。糸をひくような粘性ではないため、口あたりがなめらかで、べ  
とつきません。

◇無味無臭で、水に溶かすと無色透明ですので、トロミをつけても食  
品本来の風味・色調をそのまま活かすことができます。

◇少量の使用でもトロミをつけることができます。

◇混ぜた時にダマ(溶け残り)になりにくく、すみやかに安定したトロミ  
がつかまします。また、一度トロミが安定すると、時間が経過しても増粘  
しません。温かいものにも、冷たいものにもトロミをつけることができ  
ます。

## 嚥下障害に適した食事のポイント

### ●調理上の工夫

- ・下で押しつぶせるやわらかさ
- ・とろみをつけ、適度な粘度にする
- ・バラバラにならない



### ●食事上の工夫

- ・食べる意欲を引き出す  
楽しい会話、旬の盛付、食器など
- ・小さなスプーンで一口ずつ
- ・飲み込を確認してから次へ
- ・歯や口腔内の衛生にも  
気を付ける



## ■ゴックンのタイミングを助けます。



粘性の低い食品「液体」の粘性を高め、口の中でまとまりやすくすることが大切です。まとまりやすくなると咽頭への流入スピードを遅くすることができます。嚥下(飲み込み)の準備が整っていない咽頭部へいきなり粘性の低い食品が流入すると誤嚥して(誤って気管に入って)しまうので、そのようなことのないようゆっくりと移動させるのです。飲食物にトロミをつけることにより嚥下の各段階での動きを助ける働きをします。

## ■口から食べられることの喜びを…

「食べる事」は嚥下機能の低下した方にとっても、日常生活の中で大きな喜びのひとつです。「口から食べる」ことは脳を刺激し、リハビリや生きる力へとつながります。

ふれあいの森にあります！！

使いやすい!



## アクトケア つるりんこ

温かいもの、冷たいものどちらも使えます。

- すばやく粘度がつき、安定した粘度が維持できます。
- 食べ物や飲み物の味をそこなわず、時間がたっても、とろみはそのまま。
- べたつかず、飲み込みやすいとろみに調整できます。
- まとまり感のあるペースト状にするには、ミキサーなどにかけるとき一緒に混ぜてください。
- 粉末タイプ(スティックタイプもあります)

300g 1,491円(税込)

★ほかのトロミ調整剤もあります。