



3月



# エスペランサ通信

vol. 90  
3月号  
令和3年3月15日

3月に入り、日差しが暖かく感じる日が増え、春が近づいているのを感じますね。

現在、外出などが出来ない状況ではありますが、入所者様にも春（季節）を感じて頂けるよう、各フロアごとに取り組みをしています。

## 2階

春といえば梅とウグイスという事で、利用者様に壁面作りをしていただきました。梅とウグイスが春の訪れを感じさせてくれます。



## 3階

2月の節分の時には、3階はスタッフが鬼に変装して利用者様と一緒に楽しみました。



# 4階

4階では、雛人形を久しぶりに飾りました。女性の方を中心に写真を撮り、笑顔になられる方もおられ、喜んで頂けました。



## 【高齢者の食事について】

高齢者の食事の意義は大きく下記の3つです。

1. 楽しみ、生きがい、社会参加につながる
2. 食べることで生活のリズムや季節感を感じることができる
3. 元気で生活するために必要な栄養素を身体にとりいれる

### ○高齢者の食事の特徴

高齢者は加齢に伴い身体機能が低下してきます。そのため、食事がうまく取れなくなり、食事量が徐々に減り、食生活に影響を及ぼします。また固いものが噛みにくくなるため、柔らかいものを好みます。

### ○加齢に伴う機能低下

1. 味覚が衰える
2. 噛む力が衰える
3. 飲み込む力が弱くなる



毎年、各部署で症例研究を行い、年度末の時期に、施設内研修で発表をしています。今年度は、2階の職員による、【高齢者の食事・水分量の向上に向けて】というテーマの研究発表でした。

利用者様の皆さんにとって、食事は大きな楽しみの一つです。

利用者様の毎日の食事が生活の楽しみになるように、医師や看護師、栄養士と連携を取り、今後も取り組んでいきたいと思ひます。



**\*都合により変更もあります。  
3/25(木) 生け花クラブ**

※生け花クラブは感染対策の為、各フロア毎に実施します。状況により、予告なく中止となる場合がございます。予めご了承下さい。