

あそうだよい

第30号

令和7年4月 発行

社会福祉法人



美祢市社会福祉協議会

小規模多機能型居宅介護事業所

みんなの家あそう

美祢市豊田前町麻生下 579 番地

TEL 0837-57-0053

FAX 0837-57-5020

陽春の候、皆様には、ますますご健勝のこととお喜び申し上げます。
平成23年6月1日に当施設が開設されてから今日に至るまで、地域の皆様のご理解と多岐にわたるご支援をいただきありがとうございます。
介護保険制度が始まった平成12年からこれまでの間、少子高齢化は一層進行し、認知症高齢者の増加や社会保障費の増大、また災害や感染症への対応強化など介護を取り巻く環境は大きく変化してまいりました。
このような中、「みんなの家あそう」では、ご利用者が安心して過ごせる場所、職員が誇りを持って働ける場所、そして地域の中で求められる施設を目指して、これからも努力をしてまいります。
今後も、地域の福祉の拠点としてその役割を果たしていくことができるよう、職員一丸となり取り組んでまいりたいと考えております。
今後とも、引き続き本施設への温かいご理解、ご支援をお願い申し上げます。

施設長 森本健次



令和7年4月
厚狭川河川敷の桜を見に行きました。
満開の桜の花を見ながら、お花見弁当を食べ
楽しいひと時を過ごしました。



高齢者の食事のポイント

◇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。

○加齢に伴う機能下

・味覚が衰える
味覚が衰えると味を感じにくくなり、濃い味を好むようになります。また美味しさも感じにくくなり、食事がすすまず、食事量も減り、低栄養も招きます。

・噛む力が衰える
義歯の不具合や咀嚼(そしゃく:噛むこと)の低下により、固いものや繊維質なものが食べにくくなります。

・飲み込む力が弱くなる
唾液の分泌量が減り、食べ物が口の中でまとめられなくなると、上手に飲み込めず誤嚥(誤嚥:口の中の食べ物が、食道ではなく気道や肺に入ること)してしまいます。

◇高齢者の食事の調理法

高齢者にとってお食事は楽しみの1つでもあります。安全でおいしく食事をするのが大切です。

○噛みやすくする工夫

噛みやすくすることで、噛む力や口の中でまとめる力を助けます。トマトやなすなど野菜の皮は剥き、切れ目を入れます。

○飲み込みやすくする工夫

飲み込みやすくすることで、食べ物を舌でまとめたり、飲み込む力を助けてくれます。食材は煮崩れるくらい加熱し、舌と上あごでつぶせるくらいに柔らかくします。また、見た目や味は食欲につながり、唾液の分泌も促すので、本人の嗜好を重視し、季節感のある料理にし、楽しい食卓にします。

◇高齢者の食事時の姿勢

安全に食事をするためには、姿勢も重要です。食べにくい姿勢では、食事に集中できず、誤嚥を引き起こしやすいです。また、食事をする前に、目が覚めているか、意識状態の確認も必要です。
椅子で食事をするときは、背筋を伸ばして顎を軽く引き、やや前かがみになります。背もたれのある椅子に、深く座り、足は床につけます。テーブルの高さは腕をのせて肘が90度に曲がる程度です。体とテーブルの距離が遠かったり、いすとテーブルの高さがあっていないと姿勢が不安定となり、食べ物がうまく口に運ばず、こぼしたり、誤嚥につながります。
ベッドで食事をするときは、背の角度を45～60度以上になるようにし、頭に枕などを置き、やや前かがみになるようにします。また、足がずり落ちないように、クッションを置きます。

みんなの家あそう 年間行事



ぽんぽこの里のバラ見学



願いを込めて七夕飾り



地域交流会にて入山アキ子さんステージ



避難・消火・AED 訓練



敬老会 道の駅おふく



菊花展・もろもろ創作展へ作品出展



年忘れ会にて草笛と
地域の方の催し物



初詣 麻生八幡宮



みんなの家あそう 利用料金 (1ヶ月定額)
介護保険1割負担の場合

介護度	介護保険利用者負担額
要支援1	3,450 円
要支援2	6,972 円
要介護1	10,458 円
要介護2	15,370 円
要介護3	22,359 円
要介護4	24,677 円
要介護5	27,209 円

ご利用に応じ別途加算があります。



小規模多機能型居宅介護事業所
「みんなの家あそう」では、
要支援・要介護認定を受けられた方を対象として
「通い」を中心に必要に応じ「訪問」や「泊まり」
のサービスを柔軟に組み合わせ、可能な限り在宅
での生活を送っていただけるよう支援させて頂いて
います。

お気軽にご相談ください。個人情報を守ります。

☎ 0837-57-0053

