

ヘルパーだより

こんにちは。皆さん、いかがお過ごしでしょうか?これから蒸し暑い季節がやってきますが、食欲はありますか?食事をするということは、生命を維持し、健康的な生活を送るためにも必要不可欠なものですね。

さてさて…皆さんは食を作る時、食べる時、何を考えますか?

今回は、高齢者の気持ちになって、ヘルパーさんに聞いてみました。



おいしく作ってくれるか
しら?



利用者の好みを大切にして、
口に合った料理をお作りします。
味見をしていただくこともありますよ。

あかずの量は、どれくらい
作ってくれるかな?



最初にどれくらいの量を食べる
かを聞きします。作り過ぎて
傷みそうな場合は、冷凍保存し
たり次回から少なめに作るよう
にしますね。

お金をかけたくないわ。



家にある物で作りま
すよ。



片付けが大変だよ。



お手伝いしますので、二人で
一緒にやりましょう。

火の始末が心配だわ。



火を点けたら絶対にその場は離
れないで下さいね。
安全の事を考えると電気調理器
の利用も勧めたいですね。

食欲が無いんだけど…



無理して食べずに、好きな物を
少量でもいいから食べて下さいね。

どうですか?私達が普段食事について思っている事と、高齢者の方が心配している事、やって欲しい事は同じではないでしょうか?

このように、私たちヘルパーは、皆さんひとりひとりに合わせた、いたわりを持った食事ケアをしています。「元気の源は食事です」私たちは食事の場が、日常生活の中での潤いと憩いの場になると、少しでも感じていただけるよう日々努力していこうと思います。

これから食中毒になりやすい時期です。食中毒の予防には清潔・加熱処理するのはもちろんですが、意外な盲点として『冷蔵庫を過信しない』『賞味期限だけで判断しない』事にも気をつけて下さいね。



おいしく楽しく
食事をしましょう!!