

## 行事食献立

2/3

昼食

散らし寿司 五目煮豆

清し汁(かまぼこ・みつば)

ほうれん草のお浸し ※単品小鉢

福

節

分



※写真は2025年の献立です。

## 嚥下・口腔ケアと食事形態

嚥下とは、食べ物を嚥んで飲み込み、胃へ送るまでの働きのことです。加齢や病気でこの機能が低下すると「嚥下障害」となり、むせやすい・食事に疲れる・食べられる量が減るなどの症状が見られます。誤嚥や窒息は命に関わるため、早めの気づきが大切です。

誤嚥性肺炎を防ぐには、口腔内を清潔に保つことが最も重要です。

毎食後の歯磨き・入れ歯の洗浄、定期的な歯科受診、口腔体操などを続けることで、安心して食事を楽しめるようになります。

【デリケアの嚥下調整食】



- ・ ミキサー食：咀嚼・嚥下に不安がある方向け（UDF「かまなくてよい」）
- ・ ソフト食：食塊保持や送り込みに不安がある方向け（同上）
- ・ キザミ食：押しつぶす力はあるが咀嚼に不安がある方向け（UDF「容易にかめる」）



## 今月のリクエストメニュー Vol.1

2/2(月)

昼食

◆海老マヨ

チョレギサラダ

中華スープ

金平ごぼう ※単品小鉢

デイサービスもこも広場様を含め、  
2施設様からのリクエスト

海 老 マ ヨ



海老マヨは横浜中華街の料理人がアメリカの海老料理を参考に、日本人向けにアレンジして生まれたと言われています。

プリツとした海老は高たんぱくでミネラルも豊富。マヨネーズのコクとも相性抜群です。デリケアでもレシピを試作し、このたび献立に登場します！

皆さまに喜んでいただける味を目指して工夫を重ねました。どうぞお楽しみに！



※写真はイメージです。