



2/3

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

昼食

福

行事食献立

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、食べ物を噛んで飲み込み、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こ広場様を含め、
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。
プリッ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！



※写真はイメージです。

皆さん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！