



社会福祉法人こうほうえん

新砂ライフ

【39号】

2019年

8月

特集

快適で人間らしい生活を送る

～5つの基本的ケア『食べる（飲む）』③～

こうほうえんは、高齢者がいつまでも自分らしい生活を送っていただけるための支援として、5つの基本的ケア（起きる・食べる・排泄・清潔・アクティビティ）を大切にしています。

今回は「食べる（飲む）」をテーマに、安心して楽しく食べるための介護基準を紹介いたします。

I 食事の基本姿勢

- ① かかとが床についているか
- ② 前屈みになれるか
- ③ 上体は左右に傾いていないか
*車椅子の場合も同様の注意点

テーブルは
高すぎない



前屈みになる
ようクッション
などを置く

椅子に深く
腰をかける

椅子の高さは、
かかとが床に着く

II 食欲を促すために

- ① テーブルの高さは適切か
- ② 食物を見てもらうなどして、食欲がわくように働きかける
- ③ 筋肉の低下などにより、食べ物をうまく飲み込めない方に
 - ・最初の一口は誤嚥することが多いので、冷たいお茶やゼリーで冷却刺激を行う
 - ・トロミ剤使用時は、一口量に注意し個別に適量を守る

III 食事形態について

加齢による咀嚼（噛むこと）や嚥下（飲み込むこと）機能の低下に個人差があり、その人の状態に合わせた食事形態を提供しています。

食形態	料理の状態
一般食	食材の歯ごたえを残した
ふつつう食	硬めの食材を柔らかくして、咀嚼し易くした
やわらか食	舌または歯茎で潰せる柔らかさにし、口腔内でまとまり易くした
まとまり食	極細刻みの食材をゼリー状にまとめ、口腔内でまとまり易くした
なめらか食	料理をペースト状（すりつぶしたり、裏ごしして練ったもの）にしたものをゼリー状にまとめ、嚥下し易くした〈固形分が多く、水分が少なめ〉
ゼリー食	なめらか食の固形分を少なくし、水分を多くして、嚥下し易くした

IV 食事、水分摂取量

- ① 食事は、全量摂取
- ② 水分は、1,500cc/日以上摂取

次回の「5つの基本的ケア」は、『排泄ケアの取組み』について紹介いたします。

心温まるご寄付を賜り、厚くお礼申し上げます

【寄附者】

近隣にお住まいのI様よりブロック等の玩具や絵本を頂きました。

子どもの未来につながる保育 ～幼児教育の経済学～

今、保育の現場は、平成 30 年に「保育所保育指針」が改訂になったことを機に、乳幼児期に「非認知能力」を育てることに力を注いでいます。

この「非認知能力」についてジェームズ・J. ヘックマン博士は、「人の生涯のどの時点において、教育にお金をかければ、最も効果的か」（著書:幼児教育の経済学）の中で発表されています。内容は、子どもの教育に国が公共政策としてお金を使うなら、就学前の乳幼児期がとて最も効果的だということ。もうひとつは、乳幼児期に「非認知的な能力」を身につけておくことが、大人になってからの幸せや経済の発展にも効率的という論旨で、OECD（経済協力開発機構）の見解にもなっています。

「非認知能力」について「保育所保育指針」には、幼児教育で育みたい資質・能力として、「心情、意欲、態度を育てる」と謳っています。

「非認知能力」とは、どのような能力か

- ・ 自分に対する自信がある
- ・ 人に対して優しい気持ちを持てる
- ・ 協調性がある
- ・ 意欲的である
- ・ 意志力が強い
- ・ すぐに立ち直る
- ・ やり抜く力がある
- ・ 社会性がある

「非認知能力」を育てる活動には、どのようなものがあるのでしょうか

- ・ 基本的な生活習慣を身につける（行儀、挨拶、手伝い、早寝・早起き・朝ご飯）
- ・ 身近な自然環境に関わり「なぜ?」「どうして?」の気持ちを持ち、科学の心を養う
- ・ 目的に向かって楽しく活動するために、それぞれが自分の役割を果たす
- ・ 象徴機能を発達させた仲間との集団遊びを行う
- ・ 「集中力」などの学びに向かう力を育む「絵本大好き」な子どもにする

「非認知能力」を育てる活動事例 —キッズタウンむかいはら—

当園の園児にとって、米作りから食（田植え→収穫→炊飯器でのご飯炊き→おやつのおにぎり作り）、遊び（田んぼの土で泥だんご作り）まで全てが、「非認知能力」を育む活動になっています。



稲を刈る



炊き立てのご飯をおにぎりにする

7月外出レクのご紹介

葛西臨海水族



珍しいお魚が
たくさんいるよ！



ペンギンさん
可愛い



最後はみんなで
雑談♪楽しい♪

江戸東京博物館



迫力満点！大きな
お神輿でした！



ゲストでお昼ご飯を食べました！ハンバーグにピザ、食後のデザート等、それぞれ自由に注文♪とても美味しく召し上がりました！

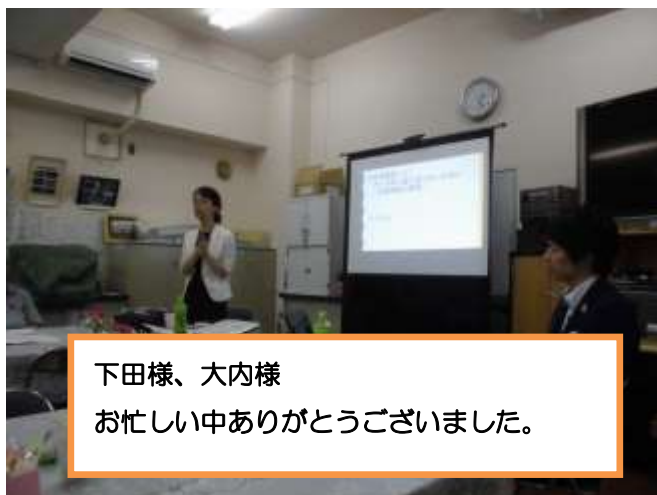
江戸時代のお寿司屋さん♪
シャリが大きかったです！



最後に記念撮影♪みなさん
素敵な笑顔です！

銀色茶房より

7月20日（土）に銀色茶房を開催しました。今回はその様子を報告します（＾＾）
テーマは『今日から始める生前整理』・・・終活に関わるお話でした。
アクサ生命保険株式会社 フィナンシャルプランアドバイザー 下田様、
サブマネージャー 大内様を講師にお招きし、約1時間勉強会を実施しました。



お茶べり会の様子



皆さん興味深々に聞いており、質問も多く飛び交いました。
講師の方々も最後までいて下さり、今回も無事に終了しました！

◆◆今回参加した方々◆◆

新砂3丁目アパート住民12名、多機能ホーム利用者3名
スタッフ5名、ボランティア1名 他
皆様、ご協力ありがとうございました！！次回は9月21日（土）
内容は決まり次第お知らせします。

夏祭り

自治会の夏祭りに行ってきました！
力強い太鼓に合わせて盆踊りを踊り、演奏などの演目にも楽しませてもらい
屋台のかき氷や冷えたビールで乾杯など、夏の夜を満喫しました。



交流の様子

園児の「わっしょい！」の掛け声に
かわいい〜と笑顔がいっぱい！



グループホーム東京江東の家から
利用者の方が来てくれました！



保育と介護が合同でスイカ割り。園児と同
じように利用者の皆さんも頑張りました！
「えいっ！」



利用者同士の
交流です。
昔、保育士だっ
た方が、本を読
んでくれたり、
音楽好きな利
用者にピアノ
を弾いてくれ
ました！





7月20日 夏まつり

各コーナーからは、子どもたちの楽しそうな笑い声が聞こえ、大盛況のうちに終了しました。お暑い中ご参加頂き有難うございました。



自分たちで作ったお神輿を担ぎ、順天堂を練り歩き (5歳)



2階ホールでは「焼きそば」「新砂パフェ」を屋台形式で提供しました。



ツムツムゲーム (上)

輪投げ(下)



水遊び&プール遊び

夏本番！7月は雨が多く、なかなか水遊びが出来なかった分、子どもたちは夏ならではの遊びを満喫しています。



クローバーだより



～ 子育て支援 「ほかほかひろば」からご案内 ～

いろいろな楽しい催しを通してお友だちと触れ合ったり、子育ての情報交換をして過ごしませんか？

子育て支援アドバイザーの担当保育士（副園長）を中心に活動を行っています。子育てに関する悩み、相談などありましたらいつでもお声掛けください。

7・8月のほかほかひろば

7月20日の夏まつりには、地域の皆様に大勢ご参加頂き有難うございました。来年もお楽しみに！！



8月1日 管理栄養士による離乳食講座

当日は、これから離乳食を始める方が参加してくださいました。何から始めたら良いのか？スタートするタイミングは？管理栄養士とも沢山お話しして頂くことができました。初期食から完了食までの試食も、好評でしたよ！

新砂保育園 TEL 03-5677-1332
担当 副園長 水谷真紀（子育て支援アドバイザー）

8・9月のほかほかひろば

8月29日（木） 保育園のお友だちと一緒に遊ぼう
（親子で保育体験）
要予約：各クラス2名まで

9月 5日（木） マタニティ Café
19日（木） おはなし会に参加しよう



深川図書館より読み聞かせボランティアの方に来て頂き、おはなし会を開きます。絵本や紙芝居の他にも手遊びやパネルシアターなど盛りだくさん！是非、遊びに来てください。

9月26日（木） 簡単！おうちでできる手作りおやつ（しらすトースト）

簡単！栄養満点のしらすトースト。お子様のおやつや朝食にいかがですか？ エプロンと三角巾をご持参ください。

2019年8月 お世話になったボランティアの皆様

8月2・3日 新砂3丁目アパート自治会 夏祭り



明治安田生命の皆様が、暑い中、焼きそばやフランクフルトを焼いて下さいました。

ボランティア募集！！

新砂こうほうえんでは、ボランティアの方を募集しています。

お問い合わせ：シルバーステイ 篠原 TEL:03-5677-1337
新砂保育園 水谷 TEL:03-5677-1332

これから1ヶ月の行事カレンダー

- | | |
|---------------------|--------------------------|
| 8月 16日(金) 運営推進会議 | 9月 2日(月) 避難訓練(保育 引き取り訓練) |
| 19日(月) おはなし会(4・5歳児) | 6日(金) プール閉い(保育) |
| 27日(火) 誕生会(保育) | 9日(月) おはなし会(幼児) |
| 29日(木) 子育て支援(保育体験) | 12日(木) 敬老会(介護施設交流) |
| 31日(土) 年長5歳児 夕涼み会 | 13日(金) 敬老会(在園児祖父母) |



「新砂ライフ」 社会福祉法人 こうほうえん 通信 第39号 2019年 8月

発行=新砂こうほうえん 〒136-0075 東京都江東区新砂3-3-11 (代表 TEL 03-5677-1331)

1階・2階 保育園 (TEL 03-5677-1332) 病後児保育室おひさま (TEL 03-5677-1725)
3階 多機能ホーム新砂 (TEL 03-5677-1333)
3階 シルバーステイ (TEL 03-5677-1337)
4階 グループホーム新砂 (TEL 03-5677-1336)

～ 2019年度 こうほうえん スローガン ～

自律と覚悟の新時代

人・モノ・時間を大切に

今こそ掲げる互恵互助

基本は挨拶、感謝から



社会福祉法人 こうほうえん