



地域密着型通所介護
さわやかデイサービス水明台
NPO法人 さわやか北摂

言語聴覚士による 食事支援を始めました!!



「食事の重要性について考えてみませんか？」

健康に長生きする為にはしっかりと食べることがとても重要です。しっかりと食べる事で栄養を確保する。その上で運動を行い、初めて筋力が向上します。低栄養状態であれば、筋肉が痩せていき徐々に体力が低下してしまいます。体力を付けるための運動がダイエットになってしまうのです。

また食卓を囲んで家族や友人と交流を図る。しっかりと噛むことで脳の血流に良い影響を与える。そうすることで認知機能の低下予防が期待できます。

このように、しっかり食べるという事は健康な生活続ける上でとても大切な事なのです。

しかし加齢とともに口腔機能が低下し、食事量が減少してしまう方が多数いらっしゃいます。また、口腔機能が低下し誤嚥性肺炎になられる方もいらっしゃいます。誤嚥性肺炎は死因第6位であり、年間4万人の方が亡くなられています。

私たち言語聴覚士は健康のために食べ続ける事を支援しています。健康な生活続けるために、「噛みにくくなった。」「飲み込みにくくなった。」「ムせるようになった。」といった食事に関するお悩みがあればぜひご相談ください。

言語聴覚士 段上亮太

ご利用者の皆さんにとって、食事の時間は一日の中でもとても大切な喜びの時間です。いつまでもご自分の口で美味しく食事が出ることが生きる活力に繋がることを痛切に感じています。さわやかデイでは食事内容等に拘る以外にも、より健康に過ごして頂く為に11月より口腔の専門職である言語聴覚士を配属しました。現在、口腔体操や嚥下の確認、義歯の助言を担当しておりますが、より専門的な助言や指導、訓練を個別で行うことも出来ますので、お気軽にご相談下さい。

さわやかデイの新しい取り組みをどうぞ有効にご活用下さいませ。

管理者 阪本



〒666-0116兵庫県川西市水明台1丁目2-61
TEL/072-767-6215 FAX/072-767-6230
さわやかデイサービス水明台