



ゆにしあ通信

ゆにしあキッチン

食感がクセになる！ふんわり【たけのこの千切り】



小松菜、ほうれん草、アスパラ
人参、キャベツ
しらす、えび、いか、ほたて…など

材 料(2人分) 25cm2 枚分

にら 1/4 束 たけのこ 50 g 桜えび 大さじ 1 杯 ひき肉 40 g
小麦粉 30 g 片栗粉 20 g 砂糖 小さじ 1/4 杯 塩 1 つまみ
水 75 c c だしの素 小さじ 1/4 杯
じゃがいも (すりおろし) 1/4 個
ごま油

A

作り方

- ① にら、たけのこを好みの大きさに切ります。
(お好みや歯の具合に合わせて大きさを調整してください)
- ② ボールに A の材料を入れて混ぜ、生地を作ります。
- ③ ②の生地に①の具を入れて混ぜます。
- ④ 熱したフライパンにごま油をひき、③を流し入れ、蓋をして両面を蒸し焼きにして完成です。

(生のお肉や海鮮を使う場合はしっかり焼きましょう！)

★酢醤油、ケチャップ、辛子など好みの味付けで召し上がれ♪

【1人分：エネルギー 220kcal たんぱく質 11g 塩分 0.9g】



ホームページで
詳しい作り方が見れるよ！

お知らせ伝言板

専門職～介護をしているご家族まで
食介護の基礎をしっかりと学べる

「ゆにしあ食サポート講座」

プし講座を開催します！

【場所】 鈴川ふれあい館さん
(山形市山家町2丁目4-48)

【日時】 6月16日(土) 9:30～11:30

【お問い合わせ・お申込み】

023-666-6244

地域の食の相談窓口

“食まるごと相談所”

日常の食の困りごとや疑問に
栄養支援室ゆにしあの管理栄養士がお答えします。
相談は無料ですので、お気軽にご利用ください。

【場所】 とかみふれあいセンターさん
(山形市富神前6番地)

【日時】 毎月 第4火曜日 10:00～12:00
(変更になることもあります)

※お申込みは不要です



かかいつけ栄養士の現場レポート

～覗き見！植田さん家の食介護～



植田さんのお宅では、デイサービスとショートステイを活用しながら、息子さん夫婦がヒデさんのサポートをされています。

ヒデさんを大切に
されている親孝行な
息子さん
退職後、ヒデさん
の介護に専念中



コーヒーが大好き♥



お料理上手なお嫁さん
訪問介護事業所の
管理者さんをされて
います

① ヒデさんの体調が悪くなってしまった…

眠気が強くて溜め込んで食べられない…
食べられるのはアイスやプリンだけ…
やせてきた… (困) (>_<)

2012.1



2012.2

のり子さんが
通勤中にラジオでゆにしあの活動を耳に！



② 担当ケアマネ山口さんに相談

のり子さん：ゆにしあさんに頼めないかな？
山口ケアマネさん：よし！聞いてみましょう！

③ ケアマネさんが主治医に確認し許可を得る

⑤ ハンドミキサーでのり子さん楽々♪介護食を習得

のり子さん：家族同じおかずで対応できるし
1人分でも手間なく作れるわ♪

食べることは「生きること」
1日でも長く一緒に過ごしたい

表情○食欲○



2012.4

④ ゆにしあの食サポートサービス開始

お薬の変更を提案
食事内容の偏り、食事の硬さを調整

ハンドミキサー調理を提案



⑥ 担当者会議で情報の共有

デイサービス・ショートステイの担当者にも
食事の対応を伝達
⇒自宅と施設の対応を統一

詳しいストーリーはホームページでご覧いただけます

食応援団メッセージ

加齢や疾患に伴う嚥下機能の低下は避けて通ることができない現状があります。嚥下障害のある方への早期における医療的な介入や専門的なケアは当然必要となりますが、人としての「生活の質」を考えたときに、おいしく、楽しく、安全に口から食べるということが大変重要であり、「食」の支援には、医療と介護、そして栄養支援は欠かせないものであると思います。

今後益々、「食の支援」の必要性は大きくなると思います。在宅と病院や施設をシームレスに繋ぐ役割としてのご活躍と訪問栄養指導事業の確立をご祈念申し上げます。

特別養護老人ホームながまちは
施設長 幸田 幸悦さん



プロフィール：昭和55年 東北福祉大学卒
同年4月 特別養護老人ホーム愛日荘入職
平成17年6月 特別養護老人ホームながまちは
現役職：特別養護老人ホームながまちは 施設長
山形県老人福祉施設協議会 副会長
特養部会 部会長