

# 栄養課だより

2021.8  
Vol.3  
夏祭り編

当院では毎年恒例である夏祭り。

今年は万全な感染対策のもと、規模を縮小して行うこととなりました。

栄養課では、緊急事態宣言の発令により恒例の出店をすることが出来ず、いつものお食事にプラスするかたちでスイートポテト・唐揚げ・水ようかん・茶碗蒸しを提供させていただきました。

水ようかんはかむ力が弱くなった方も食べやすい、やわらかい食感のもので嚥下・嚥下機能に配慮が必要な患者様に提供させていただきました。また、甘いものが苦手な患者様に対しては和風だしが香る茶碗蒸しを召し上がりいただき、普段のお食事とは少し違った雰囲気味わっていただけたのではないかと思います。

直前での中止となり、患者様には残念な思いをさせてしまいましたが、喜ぶ顔を見ることが出来感無量です。

来年こそは“いつもの夏祭り”が行えますように…！



## 一般食の患者様



スイートポテト



唐揚げ

## 嚥下機能に 配慮が必要な患者様



水ようかん



茶碗蒸し

水ようかん、茶碗蒸しのオブジェクトを作成。

職員が下書きをし、患者様に色を塗って頂きました。

とても温かみが感じられる、思い深い作品となりました。



直径60cm超！

## 熱中症予防 のポイント

### こまめな水分補給を！

1時間ごとにコップ1杯など、**のどが渇いていなくても**こまめに水分補給をしましょう。大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに！

### 適宜マスクをはずそう！

気温・湿度の高い環境下でのマスク着用は危険！屋外で人と十分な距離（2m以上）離れている時はマスクをはずしましょう。

### 暑さを避けよう！

涼しい服装で、日傘や帽子も活用しましょう。少しでも体調が悪くなったら涼しい場所へ移動を。涼しい室内に入れなければ、外でも日陰へ。

### 日頃から体調管理をしよう！

暑さに備え、無理のない範囲で適度に運動し体力作りをしましょう。（毎日30分程度）毎朝など、定時の体温測定と健康チェック！

### こまめに換気をしよう！

エアコン使用中でも、窓とドアなど2カ所を開けて換気を行いましょう。

