

グループホーム西円山の丘 丘だより

2023年 5月
春号

円山西町にお住まいの皆様、こんにちは！グループホーム西円山の丘です。

「丘便り/春号」をお届けするにあたって、今回は、ホームでのお食事情とホーム内の情報通信技術（ICT化）に関してどのように運営されているかをお届けいたします。

食事

グループホーム西円山の丘では。。。

介護職員が朝食・昼食・行事メニューを1か月分作成し調理しています。

各曜日、主食に肉・魚介類・卵・麺類とテーマがあり、その他副菜と汁物で構成されたバラエティーに富んだお食事を楽しんでいただいております。夕食は、外注しております。食事形態は、入居者様の嚥下状態に合わせ、刻み食やムース食、トロミ剤を使用し安全に召し上がっていただいております。また、アレルギーや減塩、減油など、病気の状態に合わせ、可能な限り対応させていただいております。必要な方へは食事介助の支援も行っております。

お誕生日には、職員手作りのバースデケーキをご用意してます。職人並みに得意とするスタッフもいるんですよ。

メニュー作成にあたっては管理栄養士さんに毎月評価して頂き、アドバイスを頂いております。メニュー作り、食材発注、食事作りを行い、入居者様が喜ばれ「おいしかったよ！」とコメントをいただける事がやりがいに繋がり喜びになっております。



お花見弁当を作って、食堂から桜を眺めながら。。。



ある日の献立・・・

- ・ ミートローフ
- ・ イタリアンサラダ
- ・ ピクルス
- ・ ポテトコンソメスープ
- ・ 白米



食事の準備では衛生面に配慮し、使い捨てのエプロンを使用しています。



お食事風景

お食事風景



「ミートローフは柔らかく仕上げてくれて、サラダも千切りにしてくれてから、食べやすかったです。」
(入居者様)





管理栄養士

Q & A

Q 「管理栄養士としてグループホームの食事に関して、どのようなポイントに注視していますか？」

A 「人間の体はいろんな栄養素でできていて、一つでも欠けると調子を崩します。そうならない為、必要な栄養を摂る方法のお話をします。

まず朝食は1日の栄養の源です。一番空腹な時間なのでたんぱく質を入れ、しっかりと食べ体温をあげます。食べる前には水分を飲むと喉の通りが良くなり安全です。

昼食は簡単に済ませずに色々な食材を使用します。ですが毎日丼ぶりなど変わりご飯が続くと消化吸収も低下しているので胃がびくびくしてしまいます。夕食は軽めに胃の負担が少ないものが良いでしょう。

①主食+主菜（肉・魚など）+副菜（野菜）はいつもセットで。

②お肉はとも必要です。毎食たんぱく質「肉・魚・卵・豆」を一つでも食べていただいています。

③おやつに果物（季節感を感じられるもの）や身体の調子を整えてくれる乳製品（牛乳・ヨーグルト）を食べていただいています。

④食べやすい柔らかいものばかりだと、咀嚼力や唾液の分泌が低下し、嚥下が悪くなる恐れがあります。噛み応えを感じる程度にやわらかく調理することも大事です。

ICT化



ここグループホーム西円山の丘でも、情報通信技術（ICT化）による改良が始まりました。iPadを使用し、他種業との情報の共有化と内部業務効率化を図っております。また、今まで紙媒体で行っていた膨大な情報管理が小さなiPadで確認する事が出来る様になりました。

情報がデジタル化される事により入居者様の情報共有がしやすくなり、データ連携も促進され、入居者様に対するケアの質を向上できるメリットがあります。

コンピューター関連業務が得意な人も不得意な人も一律で行っており、職員間で協力し合いながら大きな時代の波に乗り始めました。



勤続16年、職員のHさん（68歳）より

「コンピューター移行に従って、躊躇してましたが、他職員さんに色々教えてもらいながら、始めてます。勤務中に試行錯誤しながらの入力なので大変ではありますが、力を合わせて情報共有しながら頑張ってます！！」



グループホーム西円山の丘は認知症対応型共同生活介護になります。

認知症の方が、小規模な生活の場において食事の支度・掃除・洗濯などを職員と共に行い、家庭的な雰囲気の中でその人らしい穏やかな生活が出来るように支援する場所です。

現在、73歳から103歳の方まで3ユニット27名の方が入居されています。

ご興味のある方はぜひお問い合わせ下さい。お待ちしております。

グループホーム西円山の丘の詳細はホームページでご案内しています。

HP: <https://www.keijinnkai.com/Keijinnkai/grouphome/>

発行/社会福祉法人 溪仁会 グループホーム西円山の丘

〒064-0944 札幌市中央区円山西町4丁目3-21

TEL 011-640-2200

