オアシスえいよう通信

秋号

2025年11月　第18号
オアシス千歳　栄養

～★認知症の人の食事について★～

認知症の人が食べる力を発揮する環境を整え、食事を美味しく、楽しく、食べましょう。

【認知症がすすむと…】

「適量をすくえない」「自分から、食べ始めることが出来ない」
「最後まで食べ続けることが出来ない」「むせる」など
食べることへの支えが必要になります。
この時、食事を食べるお手伝いを(介助)すると
食べる意欲を失ってしまいます。
認知症の人が食べる力を発揮する環境を整えることで
再び、美味しく、楽しく、食べ続けることが
出来るようになります。

【食事を定期的に召し上がっていただく対策】

□ 体調管理、チェックをしましょう。

- 体調不良の管理だけでなく、お口の中のチェックも忘れずに。
- 義歯があわない、虫歯なども、食べない原因のひとつです。

□ 食材や食器の工夫をしましょう。

- 飲み込みづらい方には、食材を飲み込みやすい形態に切って、提供してみるなどの工夫をしてみましょう。
- 食事を認識のしやすい無地の食器を使うのも一つの方法です。
- お箸などが使いづらい場合はフォークやスプーンを使いましょう。

施設での食事＆おやつ紹介

JA地産地消手作りおやつ【鬼まんじゅう】

JAの旬のお野菜「さつまいも」を
使用した手作りおやつを提供しました。

9月23日(火)秋分の日

旬の食材を使った松茸風ごはんと
鮭の香味ソースかけを提供しました。

★認知症の人が安心して食事が召し上がれる方法★

①一つずつ出す

②食材を伝える

③口腔体操・運動をする

④食事形態を変えてみる

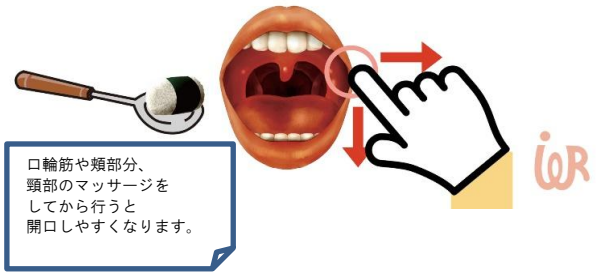
⑤場所を変えてみる

⑥環境調整する

⑦後方から食事介助をする

⑧一緒に食事する

⑨口角を下方・側方に下げる



★まとめ★

認知症の人が認知機能の
低下をきたし、
ご自身で食事を召し上がる
ことが難しくなってきたら
まずは食事がとれない原因は
何があるのか考えましょう。
次に原因に応じた食事介助
方法で試していきましょう。