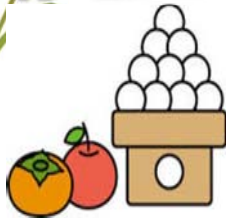


歯科給食通信



H 27 . N O . 8 発行
No. 6



野池(歯科衛生士)
渡辺(管理栄養士)



誤嚥性肺炎を

予防するべー体操

肺炎は日本の死亡原因の第3位となっています。

中でも、食べ物や飲み物が気道内に入る誤嚥性肺炎は窒息することもあり危険です。

脳疾患などがあると食道と気道の切り替えがうまくいかず吐き出せません。飲み込み障害(嚥下障害)をべー体操で予防しましょう。一日一回から二回行うといいですよ！誰がやっても意外に疲れます(笑)

しゃべり!!

右をなめる ②



舌をだす ①



鼻をなめる ④



左をなめる ③



体操をして美味しく食べよう

次回は早口道も「初段」になります！

早口道1級

とうきょうとうきよ きよかきよんきよくちよう
東京特許 許可局長

きよう なまたら
京の生鱈

ならなま かつお
奈良生まな鰹

かえる
蛙。ピョ。ピョ。ピョ。ニ。ピョ。ピョ。あわせて

六。ピョ。ピョ。ピョ。ピョ。ピョ。ピョ。

早口道2級

あか あお き
赤。ハジヤマ 青。ハジヤマ 黄。ハジヤマ

あかまきがみ あおまきがみ きまきがみ
赤巻紙 青巻紙 黄巻紙

ぼうず びようが
坊主が屏風に

じようず ぼうず え かい
上手に坊主の絵を描いた

♪ 食事の準備 お口の体操 ♪
唾液をよくだして 美味しく食べよう♪

食のことわざ

秋ナスは



嫁に食わすな!?

江戸時代の言葉。

秋茄子の美味しさに着目した“嫁いびり”の言葉とするか、身体を冷やす効果を心配した“嫁孝行”の言葉とするか、これほど解釈が両極端な言葉も珍しいですね。

9月の季節献立

行事予定

9/11(金) 梨

9/13(日) 敬老祝賀会

9/16(水) 栗ごはん

9/23(水) おはぎ

他にも...

いちじくの甘煮、

さんま、

さつま芋ごはんなどを

予定しています!!

お楽しみに~♪

敬老祝賀会

日頃の感謝と長寿を祝う特別な日。より一層、お食事を楽しんで頂けますように、歯科給食係では、○○○を準備していますよ!

さあ何でしょう♪



ぶどう



さんま



梨



さつまいも



新米



いちじく



川中島白桃
市場に出回る時期が短い桃。皮を剥くとすぐに色が変わってしまうため、各フロアで皮を剥いて、召し上がって頂きました。フロア内は桃の甘い香りが漂い、五感で味わって頂くことができました。

8/21(金)



「十五夜」は、月見団子・サトイモ・収穫して得た果物や野菜を食べる日です。中秋の名月を鑑賞する他、これから始まる収穫期を前にして、収穫を感謝する意味があります。9月頃に収穫される「芋」をお供えすることから「芋の名月」とも呼ばれています。

キレイな月が見えますね。



いよいよ食欲の秋到来!
9月に入って暑さも落ち着き、日増しに秋の気配を感じますね。食材も夏から秋の味覚に移行してきました。さんま、鮭といった魚介類から、きのこ各種、里芋、栗、ぶどう、...等々、秋の美味しい旬の食材がいっぱい登場してきます!



9/27(日)
十五夜