

ねこのこ通信

第 62 号

発行月 2026年10月

発行 郡上市医師会
郡上市

郡上市地域包括ケアネットワーク推進協議会

問合せ 郡上市医師会（65 - 2111）



ねこのこ通信は「在宅医療・在宅介護」をされている方・されていない方の疑問や不安を少しでも減らせるように、在宅医療・在宅介護情報誌として発行しており、今後も皆様のお役に立てるような情報を提供させていただきます。

えんげ 嚥下訓練食について



日本摂食嚥下リハビリテーション学会嚥下調整食分類の中から、**噛まずに食べる事ができ、飲み込みやすい食事形態**について紹介するニャ♪

コード 0 t **ヨーグルト状～マヨネーズ状**にとろみのついた水分
(たんぱく質含有量が少ないもの)



液体にとろみをつけることで、液体がのどを通過するスピードがゆっくりになるため、誤嚥を防ぎ、飲み込みやすくすることができます。

人にとって口から食べるという事は、生命維持に必要な栄養を摂る為だけではなく、**人としての尊厳であり、生きていく上での楽しみの一つ**となります。病気などによって噛む力、飲み込む力が弱くなることがあります。安全に口から食べるためにも、**その状態に応じた適切な食形態**が求められます。

形態・特色などの詳細は『嚥下調整食学会分類 2021』の本文及び『学会分類 2021（食事）早見表』をご確認ください。

「生活支援体制整備事業」について

人生 100 年時代と言われる今、住み慣れた地域で、長い人生を自分らしく暮らしていくためには、元気なうちから健康やつながりを保つ「介護予防」や、日々の生活を支える「生活支援」が大切になってきます。

介護予防

運動・体操
生きがい・やりがい
人との交流
趣味・得意な事
…など

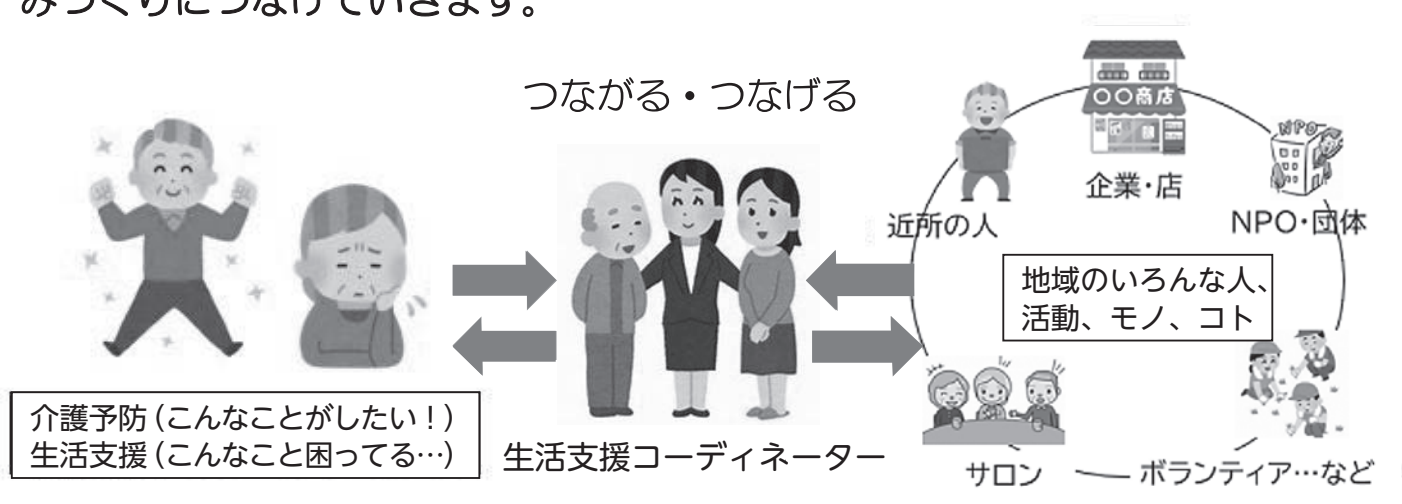


生活支援

買い物
移動・外出手段
見守り
ちょっとした困りごと
(草取り、ゴミ出し…)
…など

生活支援体制整備事業は、そんな「介護予防」や「生活支援」のあふれる「支え合い」の地域づくりを行う事業です。

郡上市社会福祉協議会では、事業を進める「生活支援コーディネーター (SC)」が地域の皆さんや活動とつながり、一緒になって、解決や新しい仕組みづくりにつなげていきます。



※ 次号は郡上市内で行われている「地域の支え合い」の一部を紹介！

問合せ：郡上市社会福祉協議会 地域福祉課 生活支援係（大和庁舎 2 階）
TEL：0575-88-9988（8:30～17:30 土・日・祝日除く）

