



マリーゴールドの花言葉は「逆境を乗り越えて生きる」「健康」です。

皆様こんにちは、暑い日が多くなってきて、これから夏本番が始まります。水分補給や栄養バランスの取れた食事での体調管理、部屋の温度調節などに気を付けて、熱中症や夏バテを予防し夏を乗り切りましょう。今回は作業療法士の志賀より「使って便利な福祉用具・食事での工夫」についてのお話をさせていただきます。



医療法人 白卯会 〒590-0503
大阪府泉南市新家2776番地
白井病院 ☎072-482-2011
HP www.shiraihp.or.jp ホームページ QRコード

『使って便利な道具や福祉用具』 ～食事での工夫～



今回は『使って便利な道具や福祉用具』についてお話しします。福祉用具と聞くと「高そう」「まだそういうのは使わなくても大丈夫かな」など思われる方もいらっしゃるかもしれませんが。ですが使ってみると「すごく便利!」「もっと早く使えばよかった」となることもあります。今日は食事に関しての道具や工夫をいくつかご紹介させていただきます。

○箸ぞうくん

ピンポン玉を握れるくらいの力があれば使うことができます。
力が入らなくて食べ物を落としてしまう、つまむ動きがしにくい方には適しています。



○太柄スプーン・フォーク・先割れスプーン

軽くて、先が口の位置に合わせて曲げられます。
スポンジの部分も太い・細い・平たいなどの種類があります。

持ち替えが難しい場合は、先割れスプーンがおすすめです。
食べ物をすくうことややすすることができて便利です。

○色のはっきりした食器

食器は白い色が多いですが、はっきりした色の方が視覚が刺激されて手が動きやすく、食べやすくなる方もいます。



どのような道具にも自分に合う・合わないはありますので、迷ったときは相談してくださいね。食事を楽しみ、しっかりと栄養を取ることで元気な体作りをしていきましょう。

白井病院 リハビリテーション療法科 作業療法士 志賀和未（しがあいみ）