



ご家族

甘いものばかり好んで、  
そればかり欲しがります。

患者さんでは、甘味のようなはっきりとした味以外は感じにくくなっています。また、食べたことを忘れてしまうことや、食べること自体が頭から離れずこだわってしまうこともあります。

「もうそんなに食べたから、食べるな。」と患者さんへ言っても、説得できないことが多く、ご家族がかえって疲れてしまいます。

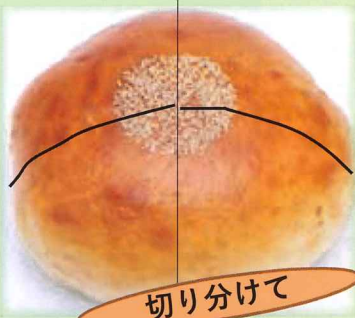
### おすすめの甘いものの食べ方

甘いお菓子は

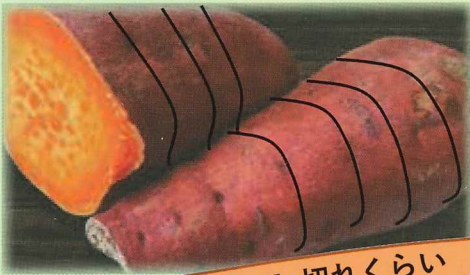
1日の目安は、あんぱん1個まで

これを4分割くらいにして1回に少しずつあげます。

午前・午後に分けたり、忘れて欲しがっても4回に分けてあげたりできます。



切り分けて



切り分けて 1日3切れくらい

甘いもの のおすすめは  
いも類や、菓子パン、蒸しパン、  
がんづきのような「かさ」があるもの  
です。満腹感が得られやすいです。  
さらにこれを分割してあげます。

できるだけご家族も、  
同じおやつを、同じ量で  
患者さんと一緒に食べてください。  
食べたことが記憶に残りやすく、  
「他の人と同じ」であることが納得に  
つながります。



切り分けて 1日3切れくらい

### 食事の介助のコツ

- 食事のときに、ご家族や介助者がいる位置によって、患者さんの快適さ・見やすさが変わり、ご家族の座る位置を変えると食が進むことがあります。
- 食べ物自体も、患者さんからよく見えるところに置くか、よく示して「何を今から食べるか」楽しんでもらうことを心がけてください。



ご家族

量が以前よりも少ししか食べなくなり、  
おかずにあまり手をつけないのです。

患者さんでは、食事の量が減ることはよくあります。  
また、甘味・塩味以外の微妙な味は感じにくくなっていますので、  
**砂糖+しょうゆ=あまじょっぱい、あまじょっからい味が好まれます。**  
食を進みやすくするため、このような味付けを取り入れましょう。  
(砂糖+塩だと塩分が多めになりやすいので、しょうゆや味噌を使いましょう)

### あまじょっからい 好まれるおかずの例



肉豆腐、すき焼き風



かぼちゃの煮付け



いわしなどの甘露煮



カレイの甘めの煮付け



鶏肉などの照り焼き



揚げや山菜の煮物

ごはん、おかず、それぞれをバランスよく食べるのには  
思考や集中力が要りますので、患者さんでは苦手になります。

ごはんの上に、その日のおかずをのせてしまい、  
小さめの丼（どんぶり）料理にするのもいいですね。

おかず  
のせ



肉野菜卵とじ  
どんぶり風



しらす・かまぼこ  
どんぶり風



納豆・刺身  
どんぶり風

食べにくいときは、  
そのままごはんと混ぜて、混ぜご飯にできます。

