

高齢者の食事と嚥下
確認テスト

第1回 そもそも食事とは

問題1

動画の中で説明した、年をとるにつれて起こる体の変化をすべて書きなさい。

問題2

口から食べることによって得られる利点、心身に与える良い影響を書きなさい。

問題3

低栄養によって起こる問題点を書きなさい。

グループワーク1

あなた達にとって、食事の時間とはどのような時間ですか。

グループワーク2

利用者に、どのような（どのように）食事の時間を過ごしてもらいたいですか？

高齢者の食事と嚥下
確認テスト (解答)

第1回 そもそも食事とは

問題1

動画の中で説明した、年をとるにつれて起こる体の変化をすべて書きなさい。

味覚が衰える
唾液の分泌が少なくなる
視覚・聴覚・嗅覚といった感覚が衰える
消化液の分泌が少なくなり胃腸の働きが低下する
嚥む力が衰える
飲み込む力が弱くなる
喉の渇きが鈍くなる

問題2

口から食べることによって得られる利点、心身に与える良い影響を書きなさい。

視覚・嗅覚・味覚などの感覚を使うため良い刺激になる。
嚥むことによって脳が活性化され、唾液も出やすく口腔内の衛生状態が良くなる。
胃腸の働きが良くなる。

問題3

低栄養によって起こる問題点を書きなさい。

免疫力や抵抗力、体力・筋力が低下するため病気にかかりやすくなる
認知機能の低下
脱水症状、骨量の減少

グループワーク1

あなた達にとって、食事の時間とはどのような時間ですか。

グループワーク2

利用者に、どのような（どのように）食事の時間を過ごしてもらいたいですか？