



実施時間 令和6年9月20日～11月20日

応募方法 下記までFAXにてご応募ください。
FAX：042-370-0378

氏名： 連絡先：

住所：

抽選で3名様に人気のグルメ商品をプレゼントします。



シャトレーゼ
の
バームクーヘン



青木屋
の
どら焼き



ケーキファクトリー
の
どらチョコ

高齢者のためのお茶選び

Q1



体調管理に関わる水分補給は、高齢者にとっては特に重要です。しかし、胃の働きが弱くなっている高齢者にとっては、お茶に含まれるタンニンやカフェインが身体の負担になることが懸念されます。胃に優しいお茶を選んだり、手間をかけて淹れたりすることで、おいしくお茶が楽しめる、水分補給の一助にもなります。

★それでは、問題です。
ビタミンを摂りたいときの飲用に適しているお茶はどれでしょうか？

- A.紅茶
- B.ほうじ茶
- C.マテ茶

Q2



高齢者のおしゃれの工夫

年をとると身体の機能が低下し、自由が利きづらくなりますが、工夫次第で快適な生活を送ることは十分に可能です。例えば、ファスナーがつまみにくい場合は、ファスナーの持ち手に大きなカラークリップやプラスチックリングを装着することで服の脱ぎ着やカバンの開け閉めがしやすくなります。

★それでは、問題です。
高齢者でも服を脱ぎ着しやすくするためにはこういったリフォームが効果的でしょうか？

- A.マジックテープを貼る
- B.ボタンを増やす
- C.襟を詰める

Q3



高齢者はトイレが近いのはなぜ？

「年齢を重ねトイレが近くなった」という方は少なくありません。加齢により足腰が弱っていると、頻りにトイレに行くのが大変だと思う人もいでしょう。ほかに「トイレが間に合わないかもしれない」「床を汚してしまうかもしれない」と心理的に負担を感じる方も多いはず。

★それでは、問題です。
年齢を重ねトイレが近くなる原因は次のうちどれでしょうか。

- A.肝機能の低下
- B.膀胱の機能低下
- C.消化不良