

おひさま通信

厨房職員(栄養士)

の思い



毎日90食ほど作っています。

献立を作成する時には、栄養管理だけでなく、太陽青年隊(川口太陽の中で自分たちの生活を考える自治の会)から出して頂いた希望メニューや季節・行事などを考慮して作成しています。常に食事を通して仲間を笑顔にできるように心掛けています。

配食(自分で選べるように)

以前はカウンターに並んでいるおかずを自分で取り、各自でトレートに載せていました。そのため、同じおかずでも好きな皿を選択することができませんでした。また、選択メニューとして「ふりかけ」や「ジャム」をその場で選べるようにしていました。仲間も好きな方を選べるので喜んでくれていたのですが、コロナ禍になり、感染対策を重視した配膳方法に変更

川口太陽の家(生活介護)

献立作成

川口太陽の家は通所施設のため、昼食のみの食事提供になります。厨房職員は5人で川口太陽の家、工房集、支援センター、総務の分を合わせて、

大地(施設入所支援)

ユニット調理の大切さ

食事を仲間の目の前で作っていることで仲間一人ひとりの顔を見たり、話す中で好きなものや苦手なものが大体わかるようになります。「牛丼」の時に紅ショウウガを乗せる? 乗せない?なんてことは大したことではないように聞こえますが、その時の仲間の気持ちや表情を見て聞いてみると、今日はたくさん盛ってとか、別皿がいいとか、七味がいいとか答えが帰ってくるのがよくあります。このメニューには「これ」、ではなく選択肢があること、聞いてくれる誰かがいて、対応ができるのはユニット調理の良さです。仲間との距離の近さがあるからこそ、もっと、知りたい、もっと美味しく食べて健康でいて欲しいという願いがあります。

適時適温で提供する大切さ

温かいものは温かく、冷たいものは冷たく提供することが食事をさらに美味しくすることだと心がけています。

以前、仲間から「食事が冷たくて食欲が出ないなあ」と苦情がありました。大地の夕食は、全ユニットに厨房職員が配置できないため、支援員が調理場からユニットに運び、テーブルセットまでに時間がかかるので、ご

したため、以前のような選択ができなくなりました。今後は、感染対策をしっかり行つたうえで、可能な範囲で仲間の希望である選択メニューを再実施していきたいと思っています。現在、土曜・祝日の仲間1日出勤の時はお弁当を提供しています。2〜3種類のお弁当の中から選んでもらえるようにしています。

週間献立表(仲間たちの楽しみ)

週間献立表を作成する時には、仲間にとってわかりやすい方法を考え、写真やイラスト付きの週間献立を作成しました。すると、仲間がとても関心をもってくれるようになりました。今でも週間献立を張り替えるたびにすぐに気付いて見てくれて、廊下で立ち止まって見てくれて、仲間も大勢います。そして、献立表の記載を間違えると「祝日の色を赤に変えていない」「献立名と写真が違っている」と、すぐに指摘されることもあります。すぐに見てくれるので嬉しく思っています。

グループホームとの連携

川口太陽の家にはグループホームのオレンヂホームに入居している仲間も通ってきています。オレンヂホームとは仲間の嗜好だけでなく、健康状態を考え食事の面についても連携して、一人ひとりの仲間の状態に合わせて食事を提供できるようにして



川口太陽の家栄養士 澤里 美保子

います。また、川口太陽の家を休んでいる仲間に対して、昼食を提供することもあります。

大切にしていること

食事提供を行うにあたって大切にしていることは、衛生管理を徹底して温度管理をしっかり行う事です。また、仲間一人ひとりの状態に合わせた食形態、食分量、アレルギー対応、疾病対応を行うということと、仲間にとって楽しみの一つである食事を美味しく笑顔で食べて健康になってもらおうということです。そのためにも、仲間一人ひとりの声を大切にして、今後も現場の職員と連携しながら「美味しかった」と笑顔で言ってもらえるように頑張っていきたいです。

飯やおみそ汁等が冷めてしまいましたが、現在は、寸前まで保温庫で温めるようにし、汁物は少し熱いぐらいに用意をして、運んでいます。今まで遅れてきていた仲間が時間前にテーブルに着くようになったのはちよつと嬉しいことです。

希望献立や代替え食、ご当地メニューについて

仲間からの希望メニューや苦手な食事(アレルギー)に対して代替えメニューを提供しています。ここ数年ご当地メニューや、レストランのメニューをまねした献立を考えています。例えば、峠の釜めし風、沖繩のソーキそば風、名古屋の味噌煮込みうどんなどいろいろなメニューに挑戦しています。上手にできたものやご当地の物とは違うものになってしまった物もありましたが、仲間が喜んで「おいしいねー」と食べている姿が嬉しくて、また次の新メニューを考え

摂食会議の開催

ここ数年は、食事を摂ることが難しいケースをたくさん見えています。

大地では、摂食・嚥下の問題について支援員・作業療法士、栄養士からなる摂食会議を設けています。そこで仲間の様子や嚥下状態から見られる食事形態の変更などをそれぞれの専門分野からの視点で話し合い、



厨房の中での変化

実施しています。ここ数年の仲間の高齢化や機能低下から摂食・嚥下の問題が大きな課題になってきています。すこやかプラザにある摂食受診を受け、ドクターの意見を基本軸にして、一人ひとりに合った食事形態、姿勢、時間、口に運ぶタイミング等を確認しています。

摂食会議では食べにくい食材や野菜のカットの仕方、大きさの確認やメニューの改善について意見が上ります。食事形態一つとっても変わってきています。中でもミキサー食はドドロロした形態から、より本来の食事形態に近いソフト食と呼ばれる食事になりました。それは、仲間た

ちの食欲が落ちていることに端を発します。食欲が落ちている原因を探るべく仲間への提供前に看護師や支援員に食べてもらい、提供困難と判断された時は作り直しの指示が出されます。すぐに作り直して改善されたいものが、仲間のテーブルに並ぶようになりまし

「見て美味しい、食べても美味しい」を大事にしています。

私たちの願いは、仲間たちの食事時間が楽しく、待ち遠しく、団欒であり、「また食べたい」と言ってもらえるような、栄養満点の食事をつくることです。もっと仲間のことを分かって、食事以外にも頼りにされることだと思

大地栄養士 伊佐地 征博