

## 特集1 味わう喜びを提供するために

2020年長寿を祝う会の祝賀行事食



ミキサー食

噛んだり飲み込んだりする力が非常に弱くなった方用の形態



きざみ食

噛む力が弱くなった方用の形態



一般の食事（常食）

ふつうの食事形態

め、白染荘では餅そのものではなく、餅に見立てた「粥のゼリー」が入っています。のどにくっつくことなく、安全に召し上がっていただけます。写真で見ると、餅そのものに見えませんが。

おせち料理は「五穀豊穣」や「無病息災」などの願いが込められた料理ですが、「酢バス」や「ごまめ」などの固い料理もあります。白染荘のご利用者にも食べやすいよう、食材を柔らかく加熱したり、包丁を細かくいれたりしています。

**選べるおやつの日**

週に一度「おやつ」や「のみもの」が選べる日を設けています。給食という提供方法では、予め献立が決まっています。ご自身で選ぶことは少ないため、「選べるおやつ」というメニュー提供で、自己決定していただく機会を大切にしています。

「のみもの」は、職員から選出された食事委員が季節やご利用者の希望に沿ったものを考えています。例えば、ある日の場合、抹茶ミルク、すりおろしリンゴ、カフェオレの三種類の中から選んでいただきました。のみもの写真を載せたポス



2020年おせち料理、写真右下がお雑煮

**ひとくちメモ 管理栄養士**

管理栄養士は厚生労働大臣の免許を受けた国家資格です。

病気を患っている方や高齢で食事が取りづらくなっている方、健康な方一人ひとりに合わせて、専門知識と技術をもって栄養指導や給食管理、栄養管理を行います。

## ご利用者に合わせた 食事形態の工夫で 季節や行事を味わう



特別養護老人ホーム白染荘で暮らすご利用者にとって、毎日三度の食事とおやつは、みなさんの大きな楽しみになっていきます。ご利用者の意向を反映させながら、管理栄養士がメニューを工夫し、「食べる力」の状態に合わせて、六つの食事形態で提供しています。

管理栄養士の工夫のポイントを紹介するとともに、「ご家庭で手軽にできる「介護食」として、里芋入りおはぎのレシピとパン粥を紹介します。小さなお子さんでも美味しくいただくことができます。

### メニューの工夫いろいろ 旬の食材や季節料理の提供

ご利用者が育った頃、子育てをしていた頃の食事は、今のような冷蔵冷凍設備を使った流通網が整備されておらず、近場で採れた旬の食材が中心でした。また、「ハレ」と「ケ」の区分けがはっきりしており、「ハレ」の日の食事や節句など季節の節目には、特別な料理を食べることが多かったものでした。このため、ご利用者のみなさんは、旬の食材や季節にちなんだ料理をととても大切にしています。

冬至の南瓜や柚子、節分の大豆や鰯料理、土用の丑の日の鰻など、ご利用者の食形態を考えながら、毎月のメニューを考えています。

### 行事食の提供

毎月一回開催している「食事会」と年間の行事食として「長寿を祝う会」と「新年祝賀会」の昼食は特別メニューとして提供しています。

食事会は、ご利用者の意向を反映させながらメ

ニューを考えています。「お刺身」や「お寿司」はみなさんの好物で、いつもよりも品数が多くてもペロッと召し上がります。

長寿を祝う会は、敬老の日になんて実施しています。毎年、ご家族と一緒に盛大にお祝いしますが、今年は新型コロナウイルスの影響で、ご家族の参加を見合わせていただくことになったのが残念でした。お重に詰めた今年のメニューは、ほうれん草の菊花和え、お刺身盛り合わせ、秋野菜の炊き合わせ、天ぷら、栗おこわ、すまし汁、紅白羊羹です。長寿をお祝いする気持ちを食事に込めました。

それぞれの食形態のご利用者に味だけでなく、見た目でも楽しんで頂けるよう、盛り付けにも気を配りました。

毎年一月一日に開催される新年祝賀会では、おせち料理とお雑煮などを提供しています。お雑煮に欠かせない「餅」は、のどに詰まらせるなど、高齢者にとってはリスクが高い食材です。このた

ターも作成し、ご利用者が選びやすいように工夫しています。

当日は、みなさん真剣に迷いながら「〇〇って飲んだことがないけれど美味しそうね」「私は絶対〇〇！」と、毎回好評なおやつのお時間です。

### 郷土料理の提供

毎月、日本各地の郷土料理を提供しています。出身地のご利用者があると懐かしそうにその土地のことをお話されたりして、話が盛り上がります。