

# 楽しく、おいしく



前田管理栄養士。平成21年4月、足羽利生苑に配属。仕事に取り組む姿勢がまじめで、利用者の方や現場の職員の要望には笑顔で的確かつ迅速に伝えてくれ、信頼も厚い。

『食べること』それは毎日の楽しみのひとつであり、欠かせないことです。足羽利生苑でも食事を楽しみにされている利用者の方が多いです。しかし身体的理由などで口から食べられなくなつた方、制限のある方など自分の思いどおりに食べるここのできない方もいます。

足羽利生苑では、平成22年4月より利用者の方に合わせて、よりきめ細かい栄養管理を行う栄養ケアマネジメントに力を入れ取り組んでいます。

そんな中で栄養士として働く前田さんの仕事に対する思いや望みを聞きました。

## 【気づき】

これまでの取り組みで難しかったことや失敗したこと  
はありますか？

栄養ケアマネジメントを始めた頃は、血液の栄養状態を表す値や体重の変化ばかりに目がいつていました。数

字にしばらくは足りていません。また、職員は安全性を重視するあまり、汁物やお茶にむせにくくするためのとろみを強くするようになっていました。

ある時、「ご家族より「本人は本当はお茶が好きなのでさらつとしてくれるほうが飲みやすいような気がします」との話をうかがい試してみたら、むせずにうまく飲まれました。

このようにご家族の意見をうかがったり、利用者の方の様子を見させていただいたりしていると、栄養がどうのよりもまず、楽しく、おいしく食べていただくことが大切だということに、だんだん気づかされていきました。



直接かかわることで気づきも多い

## 【雰囲気づくり】

取り組みの中で今いちばん大事にしていることは何ですか？

現在、足羽利生苑では月一回の会食を行っています。ユニットごとにリクエストに応じたものを利用者の方と一緒に作っています。

楽しく、おいしく食べるには雰囲気づくりが大切です。みんなでもそば打ちをしたり、の場で大がままでゆがいたり、材料を準備して、すきやき鍋をワイワイみんなで囲んだり楽しみ方はさまざまです。作っている人の顔が見える、会話を楽しむ、音や香りを楽しむ、時には味見をするといったように五感で感じていたいただきたいと思っています。



すきやきの準備中

## 【これから】

今後はどうしていきたいですか？

「以前のように、はしを使って食べられるようになってほしい」「十分長生きしたので、今から胃に穴を開けて痛いことをさせたくない」など家族の思いはさまざまです。本人や家族の思いを大切に楽しく、おいしく食べるケアマネジメントを進めたいです。

今回、前田さんに話をうかがい、これまで知らなかった奥深い思いや望みを知ることができました。思いどおりに食べるのが困難な利用者の方にも「楽しんで」食べていただくため

の環境づくりを大切にしていることが、よくわかりました。これからも利用者の方々に「おいしい」と感じていただける食事が提供できるように、前田さんの今後の活躍を期待します。



すきやきを囲んで家庭的な雰囲気

## ～前田栄養士さん おススメのレシピ紹介～

みんなの広場



### ☆お年寄りにも大人気! 豆乳茶碗蒸し★

#### <材料・4人分>

- ・卵Lサイズ…2個
- ・豆乳…400cc
- ・だし汁…80cc
- ・A…みりん大さじ1、塩小さじ1/2、しょうゆ少々
- ・ささみ…一本
- ・塩・酒…適量
- ・生しいたけ…2枚
- ・赤板かまぼこ…8枚
- ・かいわれ大根(三つ葉でも可)…少々

- ① だし汁はAを入れて沸かし、さましておく。
- ② ささみは一口大にそぎ切りにして、塩・酒で下味をつけておく。
- ③ 生しいたけは3mm、かまぼこは5mmにスライスし、かいわれは細かくぎむ。
- ④ 卵はといて①と豆乳を混ぜ合わせ、ざるでこす。
- ⑤ 容器にささみ、しいたけ、かまぼこを入れ、④の汁を注ぐ。
- ⑥ 弱火で約15分蒸す。
- ⑦ つまようじを刺して透明な汁がでてきたら、蒸しあがっている上にかいわれをのせてできあがり。

#### 【一口メモ】

固いものが食べにくい方には絹こしとうふを入れたり、上からあんをかけたりしても良い(あんの中にほぐしたカニカマや鳥ひき肉をいれてもOK)。