きょうの三食

おもてなしの心をこめて利用者にやさしい食事を

山口県下関市・特別養護老人ホームアイユウの苑
管理栄養士 松宮志真 Matsumiya Shima

施設の概要

特別養護老人ホームアイユウの苑は、関門を海で隔てた九州側の海峡の街、下関市彦島に位置しています。関門海峡ながらに北九州一帯を眼下に望む小高い丘の上に、1995年6月オープンしました。

定員50名、ショートステイ10名のスタートとしましたが、在宅介護支援センター、ホームヘルプサービス、同年8月にはデイサービスセンターを開設され、地域福祉の拠点として力を注いでいます。施設経営は、地域社会全体の福祉を向上させることを使命とする社会福祉法人松美会が行っています。

2002年3月には、地域のニーズに応えるべく、増築棟（新館）を完成させ、定員100名、ショートステイ20名となりました。現在検へ入は、極下でつながっており、入所者も自由に行き来が可能です。施設内にはデイサービスを含め、8つの食堂が配置され、どの食堂からも、窓々の爽やかな緑と青い海が見渡せ、例2階海峡の潮風を感じることができるのです。

また、新館屋上には季節の草花や樹々が植栽された庭園もあり、入所者の憩いの場としても喜ばれております。すばらしい海の眺めと花を楽しみながらの食事やイベント等も企画検討中です。

ISO9001審査登録

当施設では、開苑3年後の1998年より、顧客満足を踏まえた質の高いサービス提供をシステムとして構築し、業務改善と職員の意識向上を目的とした等を目的に、品質保証システムの国際標準規格であるISO9001審査登録への取り組みを開始し、翌年1999年10月審査登録を取得いたしました。2001年11月にはISO9001の2000年版と品質マネジメントシステムの国際標準規格への移行審査も完了し、さらなるシステムの継続的改善に努めております。

当施設の品質方針は「顧客満足から顧客感動へ、"やさしさ"・"真心"・"思いやり"で満ち溢れたなごやかなりのすべてのサービスをめざす」です。栄養管理食事サービス部においてもこの品質方針を念頭に、さまざまな食事サービスを展開しています。

食事の基本方針

日々の健康保持のため、栄養バランスがとれていることはもちろんですが、高齢者の毎日の食生活においては、食事が美味しいこと、食材のやわらかさかさも含めて食べやすいこと、そして例より食事に対して期待感がもて、楽しみや感動があることが大切だと思います。そのためにも栄養管理食事サービス部では、「おもてなしの心を大切に、利用者一人ひとりにやさしい食事作り」を基本方針に、具体的には、以下のようなサービスに取り組んでいます。

食事提供の実際

①美味しい味つけ

どの職員が調理を担当しても、美味しく、一定の味つけに仕上げるために、調味料や調理作業のマニュアルが必要です。献立表・調理マニュアルとして活用できるよう、毎食の反省や残食・検食記録などを大切に、細かい献立修正を柔軟に行っています。

②食材のやわらかさ

繊維の多い野菜や、肉類、豆類、乾物類などは下ごしらえに工夫を抜かず、野菜の下茹でにはスチームコンベクションオーブンを工夫して使っています。煮物もゆっくり煮込め、固い食材もやわらかく調理しています。

③食事量と食形態への個人対応

身体計測等からの個人に応じた栄養所要量ももちろん大切ですが、長年の食習慣による、1回あたりの食べやすい量なども程度考慮することも大切です。とかく食事を残すことは、若端を感じる高齢者は多いものですが（とくに主食）、物のない大変な時代を経験されたからでしょうか、食事を全部食べられた満足感も大切です。主食量は茶碗の大きさ（3種）による、内容量は決まっていますが、それ以外の細かい主食量の対応も中止がある場合は、対応しています。

主食の形態については、二段のほか、さまざまな個数、おにぎりを食等も種類を揃え、オーダーできるようになっています。調食の形態については、一人ひとりの咀嚼や嚥下、食事動作の具合に応じて普通食・一口ざざみ・荒ざざみ・きざみ・ペーストの5形態について対応が可能です。日々の状態によってもうの細かな食事変更ができます。

また、食器・自助具等も一人ひとりに応じて、使いやすい種類、重さなどを選択可能です。当施設では陶器や強化磁器を種類の中に使用しています。軽い メラミン食器や、小分け用の器なども、要望に応じて使用いただいています。

④食事への期待感・楽しみ・感動

食べる前にまず目で見て、食べる意欲や、"美味しそう"という気持ちを引き出せる料理の仕上がりが大切です。知の食材等による季節感、料理の香り、献立の組み合わせ、食材の配色、器選び、盛りつけの美しさなど、食事サービスを担当する職員一人ひとりの細やかな配慮や愛情が、そのまま料理の完成を左右します。「おもてなしの心」を大切にする必要性はここにあるのです。

とくに「器」は料理の演出には欠かせません。購入や管理については担当を決め、「器選び」にも受情を注いでいます。また、当施設では入所者の誕生日に二本人の好物や、食べてみたい料理をお出しするサービスも行い、喜ばれています。ご自分が希望された料理が出てくると、皆さん嬉しそうに召し上がります。

きょうの三食

朝食

基本は二飯食ですが、パン希望の方へも対応しています。朝食の楽しみはやはり温かい味噌汁です。鰹節と昆布でだしをとり、地元の「彦島味噌」を使用します。

昼食

一汁三菜を基本にしています。

知の素材として、スチップエンドウ、つわぶき、たけのこ、水の茶などを使用しました。

夕食

一汁二菜を基本とし、お浦物とフルーツを添えています。肉じゃがやこま和えなど家庭料理が喜ばれます。施設のミントも大活躍！

●朝食

一般食		特別食
飯	精白米	70
味噌汁	だいこん	15
（だいこん・油揚げ）	干しわかめ	0.5
	油揚げ	1.5
	ひねぎ	1
	味噌	10
	昆布だしの素	0.3
	だし	120
炒り豆腐	木綿豆腐	50
	にんじん	7
	たまねぎ	7
	しいたけ	5
	こまつな	0.5
	薄口しょうゆ	4
	みりん	1
	昆布だしの素	0.3
	油	25
梅味噌	梅味噌	5
野菜のおみづけ	きゅうり	30
	キャベツ	15
	しそ の葉	1
	しょうが	0.5
	塩	0.5
牛乳	牛乳	200

●昼食

二段		特別食
二段	精白米	70
味噌汁	麩（麩）	22
（小松菜・生姜・ほ）	小松菜	15
	味噌	12
	昆布だしの素	0.3
	だし	120
焼かぶの昆布じめ	昆布	10
	酒	1
	みりん	1.5
	しょうゆ	5
竹輪の磯	竹輪の磯	3 3
	水の葉	15
竹竹金平	ゴボウ	30
	スチップエンドウ	15
味噌マヨネーズ	マヨネーズ	5
	味噌	1
山菜の炊き合せ	ゆでたけのこ	20
	山菜ミックス	10
	つわぶき	15
	にんじん	15
	昆布だしの素	0.3
	薄口しょうゆ	3

●夕食（つづき）

	砂糖	1.5
	酒	1
	みりん	1
	だし	適量
すりごまにしたがき	きゅうり	35
	しらすぼし	3
	すりごまふかし	15
	砂糖	1.4
	薄口しょうゆ	3
	酢	3
	こまつな	2

●夕食

二段		特別食
二段	精白米	70
かき揚げ	麩	17
	にんじん	7
	薄口しょうゆ	3
	塩	0.3
	昆布だしの素	0.3
	天麩粉	2
	油	120
肉じゃが	牛肉	50
	たまねぎ	40
	じゃがいも	50
	にんじん	30
	あったんじゃく	15
	さやえんどう	5
	酒	3.5
	酒	1
	砂糖	3
	薄口	2
	しょうゆ	5
	昆布だしの素	0.3
	水	適量
ゴまあえ（ごまあえ）	豆もやし菜	45
	にんじん	7
	こまつな	2
	酒	1
	しょうゆ	3
酒物	酒物	3
いちごヨーグルト	ヨーグルト（加糖）	60
	いちご	45

●栄養量

	朝食	昼食	夕食	1日分
熱量	600kcal	700kcal	700kcal	2,000kcal
蛋白質	25.7g	23.3g	21.7g	70.7g
脂質	18.4g	21.4g	21.4g	61.2g
塩分	2.6g	3.3g	2.6g	8.5g