

お米・ごはんの提供に関わるお仕事人の紹介

社会福祉法人健友会 食のセンター



佐藤さん

管理栄養士 公益事業部 部長



田嶋さん

栄養士 主査

(はじめに)

大人数の食事を一斉に提供する「給食」には、学校給食、病院給食、施設給食、社員食堂なども含めて、様々な形態があり、それぞれの現場に応じた工夫があるようです。

例えば、アレルギーや安心安全の観点だけでなく、おいしさ等の食嗜好、体調管理やカロリー計算を踏まえた量目調整、食材原価と調理オペレーションまでを含めて総合的に栄養士さん達が日々の献立計画を立てているようです。

今回のインタビューでは、埼玉県川越市の特別養護老人ホーム「みなみかぜ」での食事提供をはじめ、地域の健康や福祉と密接に関わる社会福祉法人健友会でお仕事をされている佐藤さん、田嶋さんに利用者への食事を提供する際の工夫などをお伺いしました。

◆お仕事の内容を教えてくださいませんか？

（田嶋さん）

献立作成から、食材の発注業務、食器の洗浄まで、主に給食に関わる管理業務全般を行っています。

（佐藤さん）

一人ひとりの身体状況に合わせた栄養ケアマネジメント、配膳・下膳・洗浄業務のサポートなど給食に関する業務や、所属している公益事業部（食のセンター、地域包括支援センター、居宅介護支援）の人員管理業務を行っています。



（※社会福祉法人健友会 HP より）

◆今のお仕事を目指したきっかけや背景を教えてくださいませんか？

（田嶋さん）

大学で栄養学を学び、地域に根付いた取り組みをしている社会福祉法人健友会とご縁があったことがきっかけです。

栄養学を学ぶきっかけは女子栄養大学の創設者の香川綾先生が出演している TV 番組を見た祖母に勧められたことも一つにあります。

（佐藤さん）

田嶋さんとは同じ大学・研究室の先輩後輩の関係で「食生態学」を学んでおりました。私の場合は卒業後、一次予防である健康づくりの分野で主に元気な高齢者と関わる仕事に就きました。その経験から、医療・介護の分野への興味が広がったため今の職場で働いております。食を作ったり、管理したりすることに興味を持ったのは、母の助言があったこと、さらに自分自身が人と接する仕事に就きたいと思っていたためです。

◆お二人が働いていて嬉しい瞬間はどんな時でしょうか。

(田嶋さん)

ご利用者様より、「おいしかったよ」と声をいただいたときは嬉しいです。日々、食事については利用者の皆さんにご意見を伺っており、評判のいいものは次の月も固定メニューにするなど、皆さんの声を大切にしています。

(佐藤さん)

体調を崩した時に、食形態が下がったり、嚥食量が少ない状態、もっと言えば食べられない状態になられる方もいらっしゃいます。その方が徐々に体調が良くなられて食事量が増えたり、食形態が上がって、言葉や表情からその人らしさを感じられた時です。

(※健友会では、「食形態」を提供する食べ物の大きさや柔らかさで4つの分類に分けており、それぞれ、基本の常食、一口大、刻み、舌でつぶせるソフト食、としている。)

◆社会福祉法人の施設での給食、食事提供について伺います。

給食産業には学校給食、事業所給食、病院給食など様々ありますが、社会福祉施設での給食は、どのような特徴がありますか？

(田嶋さん)

先ほども話に出ておりましたが、一人一人に合った食形態に応じて、食事を提供することが特徴です。厨房で調理した食事を盛り付けた状態で配膳をする中央配膳をとっていたり、4～5日前に計画調理した食事を冷蔵保存しておき、前日に盛り付けをして、食べる直前に食器と一緒に温めることが可能である、航空機の機内食で用いられるクックチルシステムという方法での食事提供は特徴的だと思います。東日本大震災をきっかけに、数日分の食事の保存ができるこの提供方法を導入していますが、当日のオペレーション上の負担も少なくスムーズな食事提供につながっていると感じています。

(佐藤さん)

全部食べても、健康に過ごせるように献立を考えておりますので、安心安全な食事であることがまず一つです。当法人には、特別養護老人ホーム、ショートステイ、ケアハウス、グループホーム、デイサービスなど様々な部門の利用者がいらっしゃいます。食事を楽しみに生活されている方も多いので、毎食食べる方、昼だけ食べる方など全ての方々に飽きずに召し上がっていただけるよう、34日ごとに1サイクルでの統一献立を立てています。

◆社会福祉施設ならではの食事提供の特徴がありますね。管理栄養士が施設側あるいは利用者から期待されていることはどんなことでしょうか？

（田嶋さん）

高齢者施設なので、利用者の方が生活されている中で可能な限り食事が召し上がれること。管理栄養士、栄養士、調理師が専門分野を生かし、食事に反映できるよう日々取り組んでいます。業者さんを通じて、あるいは展示会などにも参加して新しい情報、新しい商品を試したりしています。

（佐藤さん）

終の棲家として住まわれている方もいらっしゃるので、身体状況に応じて末永くいつまでも食事を召し上がれるように、医師、看護師、介護士と連携してその人に合った食事内容を検討していきます。主食については、米飯・軟飯・粥・ミキサー粥・ゼリー粥・食パン・パン粥の中から、種類や量を、起床・就寝時間も考慮し朝昼夕食別に調整します。

また、ご利用者は施設を選ぶときに、費用面を気にされる方は少なくありません。当法人は地域の方の必要だという声から生まれた経緯があり、利用しやすい費用設定を意識している側面があります。ですから、食材料費もそこに見合うよう、コストも意識して運営しています。

食材の値上がりが続く中、去年は大きく米の価格も上がりました。対策として色々な可能性を試しております。それまでは食材業者から埼玉県産のブレンド米を購入していましたが、地元の米農家さんから、みなみかぜの目の前の田んぼで採れたあきたこまちを購入するようになり、精米直後においしく食べられる環境になりました。

以前、当法人は地域で高齢者が自立した生活を可能にすることを援助するための、地域づくりへのアプローチとして、冬水田んぼの実践をしていた時期がありました。地元の米農家さんの力をお借りして、利用者さんも一緒になって目の前にある水田の一部で「みなみかぜ米」づくりに取り組み、米づくりが終了した後は法人内のグループホームにてお米の購入は継続していました。

今回、特養・ショートステイ・ケアハウス・デイサービスといった多部門で地域のお米をおいしく食べられることになり、ご利用者からも「全然違う」「おいしい」といった嬉しい声を聞いています。

米農家さんは江戸時代から続いていると伺い、地域で代々守られてきた、その恩恵を受けられることに食の豊かさを感じます。

◆社会福祉施設での「給食」においてお米、ごはんの役割はどんなものでしょうか？

(田嶋さん)

食事の中で一番外せないものだと思います。三大栄養素の炭水化物を多く含んでおり、ミネラル、ビタミンも豊富で、私たちの活動するためのエネルギーを得て、健康的な生活を送るための重要な役割を担っていると思います。

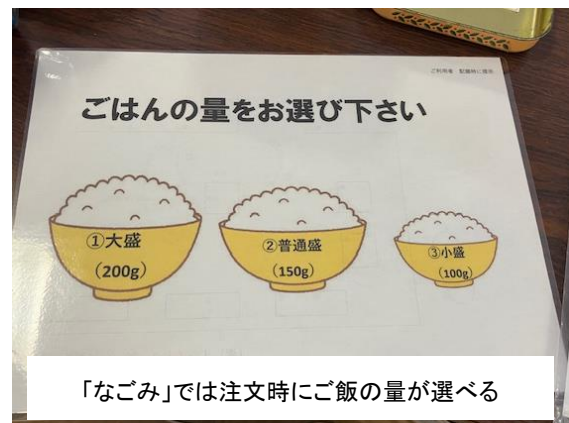
(佐藤さん)

年齢を重ねて咀嚼や嚥下がしにくくなると、おかずをそれだけで食べるよりも、ご飯やお粥と一緒にの方が食べやすい場合があります。お米の味はありますが、基本的に調味されていないからこそ、味付けや水分、形状面でおかずとの相性がよく、食事に欠かせない役割を担っていると感じます。

毎月1回、地域の方がお昼にワンコイン 500 円で利用できる会食会「なごみ」を開いています。子どもから大人まで予約をすれば誰でも食べることができます。コロナ禍での休止期間もありましたが、20 年近く続いています。ここでは、ご飯の量をお茶碗のサイズに合わせて大盛り・中盛り・小盛りから選んでもらいます。ご飯の量を自分サイズに調節できることは、初対面の人であっても一人ひとりに合った量にできる近道だと思います。



毎月開催されるワンコイン会食会「なごみ」



「なごみ」では注文時にご飯の量が選べる

◆利用者の皆さんに好評だったご飯メニューは何があるでしょうか？

(田嶋さん)

月1回のカレーライスは、皆さん喜んで召し上がっているイメージがあります。デイサービスにいらっしゃる高齢の一人暮らしの方も多いので自分では作らないような手間のかかるものであることや、スパイスの香りが何より食欲をそそるのではないのでしょうか。変わりご飯(ゆかりご飯、菜飯、炊き込みご飯等)も喜ばれます。

(佐藤さん)

毎年6月30日には夏越しご飯を提供します。雑穀米のご飯と天ぷら(かき揚げ)おろしだれに生姜を加えてさっぱりとおしく召し上がれます。クリスマス、節分などイベントや行事にちなんだメニューを提供しますが、人気があります。お正月や敬老の日のお赤飯は、嚥下の心配があるので通常のもち米ではなくうるち米で炊飯しています。



敬老会 小豆ご飯



クリスマス シーフードピラフ



ひなまつり 鮭菜ご飯



みなみかぜまつり 栗ごはん

◆これまでご提供されてきたご飯メニューのなかで苦労されたご飯メニューはありますか？

（田嶋さん・佐藤さん）

看護師から便秘の方が多いので食事では何か工夫できないかと言われ、食物繊維を増やせるよう米粒麦を加えてご飯・お粥を炊いています。開始準備の際に、麦や水分量の割合、ミキサー粥やゼリー粥を作るときの硬さの影響、コスト面などの調整に苦労しました。

◆食事から利用者への柔軟なサポートを求められているのですね。さらに、これから挑戦したいごはんメニューなどありますか？

（田嶋さん）

利用者の方が食べられる・食べたいという要望があれば提供していきたいです。

（佐藤さん）

米農家さんから、分づき米を提供できると伺ったので、食感や硬さなど試し可能性を模索していきたいと思います。

◆最後に、施設給食に関わる方への応援メッセージをお願いします！

（田嶋さん・佐藤さん）

感染症や人手不足の中、いろいろな工夫をしながら食事提供されている日々と思います。なかなか厳しい状況の中ですが、知恵を出し合い、共に頑張っ

（おわりに）

社会福祉法人が、単なる居住施設を利用者に提供するだけではなく、地域の方々と関わりながら一緒に暮らしていく姿を実現している様子を、会食会や米農家さんとの交流のお話から感じました。また、主食であるご飯も食形態に応じて様々な調理の工夫を行い「いつまでも美味しく食事を召し上がっていただきたい」というお二人の言葉からも、地域の健康と福祉を支える社会福祉法人での食の大切さを学ばせていただきました。あらためてお二方に感謝申し上げます。

以上