

支えあって ふれ合って…

絆の杜

No. 39

2014. March

社会福祉法人

光道園



特集「食」

光道園のおいしいものの召し上がれ

食事を通じた関わり

第二光が丘ハウス（盲養護老人ホーム）四階フロアの食事について紹介します。普段食事は温冷配膳車で運ばれてきますが、今年度より、平日の昼食にフロアの中で炊飯器を使ってご飯を炊いています。食事を楽しみにされている利用者の方が多く、美味しい炊きたてのご飯を食べていただくことと取り組みが始まりました。それに伴い茶碗も陶器に換えました。

初日、早速炊き立てのにおいを感じられたのか、感想をお聞きした所、「あんまり、おいしくない」との声が聞かれました。期待が外れとても残念でしたが、一方で、茶碗自体を気に入られた方、利用者の方自ら茶碗洗いをキッチンで

されるような場面も見られました。また、ご飯を盛る時の量のさじ加減や熱



さ加減など、声かけしながら自然な関わりが出来るようになりました。今では茶碗洗いは一部争奪戦です。施設という共同生活の中で、自らの役割を担って生活されている皆さんを見て、とても誇らしげな姿だと思いました。

また、日中の余暇時間でフロアキッチンを使い、一緒に料理なども行っています。最近ではお菓子作りを二人の利用者の方と一緒に行いました。二人とも弱視と全盲の視覚障がいの方でしたが、カップケーキの生地を混ぜたり、カップに盛り付けたりと、上手にされ

ていました。もちろん、出来上がりを「食べる役」の利用者の方もいました（笑）。自然と笑い、皆で会話をしながら食べる。当たり前のことなのかもしれませんが、とてもあたたかい雰囲気、心地よい空気を感じました。

「食事」と一言で言っても、食べる、作る、配る、片付ける、話すなど、様々な一面があるものだと思います。自分自身今まで「食事＝食べること」だけに捉われていましたが、広い視点で「食事＝食べる＋α」があることを気付かされたと思います。そこには関わりもあれば、それぞれの役割もあります。食事を通じた関わりの中で、今後もたくさんの温かい雰囲気を利用者の方と一緒に作っていききたいです。

文 高野福祉一課 松ヶ谷佳弘
撮影 // 松宮 由美



特集 「食」 光道園の美味しいもの

食を楽しみたい 食で感動したい 人に良とかいて食になります
今号は食の特集です 光道園の美味しいもの召し上がれ

絆の杜

3
March
2014

No.39

- 表紙 第二光が丘ハウスお菓子作り!!
- 2 食事を通じた関わり
- 3 光道園の食と栄養 ~食べることは生きること~
- 4 光道園の人気メニュー大集合

- 6 フ・クレール おいしいパン・クッキー大集合
- 8 求食探訪
— ライトワークセンターの食を訪ねて—
- 10 ライトホープセンター待ちに待ったすき焼き会
- 11 災害に備えた非常食提供の実践

食は生きること



ライフトレーニングセンター

管理栄養士 鷺田 弘子

利用者の方にとって毎日三回の食事は楽しみであり、生活リズムを整える大切な生活の一部分になっていきます。その大切な部分を担うのが栄養士ではありますが、食事を作る調理師や配膳や食器洗いをする調理員、また食事を食堂で配り食事介助や見守りをしている介護職員や生活支援員、健康管理をしている看護師など施設全体で利用者の方の大切な「食」を守っています。また「空腹は最大の調味料」といわれますが、運動や水分摂取、排泄の有無も美味しく食べるための大切な要素になっています。栄養士は利用者の方の嗜好や声を聞き、残菜量などを見て美味しい食事の提供に努めています。栄養マネジメントも大切な業務の一部になりました。

利用者の方の健康の維持増進をはじめ、生活習慣病予防や重症化予防、低栄養予防、最近ではサルコペニア（筋力低下）予防に栄養の大切さが叫ばれ、栄養士の専門性を生かしています。

また、利用者の方の高齢化に伴い、摂食嚥下困難者が増加していることから食事形態を工夫して美味しく安全に飲み込むことが出来るソフト食の提供を目指しているところです。

光道園は、障がい者と老人の施設がありますが、特に障がい者の方は、全国各地から利用されている為、全国郷土料理の日を月一回設けています。入所期間が長い利用者にとって故郷の味は「懐かしかったよ。」とか「今度は何県？」などと楽しみにしていらっしやいます。

また、高齢者の方は若い時に作ったものを一緒に作ると、とても喜ばれます。その一つが「ほおば飯」です。職員が山へ出かけてほお（朴）の葉を採取し、きな粉と熱いご飯を包みます。ほお（朴）の葉の香りと甘いきな粉ご飯が絶妙なコラボレーションをかもし出し季節感溢れる一品です。

さて光道園の人気メニューは何と云っても「カレーライス」です。大きな鍋で多くの具材を煮るカレーライスは他では食べられない美味しさです。いろいろなカレールーをミックスして独自の味を出し、隠し味でりんごを入れることは昔から変わっていません。

私が就職した頃は「給食」として一人一人の嗜好や食事形態の工夫があまりありませんでしたが、福祉制度が措置から契約に変化した頃から「食事」として、その方に合った内容が求められるようになり、一部では少人数で調理をして、ユニットでご飯を炊くなど、より一層の家庭的な雰囲気です。また一方で適時適温の食事が大切になり大型の温冷配膳車で食事を提供するようになっていきます。いずれにせよ利用者の方に美味しい食事を食べていただき、その人らしく元気で生活を楽しむことができるように、そして最後まで美味しく口から食べられるように、これからも皆で光道園の食事を作り上げて行きたいと思えます。



光道園の 人気メニュー 大集合

栄養士さん
おすすめ



うな丼

うな丼
天ぷら
、そ
味しさ
季節
ます。
人気



栄養士
川原 美保



栄養士
上山 順子



ライトホープセンター カレーライス

ライトホープセンターでは、カレーライスが人気です。チキンカレーやシーフードカレー、ハンバーグや目玉焼きカレーなどいろいろなカレーをお出ししています。行事食ではカレーバイキングをするなど皆さんカレーが大好きです。



管理栄養士
土田 真弓



光が丘ワークセンター 卵とじカツ丼

カツの食感を生かすために、揚げたトンカツの上に玉葱と三つ葉の卵とじをドーンとのせます。利用者からは「おいしいわ」「さっぱりして食べやすいわ」との声が聞かれます。



管理栄養士
佐々木麻須美

ライトワークセンター 海鮮丼



栄養士
伊藤 茜

冬期限定だけあって、盛りだくさんの具材に大満足\(^o^)/
愛情がたっぷりこもった料理は、どれも人気が高いです!!



光が丘ハウス 天丼



管理栄養士
山下 悠

ハウス厨房からは天丼・うどんをご紹介します。エビと野菜の天丼や甘タレで仕上げたうなぎの下に白く光るご飯が美味しさを引き立てます。野菜は季節により旬のものを使い、利用者の皆様に喜ばれるメニューです。

ライフトレーニングセンター ボルガライス

30年以上前から越前市の武生地区で親しまれているボルガライス。オムライスの上にトンカツ、そしてデミグラスソースという組合せはお肉好きの利用者の皆様に大人気!



管理栄養士
山本 沙耶香



手づくりパンとお菓子のお店

Fru.Clair

フ・クレール

おいしいクッキー大集合

店頭に並ぶ商品は、日替わりのラインナップ。新商品も続々登場!!

惣菜パン

ウイナーパン

ウイナーとケチャップ、マヨネーズが相性抜群

コロッケパン

コロッケ+パン
=学生満足度100%

ピザパン

ポーノ!!
本場イタリアの味。

うぐいすあんぱん

お花見のお供にどうぞ!

アップルカスタード

りんごの甘酸っぱさにはまります!

菓子パン

キャラメルコーヒードениッシュ

新商品!
ほろ苦さが、大人の味。

つぶあんぱん

あんにこだわり、生地にこだわり。

チョコチップカスタード

チョコチップのつぶつぶ食感にこだわりました!

チョコクリームパン

チョコの美味しさにベルギー人もびっくり!

グラハム食パン

こだわり過ぎて、火の木限定販売!!
(前日予約可)



スノーボール

不動の人気!!
プレーン・珈琲・抹茶・いちごの
5種類のラインナップ



スティックケーキ

5種類の味があります。
コーヒー・紅茶との相性
抜群!!



ブラウニー・ スティックケーキ

ブラウニー

クーベルチュールチョコ
シートが入った濃厚な
ブラウニー。

チーズケーキ

フランス産キリクリームチーズ
を使った濃厚な味。



チョコラスク・ ホワイトチョコラスク

製造工程からこだわっています。
チョコシートの甘さとラスクの
軽い食感が最高です!



営業時間 午前10時～午後5時
定休日 土・日・祝日

〒916-0146
福井県丹生郡朝日町1丁目504番地
Tel.0778-34-8801 Fax.0778-34-8831



第6回 SELPスキルアップコンテストにて準優勝



昨年十一月十四日、県社会就労センター協議会主催の第六回SELPSスキルアップコンテストが行われ、四月からフ・クレールで働き始めた高松のぞみさんが私の主張部門で「私の仕事」という題名で発表され準優勝に輝きました。

高松さんは、店舗にてレジを担当される看板娘の一人です。電動車椅子を自由に操作して開店前には店舗準備を行い、十一時すぎには外部販売の仕分け、午後からは電卓検定一級、ワープロ検定三級の腕前でレジの集計や、販売記録などの事務も行っていきます。



求食探訪

ライトワークセンターの食を訪ねて

今回は、ライトワークセンターでの、食事への取組みについて、利用者さん、調理員さん、栄養士さんの三名にお話しをお聞きしました。

ライトワークセンターでの食事の取り組みで、まず、『リビング食事』について、どのような内容か教えて頂けますか？

伊藤「『リビング食事』では、食堂とは違い、少人数のグループでの食事となります。環境も、普段の生活の場で使っている各リビングや喫茶ルームを活用し、職員と利用者の方がゆっくりと食事をしながら、話を弾ませながら、家の食卓を思い出させるような家庭的な雰囲気大切にしています。食事の内容も、目の前で調理できる食事、例えばホットプレートを用い、近頃のお好み焼きや焼肉、最近では、自治会からの希望のメニューなども取り入れています。準備や片付けなども、利用者の方と一緒にしています。メニューも利用者の方からの希望なども取り入れ

ています。
『リビング食事』が始まって一〇年位経つかと思うのですが、皆さんの評判はどうですか？



リビング食事会の様子
みんなで、ハンバーガー・ホットドックを作りました。

西家「家庭的な雰囲気という事も大事ですが、準備や洗い物などの片付け等をする事で、自分の役割を持った事が私としては、大きかったかなあ。

「家庭的な雰囲気とは、食べる事もそうですが、食事の準備や片付けなど全てに係わる事も大きな意味だったんですね。自分がしていた事を思い出し、再び、実感できる場として、『リビング食事』が

もつ意味は大きいですね。
次に『お好みメニュー』についてどのような内容か教えて頂けますか？



栄養士：伊藤茜さん
『美味しいものがある所に伊藤栄養士あり』

伊藤「月・水・金の昼食のメニュー、五種類を当日の朝に選んでもっています。その日の昼食時は、いつもの食事の風景とはまた違い、活気に溢れています。

『お好みメニュー』の評判は？

西家「五種類のメニューがあるのでも、お好みメニューの日を楽しみにしている方も多いです。最初の頃は、メニューに迷う人もたくさんいました。
ワークセンターの食堂は、オーブンキッチンになっていて、利用者さんと調理員さんが顔を合わせたり、身近に感じられますね。



利用者代表：西家二三代さん
『調理クラブにて、料理の腕も磨いています！』

田楚「利用者さんの顔が見える事での接点は増えましたね。



お好みメニューの風景

伊藤「下膳される方の「ごちそうさま！」の声も聞こえますよね。

田楚「調理場から顔が見える事で、皆さんの食事の反応が直に伝わるのは大きいですね。

西家「朝礼が食堂であるんですが、料理をしている音や匂いなどがしてきて、「今日のお昼はなんやろ



調理師：田塾さん
『人に心、花に水、料理は愛情！』



屋台ラーメン
職員も楽しみにしておりました！！

なあ。」という楽しみはあります。
「調理を提供する側としてのこだわりはありますか？田塾さんって以前は、料亭で調理もされていた料理人さんなんですよね。
田塾」一番の想いとしては、「本物に近い味を提供したい」と思っています。そして、その想いが実現できたのは、栄養士さんであり、現場の職員さんであり、利用者の方など、たくさんの方の協力や理解があるからこそ、今のようない事が提供できていると思っっています。やっぱり美味しいものが食べたいっていう気持ちですが、みんなの共通した思いだったのが、大きかったですね。

「皆さんの『食』への関心が高かったからという事ですね。
田塾」調理師として、利用者の方の健康管理もとても重要です。でも栄養面だけの食事では、お腹は満たされないんじゃないかと思っています。私は、『美味しくって、栄養のあるもの』を皆さんに食べて頂きたいと思っています。そして、少しでもそこに、私のこれまでの『経験』をプラスできたらと思っています。
「田塾さんの食事に対する愛情が隠し味みたいなものですね。
先日は、ワークセンターに、屋台ラーメンが登場して良かったですよね。凄く良いなあと思っって見てたんですが。
西家、和田町に移転する前、石田町の光道園の時に、屋台ラーメンが来てた事がありました。

「僕には新鮮だったんですが、皆さんには懐かしい風景だったんですね。
西家」寒い中、食べるラーメンは、美味しかったわあ。
「いつもと違った雰囲気もまた、食事を美味しくさせてくれますよね。
最後に、三人にとって『食』とは何ですか？
伊藤」お腹も心も満たされて、元気の源になるような食事を提供していきたいと思っています。
西家」毎日、美味しい物を食べればたら良いなあと思っっています。いろんな食事の行事がある事も楽しみにしています。
田塾」食事を作る上でのこだわりはずっと変わりません。利用者の方との距離が近い分、もっと美味しいものを食べてもらいたいという想いが強くあります。私たち、調理師も、利用者みなさんの生活を支える一人として、また、私自身としては、これからも料理人時代の「こだわり」を持ち続けて、

「今回は、ワークセンターを取り上げさせてもらいましたが、光道園では、障がい、老人各施設共に、様々、工夫を凝らした『食事』を提供しています。
利用者の皆さんに愛される『食』を目指して、これからも光道園はいろいろな取り組みをしてきたいと思っっています。
厨房から皆さんの『美味しい笑顔』を見守っていききたいと思っっています。」



3人の『美味しい笑顔』
ごちそうさまでした。

インタビュー 企画調整室 青山 直人
撮影 企画調整室 青山 直人他



ライトホープセンター 待ちに待ったすき焼き会

暖かい日が続き、春の気配が感じられるようになりました。すき焼き会が開かれた頃は、寒さが厳しく、アツアツのすき焼きを食べるには、びったりの時期でした。

今年度、援護一課に異動になり、わからないことも多く、当日を迎えるまで、私には実感がわかなかったのですが、利用者の方は本当に楽しみにされていました。

普段と違った食堂の雰囲気の中、ワクワクしながら参加しました。私たちのテーブルにはボランティアの方、厨房調理員の方、他の課の職員が応援に駆けつけてくれました。

テーブルにはすでに高そうなお肉や野菜がぎっしりと用意されています。徐々にすき焼きの匂いが食堂中に漂い、利用者の方は待ちきれないといった様子で賑わっていました。利用者の方は年に一度のすき焼き会という事もあるのが、会話を楽しむというよりも食べるのに夢中でした。

利用者の方の食べるスピードに追いつけず、作るのに精一杯の私に、ある

利用者の方が「職員さん食べているの？一緒に食べようよ。」と声をかけてくれました。作ることに精一杯だった私に利用者の方が声をかけてくれたことで、ふっと力が抜け、利用者の方と一緒に家庭的な雰囲気鍋を囲み、一緒に味わうことが出来ました。

味付けは単純だったけれど、私が作ったすき焼きを「おいしい。」と言って食べてくれることを素直に嬉しく思いました。

いつもは、あまり食べない利用者の方が、たくさん食べて笑顔になっている姿を見て、すき焼き会など、目の前で調理して出来たてを食べる事が、みんなにも利用者の方の楽しみになっているのだと感じました。

私は行事というと、準備等で忙しく行事自体を楽しむ気持ちの余裕はありませんでした。でも、私自身が一緒に楽しむ事が利用者の方の楽しみにもなる大切な時間だと気付きました。やっぱり、みんなで食事するのはいいですね。

災害に備えた 非常食提供の 実践



東日本大震災から、早三年が経ちました。この三月十一日という日を忘れないように、光道園では鯖江事業所・朝日事業所の各事業所において、本番さながらの非常時想定のお食事の提供をさせていただきました。

朝日事業所では、ライフライン遮断を想定して訓練を行い、備蓄してあった非常食で普段常食の方には、カレーライス・ポテトサラダ、粥食の方には、豚汁・ポテトサラダを用意し、それに加えて賞味期限の近い牛肉の大和煮缶とけんちん汁も、一緒に作りました。

朝、利用者の方・職員それぞれの人数確認から始まり、障害者施設と養護老人施設の倉庫にある非常食を、職員が手分けして取りに行き、非常食作りがスタートしました。各課職員の応援のもと、ご飯とカレーを作る班・ポテトサラダと牛肉の大和煮・飲み水を配

る班に分かれて作業をしました。また、

カセットコンロだけでは限界があるのではないかと、練炭コンロで火をおこしました。ほとんどの職員は非常食も練炭も

見たことがなく、戸惑いながらも真剣に取り組んでいました。

この非常食を作るに当たり、予めタイムスケジュールを作成し、誰が見ても

わかるように、全課の利用者の方の食事形態も整理し各課に配りました。非常時でも大切なのは、その利用者の方に対して、出来るだけ普段の食事に近づけた形態で、提供出来るよう工夫していくことだと思います。

色々な準備をして今回の非常食提供に臨みましたが、反省する事柄が多々出てきています。それらの問題点や疑問に思うこと、どんな失敗があったかを、皆で共有して次に活かすことができるよう見直していきたいと思えます。

最後に、利用者の方には事前に了承を得てはいましたが、不便な食事にも関わらず苦情等もなく協力的で、また職員が一丸となって取り組めたことも感謝したいと思います。



文 総務一課 上山 順子
撮影 // 榮 晃彦



昨年も多くの皆様から、開運干支「夢午（うま）」をお求めいただき、誠に有難うございました。さて、新年に入り「陶華星」では、新商品の「ミニがおー」、「ブチがおー」の製作に励んでおります。こちらの商品はペーパーウェイト、置物、お守りとしてお使いいただけます。そもそも、この「がおー」は、陶華星の利用者の方が夢や希望をもちながら意欲的に作業されている姿がモデルになっています。作業をする上で、自分の仕事が思うようにできない、年を重ねることのできる仕事が少なくなるなど、悔しさやもどかしさを感じることも少なくありません。しかし、それでも意欲的に作業できるのは、働く喜びや「自分の仕事は自分にしかできない」というやりがいをもっているからです。「がおー」を通じて、これらの利用者の方の思いや強さを表現し、少しでも皆様にご理解いただければ幸いです。

のぞみ工房 陶華星 〒916-8585 鯖江市和田町9-1-1 光道園ライトワークセンター内「陶華星」
TEL (0778) 62-8103 FAX (0778) 62-3775

社会福祉法人 光道園

社会福祉法人 光道園 法人本部
鯖江市和田町9-1-1

障害者支援施設 ライトワークセンター
鯖江市和田町9-1-1

障害者支援施設 光が丘ワークセンター
丹生郡越前町朝日22-2-2

障害者支援施設 ライトホープセンター
丹生郡越前町朝日22-3-1

障害者支援施設 ライトトレーニングセンター
鯖江市和田町9-1-1

日中生活介護事業 たねのいえ
鯖江市和田町9-1-1

障害者支援センター こうどうえん
鯖江市和田町9-1-1

養護老人ホーム 第一光が丘ハウス
丹生郡越前町朝日22-7-1

養護(盲)老人ホーム 第二光が丘ハウス
丹生郡越前町朝日22-7-1

特別養護老人ホーム 第三光が丘ハウス
丹生郡越前町朝日22-7-1

通所介護事業所 デイサービスセンターさざんかホール
丹生郡越前町朝日22-7-1

訪問介護事業所 ヘルパーステーションさざんか
丹生郡越前町朝日22-7-1

居宅介護支援事業所 さざんかホール
丹生郡越前町朝日22-7-1

越前町障害者支援センター さざんか
丹生郡越前町朝日22-7-1

共同生活援助事業所 とらいと
丹生郡越前町朝日1-505

就労支援事業所 フ・クレール
丹生郡越前町朝日1-504

<http://www.kodoen.or.jp>

光道園