

1987年7月15日第三種郵便物認可（毎月1回1日発行）
1999年4月1日発行 ヘルスアンドライフ第171号

ヘルスアンドライフ

美年からの健康と生活の情報誌

H&L

Health & Life

1999
April

4

生活習慣病特集

ピロリ菌との関係も見逃せない
胃・十二指腸潰瘍、胃がん





温かい食事をお年寄りの家庭に届ける 配食サービス

潤生園(神奈川県小田原市)

配食(給食)サービスは、一人暮らしなど食事作りが大変なお年寄りの食生活をサポートする福祉サービスのひとつです。今月は、365日の配食サービスを行っている神奈川県の特
別養護老人ホーム・潤生園を訪ねました。

毎日欠かさず配食する目的は、お年寄りの栄養障害を防ぐこと

潤生園では、365日毎日欠かさず配食サービスを行っています。お年寄りの利用状況は、毎日、週2〜3回、昼夜2食などさまざまです。

「お年寄りは栄養が不十分だと病弱になり、場合によっては寝たきりになることもあります。そのような事態を避けるためにも、しっかり栄養管理された食事は重要です。うちのお弁当は、1日に1食しかとれなかったとしても栄養障害にはならない、という考え方で作っているんですよ」と語るのは潤生園の時田園長。

一方、サービスを利用するお年寄りからも「体調がよくなった」「食事を作れないので助かっている」などの声が聞かれます。

お昼のお弁当の配食は毎日午前11時前後に出発します。配食スタッフは調理の終わったお弁当を車に積み込み、正午までの約1時間で、温かいうちにお年寄り宅に届けます。



玄関でお弁当をわたしながら、「お変わりございませんか」と声をかける配食リーダーの石橋さん



調理スタッフは栄養士指導の献立をもとにお弁当を作る。ごはんも1人分の量を計ってからお弁当箱に入れる



配食スタッフは効率よく回れるルートを毎日チェックして、温かいお弁当を届ける工夫をする

お弁当を届けながら言葉を交わし、お年寄りの元気を確認する

配食スタッフが玄関から「こんにちは」とあいさつすると、待っていましたとばかりにお年寄りが顔をだします。玄関先まででてこれられない、からだの不自由なお年寄りに届けるときは、声をかけながら家に入り、ベッド脇までお弁当を持って行きます。

お弁当を届けるときは、お年寄りの生活の変化や健康状態を確認するのも重要な仕事のひとつです。配食を行う車には無線が設置されていて、万が一緊急事態がおこったら、すぐ連絡できるようになっていています。

「以前、お弁当を届けたときに、声をかけてもお年寄りからの返答がなかったもので、連絡をとって介護スタッフに来てもらったことがありました。そのときは救急車をすぐ手配し、事なきを得ましたが、お年寄りは急に容体が変わることがあるので、毎日顔を見て一言でも言葉を交わすことが大切だと改めて認識しました」と配食を統括している石橋さんは語ります。

配食サービスは、食生活をサポートする以外にもさまざまな役割を果たしているといえるでしょう。



お弁当は栄養のバランスがいいだけでなく、見た目もおいしそう

お年寄りの健康状態や好みに応じて、糖尿病食や減塩食、きざみ食などの特別食も作る。食べ物を飲み込みにくいお年寄り向けの、食材をすりつぶしたものを寒天やゼラチンで固めた「介護食」は時田園長のオリジナル



きざみ食の利用者には、お弁当スタイルでは食べづらい障害があることも。そんなお年寄りの希望にこたえて、ひとつずつ別の容器に入れることもある



石橋さんは配食兼調理スタッフ。直接お年寄りの声を聞くことができ、それをお弁当作りに生かす。「きのうのごはんは、少し硬かったよ」といわれることもあるとか

配食(給食)サービス

全国の自治体やボランティアグループなどが各地域で実施している。一人暮らしのお年寄りや高齢の老夫婦世帯を対象としている。配食回数は週1~2回から毎日までさまざま。サービスについての問い合わせは、地域の社会福祉協議会または自治体の高齢福祉担当窓口へ。

潤生園の配食サービス

潤生園は、特別養護老人ホームやケアセンターなどを併設する高齢者総合福祉施設で、1992年に配食サービスを開始。当初から、毎日の配食を行っている。利用料1食400円。

●連絡先

神奈川県小田原市穴部 377
☎0465-34-6001

利用しているお年寄りは…



「1人分の食事を作るのは大変だから、助かっています」

私は2年前に夫を亡くし、今は一人暮らしです。1人分の食事を作るのは大変なので、お弁当を届けてもらってとても助かります。お弁当のおかずには脂っこいものはほとんどなく、薄味で煮物や魚が多いのもうれしいですね。

お弁当を届けてくれる職員の方とお話するのも楽しみのひとつです。一人暮らしだから、話し相手になってくれる人がいるとありがたいですよ。