［潤生園ニュースレター］

vol.6

2023

うるる

特集

生きるよろこびは口からはじまる

いつまでもお口から、おいしく安全に。
人生の満足につながる「口」を守り支える方々に
お話を伺いました。

対談

AIが支援する介護の未来［後編］

三枝亮（神奈川工科大学 創造工学部 准教授）× 時田佳代子（潤生園理事長）

生きるよろこびは口からはじまる

潤生園と人　加藤明美さん

はじめに

食事は五感の全てを刺激し、心身の機能を活性化させ、気力や体力を保つうえで、最も直接的な介護です。そのため潤生園は創設以来『食はいのち』という理念を掲げ、食事ケアを重視してきました。

（『潤生園の原点』所収「食はいのちをつなぐ」より）

おいしく安全に召し上がっていただくため国の制度に先駆けて口腔ケアを手がけた時田純前会長。

本号のうるるでは、その信念を引き継ぐ歯科衛生士のお仕事とAIを駆使する次世代のケアを取材しました。

うるる編集部

昼食どきの特別養護老人ホーム潤生園。ご利用者さんのお名前がそれぞれ入ったコップや歯ブラシが並んだ廊下に、お食事をされる様子を見つめる白衣の女性の姿があった。医療用のカートに手を掛ける歯科衛生士の加藤明美さんだ。

「口の健康」を見守る

「こんにちは、Sさん。歯磨き、お手伝いしてもいい？」。

食事が終わり、コップを手に取ったご利用者さんに加藤さんが声をかける。Sさんはなにかを伝えたい様子だ。「痛いの？ ちょっとお口の中を見せてくださいね。あー、わかった」。上の歯茎に下の歯があたるらしい。「ここが痛いんでしょう」。

Sさんに口をゆすいでいただくと、加藤さんはおもむろにパンダの絵が描かれたカードを手に取った。「いつものベロ体操、やってみましょうか」。

パンダのパパパパパ、と加藤さんが声を出すと、慣れた様子でSさんも続く。パンダのあとは、タヌキ、カラス、ライオン、大きな声で滑らかに復唱するSさんに加藤さんが笑顔を向けた。「いいですね。GOOD！ 元気なお口です」。痛いほうをぐっと噛み締めないようにね、と伝えると、Sさんは納得した表情になった。

歯や舌の状態や動きをチェックする「口腔衛生管

理」。特養では加藤さんを含む二人の歯科衛生士が、100人のご利用者さんの口の健康を見守っている。潤生園全体では現在4名在籍する歯科衛生士が、来年度からもう一人増員となる。非常に手厚い布陣だ。

故・時田純会長の「人生の最後まで口から食べるケアを」という強い信念のもと、潤生園では1980年代から嘱託の歯科医師を置いてきた。初代嘱託医難波正明先生の訪問治療助手として1982年に潤生園と出会った加藤さんは、2002年から非常勤の歯科衛生士として現場の口腔ケアを支えている。

「私が勤め始めた当時でさえ、高齢者施設で歯科を重要視しているところはまだほとんどありませんでした。そのさらに20年前から潤生園では施設内に街の歯医者さんと同じことができる設備があったんですから、驚きでしょう」。

施設での口腔機能維持の大切さが広く意識され始めたのはここ10年ほど。制度の後ろ盾がなくても必要なケアなら取り入れなければ、という会長の情熱が、今も加藤さんを励まし後押しする。

人生の満足につながる口

虫歯や痛みに対処する診察だけでなく、ブラッシング指導などの「お口の健康を保つ日々のケア」が加わり、現在は食事の際の口の動きから飲み込み「摂食・嚥下分野」まで、加藤さんの関わりは広がっている。どのくらいの硬さのものが召し上がれるか、むせないか、うがいはできるか、お一人おひとりの状態を現場の介護職員や管理栄養士と共有し合い、アドバイスする。「人生の満足につながる口」を支えるのが、加藤さんの仕事だ。

「おいしく召し上がれましたか？ さあ、お口のマッサージをしますね」。自分でうがいをするのが難しいご利用者さんには唇や舌を刺激して唾液の分泌を助け、「動く口」「きれいな口」を保つ。

「口ってとても敏感な器官だから、驚かせないように少しずつ、お話をしたり、肩やお顔のマッサージをしたりして。最初は嫌がってやらせてくださらなかった方も、数ヶ月もすると不思議にね、お口を見せてくださるようになるんです」。そしていつからか、楽しみにしてくれるようになるのだという。

「ケア」か「キュア」か

治療が必要となれば、現嘱託医の辻村文也先生と連携する。歯の治療は、だれだって緊張するもの。「以前ね、ある虫歯のご利用者さんに詰め物をさせていただいたところ、あとからその方が興奮して大変だったのよ、と介護職員から聞いて、ご負担をかけてしまったと反省したんです。私たち医療側から見てしたほうがいいと思う治療でも、目の前のご利用者さんにとってそれがベストとは限らない。本当にキュア（治療）が必要なのか、ケアで留めたほうがいいのか、それを考えることが私たちの仕事だなって」。

認知症が進んで入れ歯を受け付けなくなった方には、外しても食べやすい食形態を管理栄養士と相談する。三度の食事の間のお茶も、口腔衛生的には甘みがないほうがいいとされているけれど、「日々の楽しみだって大切ですよね。ココアやジュースを楽しみたい時は飲んでいただいて、その後、磨いて差し上げればいいじゃないって、今はそう思います」。

生きる喜びを支える

現在は潤生園勤務と平行して2ケ所の歯科医院で歯科衛生士を務めながら、地元で志を共にする看護師や歯科医師、社会福祉士とともに、最後まで自分の口で食べることを目指して多職種で活動する「口福会」という組織を立ち上げ、研究活動も行っている。

生きる喜びをお口の健康と安全で支える衛生士の仕事が大好き、と話す加藤さん。「一年で360日くらい働きたいわ」と、とびきりの笑顔を見せると、足早に午後からの勤務に向かっていった。

加藤明美さん
（歯科衛生士）

歯科衛生士の資格を取得後、難波歯科（小田原市）で勤務。当時、潤生園の嘱託歯科医師だった難波正明医師の助手として高齢者口腔ケアと出会う。結婚で一度職を離れ、復職。2014年より潤生園嘱託歯科衛生士。ご利用者の口腔ケアの中枢となる摂食嚥下ケアのプロフェッショナル。

「食はいのち」を受け継ぐケア

お口の健康を守る歯科衛生士の方々に
日誌を書いていただきました！

2022年 10月10日 – 11月25日

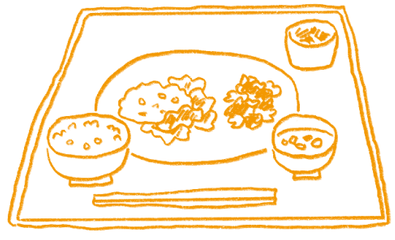
10月10日［月］
デイサービスご利用者の口腔機能訓練に向かう。個別対応でお口の状況を見ると、歯医者には行きたいけれどひとりでは行けないし、なんとか食べられているからこのままで大丈夫！とおっしゃる方がとても多い。入所してから義歯調整や虫歯の治療をしても、口腔機能が低下していて、噛む力や嚥下力が十分に回復しない方もいらっしゃる。デイサービスのご利用者にも、是非かかりつけ歯科医を！とお願いしたい。［遠藤］

10月14日［水］
昼食後、「こんにちは」と声をかけると、「私、歯みがきしないわよ」とN様。「そんなことをおっしゃらずに。さっぱりしますよ」とN様を促しながら洗面台に向かう。口腔ケアを終えると、口腔体操へ。メニューは「舌体操」「あいうえお体操」「早口言葉」。N様、実は早口言葉が楽しみの様子。丁寧にはっきりと！を意識していただく。「蛙ぴょこぴょこ三びょこぴょこ合わせてぴょこぴょこ六びょこぴょこ」が言えず、繰り返し何度も練習してくださるので、ご挨拶をしていったん次の方の口腔ケアへ。しばらくするとN様に呼ばれたので、お部屋にお邪魔した。すると練習の成果を披露してくださり、つかえず言えた喜びを一緒に味わいお互い笑顔になる。［高橋］

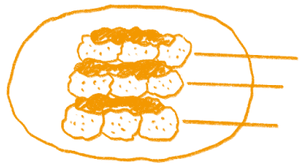
10月20日［木］
奥さまから「認知症がひどく歯医者に行かれないから、口の中を見てもらいたい」とご希望があり、K様に口腔ケアを実施する。初めての口腔ケアだそうで、「口を開けてくれるかどうか…」と介護スタッフは心配そうな顔を見せたが、お医者さんは好き！ということで、私の白いユニホームがよかったのか、スムーズに口を開けてくれた。口の中を覗くと、歯が一本、と右下の歯肉と頬の移行部に紫色の腫れを発見。介護スタッフにも確認してもらい、スマホで写真を撮る。ご家族に歯科受診をしてもらえるように連絡カードに記入。悪いものでなければいいけど。［本田］

10月26日［水］
初夏から担当しているSさん。上の部分義歯がすぐに落ちてしまい誤飲が心配なので、夜は外して寝るようご家族にお伝えしていた。その後、歯科医院を受診していただき、上下とも新しい義歯が入っている。今日の昼食後の歯みがきの際、S様が「下には外せる歯はありません」とおっしゃった。ぴったり入っているのでご自分の歯だと思っておられるのだろう。私が外すと少し驚いたご様子。ご本人がみがいたあと、仕上げみがきを実施。最後に健口体操。「難しいねえ」とおっしゃりながら何度も繰り返しやってくださる。口腔機能を維持して、いつまでも美味しく安全にお食事を摂れますように。［本田］

10月31日［月］
「あかさたな」や「ぱたから（パンダ・たぬき・カラス・ライオン）」を発声していただく口腔ケア。今日、I様は私の顔を見ると条件反射のように声が出たので、「今日もペロがよく動いていますね。元気な声を聞かせくださってありがとう」と明るく返す。「あなたに会うと元気、パワーを貰えるよ」とI様。その言葉に私のほうが元気をいただく。歯みがきおばさん、まだまだ頑張ります。［加藤］



11月7日［月］
口腔機能向上加算※を取り始めて4ヶ月。ご利用者やご家族、事業所スタッフの方々、ケアマネさん等への報告については学ぶことが多い。事業所スタッフからは「ご利用者ご家族は、この加算に何を期待しているのか？」とか、ご利用者の気性や接し方、ご家族の思いなど、情報を詳しく教えてくださるのでとてもありがたい。私自身も必要な情報（実施内容、目標、評価、問題点等の報告）を伝えて連携し、口腔機能向上加算への理解をいただき、よりよい成果が得られるように努力していきたい。［遠藤］



記入者

加藤明美
保有資格歯科衛生士、華道宏道流師範免許
趣味：温泉・サウナに入ること
勤務年数：歯科衛生士として40年。
結婚離職期間を経て潤生園勤続20年。

遠藤道代
歯科衛生士　養護教諭
趣味：ピアノ、フラダンス
勤務年数：歯科衛生士として40年。
育児離職期間を経て潤生園勤続12年。

髙橋直子
歯科衛生士
趣味：食べること
勤務年数：歯科衛生士として24年。
育児離職期間を経て潤生園勤続5年。

本田正代
歯科衛生士
趣味：美味しいものを食べること。
勤務年数：歯科衛生士として40年。
潤生園勤続2年10ヶ月

11月9日［水］
特養に新しく入所された方の口腔内チェックを行う。義歯を固定するバネをかけるための歯が折れたり、抜けていたりと不具合な状態で使われている方が多い。ご家庭のお世話の大変さがしのばれる。お食事を召し上がっているかどうかがなにより気がかりで、口腔内の不具合までは気づけなかったり、気づいても内科受診が優先で歯科受診は後回しになってしまわれるのだろう。在宅で暮らしているときの歯科衛生士の介入は重要な役割ではないか、と痛切に感じる。［加藤］

11月10日［木］
昼食中のI様のむせが気になる。原因は？口腔機能向上訓練としてなにがいいかな？と考える。姿勢の確認。舌の動きはOK。喉の筋肉もOK。発声は弱いから呼吸のコントロールかな。先輩の歯科衛生士に状況をお伝えして相談する。「咳払いは？強く吐き出せないとずっとゴロゴロしているよね」。あー、そうだった。確かに咳払いしてもらうと力が入らないようで弱い。学ぶべきことがまだまだ多いと感じた。スキルアップするためにがんばろう！［髙橋］

11月15日［火］
今日は、お口の介護予防のためデイサービス施設へ。介入は、食前口腔体操→ミールラウンド（食事観察）→口腔ケアの流れ。去年から、各「やすらぎの家」でお口の介護予防の介入をさせていただいているが、「この歯、この義歯、この召し上がり方。だからこの口腔機能が低下しているんだ！」とご利用者のお口の状況をたくさん拝見して、毎回、多くの発見と驚きを体験している。

デイサービスご利用者の多くは普通食を召し上がっているが、「噛みにくい、たまにむせる、口が渇くなど」の症状をお持ちの方も多い。この小さな症状を改善して口腔を整え、今後も美味しく安全に食べることができるように支援するのが、私たち歯科衛生士によるお口の介護予防ではないか、と、強く感じる。［遠藤］

11月16日［水］
どんなケアでも、スタッフにおこりんぼ口調のSさん。最初はブラッシングも嫌がり、抵抗されていたが、毎回ケアするうちに「うるせい」と言って抵抗なさりながらも、口腔内全体を磨かせていただけるようになり、元気な声を聞かせてくださっていた。

今日出勤すると、ベッド上での生活になっていて、いつもの威勢のよさがない。口腔内清掃をしても余り反応がなく、呼吸もいつもよりも弱い。Sさんに声をかけて口腔内をきれいにし、保湿をさせていただく。Sさんのあの元気なおこりんぼ口調が聞けないと寂しい。［加藤］

11月23日［水］
今月、特養に入所されたH様。本日、初めて口腔ケアの介入へ。数日前にうかがっておいた基本情報、口腔内状況、生活状況を頭の中でおさらいしながら、「はじめまして」とご挨拶してアセスメントをとる。H様はしゃべりづらそうに口に手を当てる仕草。口腔内を観察すると歯肉の上に義歯のバネが乗っている。かなり前に作成されたであろう部分義歯を、上下とも不適合のまま使っていた様子。歯肉も炎症している。介護スタッフに義歯の状況を説明し、お手入れのフォローをお願いした。ご本人にも「今よりも噛みやすい入れ歯にしましょうね」とお伝えして、毎月の訪問歯科医療につなげた。まだピッタリ合うまではいかないけれど、しゃべりやすくなったご様子。よかった！［髙橋］

11月25日［金］
夏から担当しているデイサービスご利用のS様。まず歯みがき。ご自分で上下の部分義歯を外してみがくが、下の歯だけで終わってしまう。声がけをして上の歯もみがいてもらい、その後、仕上げみがきを実施。

顔面体操、舌体操を始めると毎回「これは何によいのでしょう？」聞かれる。ご自宅でも実施してほしい旨を連絡カードに書いているが、難しいかもしれない。ここで月に2回、継続していくことが、機能維持に大切だと感じる。音読をしてケアが終了すると、S様が昔のお話をしはじめた。耳を傾けているうちに、90歳になる母の口腔ケアを最近やっていないことを思い出す。もう今年もあとわずか。［本田］

※口腔機能が低下している、またはそのおそれのあるご利用者に対して行う口腔機能向上の取り組みを評価する加算。利用者の口腔機能低下を早期に確認し、適切な管理等を行うことによって口腔機能低下の重症化等の予防、維持、回復等につなげるため、2021年度介護報酬改定で新設。

神奈川工科大学先進技術研究所前にて。時田理事長と三枝亮准教授

潤生園からケアを考える

AIが支援する介護の未来【後編】

三枝亮 × 時田佳代子
神奈川工科大学 准教授　潤生園理事長

前号に引き続き、人間と機械の共生や医療福祉分野でのロボット・AI支援を研究している神奈川工科大学准教授の三枝亮さんと共に、人間がロボットやAIと共存する介護の未来について考えます。

かけがえのない存在になる可能性

時田　今、介護の現場にはたくさんのロボットが登場しはじめていますね。たんに作業支援というだけでなく、アザラシ型のセラピー用ロボットのように、ふれあうことで愛着が湧いて心を落ち着かせる心理的効果が認められたロボットもあります。

　人間は、お気に入りのモノや人形などの無生物にも愛着をもつことができる生きものですから、ロボットがかけがえのない存在になる可能性もあるのではないかと思っています。

三枝　今見ていただいているのは「くるみ」という名前のロボットです。人検知センサーがついていまして、夜間出歩いている人を検知して職員に連絡するロボットで、すでに製品化されています。

時田　人は基本的に自立して生きたいと願うものでもあります。年をとったり障害をもったりして誰かに依存しなければならない場面で、その状況や助けてくれる相手に対して心理的な負担が生まれることもあります。そのようなとき、相手が人ではなくロボットであるほうが心理的な負担を軽減できる可能性がありますね。そしてそれは「くるみ」のように人間のかたちをしていなくてもいいのではないかと、今日研究室のロボットたちを見ながら実感できました。

ロボットを育てる

三枝　人間は、自動車や飛行機などの道具を発明することで、速く移動する、空を飛ぶ、というように身体的な能力を拡張してきましたが、ロボットはこれまでの道具と違い、身体的な拡張だけでなく精神的にも拡張できる可能性があります。

　ロボットの作り手としては、ロボットは生きものと人工物の間にある存在だと考えています。人とやり取りを重ねることで、ロボットは進化していく。私たちはいま、人類史上初めて「進化する人工物に対峙する」という局面を迎えているのです。

　午前中には対話システムを体験していただきました。システムの語りかけに時田先生が応答して対話を進めていくというものでしたが、ちょっとちぐはぐなやり取りになりましたよね。ちぐはぐさは「設定の想定を超えた反応」だったということでもあります。人が想定していなかった反応を返すということは、ある意味、独立した精神をつくっているような部分があるわけで、人間の思い通りにならないロボットへの対応や共存を人間が試される時代になってきたとも言えます。

時田　ロボットの中にどんな情報が蓄積されるかによって出力が変わってくること、時には設定者の想定外の反応になるかも知れないということはよく理解できました。入力される情報が人間の営みやその環境から蓄積されるものであるとするならば、結果はある程度、予測の範囲に収めることは可能ではないかと想像します。ロボットが意外な反応を返すことはあってもSFのように人間が恐れるような存在にはならなそうですね。

三枝　その点はまったく同感です。施設にはそれぞれ違う営みの形があります。その中にロボットを置き、その施設ならではの情報を学習させる。「変化するロボットを育てる時代に入ってきた」ということ。そうすることで、施設ごとに違ったロボットになるといいなと。

時田　それは興味深く、現場での活用イメージも湧いてくるお話ですね。介護も看護もそうなのですが、行為と成果の関係がその場で目に見えるものではないため、評価軸が立てにくいという課題があります。そこで今我々の施設では、現場で起きていることをデータとして入力し蓄積することで、介護の評価を客観的に可視化しようとする試みが始まっています。施設に暮らす人にとってその介護が良かったのか悪かったのかを抽出しようとしているんです。まだ入れられる情報が限られていますし、ビッグデータにはなっていないのでフィードバック情報も十分ではありませんが、そういった現場の善し悪しを、ロボットの感情表現や動きで可視化できたら、ものすごく面白いですよね。

三枝　その面白さや可能性を、現場にいらっしゃる時田先生に感じていただけることは開発者としてとても嬉しいです。

　可視化の例で考えると、たとえば、

夜間に施設を巡回して現場を見守る「くるみ」の実演。液晶パネルでかわいらしい目が瞬きする。

訪問した時にたくさん声がけしてくれるロボットは、施設の人たち同士が多くの言葉を交わし合う環境で育ったことが想像できるわけです。逆にあまり反応がよくないロボットがいた場合、言葉の交わし合いが少ない、雰囲気の良くない環境で育ったのでは、ということが推測されます。

そういう意味では、ロボットは人間の鏡のような存在でもあり、育った施設（環境）のなんらかの特徴を象徴する存在だとも言えます。

「間」を認識して話しかける音声対話システムの体験。

時田　ロボットを受け入れる側の構えも問われるわけですね。

人間の知恵を科学技術で解釈する

時田　最後に、これから食介護に関する研究を一緒に進めていくにあたり、どのようなことを目指していきたいかお聞かせいただけますか。

三枝　食は生理的なものというイメージが強いのですが、「食べたいものを食べる」という行為を考えると、それは食べる人の心の現れでもあります。ただ栄養を摂取するだけではない、食事での自己実現を可能にするのは、職員の方々が現場で日々積み重ねられた知恵や経験であり、技術や科学を研究する者として、そこをしっかり学ばせていただきたいと思っています。

人間の知恵を、科学技術できちんと解釈することは、我々研究者の責務です。それが新たな課題の発見や解決につながっていきます。世の中には人間にしかできないこともあれば、人間以外にしかできないこともある、人間以外の方法論が社会で必要になる場面があるならば、ぜひお役に立ちたい、そう考えています。

時田　介護の現場で目指しているのは、まさにご利用者お一人おひとりの自己実現なのです。食事でいうなら、大量調理の食事を大勢に一度に提供するといった施設の現実がある中で、どこまで個別性を担保できるか。ロボットの介入によって、その実現に近づける新しい方策が見つかったらどれだけ嬉しいかわかりません。

これからご一緒する研究を楽しみにしています。

潤生園食介護ロボットの実証実験に向けた調査がスタートしました！

2022年10月、長きにわたって「介護と食」の研究をご一緒いただいている神奈川工科大学管理栄養学科の饗場直美教授チームにより、調査が行われました。
対象はお食事を自分で召し上がれている（自律摂取できる）利用者さんと介護職員。360度カメラで食事風景が撮影され、介護職員にはウェラブルカメラを装着。食事の様子、介護職員がどんなふうに目を配りどんな声がけをしているかなどのデータが採集されました。その分析結果が三枝先生チームのロボットにインプットされていくとのことです。

時田佳代子
（ときた・かよこ）
潤生園理事長
神奈川県小田原市生まれ。地元小田原でイタリアンレストランの開業・経営を経て、平成14年、社会福祉法人小田原福祉会に入職。平成30年より社会福祉法人小田原福祉会理事長。誰もが安心して暮らし続けられる地域づくりに従事する。認知症ケア事業協同組合理事長、全国地域包括ケアシステム連絡会理事。

三枝亮
（さえぐさ・りょう）
神奈川工科大学創造工学部 准教授／博士（工学）
早稲田大学理工学部助手、Istituto Italiano di Technologia, Dept. of RBCS シニア博士研究員、豊橋技術科学大学人間・ロボット共生リサーチセンター特任准教授を経て現職へ。機械・システム・ロボットなどの人工物が人や環境に働きかけながら発達し、応対する人の心や力も育まれるような、人と機械の共生的な行動・発達の方法論を探る。

潤生園スタッフが薦める

BOOK & MOVIE

『あと少しの支援があれば 東日本大震災 障がい者の被災と避難の記録』

公共のお手洗いを待つ際、個室ごと並ぶのではなく、一列に並んで空いた所に入っていくスタイルは大変に合理的です。レジでもこういう方式が増えてきて「便利だ」と思っていたのですが、本書を読んで反省しました。この方式は視覚障害がある方の場合、空いたところがどこかわからず、とても不便だというのです。日常レベルの不便さは、災害になるとさらに困難な障壁となります。「あと少し」の配慮や支援で救えた命の話を心に刻みます。

著者:中村雅彦 出版社:ジアース教育新社 刊行年: 2012年
関連図書:福祉行政と刑罰への問題提起として『累犯障害者』（山本譲司、新潮社、2009年）。
障害者の戦争・戦後を伝えるものとして『障害者たちの太平洋戦争』（林雅行、風媒社、2022年）

『コーダ あいのうた』

音楽好き・恋愛ドラマ好き・コメディ好き・社会派
どれかに当てはまれば、絶対オススメ！

漁の場面から始まり、見ていてどこか違和感が。ストーリーが進むにつれ、家族の中で自分だけ耳が聞こえる主人公ルビーの置かれた状況が分かってきます。2つの世界(Both Sides) の間で悩む彼女が歌う《Both Sides Now》（ジョニ・ミッチェル）には、私のように元々この曲が好きな人も、初めて聞く人も、きっと感動することでしょう。主人公だけでなく家族それぞれが細やかな感情を持った「人格」として描かれ、焦点を変えながら何度も鑑賞できる作品です。2022年アカデミー賞作品賞受賞作品。

監督・脚本:シアン・ヘダー　出演:エミリア・ジョーンズ、トロイ・コッツァー（2022年アカデミー助演男優賞）、マーリー・マトリン、ダニエル・デュラント　制作: 2021年、アメリカ

推薦者：上原淳司（総務部）
担当業務がよく変わりつつも、現在は総務部としてパソコンや建物設備について対応中。「できることで、やっていいことはなんでも対応。覚えたらマニュアル化して、誰でもできるように」がモットー。
趣味：鉛筆画・弾けないのに廉価楽器を買う（先日、バイオリンを追加）　好きなもの：問題のない日常　苦手なもの：イベント

NEWS

『第12回事例研究発表大会』を開催します

2023年2月8日（水）13時から15時まで、例年よりも発表演題を厳選し、前年同様Web上での開催となります。後日、皆さまにご視聴いただける準備を整えホームページ、SNSなどでお知らせいたします。ご期待ください。

潤生園：https://junseien.jp/

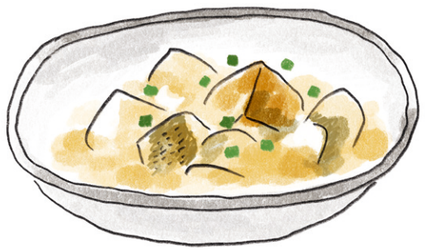
ご存じですか？「介護なんでも相談室」

はじめての介護に直面した時、ほとんどの方が悩みを抱えます。仕事と介護が両立できない、離れて過ごす親が心配、うちの親は認知症では…。介護がつらくても「家族だから我慢しなくては」と思い込み、ひとりで不安や苦労を抱えている方もいらっしゃるのではないでしょうか。そんなときはひとりで悩まず、当法人サイト内「介護なんでも相談室」へ。ご相談事例も掲載しています。

https://kaigo-nandemosoudan.jp/

潤生園の台所

揚げたらのみぞれあんかけ



【材料】1人分

鱈切り身（骨をぬいておく）	一切
片栗粉	少々
揚げ油	適量
みぞれあん	
大根おろし	40ｇ
麺つゆ	適量
水	適量
片栗粉	少々
彩り	
葉ねぎ	少々
柚子の皮	少々

1. 鱈の骨を抜き、キッチンペーパーで水分を取り、お好みの大きさにカットしておく。
2. 大根はおろしにして、水分ごと鍋に入れる。
3. 2に麺つゆ・水を加えて、お好みの味に調えたら、水溶き片栗粉で軽くとろみをつけておく。
4. 180℃に熱した揚げ油に、1に軽く片栗粉をまぶした物を入れ、しっかりと加熱し、カラッと揚げる。
5. 4の油をよく切り、皿に盛り付けて、3のみぞれあんを上からかける。
6. 彩りに、葉ねぎなどお好みの物を飾り、完成。

鱈の美味しい季節です。淡白な味の鱈も、このようにアレンジすることでご飯が進むおかずになります。鍋が増える冬の季節、たまにはいかがでしょうか？

尾上千鶴
みんなの家南足柄特養の栄養ケアとれんげの里の厨房で毎日楽しく働いています。
人生の半分以上を潤生園で過ごしています。
趣味は、食べ歩き、体重維持に苦戦する毎日です。

編集後記

今号の表紙は、潤生園特養のお正月料理です。「これをご利用者さんに食べていただかないと、新しい年が明けない」とは管理栄養士さんの弁。裏表紙で歯ブラシと共にコップに入っているのは、歯がない方用の「くるリーナブラシ」。生涯、安全においしいお食事を。潤生園の想いをイラストに込めました。

潤生園ニュースレター「うるる」vol.6

発行日　令和4年12月
デザイン　TAICHI ABE DESIGN INC.
撮影　橋本貴雄(P2～5)、牛山惠子(P8～10)
イラスト　落合恵
編集　牛山惠子(合同会社スタジオパンダ)
　大谷薫子
執筆　牛山惠子(合同会社スタジオパンダ)
　酒井直子
発行者　社会福祉法人
　小田原福祉会 うるる編集部
　神奈川県小田原市穴部377
　https://junseien.jp