介護レストランが紹介されました。（中国新聞、10.12付）

日時；2-17.10.3
会場；ゆめタウン廿日市
レストラン街
（広島県廿日市市）

食前後のシーティングは、食事を楽しむためには必須の技であることを再認識。1グループ毎に認定看護師やリハビリ職が付き、一緒に食べながら会話が弾み、笑顔と感動のひとときでした。看護師チームは、食事姿勢や食形態調整、食事介助、介護相談、救急等を担当。
希望メニュー；寿司、ステーキ、 トンカツ、餃子、ラーメンなどでした。

0月12日（木曜日） 中国新聞

在宅療養者も外食楽しもう

廿日市で「介護レストラン」

中国料理店で外食を楽しむ在宅療養者（手前右から2人目）たち

たまの外食は、暮らしのささやかな楽しみ。だが、在宅で療養する人にとっては簡単にかなうことではない。外出そのものが困難で、誤嚥のリスクもある。こうした課題に対処して外食を楽しんでもらう1日限りの「介護レストラン」が今月初め、廿日市市のショッピングセンター「ゆめタウン廿日市」に登場した。目指すのは「食事のバリアフリー」だ。（森岡恭子）

お客 小阜川恵美子さん(86)。サービス付き高齢者向け住宅で1人暮らし。要介護2で、車いすで生活している。

大好物のステーキに瞳を輝かせ、1年ぶりというビールも注文した。「本当なら毎日外食したいくらいよ」と、一緒にテーブルを囲んだケアマネジャーたちを笑わせた。

「車いすだから、1人での外出は難しくてね」と小阜川さん。会場への送迎はボランティアスタッフが担当。出された肉はたいて軟らかくし、食べやすいように一口量に切る工夫が施された。

看護師らレシピ工夫 肉 一口量で軟らかく

お客 吉屋アヤ子さん(73)。パーキンソン病を患い要介護5。食事も全介助が必要。自宅で介護を担う夫の健造さん(74)と訪れた。

看護師がスプーンで杏仁豆腐を口に運ぶと、少しずつのみ込んだ。ふと涙ぐんだアヤ子さん。病気の進行で意思疎通は難しいが、健造さんは「多分うれしいんでしょう」と妻の心に寄り添う。

アヤ子さんは今年3月に誤嚥性肺炎で入院した。以来、外食はますます遠のいた。健造さんは言う。「でもやっぱり食べる喜びを与えてやらないと。プロの方の食べさせ方を見るのは私の勉強にもなります」

「介護レストラン」は、医師や看護師、介護福祉士たち専門職と市民ボランティアでつくる実行委員会が初めて企画した。当日は36人が移動や食事介助などを手伝った。

同市内で在宅療養中の患者や家族8組に参加を呼び掛けた。ゆめタウン廿日市内にある中国料理店など4店舗の協力を得て、看護師たちが個々の体の状態に合わせてレシピに工夫を加えた。例えば、具と皮が剥がれやすく誤嚥しやすいギョーザには、とろみのついた中華あんをかけて、ラーメンは、はさみで短く切ってのみ込みやすくした。

実行委の共同代表で聖ヨハネ会桜町病院（東区）の大井裕子医師(51)＝広島県府中町出身＝は「今回のような取り組みを地道に重ね、市民ボランティア、お店、家族たちと外食サポートのノウハウを共有したい。『特別なことではない』と誰もが実感できれば外食のハードルを下げることができる。安心して最期まで暮らせる地域を、みんなで育んでいけたら」と力を込めた。

ひと工夫で食べやすく！

水ギョーザ
とろみのついた中華あんをかけて滑らかな食感にした水ギョーザ

豚カツ
肉をたたいて軟らかくした豚カツ。口の中に残りやすい衣をしっとりさせるためジュレにつけて食べる

ラーメン
のみ込みやすいようにはさみで短く切ったラーメン

人とつながる機会にも

実行委のもう一人の共同代表を務めた、日本赤十字広島看護大（廿日市市）の迫田綾子特任教授(69)＝認定看護師教育＝に、取り組みの意義を聞いた。

◇

病院や施設から、在宅へ―。国の方針を受け、従来は入院していたような重い要介護者が、在宅での療養にどんどん移行しています。ところが、住み慣れた町で暮らしているのに外食を楽しむ機会もめったにありません。家族の介助だけで移動するのは大変だし、何より気軽に利用できるお店がない。そこで、地域づくりの中で「食のバリアフリー」という視点から取り組みました。

迫田綾子特任教授

外食は食べる楽しみをかなえると同時に、人とつながる機会にもなります。ボランティアが外出に付き添えば、介護する家族にとってはレスパイト（休息）にもなります。

取り組みには安心と安全の確保が欠かせません。介護職やリハビリ職、住民の皆さんと一緒に今回のような取り組みを継続させたいと思います。

お弁当ですよ

放課後児童支援員 大下みゆきさん53＝三次市

ご飯は少なめに150㌘。地元産の野菜をたっぷり使い、食欲が湧くよう彩りにも気を配る。会社員の夫嘉弘さん(58)の小さな弁当箱にひときわ愛情を込めるのは、「一緒に長生きしたい」と願うからだ。

2014年秋、夫が肝硬変で倒れた。腹水がたまり足は象のように腫れ、横になるのが精一杯。元気になってほしい、食べる