

久保島管理栄養士

コスト・作業性とおいしさを満たす献立の工夫、導入したいUDFを語る

中野区かみさぎ特別養護老人ホーム（東京都）は、定員数100名で、デイサービスも57名ほど受け入れている。同施設の久保島伸雄管理栄養士は、2月に登壇した日本介護食品協議会主催のセミナーで、介護食品の規格「ユニバーサルデザインフード（UDF）」を調理現場に導入するメリットなどを発表し、注目を集めた。久保島管理栄養士に、管理栄養士が導入したいUDFをはじめ、同施設における献立の特徴や食材費高騰への対策などを尋ねた。

作業性、コスト、ご利用者の満足考えた献立

中野区かみさぎ特別養護老人ホームの調理業務は、給食サービス企業の㈱メフォスに委託している。献立は当ホームに合わせた同社のサイクルメニューを採用しており、調整・相談しながらご利用者に食事を提供。普段のメニューでは、なすとズッキーニを使った夏野菜カレーなど、旬を意識したメニュー展開をしている。

朝食で好評なメニューの一つに雑炊がある。タマゴ雑炊、鮭雑炊、海鮮雑炊などを月に6回提供しており、ご利用者にとって食べやすく、介護士にとっても好評なメニューだという。久保島管理栄養士は「雑炊に限らず、栄養面はもちろん、コストや作業性のバランスも考えて、ご利用者の満足につながるような食事を提供している」と語った。

食材面では、冷凍野菜の導入で調理の利便性を図る一方で、冷凍の小松菜・青梗菜など、筋が目立ったり水気が多かったりする野菜は生のものを使うなど、柔軟に対応している。

また、デイサービスご利用者の昼食では、特別養護老人ホームの入居者と比べて、副菜や小鉢を1品多く提供していることが特徴だ。久保島管理栄養士は



久保島管理栄養士

「在宅の高齢者は、朝食を欠食したり菓子パンのみで済ますこともある。また、配食の弁当などで2食を済ませる方もいらっしゃる。そういった方には、当施設でより栄養バランスのとれた食事をとってもらいたいからだ」と理由を語った。

月に一度、松花堂弁当で目を引くメニューを

イベント食については、月に一度ごちそうの日を設けて、松花堂弁当で目を引くメニューを提供している。生ものが使えるシーズンは刺し身、使えないシーズンは天ぷらなど、高齢者に人気があるメニューを提供している。また、土曜の丑の日には、見た目がきれいなうなぎのちらし寿司を提供するなど、多様なイベント食を展開している。

その他、毎年9月から10月に、秋のイベント食として、施設のテラスを使い炭火焼きのサンマや焼き芋を提供している。

久保島管理栄養士に日々の食事の感想を尋ねると「㈱メフォスは手作りを重視しており、家庭のような飽きない味付けだと思う」と語り「イベント食は見た目にもこだわっているのも、『すごい』『ごちそうだ』との声も聞かれる。また、普段の食事でも好評なので、味と献立は安定していると思う」と評価した。

コストも踏まえたろみ調整食品の選定方法

その後、食材費高騰への対策を聞いた。「㈱メフォスでは、価格が比較的安定している冷凍野菜の使用の他、グループ会社と連携し食材の大量購入によるコスト削減で対策していると聞いた」と語った。ただし、米価高騰に対しては、通常の食材費では賄えないため、高騰した分を追加で施設側が負担することもあったそうだ。

また、料理で使う食材や調味料は㈱メフォスが選定する一方で、お茶などの水分補給に使うろみ調整食品や調理に使用するゲル化剤、㈱フードケアのスベラカーゼ Lite などは施設が選定しているという。



利用者から好評な雑炊を取り入れた朝食

久保島管理栄養士は「とろみ調整食品を使っても味が変わらないことをはじめ、使い勝手やコストも踏まえて判断している。具体的には、とろみ調整食品の導入を検討する際、お茶や汁物等に使用し、味が変わりづらい、溶けやすい、だまになりにくいなどを評価するとともに、一定の量でとろみがつきコストに見合うかを判断している」と選定時のポイントを語った。これまでにさまざまな製品を使用したのが、現在は、(株)フードケアのトロケア パワータイプを採用しているという。

管理栄養士が考える導入したい「UDF」

続けて、同施設における嚥下調整食対応について聞いた。久保島管理栄養士は「肉や魚は、(株)フードケアのスベラカーゼミートを使用、素材により潰け込み時間や濃度を調整しながら柔らかくしている」と語った。

「ただし、調理作業工程、食材費の増加などで、全てのものを十分に柔らかく提供するのは難しい」と語り「そのため、野菜類等はペースト状に加工したものではなく、『容易にかめる』や『歯茎でつぶせる』区分のUDF製品があれば便利だと思う」とニーズを語った。具体的には、筋が残りやすく硬くなりがちインゲンやアスパラを柔らかくしたものがあれば、導入したいという。

また、現在発売されているUDFの中で導入を検討している製品を尋ねたところ、日東ベスト(株)のHGやわかかミート(チキン)があがった。「当施設では、唐揚げの場合でも、スベラカーゼミートに潰け込んで柔らかくしているが、どうしても揚げる工程と冷める過程で硬くなってしまう。そのため、ペー



元旦の「お祝い膳・お雑煮」のメニュー

スト状の未加熱の鶏肉を使うのも手だと感じた」と理由を語った。その他、同社の『HG笹がきごぼう水煮』も導入を検討したい」と述べた。

また、摂取時間の増加や摂食嚥下機能の低下がある方など食事摂取が難しくなってきたご利用者の食支援の工夫の一つとして、ONS(経口栄養補助食品)を活用、(株)明治のメイバランスソフトJellyを中心に提供するなど内容や量を考慮し個人に合わせた提供をしているとも語った。

嚥下調整食の試作、嚥下機能の訓練で、楽しい食生活をサポート

中野区かみさぎ特別養護老人ホームでは、月に一度、日本歯科大学口腔リハビリテーション多摩クリニックの歯科医師にご利用者の摂食嚥下機能を評価してもらい、それをもとに食形態やとろみの濃度などを調整している。

久保島管理栄養士が歯科医師からの指導を受け、ご利用者に向けて嚥下機能の訓練などを行った事もあったそうだ。中には、継続的な評価と訓練の結果、胃瘻のご利用者が3食経口摂取できるようになった事例もある。その際、白玉粉と上新粉、(株)フードケアのスベラカーゼLiteを使ってお雑煮のお餅を作るなど、ご利用者の嚥下状態に合わせた食事提供もしている。

このように、日々新たな挑戦を続ける久保島管理栄養士に仕事で意識していることを聞くと「食事は生きるためだけではなく、生きる楽しみにもつながっているということだ。これからも厨房スタッフと協力し、利用者一人一人が食事を楽しめるようにしていきたい」と笑顔を見せた。