

# とねりこ

知的障害者施設 いみず苑広報誌

## 食をめぐる 食を楽しむ

— 特集 —

食について考える



発行

社会福祉法人 射水福祉会 いみず苑・いみず苑保護者会

〒933-0252 富山県射水市七美727 TEL 0766-86-1126 FAX 0766-86-1136 <http://www.imizuen.jp/>

【とねりこ】 かつて射水平野の水田の畦道に植えられていたこの木は、湿地を好み強い風にも倒れないことから、刈り取った稲を干す稲架（はさぎ）に利用されていました。

# 食をたのしむ

# 『食べる力』



栄養士  
多胡 恵子

## 食事とは

「たのしみとしての食事」～より良いQOLを目指して～

毎日の食事は、調理員の技術や、大量調理の可否、コスト面などにより、提供できるメニューが限られていることもあり、「安全に食べていただく」ことに重きを置いています。利用者の皆さんに少しでも食事をたのしんでいただく為に、どのようにしたらよいか常に考えて、工夫しながら調理しています。

## 約25年前

現在入所されている40代～70代の利用者の多くは、当時自力で食事を摂っておられましたので、粥・軟飯等のほか、刻んだおかず等は提供していませんでした。また、利用者は一斉に食堂に入り、職員も利用者の介助をしながら、一緒に食事を摂っていました。



## 現在

現在のコロナ禍の中では、食事場所を数カ所に分け、時間差を設けて食事を摂っています。また、利用者自身の重度化に伴い、咀嚼や嚥下に問題を有する利用者も増えたことから、食事形態も「普通食」に加えて、「半分カット」、「刻み食」、「みじん切り」などの刻んだおかずや、「粥」、「軟飯」、「とろみ調理用食品」を提供するとともに、全体の2割程の利用者に対して一部介助、全介助を行うなど、「たのしみ」とともに「安全」に配慮した食事の提供になってきました。



## 昔も今もこれからも

食事を楽しめるということは食べる力があるということ。

「食」という漢字は「人に良い」と書きます。

これからも、美味しく、安全かつ栄養に優れ、見た目にも美味しい献立とすることはもちろん、同じ食材を使って、一人ひとりに合わせた食事を提供するなど、個人への対応を重視した栄養管理を行っていきたいと考えています。

私たちが『安全』で『おいしい』給食を作っています!



高柳



東海



松下



柴野



中川



網



田中

# わ 環『生きる力』

## 食をめぐる

### 生産

#### オーガニックで育てた野菜たち

いみず苑の通所事業所「きらめき」では、たくさんの野菜をオーガニックで育てており、利用者の健康で安全な食を支えています。ミニトマトやたまねぎ、じゃがいもなど、利用者が丹精込めて育てた野菜を厨房に届けています。



### 調理

#### おいしい食事が出るまで

厨房職員は、365日心を込めて食事をつくっています。昼食時は常時6人ほどの職員が、力を合わせて170名以上の食事を調理しています。いみず苑でとれた野菜もたくさん入っています。「おいしくなあれ！」

### 食事

#### おまちかね！ランチタイム

待ちに待ったご飯の時間となりました。献立表を見ながら、今日のメニューを楽しみに待っていました。コロナ禍においては、パーテーションの設置や距離をとった食事など、感染対策に留意しながら食事を楽しんでいます。今日も「いただきます！」



夜勤や当直の職員は、利用者と同じごはんをいただいています。温かい心のもった食事が、夜勤のためのエネルギーの源になっています！

#### みんな大好き♡定番メニュー

いみず苑の人気メニューや定番メニューをご紹介します。

いみず苑のメニューはざっと100種類以上！栄養管理が行き届いた季節に合ったメニューや旬の食材を使ったメニューなどが、日々提供されています。



夏の風物詩  
そうめん



ポークピカタ



ハンバーグ

# 笑顔の輪をっなげよう！ シリーズ

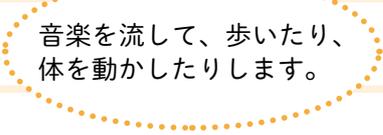
今号よりシリーズで、各事業所のタイムスケジュールや活動の様子などを紹介します。

第1回は、「ひだまり」

## ひだまり

ひだまりでは、日課の中に受注作業や体を動かす活動（歩行やレクリエーション）を取り入れています。個性や能力を存分に発揮できる、暖かなひだまりのような事業所です。

### 1日のタイムスケジュール

8:30~	登所		<p>企業からいただいた仕事に取り組みます。</p>
9:15	ラジオ体操		
9:30	受注作業、清掃活動		
10:30	お茶休憩、トイレ		
11:00	受注作業、歩行活動		<p>コーンを使ってわかりやすく示す支援や、ボールを移動させながら、楽しくモップがけに取り組めるような配慮をしています。</p>
11:45	昼食、歯磨き、休憩		<p>音楽を流して、歩いたり、体を動かしたりします。</p>
13:30	歩行活動、個別課題、レクリエーション等		
14:30	お茶休憩、トイレ		<p>レクリエーションでは、利用者さんの笑顔がたくさん見られます。</p>
15:00	個別課題、帰宅準備、清掃		
15:30	帰りの挨拶	<p>作業に繋がる個別課題を行っています。</p>	

# いみず苑の事業所紹介

す。利用者さんの日々のがんばりや過ごしている様子をお伝えできればと思います。  
 ]と「なごみ」です。

## なごみ

なごみでは、創作活動や身体を動かす活動を行っています。高齢の方や、身体・視力に障害のある方々もおられるため、個々のニーズや能力に合わせた、ゆとりある活動を提供しています。ホッと心がなごむ事業所です。

### 1日のタイムスケジュール

8:30~	登所		作業所玄関等の窓ふきをしています。
9:30	清掃活動、個別課題、歩行活動		
10:30	水分補給・トイレ休憩		
10:40	個別課題		それぞれの課題に対して、目標を持って進めています。
11:30	昼食、歯磨き、休憩		
13:30	個別課題、歩行活動		身体を動かしたいというニーズがある方には、歩行活動を多めに提供しています。
14:30	水分補給、トイレ休憩		
15:00	歩行活動 (音楽に合わせてゆっくりと歩く方がいたり、 元気に走る方もいたり、それぞれが身体を動かしています！)		
15:30	帰宅		晴れている日には屋外で歩いています。

# あいネット通信♪

あいネット通信では、定期的にあいネットの活動や取り組みなどを紹介していきます。

第一弾はしごとについて紹介します。

＼ 私たちにご相談ください！ ／

自分にあった仕事がしたい。  
地域で困っていることがある。  
福祉サービスを利用したい…



地域支援課長  
滋野



相談支援専門員  
田尻



相談支援専門員  
原田



相談支援専門員  
藪下



生活支援員  
竹谷

## あいネットいみず

あいネットいみずは、地域で暮らす障害者やその家族、地域の方々からの様々な相談に応じています。障害のある方々の置かれている状況や、抱えている悩みの相談に応じ、困りごとや暮らしについて一緒に考えていきます。

## 私 たち の し ごと

### 「相談支援」

相談支援は、福祉サービス利用に関する相談、家族・人間関係に関する相談、成年後見に関する相談など、様々な相談に応じ、必要な情報提供を行っています。

相談の内容に応じて、教育・医療・就労関係など地域の専門機関やサービス提供事業所、地域住民の方々との連携し、チーム支援を行っています。

ほかにも、障害者就労した方々が、悩みなどを分かち合い、仲間同士で支え合うことや、社会性を身につけることを目的に、気軽に話し合う機会を提供しています。



相談の様子



就労者座談会（ピアカウンセリング）

### 「地域活動支援センター」

地域活動支援センターでは創作活動、生産活動、社会との交流を行っています。

最近では、ルームプレートづくりや地域の七美コミュニティセンターでのランチ交流会などを通して、交流を図っています。

また、地域の関係機関との連携強化やボランティアの育成にも力をいれています。障害に対する理解の促進を図るため、市内の中学校を対象に講演会などを実施しています。

地域における拠点になるよう、様々な活動に取り組んでいます。



ルームプレートづくり



七美コミュニティセンターでランチ♪



「教育と福祉」講演会の様子

# 保護者のつどい

## 「薫と過ごした日々」

手丸 勝子 さん

薫が話し始めたのは遅かったのですが、小さい頃は走り回るのが大好きな子どもでした。保育園のときは、通い始めて3日目でトイレができるようになりました。でも、保育園が自宅から近かったこともあり、何度も保育園から抜け出して家に帰ってきていました。それでも、少しずつ集団生活にも慣れて落ち着いていきました。小学校は地域の特殊学級に、中学校は養護学校に通いました。養護学校では、運動会の校歌演奏の時に、薫が指揮者をするようになりました。薫はとてもやりがいを感じていたようで、私はそんな薫の姿を見てとても感動したことを覚えています。

薫が作業所に通い始めてからは、毎日帰宅すると私にその日にあった色々な出来事を話してくれました。また、プライベートで仲の良い家族同士で九州や北海道、ハワイや香港など色々なところへ旅行に出かけました。薫も楽しかったようで、今も「また行かんが?」とよく言ってきます。

GH（グループホーム）で生活するように

なって、薫なりに穏やかに生活を送っています。七美のGHの大きな風呂と空間に家族もとても満足しています。旅先での「トイレはどこ」とかトイレに長居をするなど、トイレのこだわりは昔から変わりません。トイレが長いと、家では「パトカーが来るよ」などと声をかけており、何とかならないかなあとありますが、トイレは薫なりの安心する場所なのかなとも思っています。

今まで関わってくださった方々にはとても恵まれ、私たち両親も病気なく元気に過ごしていますが、これから高齢になり、いつまで今の生活が続くか心配になります。元気なうちは今の生活を続けながら、落ち着いたら薫と船で旅行に行きたいと思っています（飛行機の旅行はたくさんしたので）。



手丸 薫さん

## 「笑顔で過ごせますように」

高原 久美子 さん

由莉がいみず苑にお世話になって、今年で10年目になります。あっという間でした。

低体重で生まれたこともあり、学童期の節目の年齢での選択は、迷いながらの日々でした。特に支援学校高等部卒業後の進路については、どうすれば良いのかよくわからず、いみず苑に通所することが決まった時には、安堵したことを思い出します。

その後も、作業についていけるのか、周りの人々とうまくやっていけるのかと気になっていました。時々、体調を崩して休んでしまうこともあります。続けて通所できているのは、職員の方々の支援のおかげだと、ありがたく思っています。

今はコロナ禍で制限がありますが、由莉は苑での行事を楽しみにしています。お花見や日帰り旅行は、待ち遠しくてワクワクしています。

あいネットいみずの行事も、カラオケやおやつ作りなどに参加させてもらうことがあり、日頃出会えない利用者さんとの触れ合いも、良い経験になっているようです。

いみず苑に迎えに来た時に、笑顔で玄関から出てくる様子を見ると「今日も一日無事に過ごすことができ良かったね。」と感じます。

本人には、周りの方々への感謝の気持ちを忘れず、自分のペースを大切にしながら、おだやかな気持ちで日々を過ごしてほしいと願っています。

これからも、よろしくお願い致します。



高原 由莉さん

# 射北中学校さんとの交流

8月20日に予定されていたいみず苑納涼祭は、残念ながら中止となってしまいましたが、納涼祭のポスターを射北中学校の3年生4名の生徒さんが作成してくれていました。生徒の皆さんは、SDGsにおける「すべての人に健康と福祉を」というテーマのもと、納涼祭が盛り上がるようにと心をこめてポスターをデザインしてくれました。ありがとうございました。来年こそは開催できますように…。



## ボランティア ありがとうございました

- 新湊理容師会（理髪）
- 訪問理美容サービス「フローラ」(美容)

## ご寄付・ご寄贈 ありがとうございました

- 南 美恵子      ● 加藤 幸市
  - 防災電設(株)      ● 綿 睦美
  - 社会福祉法人 セーナー苑
  - 富山県知的障害者福祉協会
  - 一般社団法人富山県食品産業協会
  - 国際協力支援団体 梢の会
  - 射水市新湊ボランティア連絡協議会
  - 農事組合法人 下村三箇
  - (株)四方組
- (順不同・敬称略)

## 苑の行事予定

令和4年9月現在

- 10月 秋の日帰り旅行
- 11月 秋の日帰り旅行  
いみず苑祭（5日）
- 12月 ボランティア感謝祭・もちつき大会
- 1月 新成人を祝う会

※上記の行事予定については、新型コロナウイルスの感染拡大状況等により、延期または中止となる可能性があります。

## あいネットいみず（射水市障害者地域活動支援センター）

あいネットいみずでは、障害（身体・知的・精神）のある方やその関係者の方々の相談に応じ、必要な情報を提供します。

..... あいネットいみず(射水市七美727 いみず苑内) .....  
 専用TEL (0766)86-8522 FAX 86-8530 Eメール info@inet-imizu.jp ホームページ <http://www.inet-imizu.jp>

## 編集後記

先日、家族でごはんを食べる機会がありました。ごはんが美味しかったのはもちろんですが、家族でいろいろな話をしたり、「美味しいね」、「そうだね」と気持ちを共有したりすることで、さらに美味しさが増したように感じました。コロナ禍の食事支援は感染対策が重視されています。パーティションで座席が区切られ、隣の人とも離れて食べ、職員はフェイスシールドつけて…と、新型コロナウイルスに食事の楽しみを奪われてしまったようで、寂しい気持ちになります。こんな時だからこそ、今号のとねりこではいみず苑の「食」について考えてみました。食事は五感をつかい、心も満たされる大切な時間です。感染対策をとりながら、一人ひとりのお腹も心も満たせる時間をつくるためには何ができるか。いつもの食事に「楽しみ」という調味料を加えて、さらに美味しく感じていただくにはどうしたらよいか。改めて考えていきたいと思いました。

(真田章太郎 記)