

2020/08/28

# リトルハウス通信

今回はリトルハウスで提供されている、昼食をご紹介しますと思います。

リトルハウスでは開所以来、一貫して完全手作りの昼食を利用者の方と職員とで食べています。

(ちなみに利用者の方は事業所からの補助により 1 食 100 円で食事が提供されています)

昼食を作るにあたって、2名の調理師の方に毎日交代で来て頂き、利用者の方と一緒にその日の昼食の調理を行っております。

昨今は新型コロナウイルスの影響で、いったん「手作り調理」を中断するという案も出ましたが、栄養のバランスが考えられた昼食を提供し続ける事に大きな意義があるという事になり、昼食づくりは続行することになりました。

しかしその為に、今まで以上に徹底した衛生管理と予防対策を行っております。まずは朝、その日昼食で使う食器すべてを熱湯で10分間煮沸消毒を行い、調理中は、使い捨てビニール手袋を完全着用し、食材から食器に至るまで、絶対に直接素手では触らない事を徹底しております。

そして…、出来上がった昼食は、全員無言で食べています(笑)

全員で新型コロナウイルスに神経質になっていますが、それが新たなマナーとして定着もしており、おしゃべりしながらの食事には、逆に小さな抵抗感すら生まれつつあり…。

リトルハウス一同、環境の変化にたくましく対応しております。

という事で、どのような食事が作られているのか、いくつかご紹介したいと思います！！





今回はここ数日の昼食メニューを掲載してみました。

他にもたくさんのバリエーションの日替わりメニューがリトルハウスでは作られています。

その中でも 4 枚目の昼食の写真、チャーハンの横に添えられた小鉢のお料理は何だと思われませんか？

これは調理師の方が考案した「お蕎麦とサンマのサラダ」です。

茹でたお蕎麦と、野菜、そしてほぐしたサンマを特性ドレッシングで和えたお料理です。最初は正直「本当に美味しいのだろうか…」と半信半疑だった僕ですが、食べてみるとこれがとても美味しい！！ 利用者の方々からも大好評でした。

一人暮らしで食生活が乱れがちな利用者の方は多く、栄養のバランスが考えられた昼食をリトルハウスでしっかりと食べる事は、とても重要です。

そして調理作業を通して、調理師の方々から料理を作る楽しさと大切さを学び、日常の食生活も徐々に改善していく利用者の方が非常に多くいらっしゃいます。

リトルハウスでは就労を通して自らの可能性を探す事と同じぐらい、しっかりとした食事を作り、それを食べる、という事も重要だと考えております。

「就労訓練」と「正しい食生活の習慣」という両輪がそろって、自立に向けた生活への加速がつくのではないかと私たちは考えております。

(鈴木)