



さざなみ

松屋町事業所 もりしま たかし 森島 隆

森島隆は中華の料理人として長年の経験を持ち、社員食堂や居酒屋などで料理を作り続けてきた。有限会社さざなみには2011年に入社し、ベテランの料理人として松屋町事業所で調理を担当している。定員18人の松屋町事業所で作る料理は、まるで大家族の食事を作るかのような。森島は日々の食事に、季節のイベントに合わせた料理も織り交ぜる。食事の時間がより楽しいものになるよう、一品ごとに思いを込めて調理している。

—— 個々の食事制限に合わせ 食事を用意するベテランの腕

森島が担当するのは、昼食と夕食の2食分。買い出しから調理までを行う。カロリー計算されたメニューを基本とし、大まかに分けて基本食、刻み食、ミキサー食の3種類を用意する。食事には、一人ひとりの健康状態や嚥下機能によって、さまざまな配慮が必要

—— 食事は一番楽しい時間。 季節を感じられる工夫を

長年調理に従事していただけてあって、料理はジャンルを問わず作ってしまおう。「入居者様に四季を感じてもらいたい」と、なるべく季節にあった料理を取り合わせる。クリスマスパーティーメニュー、正月のおせち料理、節分の巻き寿司などイベントごとに工夫を凝らす。入居者様の誕生日には、お赤飯を炊いて皆で祝っているという。

「最も大切なのは、嚥下可能な食事を提供し、毎食きちんと口から栄養摂取をもらうこと。ただ、それだけでは味気ないので、季節にあったものを取り入れて、より食事を楽しんでもらいたいと思っています」。

こう話す森島からは、料理で人を喜ばせたいという優しい気持ちが溢れ出ている。

—— ベテランでも 年に一度の「うっかり」

買い出しから調理まで一人で担当し、入居者様の嚥下状態を把握して1日2回の食事を提供するのには大変な仕事だが、慣れた手つきでこなしている。しかし、そんなベテラン料理人であっても、年に一度くらいはやってしまう失敗がある。炊飯器のスイッチ押し忘れだ。

おかずの用意はすべて完璧に整った。あとはご飯を盛るだけという段階で炊飯器の蓋を開ける。すると目に飛び込んでくるのは、炊けていないお米。

「あー！ やってもうたー！」キッチンで一人叫ぶ森島。しかし、今からスイッチを押したところで食事の時間には到底間に合わない。こんなときは近所のスーパーにご飯を買いに行き、何とかその場をしのぎ、炊けていないお米は次の食事に回すという。

—— 「美味しい」と言って もらえるのが一番の喜び

長年料理人を続けてきた森島にとって、自分が作るものに対して「美味しい」と言ってもらえるのが何より嬉しい瞬間だ。比較的小規模な松屋町事業所では、食事の間も家族のような雰囲気、アットホームに過ごすことができる。「だからこそ、なるべく皆さんの食べたいものを出してあげたいのです」。

そんな気持ちから、ときに森島はリクエストを聞くこともある。多少の制限があるにせよ、食事を楽しみにしている入居者様にとっての大切なひとときを、可能な限り充実させたいと思っている。

料理人としての経験や知識を発揮し、美味しい食事で心を満たしてもらいたいと日々奮闘する森島。これからも自身の力を存分に発揮していくに違いない。

だ。特に新しく入ってきた入居者様や、一度入院して戻ってきた方については、病院やケアマネージャーと食事についての情報を共有し、「食べられるもの」の確認が欠かせない。普通炊きのご飯が飲み込めなければ、お粥に変更するなど、様子を見ながら調整している。

こういった配慮は、これまで経験してきた社員食堂や居酒屋との一番の違いであり、気を使う部分でもある。噛む力や飲み込む力が衰えた高齢の入居者様にとって、魚の小骨は危険であるため、買い出しでは骨抜き魚を選択。胃に負担のかかりやすい脂っこい料理は、少量の油で調理する。

「油を使わないエビチリや、少量の油だけで作る酢豚もあるんですよ」。

面倒にも思えるような対応であっても、手間だと感じることもなく調理する手際の良さが、森島にはあるのだ。



おせちのお雑煮も喉に詰まらないよう、工夫して手作り



留学生紹介

今回は、さざなみでアルバイトをして下さっていた留学生4名をご紹介します!

- ① 日本でやりたいこと
- ② 日本でアルバイトをした感想

イトバアウラナさん

出身地:インドネシア スマラサン
来日時期:2018年4月

- ① 日本の会社で働きたいと思っています。
- ② とても楽しく働けました!

ファムティトゥホアイさん

出身地:ベトナム タイビン
来日時期:2018年4月

- ① 学校に行き、介護の仕事をやりたいと思っています。
- ② とても楽しかったです。この仕事は自分に合っていると感じました。

劉存さん

出身地:中国
来日時期:2019年4月

- ① 日本で就職したいと考えています。大学を卒業したら、さざなみに就職することが第一希望です。
- ② 日本のアルバイトの良いところは皆さんがとても優しいところ。これからも続けたいと思っています。

蘇琮恩さん

出身地:台湾
来日時期:2019年3月

- ① たくさんありますが、日本で言葉を勉強して、家族が来たら旅行したいです。ホテルで温泉に入って、美味しい料理を食べて、家族と一緒に楽しい時間を過ごしたいです。
- ② 皆さんが仕事の内容を新設に教えてくれるのでとても嬉しかったです。言葉が元々通じない台湾出身の私はとても助かりました。本当にありがとうございます!



かめい しんいち
亀井 慎一さん

- Q1 入浴を進んでいただけない方やトイレ誘導の難しい方など、対応の難しい入居者様への声かけが上手であること、そして常に入居者様の動きを意識しながら動かれているところがすごいと思います。また、食事の準備や盛り付けの際にも工夫をされていて、教えてもらいながら多くのことを学ばせていただいております。
- Q2 介護技術や声かけの仕方など、いつも参考にさせていただいています。自分に足りない部分を指摘して下さることで改善すべき点が明確になり、感謝の気持ちでいっぱいです。時には話を聞いていただくことで、ストレス発散に繋がりが気持ちが楽になっています。



にしま たかこ
西山 貴子さん

- Q1 中山さんのすごい所は、文章に起こすことが難しいほどたくさんあるため、箇条書きにしました。
 - ・声が大きい
 - ・寝なくても平気
 - ・元気でいる
 - ・よく食べる
 - ・人の悪口はあまり言わない
 - ・いつも笑っている
 - ・姉御肌
 - ・仕事が丁寧
 - ・言われたことはやり遂げる
 - ・仕事が好き
 - ・入居者様から信頼されている
- Q2 自分がしんどいときにも支えてくれて、いつもありがとうございます。中山さんの大きな声で目が覚めます。これからも身体には気を付けて、しっかり働いてください。

グループホームさざなみ鶴見
3階リーダー

なかやま ゆきえ
中山 幸枝さん



さざなみ鶴見

中山さんのココがスゴイ!

周囲から厚い信頼を受けている中山さん。
そんな中山さんのスゴイところを、改めて伺いました!

- Q1 中山さんのすごいところを教えてください!
- Q2 中山さんへ日頃の感謝やメッセージをお願いします。



あらた あやこ
荒田 あや子さん

- Q1 1階から3階までの入居者様及びスタッフに、目配り気配りをされています。入居者様には、日常生活機能を高めるために、必要な厳しさがあっても常に笑顔で対応され、スタッフにも気付きがあればしっかりと教えてくださいます。また、「食」の担当者として、メニュー作りや料理作りにも追われていながらも美味しい食事の提供に手を尽くされています。
- Q2 何事にも一生懸命に、そして活発に業務に取り組まれており、中山さんと一緒だと安心して仕事ができます。職場でタブレットが導入されたとき、私はネガティブな気持ちでおりましたが、「大丈夫、できているよ、自信を持ってこれからも仕事がんばってね」と中山さんが声をかけてくださり、ポジティブな気持ちになりました。その一言が嬉しく、頼りになるリーダーさんのもとで信頼されるように、頑張りたいと思いました。



もり ゆきえ
森 雪恵さん

- Q1 いつも美味しいお食事を作り、入居者様に提供されています。栄養のバランス、量、見た目など様々なことを検討されていることで、入居者様もお喜びで毎回完食されています。真心のこもったお食事と、対応の難しい入居者様への対応が素晴らしく、勉強させていただいています。
- Q2 パタパタしているとき、休憩を取りやすい雰囲気を作ってくださいることなど、いつも細かい部分にまで気を配っていただき感謝しています。