

今月は管理栄養士の小川さんにインタビュー！まほろばの食事はおいしいとご好評いただいておりますが、その献立は小川さんがたてているんです♪

Q毎日の献立作りで気を付けていることやこだわりはありますか？

塩分のとりすぎや、栄養バランスが偏らないように栄養価を気をつけています。食べる楽しみを損なわないよう、見た目の色彩にも気をつけています。
魚にはこだわっています。のどに骨が刺さらないように、骨のない魚を使用することで、安心して召し上がっていただけたらと思います。

Qぜひ知っておいてほしい「まほろばの食事」についてどんなことがありますか？

ご存じの方も多いと思いますが、全施設に自社厨房があって、手作りを提供していることです。
利用当日にメインのお肉かお魚を選んでいただけてますし、食事形態も一人一人合わせていて、様々な要望にも対応できることが自社厨房の強みです。

Q食を通して、利用者様に伝えたいことはありますか？

食レクやパン教室を行うことで、食べる楽しみ、作る楽しみを感じていただきたいです！
わたしも実際にフロアに出て、一緒にパンを作ったりしていますが、みなさん楽しく参加していただいているので、うれしいです。

Q最後にひとことお願いします…！

まほろばは設立当初から「食事」に力を入れています。朝昼夕の食事だけでなく、おやつも季節に合うようなものを提供したり、「お抹茶会」ではお抹茶に合う和菓子を提供したりと工夫しています。
これからもみなさんにおいしく、栄養バランスよく召し上がっていただけるよう、献立をたてていきます！