

月刊

エルダリープレス

～シニアの快適生活を応援する～ シニアライフ版

2015年(平成27年)9月号 第13号

(株)高齢者住宅新聞社 〒104-0061 東京都中央区銀座8-12-15
TEL.03-3543-6852(編集部) 発行人 高橋良江
http://www.koureisha-jutaku.com

—Elderly Press Newspaper—

第8回 高齢者の食の楽しみ

介護が必要になってからは、「食べる」としか楽しみがない」という人は少なくありません。ところが食事の心配から外出できずに我慢している方は多く、食べやすくカットした料理や柔らかく飲み込みやすい調理をしてくれるところが増えれば、高齢者の暮らしも彩が増えると思います。

旅には旬のものをその土地で頂くという楽しみがあり、郷土料理や名物料理など、あれこれ考えるのは楽しいことです。

高齢者施設では、感染症を心配して寿司や刺身などの生ものは出せないという方針のところもありますから、自分の好みにあった住まい選びは慎重にしたいものです。

旅先の「食」について特別な配慮をもとめるのは高齢者ばかりではありません。ベジタリアンフードなどは、以前から航空会社の機内食として対応してきました。昨今は、外国人旅行者が増えたことからムスリムのハラール料理を用意してほしいというリクエストも受けます。ハラールはイスラム教徒だけでなく、鮮



▲伊豆熱川ではイチゴ狩りを家族と楽しみました

トラベルヘルパーが食事もサポート

度よくエキスや脂まで調理法に気を配り清潔に肉を食べさせてくれることから健康食としても人気だそうです。

また、アレルギーを持つ子が増えたことから、子ども連れの家族旅行では食事に細かな対応のできるレストランやホテルを指定されます。

食の楽しみはご本人だけでなく一緒に旅をする家族にとっても大きな要素ですから、大切な人と過ごす限られた時間として私達も大変気をつかう部分です。

介護旅行のコーディネーターとして、こうした特別食の手配などは送り出す側の役割ですが、トラベルヘルパーは、あらかじめ用意した食事がその方に合わないとかわかった時、その場でナイフやフォークを用いたり、調理のはさみを持参して食べやすくカットしたりする他、ミキサーを持ち込むこともあります。常に食の楽しみを失うことのないように旅の仕上げを心がけています。

安全! 快適! 介護旅行

SPIあ・える倶楽部社長
篠塚 恭一



1961年千葉県生まれ。大手旅行会社の従業員を経て91年(株)SPI設立。ホスピタリティ人材の育成派遣に携わる。95年よりトラベルヘルパーの育成をはじめ、旅のユニバーサルデザイン、介護旅行「あ・える倶楽部」の普及に取り組む。06年NPO法人日本トラベルヘルパー(外出支援専門員)協会設立。著書「介護旅行に出かけませんか」(講談社)他。(株)SPI あ・える倶楽部代表取締役社長。NPO日本トラベルヘルパー(外出支援専門員)協会理事