伝統の味を継続し守っていく実践

～調理実習に取り組んで見えたこと～

芦別慈恵園　栄養係　栄養士　三河真綾

食事作りで大事にしていること

①味付け　ちょっと甘め　出汁を効かせた薄味

②手作り
出汁、あんこ、コロッケ、流動

③常菜、やわらか食、テリーヌ食どの食事形態でも同じ味

特徴
やわらか食：舌でつぶせる、柔らかい食事
テリーヌ食：常菜をミキサーにかけ寒天で固めたもの
舌ざわり滑らか

お客様の好みの変化

15年前		ここ数年
うどん、ソーメン	→	ラーメン
ご飯、漬物	→	パン、アイス
カレーライス	→	ハヤシライス
しょうゆ味	→	ケチャップ味

原因
・R5　入居年齢　87.5才
・在宅生活が長い
→手軽に食べやすい物
若い人との同居で馴染みの味が変化

対応していく

大切な調理工程表

調理工程表は全224メニュー　平成元年から始まった
試行錯誤して積み上げてきた
→紙媒体の工程表を見ただけでは
「いつもと味が違う」「全然違う料理になった」

料理の基本や細かいポイント

実際に作って学ぶ機会が必要

調理実習の開始（R3～R5）

1年目
伝統料理メイン

	行ったメニュー
1年目	とりもも醤油煮、甘味噌、酢の物、ガラスープ など　計14品
2年目	カレーうどんのつゆ、長芋油炒め、ザンギ、お好み焼き　など　計12品
3年目	ほうれん草と豚肉炒め、鶏ひき肉南部焼き、あんこ、酢飯　など　計14品

2.3年目
課題があると感じたもの

調理実習の効果

①調味料の分量を決めることができた
　鮭ザンギの下味、蕎麦のつゆ
　だし醤油のかえしの割合　など

②慈恵園の味つけを覚える
　酢の物～砂糖1：酢1
　あんこ～小豆4kg：ザラメ4.8kg

あんこ
味の決め手はザラメ
強火で付きっきりで練る

③揚げ物の衣の固さ、火加減
　天ぷらの衣は食材に絡みやすい固さ、混ぜすぎない

3年目にはじめたこと
～野菜の切り方実習（R5）

〇決まっている大きさに切れていない
　切るのに時間がかかっている　全員で確認

1回目：一斉に切り始め、時間を計り、動画をとる

時間ごとに見る
早いが太さにバラつきがある
太さはそろっているが時間かかる

動画で見比べる
新人職員は大根のスライスが
飛び散り時間がかかる
　→リーダーから切り方を学ぶ

米田リーダー：3分45秒
五味調理員：4分20秒

3か月後

早く切れている
実感ができて嬉しい

調理実習をしたメニューが・・・

つい最近・・・
天ぷらのやわらか食、さつまいもが硬かった

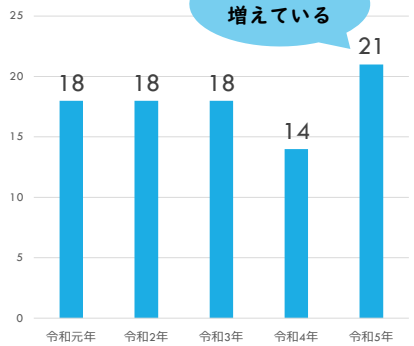
調理実習では・・・
やわらか食の衣の硬さ確認

原因　やわらか食の舌でつぶせる柔らかさなのかを
食べて確認していない

来年度の課題

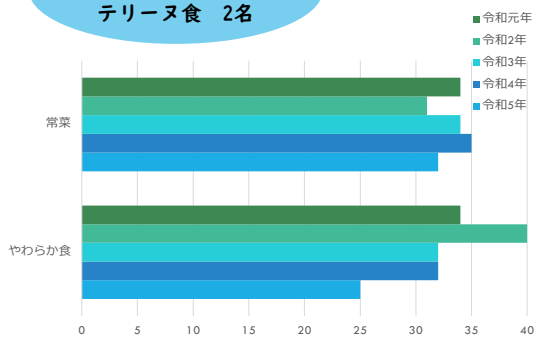
食事形態の推移（令和元年～5年）

テリーヌ食
増えている



在宅サービスの変化
やわらか食　5名
テリーヌ食　2名

今までは
ほとんどいない



来年度の調理実習では

・やわらか食の固さ、作り方を学ぶ　命に関わる
・実際を想定した正しい工程で作り方を伝える

卵料理が多い？！

来年度の予定

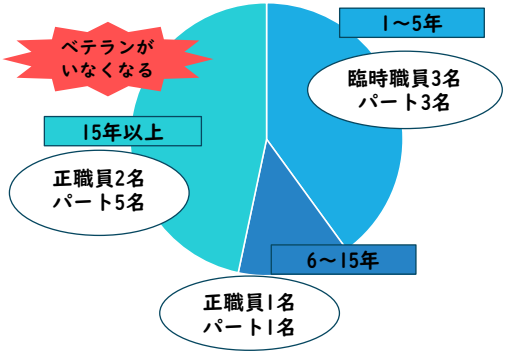
伝統の味
定番の味

	メニュー		メニュー
4月	長芋だし醤油	10月	鶏もも醤油煮
5月	酢豚	11月	大根の和え物
6月	ザンギ	12月	だし巻き卵
7月	豆腐卵とじ	1月	卵トーフ
8月	豚肉とほうれん草炒め	2月	おでん
9月	なめこおろし酢	3月	酢味噌和え

来年度の栄養係は

R5年度（経験年数）

ベテランが
いなくなる



慈恵園では

メインの調理メンバー
米田L　28年
武田調理員　6年
多田調理員　4年
菅井調理員　3年
五味調理員　2年
大辻調理員　23年
木村調理員　16年

平均経験年数　11.7年
⇓
平均経験年数　8.6年

慈恵園の味を作った伝統の人

衛生面や洗い物など
間違っていることを
言ってくれる

お客様好みの味に
作ってくれる
味見の頼り・・・

どんな時でも工夫した
美味しい料理を作ってくれる
ユニットクッキングでは
楽しませてくれる

煮物の味つけ得意
調理、掃除など
周りを気にかけてくれる

最後に

〇ベテランが作ってきた味、気づきを無くさないため
　→栄養士として、リーダー、サブリーダーと守っていく

①厨房に入り、調理員さんと一緒に作っていく
　調理実習が一緒に学べる場所。伝統の味を継続

②お客様からの「美味しい」声を調理員さんに伝える
　食べてもらえたことを一緒に喜んで、栄養係のチーム力を高める