

なかの里づくり

人生の最期まで安心して暮らせるまちを目指して

発行責任者

特定非営利活動法人

なかの里を紡ぐ会

理事長 富田眞紀子

中野区中央 3-27-19

03-5332-3366

info@nakano-sato.org

二度目の春を迎えて

中野通りの桜が今年も一斉に開き始めました。寒い冬が過ぎ、「またこの季節が無事に巡ってきた」安心感を噛み締めています。

里の家もお陰様で開設してから二度目の春を迎えました。今日も5人の入居者さんといつもと変わらない朝を迎えました。皆さん、朝ごはんは本当によく召し上がります。

Eさんはいつも「私、朝ごはんが楽しいなの」と笑顔で話し、スープをお替りします。毎日、入居者さんとスタッフで食事を共にすることで、いつの間にか家族のようなきずなが生まれています。



毎日の朝ごはん
朝はパン食（クロワッサンやロールパンも）必ず果物と野菜、卵やウインナーなどのタンパク質を添えます。
加えてヨーグルトと日替わりスープ
食後はコーヒーか紅茶をいただきます。

里の家の食支援

里の家にとって食事は中心となるものです。入居者さんにとっても食事は日々の楽しみであり、明日の希望、そして生きがいにも繋がります。日頃気を付けていることは次の通りです。

- ・痛みや痒み、便秘・下痢など苦痛を先ず取り除く
- ・身支度 食卓は小さな社交場
- ・姿勢や車いすの高さ、テーブルとの距離
- ・食卓の自分の居場所
- ・箸、スプーン、フォークの選定
- ・食器の位置、重さ
- ・何よりもお料理の見た目
「わー美味しそう！」 唾液が出る
笑顔が生まれる
- ・口腔ケア 気持ちがいい感覚



お料理の彩り



食器も楽しみに

臨時総会を開催

終末期を迎えた方のためには、その方の大好きなものをこしらえます。先日、里の家を卒業していかれたKさんは「あんこ」が大好きでした。スタッフはKさんのこと想い、何度もあずきを煮てくれました。Kさんと夜な夜な「あんこ」を食べた思い出は私たちの宝物です。

また、里の家は中野区フリー活動栄養士会と連携し、献立や調理のアドバイスをいただいています。こうして食を追求してみると、食がいのちを作っていることを実感いたします。

去る2月27日、中野区社会福祉協議会を会場に臨時総会を開催し、役員の交代について審議されました。

そして、設立より監事を担ってきた浦島洋子氏が退任し、新しく秋元健策氏が監事として着任しました。立ち上げの苦しみを分かち合ってきた浦島氏には心より感謝申し上げます。そして、秋元氏には当法人がミッションからそれることなく、公正に歩むよう見守っていただければと思っております。