

# 高齢者の食事について

どんな食事でも「おいしい」と言ってもらえる事が 1 番大事

「まずくはない」という食事はある程度の仕事で提供できる。  
「おいしい」と言ってもらうためには努力が必要。

## おいしい食事とは

### ていねいな仕事

- 食材は厳選する
- だしを取る
- いつでも同じ味が提供できる
- 誰が作っても同じ仕上がりになる
- 結果をフィードバックして改善する



### 食べやすい形態

- 食材の選択、処理の方法、火の入れ方、切り方等の工夫
- やわらかさ、大きさの検討、確認



### 生活の楽しみ

- 作る側の人間に都合の良い仕事をしていないか
- センスが大切
- 食事で季節を感じてもらう
- 一年間のサイクルメニューにして、季節の献立等でバリエーションを豊かにする



※次回それぞれの詳細についてお届けします。