

40 「わたらい緑清苑の食への取り組み」

わたらい緑清苑 井上鉦康 松井美典

1 はじめに

わたらい緑清苑では1997年4月の開苑当初より、ユニークな取り組みを行ってきた。それらの取り組みは主に3つの分野に分かれる。食事の改善、病気への対応と看取り、そして環境への配慮である。これらはお互いに独立しているものではなく、相互に補完しあいながら入居者に貢献している。食、病気、環境に気を配るということは、特別養護老人ホームに入居するほど身体機能が低下した入居者が少しでも快適に暮らすために欠かせないサービスなのだ。

QOL、すなわち生活の質、人生の質、と訳される理念は福祉業界でも常識となっているが、いかにして特養におけるQOLを高めていくのかという課題は常に職員にのしかかっている。QOLという言葉が硬すぎるのであれば、「どのようにしたら自分や自分の両親が入りたいと思えるような特養を作ることができるのか」というふうに解釈すればよいのではないだろうか。当苑の職員たちも「ここだったら入りたい」と心底思えるような特養を目指していく過程で、食や環境に特別に配慮することはとても大事だと感じるようになっていく。

これから報告する当苑での食や病気や環境への取り組みは、地球という自然環境なくして人間は生きていくことはできないのだという自覚から、自然環境にもやさしく、人間にもやさしい生活をしようと日々改良を重ねてきたものである。もちろんまだ完成しているわけではなく、今も皆で楽しみながらアイデアを出し合ったり、工夫したりしているので発展途上版といったところかもしれない。

2 食への配慮

食へのこだわりは大きな意味において環境へのこだわりの一部である。なぜなら、私たちの食材である米や野菜、肉や魚類も自然環境の中から産出されたものであるからだ。自然環境が悪化すれば食材も当然品質が低下するため、環境と食とは切っても切れない関係にある。

最近の日本の食は少し心もとない状況となっている。私たち日本人の食生活は高度経済成長を経て確実に変化してきた。食の西洋化、既製品を中心とした中食化、外食化が進み、アルコールやジュース類、そして菓子類の摂取量が増え、その結果日本人はカロリー過多、油脂過多、そして砂糖過多の時代に突入したのである。いわば栄養不足ではなく、栄養の摂り過ぎが問題となってきている。食生活の変化に伴い万病の元とされる成人病が子供にまで出現するような事態も生じ、成人病は生活習慣病とその名を改めている。生活習慣病の代表選手である糖尿病にいたっては、予備軍を含めると全人口の1割を占めるとも推測されている。

今後も2大老人病と言える寝たきりと認知症の高齢者は増え続けることが予想されているが、これらの病は生活習慣病が進化した姿であり、食生活と因果関係があることは疑いようのない事実なのだ。

当苑では、このような危機的な日本の食の状況を真摯に受け止め、伝統的日本食への回帰を掲げて、日夜より良い食事の提供のために苦心している。それでは今なお現在進行形で行われている当苑の食へのこだわりを具体的に紹介していきたい。

(1) 主食に玄米を取り入れる

玄米の効用は近年様々なメディアで取り上げられるようになり、その価値が高まってきている。白米が最高の主食であった時代はとうに過ぎ去り、健康のためにも玄米は人気の主食となりつつある。

当苑では開苑当初より玄米食を提供してきた。当苑において玄米は強制ではなく、白米か玄米かを自由に選べるになっているうえ、利用者の意向でいつでも変更可能である。玄米は圧力鍋で炊いたものと、お粥にしたものなどいろいろなバリエーションがあって、入居者の健康状態に合わせて提供されている。炊き方もさまざまな失敗や試行錯誤を重ねたうえで開発された当苑オリジナルのものとなっている。

他の高齢者福祉施設からよく驚かれるのだが、玄米は職員にも入居者にも好評で、入居者の8割以上は玄米を選択しているのだ。しかも「健康のためにがまんして」というのではなく、「おいしいから」なのである。認知症の入居者の場合は、自分で判断できないので、家族に選んでもらっている。家族の方々にも健康に良さそうということで、玄米を選ぶ人が多い。

(2) 砂糖を調理に使わない

現代日本の食には、驚くべき量の砂糖が投入されている。私たちがふだん何気なく食べている市販のおかず類は言うまでもなく、下手をするとご飯にまで隠し味と称して砂糖を使用しているのだ。砂糖を使用していない食べ物を探すことのほうが難しいのである。

一日の砂糖の摂取推奨量はだいたい20グラムであると言われていたが、これは塩のように必須量ではなくあくまで目安である。砂糖は炭水化物に分類されるので、別に砂糖を食べなくても命に別状はないからだ。ところが、市販の清涼飲料水のペットボトル500mlには通常砂糖が50グラムも含まれているので、これだけで2.5日分もある。よほど気をつけないとすぐに砂糖の摂り過ぎになってしまうことは想像に難くない。実際最近数年間の日本人の砂糖の消費量は一日約52グラムとなっており、20グラムの推奨量をはるかに上回っている(国際砂糖機関調べ)。

昨今、日本人は塩分の摂り過ぎということで減塩ブームが定着しているが、それよりももっと重要な問題が砂糖の量の調節なのではないだろうか。

こういった状況をふまえて、当苑では調理には砂糖を一切使用しない、という姿勢を貫いてきた。甘味にはみりんを使い、しかも極力控えめで上品な味を追求している。

(3) マクロビオティック料理を取り入れる

当苑が食の勉強を続けているうちに、マクロビオティック料理に出会った。日本生まれでありながら、日本よりも欧米で知名度の高い伝統的日本食である。ジョン・レノンがニューヨークで通った菜食レストランもマクロビオティック料理であったことはつとに有名で、海外における日本食＝ヘルシーというイメージも案外ここから来ているのかもしれない、と思わせるほどである。明治時代の石塚左玄に始まるマクロビオティックは伝統的な日本食を根幹に置いているが、自然農法でとれた玄米菜食を中心とする食事によって自然治癒力を高め、健康を目指すものである。食がそのまま身体の癒しにつながっていく点がおもしろい。

マクロビオティックの調理の基本は、身土不二と一物全体、すなわち地元でとれた季節の食材を使うこと、そして皮などをむかず食材を丸ごと食べるのである。調味料は伝統的製法の醤油や味噌、天然塩などに限り、砂糖、化学調味料などは一切使用しない。

このようなマクロビオティックの考え方はさまざまな面において、理にかなっている。

無農薬無化学肥料の食材を選ぶことによって、間接的に環境にも配慮していることになる。地元の食材を選ぶことで、地場産業の育成にも貢献している。さらに食材を丸ごと使い切ることによって、生ごみを減らすこともできる。マクロビオティックの考え方を取り入れて困ることは何一つないのである。

当苑では栄養士をはじめとする調理職員たちが大阪のマクロビオティックの料理教室に勉強しに行き、日々の食事作りに反映させている。

例えば、味噌や梅干し、漬物なども伝統製法に則って手作りしている。ただし生産には限界があるので、なくなると市販のものを買わざるを得ないが、入居者には手作りの方がおいしいと好評なのは言うまでもない。

毎日飲むお茶は、地元の度会地域で20年以上も無農薬無化学肥料で作られ続けている番茶を使っている。醤油、ごま油などの調味料も伝統製法のものを取り寄せている。全ての食材や調味料まではまだまだ手が回らないが、できる限り質の高い製品を購入しているのだ。

そして、食事とは別にマクロビオティック料理を特別に提供している。入居者の中でも自分の病気を少しでも治したいと思っている人がこの特別メニューを選んでいる。人生最後のステージになって健康が一番大事な財産だったと切実に感じるためなのか、今よりも少しでも状況が良くなるのなら何でもしたい、と思う方が多いからである。この食事で糖尿病が治ってしまうなどの効果が出ているので、当苑としても嬉しい限りである。

他には、マクロビオティックの手当法（伝統的な民間療法）を取り入れて、風邪気味なら梅しょう番茶、咳の酷い人にはれんこん湯などと入居者の体調に合わせて提供している。このような個人に合わせた対応は、入居者にも好評だ。

このような当苑での食への取り組みの効果は、入居者の健康状態の変化ですぐに現れる。一番分かりやすいのは、ショートステイの利用者であろう。便秘は高齢者の最もポピュラーな持病と言ってよい。特養に来る人はそのほとんどが便秘になっている。ところが当苑の玄米食を食べることによって、下剤が必要でなくなっていく。それはショートステイに来た利用者本人が「下剤を飲まなくても平気だった」と不思議がるほどなのだ。職員が「この人はどうして便秘なのだろう」と思っていると、その人は白米ばかり選択して採っていたことが後から分かったこともある。とにかく「玄米の効果はてきめん」というのが職員の実感である。

このように当苑に入居すると下剤を必要としなくなり、自力排便をするようになる。家族が面会に来ると、以前よりも顔色も良くなり、つやまで出てきた、と驚かれることもある。職員の方が驚かされるような事象がたくさん起こるのだ。

さらに、他の高齢者福祉施設の方が見学に来られると、認知症の入居者がおだやかであることに驚かれることがある。認知症が進むと通常、徘徊したり叫んだりときまざまな問題行動が頻繁になることが多く、介護のうえでもより頻繁な支援が必要になるのであるが、当苑の食事をすることによって次第に排便が安定するせいもあってか、おだやかに変化してくるのである。夜も普通に眠りに就かれるので、介護も楽になるというおまけまでついてくるのは、人手不足の当苑としても実にありがたいことだ。

3 環境への配慮

当苑では、環境問題を真剣に考えている。資本主義社会のもとで、コストのかかる環境問題は常に後回しにされてきたが、どうやらこのまま放っておくと、地球上に生物が住むことができない状況にまで環境破壊が進んできていることが専門家などから指摘されるようになってきた。そのため当苑でもできる限りのことをしようと思いを新たにし

て、環境を汚さないように工夫している。

(1) 水

水は生命の源である。私たち人間だけでなく、動植物も水がなければ生きていくことはできない。地球も人間もその構成は7割近くが水で占められている。ところが、この水が今や最も汚染されているものの一つであることをどれだけの人々が理解されているだろうか。「水と安全はタダ」と言われた日本はすでに過去のことなのだ。

世界を見渡しても、安全に水が飲めない国の人々が10億人以上もいると言われているなかで、日本も例外ではなくなっている。ご存知のとおり水道水は塩素で消毒されているが、アメリカでは塩素消毒は人体に悪影響を及ぼすということで、より安全なオゾン消毒を行っている。日本ではオゾン消毒が本格的に導入されないのはコストが高いためなのだ。

また、日本では未だに850万世帯が鉛管で水道水が運ばれてきているのだが、重金属の鉛はアレルギー症状を含むさまざまな疾患の原因とも疑われている。さらに、水道水からは数十種類以上もの有害物質が検出されたりしている。水は無色透明で何も有害なものが入っていないように見えるが、その実態は想像をはるかに超えて汚染されているのだ。

こうした状況から、当苑では数種類の浄水器を選び、飲料水から調理、加湿器まで使用して入居者の健康に役立てている。一例を挙げると、お米は洗う段階から浄水器の水を使用している徹底ぶりだ。最近では特殊な浄水器を増設して、お風呂も浄水器の水で入ることができるように改善した。あまり知られていないが、塩素などの有害物質は皮膚からより吸収されやすいからである。

(2) 掃除

当苑では、掃除も一工夫している。EM1と呼ばれる80種類以上の微生物を培養した茶色い液体を使っているのである。独特のすっぱいような匂いがするEM1をさらに糖蜜と浄水器に通した水で培養する。それを使って調理場から室内、廊下、トイレなどありとあらゆる所を掃除するのだ。もちろん、消毒剤、殺菌剤などは一切使わない。

これだけで大丈夫なのだろうか、と思われるかもしれないが本当に大丈夫なのである。黄色ブドウ状球菌など抗生物質が効かない菌が起す院内感染の高齢者を受け入れても、自然と治っていくのである。

今までの科学は、菌を殺して解決しようとするいわば殺しの科学であったが、ある菌を殺してもすぐに強力に進化した菌が出てくるので、結局たちごっこになり根本的な解決には程遠かった。けれどもこのように少し視点を変えてみると、解決の糸口が見えてくることもある。環境にも人間にもやさしい掃除をしようと思ったらできるのだ、といま実感している。

(3) 生ごみ

施設から毎日出る生ごみの量は相当なものである。これを捨てるのはもったいないということで、生ごみのリサイクルを行っている。EM菌の入ったぼかしで生ごみを発酵させて、最後は外に置いてある2台の機械で肥料に仕上げる。できあがった土色の肥料は欲しい方に分けており、家庭でのガーデニング等に活躍している。

また、調理の過程で出る廃油を利用して、当苑オリジナルの石鹼も作っている。EMの培養液を混ぜて作る石鹼は、簡単にできるうえに、市販の高価な石鹼に勝るとも劣らないつつつの使用感が得られるので大人気である。たまにバザーなどで売りに出すと瞬

く間に売り切れる幻の一品で、アトピーの子どもを持つ親からもこれなら使えりと太鼓判を押された経緯も持つ。この石鹼は入居者の入浴の際などあらゆる所で使われている。

このような取り組みは、入居者にダイレクトに影響を与えている。例えば他の高齢者福祉施設の職員が研修に来ると、当苑の入居者の肌があまりにもつるつるして健康的なので驚かれるのである。他の施設では合成洗剤や合成石鹼、合成シャンプーなどを使用しているためであろう。逆に、当苑の職員が他の施設に研修に行くと、たった2日間という短い期間でも手が荒れてしまったりする。環境に留意することは、入居者だけでなくそこで働く職員の健康状態にまで貢献することになるのだと改めて実感させられる次第である。

4 当苑の食の取り組みについて～現場の調理員から一事例として報告～

調理の現場から 主任調理員 松井美典

わたらい緑清苑は「人間性豊かな生活の場」を基本理念とし、自然治癒力を高める介護・食事・看護を目標として今日までやってきた。

開苑以来、食べることへの喜びを考えた食事作りに取り組み、身体に負担をかけない、身体の中からきれいになる、身体に優しい食事で日々の生活を安心して楽しく笑顔で生活していくことが健康の源につながると考えやってきた。その為には、生きている米、玄米を食べて、病気に打ち勝つ身体を作ることが大切である。今、認知症や癌などの病気が増えているが、それを無くす為にも玄米の持つパワーが不可欠である。

当苑の食事はマクロビオティック（玄米菜食）を基本としている。ただ、まったくのマクロビオティックではなく、肉や魚、乳製品も時々使い、出来る範囲で無理をせず身体に良いという方法を取り入れた、つまり自然治癒力を高める食事を作っているということである。

開苑当初、マクロビオティックという言葉は聞いていても、食べた事もない私達調理員だったので、みんなで一から勉強し、ゆっくりとしたペースで取り組んできた。主食は玄米。玄米を研ぎ、24時間浄水器を通した水に浸ける。浄水器を通した水に浸けるのは、玄米を柔らかくする為と、農薬や環境ホルモンなどの有害物質を取り除く為である。市販の玄米を使っているので、この浄水器を通した水にナノバブル水をプラスして、より安心な玄米にして使っている。又、入居者の健康状態に応じ、玄米粥も作っている。

(1) 玄米の炊き方（一升の場合）

水は浄水器の水、塩は自然塩、オールステンレスの圧力鍋。

水加減は米に対して約1.3倍。

①まず容器にたっぷりの水を入れ、その中に玄米を入れて優しく右回りに玄米を洗う（玄米は生きているのだと意識して）

②水を替えて同じ方法で3回程洗う。

③洗い終わったら24時間水に浸けておく。

④24時間浸けておいた玄米は、炊く前にもう一度軽く洗い（この時も①のように水から先に入れる）、10分程度水切りをしておく。

⑤玄米の1.3倍の水を圧力鍋に入れ、小さじ1杯位の塩を入れて、「おいしい水にな～れ」と思いながら右回りに塩と水が馴染むようにかき混ぜる。そうすると塩が水に溶け、水が柔らかく感じる瞬間がある。手の平で水が柔らかく感じたら準備オッケー。

⑥準備オッケーの水に水切りしておいた玄米を入れ、再度生きた玄米とおいしい水がよく馴染むように右回りに混ぜる。この時、「おいしいご飯になりました」と気を入れ

るのがポイントである。

- ⑦気を入れたら、圧力鍋の蓋をして 30 分間待つ。
- ⑧30 分たったらガスに火をつけ、強火で圧がかかるまで炊く。
- ⑨圧がかかり、シューという音がして、分銅が動いてきたら弱火で 18 分炊き火を消す（緑清苑の圧力鍋の場合）。分銅が降り、圧が抜けたら（約 20 分位）おいしいご飯の出来上がりである。

（2）玄米粥の炊き方（一升の場合）

水 14ℓ、玄米 1 升、塩 40g、大豆 150g、しいたけ粉 50g、昆布粉 40g

- ①玄米を炊く時と同じ洗い方をして、24 時間浸けておき、10 分程水切りをしておく。
- ②鍋に水を入れ、塩を入れて玄米の時と同じ様に水と塩を馴染ませる。
- ③次に、大豆・しいたけ粉・昆布粉を入れてよくかき混ぜ水と馴染ませて、最後に玄米を入れて蓋をして 30 分おいておく。
- ④30 分たったらガスに火をつけ、強火で 26 分炊く。
- ⑤26 分炊くと沸騰してくるので、あとは 4 時間まで弱火でコトコトと炊く。この間、絶対に蓋を開けてはいけない。開けてしまうと玄米のパワーやおいしさも抜けてしまうからである。4 時間炊いたら柔らかい玄米粥の出来上がりである。

（3）白米の炊き方

玄米の時と同じ炊き方であるが、白米は 24 時間水に浸ける必要はない。白米は死んでいるので、長時間水に浸けると変質してしまう。
炊く前に 30 分間待ってから火をつけるようにすること。

（4）味付けご飯の炊き方

玄米粥の時と同じ様に、調味料を入れた水の中に米を入れるのがポイントである。調味料を水によく馴染ませてから米を入れ、30 分間待ってから火をつける様にする。だし昆布を入れて一緒に炊くとより一層おいしくなる。どんな具材の場合も同様にする。

（5）食への取組を通じて

当苑ではご飯を炊く時、ただ水と米を入れて火をつけるのではなく、水や米に気持ちを込めて「おいしいごはんにな〜れ」と言いながら水と塩、水と米を馴染ませてから炊くのである。入居者一人一人の顔を思い浮かべ、おいしく食べてもらえる様に心を込めて炊いているのである。すると本当においしいご飯に仕上がる。何も考えずに炊いたご飯と食べ比べをしてみると、おいしさの違いがすいぶん分かる。

お粥を 4 時間蓋を開けずに炊くのにも意味がある。4 時間コトコト火にかけることによって、玄米の力をより引き出し、蓋を開けないのは玄米の中に入っているパワーをグッと閉じ込めるという意味なのである。お粥は体調の悪い方に食べてもらうのだから、長時間かけて玄米の持つパワーを最大限に引き出すことが大切である。

こうやって玄米を食べていると、玄米の持つ力でほとんどの入居者は便秘もなく、薬も使わず自然排便が出来るというのだから、玄米の効果はすごいと実感している。

身体に良い食べ物といえば、発酵食品もであるが、開苑当初から自家製味噌、梅干し、ぬか漬けを作っている。2 月には味噌作り、6~7 月にかけては梅干しを漬け、毎食のメニューには季節の野菜のぬか漬けが並ぶ。主菜・副菜は季節の野菜を中心としたメニューで、出来るだけ一物全体を使うようにしている。そうすることでゴミも少なく、環境

にも優しい食事作りをしていると思っている。

厨房から出る生ゴミは、生ゴミ処理機で肥料にし、中庭で作っている野菜に撒いたり、近所の方や農業高校に使ってもらっている。

食事の味付けには砂糖を使わず、素材の味を出来るだけ活かし、塩や味醂で甘みを出すのである。現代の食生活は食の西洋化に伴い、成人病いわゆる生活習慣病ともいえる寝たきりや認知症の高齢者が今後も増え続けると予想され、今一度伝統的な日本食を見直す上で、毎日入居者の為に身体に良くて、しかもおいしい食事の提供を心がけているのである。温かい物は温かく食べてもらえるように厨房で盛り付け状態にするのではなく、食堂に来られた方から順番に調理員やワーカーが協力してご飯や味噌汁など、その日の健康状態に合わせて盛り付けをしている。

職員も同じ食事を入居者と一緒に食べているので、その日の状態を見て魚をほぐしたり、食べやすい大きさに切ったりして、目の前で声を掛けながら食べてもらっている。見た目も食欲の一つだと考えるので、厨房で何か分からない位小さく刻んだりとかしない様にしている。

他にやっている事は、一人暮らしのお年寄りやご夫婦だけで生活してみえるお年寄りに弁当を提供している。当苑に隣接している社会福祉協議会や町のボランティアグループと協力して、『ふれあい食事サービス』という活動を行っている。月に4回だけだが、他のグループと交代で作り、地域とのふれあいも大切にしている。

やはり玄米を食べたのは初めてだという方が大半で、もっと固いというイメージだったが柔らかくてとてもおいしいと言ってくださる方がたくさんいたので安心した。こうやって私達に出来るマクロビオティックを少しずつでも地域の人達に食べてもらうことが出来、この活動に参加して良かったと思っている。

その他にも白米を洗った時に出る研ぎ汁を使ってEM拡大液を作ったり、残った廃油でEM入り石鹼も作っている。EM拡大液は厨房内の掃除や散布に使ったり、居室内の加湿器に入れたり、入浴にも使っている。

EM入り石鹼は食器を洗ったり、入浴や手洗いにも使用し、環境も損なわない様にしている。

他には入居者の体調が悪い時、看護師から引き継ぎを受け、身体の状態に応じて薬で身体を治すのではなく、野菜の持っている力を借りて、身体に優しく負担も少ない昔から家庭で作っていた手当て法の「梅醤番茶」・「大根湯」・「ごま塩」・「小豆かぼちゃ」を作っている。

①梅醤番茶

(作り方)梅干し1個を包丁で細かくたたき、生姜のしぼり汁2～3滴、生醤油を入れ、熱い番茶を注いでかき混ぜてから飲む。

(効能)胃腸の調子が悪い時や下痢など内臓の強化、活力の増進に良く効く。

②大根湯

(作り方)大根おろしを大きじ山盛り1杯、おろし生姜を一つまみ、生醤油を入れ、熱い番茶を注いでかき混ぜてから飲む。

(効能)解熱、利尿に効く。大根にはビタミンC・Dを多く含むのと、消化を助け痰の切れを良くする。

③ごま塩

(作り方)白ごま大きじ8杯は軽く洗い、水きりをしておく。塩大きじ2杯は少し色が

付くくらいまで煎る。すり鉢に入れ、粉になるまで力強くする。水きりしておいた白ごまを香りが出るまでよく炒って、すり鉢ですった塩の中に入れ軽くする。8割～9割位ごまがすれたら出来上がり。

(効能) 食欲増進の為、ご飯に振りかけて食べる。

④小豆かぼちゃ

(作り方) 小豆1カップは軽く洗い、水きりをしておく。鍋に小豆とだし昆布10cm位をひたひたの水で煮る。小豆が柔らかくなったら塩小さじ1杯を入れ、20分ほど弱火で煮る。味が出たらかぼちゃ150gを食べやすい大きさに切り、柔らかくなるまで一緒に煮る。途中水が無くなったら水を足しながら煮る。

(効能) 糖尿病の人に。汁ごと食べる方が良く効く。

毎日使っている当たり前の身近な食材を、無駄なく全て丸ごと丁寧に使って、素材のパワーを引き出している。季節の物をその季節毎に正しく食べるということは、身体が要求していることであり、春夏秋冬に対応するという力を備えさせてくれるものである。素材のパワーを全ていただくということはそういう意味も含まれているのである。

こうやって開設当初から取り組んできた事は、普通の家庭が普通に暮らしている、そんな施設を作っていきたいという事である。調理員は普通の家庭ではお母さんなのである。お母さんが家族の健康を考えて食事を作るのは当たり前の事と考えている。

施設にはいろいろな人が様々な地域から入居される。長年育った故郷が違えば、好みや味付けも異なる。でも、入居者と職員が同じ食卓を囲んで食事を摂りながら会話していくと、その中からいろいろな気持ちを受け取ることが出来るのである。

そうやって家族になればと心から思っている。人は健康な時には気付かなくて、病気になるから初めて気付く事がたくさんある。現代の人達は、昔の人の言葉に耳を傾けない人が多くなった様に思う。昔の人から教わることは本当に素晴らしいものがたくさんある。今が良ければそれでいいという考えを変える必要がある。考え方を変えるだけで人は健康になれるのだ。人間にとって食べる事は大切な事である。毎日楽しく生活していく為には、食事というものは切っても切れないものである。食べる事の大切さをもう少し真剣に見直してみて、外側だけに気をとられがちな今、一番大切な内側を磨くことによって本当の健康を導き出せるのだと思う。

入居者が穏やかで安らかに最期を迎えられえる日まで、ほんの少し、今私達に出来る精一杯のお手伝いが出来ればと思っている。

食べる事が生きることにとどれだけ大切な事なのか、共感してもらえれば幸せである。