

調理をすることの意義と方法

基本ガイドライン④

生活の質と「家庭らしさ」

湯煎や宅食は手軽で便利な反面、どうしても「出来合い」の印象が強く、家庭的な温かみを感じにくい側面があります。これに対し、手料理は調理中の香りや音までもが生活の一部となり、食卓に家庭らしい雰囲気を生み出し、利用者に安心感を与えます。また、湯煎や宅食では「配膳者と受け手」という一方的な関係になりがちですが、手料理では調理や食事を共にする過程を通じて、自然な交流やつながりが育まれます。

【障がい者グループホームでの代表的な調理方法の比較】



宅食弁当

湯煎調理

手作り

調理についての留意事項

基本ガイドライン④ー2

“おいしさ”と“安全”

清潔で安全な調理は、利用者の健康を守るだけでなく、グループホーム全体の信頼と安心を支える根幹です。

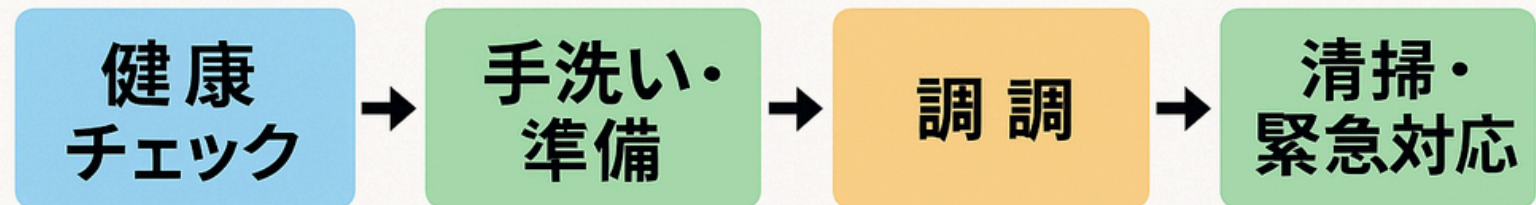
手洗いや消毒、温度管理といった一つひとつの行動は、一見小さな作業に見えても、その積み重ねが「食の安全」を築いています。

食事は、利用者にとって一日の中で最も楽しみであり、心の安定や生活のリズムをつくる大切な時間です。

その時間を守るためには、調理に携わる職員全員が「安全で温かい食卓を届ける責任」を自覚し、感染症対策を日常の基本動作として徹底することが求められます。

【リアルタイムでのオーダー数】

調理における感染症対策 チャートフロー



清潔な一手間が、
みんなの健康を守る。

お仕事ぶらす

最後の調味料

配膳は“食べる支援”の 第一歩。

配膳は、食事を届けるだけでなく、利用者の尊厳と安心を支える支援です。

手洗い・手指消毒・マスク着用を徹底し、清潔な環境で安全に提供します。温かいものは温かく、冷たいものは冷たく、「おいしい」と「安心」を同時に届ける意識を持ちましょう。

配膳は信頼を育む時間——「一膳一膳に、思いやりをこめて」丁寧な一皿を届けましょう。

配膳心得

1. 基本姿勢

- 配膳は「食事の提供」ではなく、生活支援の一環である。
- 利用者の尊厳と主体性を尊重し、「してあげる」ではなく「共に行う」意識を持つ。

2. 清潔と安全の確保

- 配膳前に 手洗い・手指消毒・マスク着用 を徹底する。
- 清潔なトレイ・食器を使用し、配膳台・テーブルは消毒済みであることを確認する。

3. 配慮と観察

- 利用者の表情や動作を観察し、体調・食欲の変化に気づく。
- アレルギーや嚥下状態に応じた食形態を再確認する。

4. 配膳のマナー

- 左に主菜・右に副菜・奥に汁物など、見た目の整った配置を意識する。
- 配膳時は静かに丁寧に行い、食器を音を立てて置かない。

5. 食後の対応

- 食べ残しや摂取量を確認し、支援記録に反映する。
- 使用後の食器やテーブルは速やかに清潔を保つ。

キッチン締め作業

基本ガイドライン⑤

「清潔な締めが、明日の安心をつくる。」

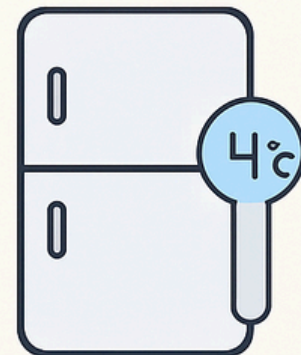
締め作業は、翌日の調理を安全に始めるための大切な衛生活動です。使用したまな板・包丁・器具はしっかり洗浄・消毒し、食材は温度管理を徹底。生ごみは当日中に処理し、調理台・シンク・床を清掃して湿気を残さないようにします。



手洗い・消毒



調理器具の洗浄・消毒



食材の温度



ごみの廃棄

調理器具・備品の洗浄・消毒

- まな板・包丁・トング・おたまなどは、中性洗剤で洗浄後、泡ハイターで付け置き
- 肉・魚用と野菜用の器具は分けて管理。
- 使用済みのふきん・スポンジは毎日交換または漂白消毒。







食材・食品の管理指針

基本ガイドライン⑥

「見える管理が、食の安心を守る。」

食品管理の 運用ルール

	温度記録	毎日
	開封日表示	毎回
	品質確認	毎日
	冷蔵庫清掃	随時

基本方針

- 食材管理は 衛生・安全・信頼を守るための基本業務 である。
- 目的は「安全に食べられる状態を保ち、食中毒や感染リスクを防ぐ」こと。
- すべての食品は 「誰が見ても状態がわかる」 ように保管・表示を徹底する。

温度管理

- 冷蔵庫・冷凍庫の温度を 毎日確認・記録 する。
 - 冷蔵：10℃以下
 - 冷凍：-18℃以下
- 記録は「キッチン衛生チェック表」に記入し、異常があれば即報告 する。

食材の保管方法

- 開封済みの食材 はラップまたは密閉容器に入れ、
- 日付・品名・開封者名 を明記する。**マスキングテープを活用する。**
- 冷蔵・冷凍ともに 分類ごと（肉・魚・野菜・調味料など） に整理する。
- 調理済み食品と生食品は棚を分けて保管 する。

品質確認と廃棄

- 毎日、食材の 賞味期限・見た目・臭い を確認する。
- 次のような食品は 即廃棄 とする：
 - 賞味期限・消費期限切れ
 - 変色・異臭・ぬめりがある
 - 保管温度が逸脱した可能性があるもの
- 廃棄時は「廃棄日・理由」を記録し、再発防止に役立てる。

先入れ先出し（FIFO）の徹底

- 新しい食材を入れる際は、古いものを手前・新しいものを奥 に置く。
- 毎回の調理時に 賞味期限を確認し、残量を把握 する。
- 買いすぎ・保管過多を防ぎ、適量管理を心がける。