

# 食事を自分で確保

2024年1月17日



## キーマカレー\*の思い出

昔、近所にキーマカレーの店が開店し、母が楽しみに行ったが、「時間はかかるわ、店員があわててレジを落とすわ、まずいわでえらいことだった」と。

毎日、ヘルパーさんを導入していたが、私は母が作れないだろうと食べる物を心配して、手作りのもののできるだけつくっていた。

ある日、仕事が遅くなり、母の夕食を心配し、母のところに急いで駆け付けたが、母はちゃっかり夕食を確保していた。

ちょうど準備の最中だった。母は現場を娘に見られてバツの悪そうな顔。

その顔は娘のつくった食べる物はまずくはないが、自分だってこっそり、好きなものを食べたいんだという気持ちがある。

ある日、キーマカレー\*の総菜を差し入れたが、「いない」と拒否された。母の拒否する態度をみて、母の主体性を感じ、うれしくもおかしかった。

# トースターとレンジを使い分ける



←トースターで餅を焼き、レンジでご飯をあたためる母。母の視線がメモリダイヤルにくる位置に。

餅は越後の手作りもち、ご飯は鎌原の新米  
母は質がよく鮮度のよいもの、できたてのものを好む。

そのために、必死でトースターと・レンジに集中する。となりに椅子をおき、つかまれるように。

このような時には、でしゃばらず、見守る。

# 煮物はヘルパーさん作成・母が監修



## 煮物はヘルパーさん作成・母が監修

以前、母が、「（ヘルパーさんが）もっと切り方や味付けを考えてもらいたい」と文句言っていたので、「お母ちゃんが教えてあげればいいんじゃないか。」というお母ちゃんもヘルパーさんに要望をいうようになった。

「今日の煮物は薄味でおいしいよ」

少しずつ、一つずつ、運んでいく。いつの間にかつかまり歩きから、独歩が安定してきた。

自宅生活の中のリハビリ成果→



# はい、できあがり



はい、できあがり。  
本日の夕食のメニュー（私は用意していません）  
「こんにゃく・しいたけ・玉ねぎ・鶏肉・  
ジャガイモの煮物」  
「焼き餅・しょうゆ」  
「ごはん」、そして母の大好物「蛸の足」

ごはんが見えやすいように、黒の茶碗

「このじゃがいも、やわらかくておいしい」と。

食後、夕食の薬を飲むと、翌日朝の薬を忘れないように準備。 →  
週に1度、起床したらすぐに服用し、30分は横になれない・食事もしては  
いけないので、母は必ず、この服薬カード（認知症デザイン研究・卒研  
横坂さん作成）を使う

