

# 昔ながらの地元の郷土料理で 高齢者に楽しみと元気を届ける。

ふじさか あけ こ  
藤坂 明子さん 愛媛県 86歳



長年培った料理の腕を  
地元で発揮。

平成9年に愛媛県柳谷村(当時)で「柳谷村生きがいデイサービス」が開始されるにあたって、藤坂明子さんは料理の腕をかわれ、当時の柳谷村村長から直々に、デイサービスでの調理をして欲しいと頼まれました。

以前、寮母をしていた経験もあり、また、料理をするのが好きでもあった藤坂さんは、好きな料理で地域に貢献できるのであればと、快くこの申し出を受けました。

開始当時は、利用者の数が多く、毎日デイサービスの利用者がいたため、藤坂さんも忙しい毎日を過ごしていました。だが、徐々に高齢者の数も減り、現在は、利用人数も少なくなつたため、週3回(月、水、金)のボランティア活動で対応。毎回、朝の9時からスタッフの分も含めて17食前後の食事を作っています。

懐かしい昔からの地元の味。

食事のメニューは、ほぼ1か月前から藤坂さんを中心に調理担当が集まって決定します。

藤坂さんの提案するメニューは、栄養バランスが取れているだけでなく、地元で昔から馴染まれた味。中には、今はほとんど口にする事のない懐かしい料理もあり、高齢の利用者にとっては昔の記憶を呼び起こさせる味であるとも

に、調理を手伝うボランティアの人たちにとっては、新鮮な新しい味の発見でもあります。

藤坂さんも含めてボランティアの多くの方が農業をしているので、自宅で作った野菜を持ち寄ってくれることが多く、新鮮な素材と藤崎さんの調理が組み合わさることで、利用者も楽しみにする料理が生まれます。

特に、地元の特産でもあるジャガイモは人気が高く、藤坂さんも多くのレパートリーを紹介しています。

藤坂さんの元気が利用者  
者の元気に。

86歳の高齢ながら年齢を感じさせず、いつもテキパキと元気に作業する藤坂さんの姿は、周りの人の元気の素となっているようです。

現在は、膝の故障で休養を取っている藤坂さん。「地域の高齢者の為に、手作りのおい

しい料理を作つてあげたいと思つています。利用者の方が、いつもメニューを楽しみにしてくれており、おいしいと言ってくれるのがうれしいので今後もボランティアを続けていきたい」と語る藤坂さんの料理を、多くの人が待ちわびています。

