

THE YOMIURI SHIMBUN

# 読売新聞

2023年(令和5年)

11月8日 水曜日

りっとう  
立冬

高山英紀シェフのレストラン  
「アントルヌー」で開催された  
Mボヌール ランチ会の様子が  
読売新聞で紹介されました。



「安心の設計 MONEY」は第2、第4水曜日の掲載です。「シニア+」では、高齢期の暮らしに役立つお金の話題について、わかりやすく紹介します。



かむ力や、のみ込み力の弱い高齢者たちに配慮した料理を考へた早川さん(右)  
(65歳、神戸市)

●高齢者向けメニュー・弁当を用意する主な飲食店(要予約)

店名・所在地	価格や内容
アントルヌー (フランス料理) 神戸市	毎月第1、第3金曜日のランチタイムに、コース料理を用意。 5500円(税・サービス料込み)
HANZOYA	前菜3品、肉・魚料理、デザート2品に飲み物付きで9460円(税・サービス料)

## ■ 食べる

# のみ込みやすい逸品提供

いくつになっても楽しく食事を取りたいものです。今回のテーマは「食べる」。加齢で、かんだり、のみ込んだりする力が弱くなった人向けのメニューを用意しているレストラン、65歳以上を対象にした料理教室などを紹介します。

「トウモロコシのスープがとてもおいしかった。焼きたてのブリオッシュも柔らかくて食べやすかった。次に来るのが待ちどほしい」神戸市のフランス料理店「アントルヌー」で9月15日、2時間のランチ(税・サービス料込み5500円)を楽しんだ早川三子さん(87)はほほえんだ。介護が必要な早川さんは普段、神戸市の有料老人ホームで暮らしている。同店への訪問は今年2月以来といい、この日は11月の誕生日の前祝いを兼ねて、娘2人が提案した。

同店の高山英紀シェフ(46)は、食材の粘り気やとろみを生かして、食べやすく、見た目にも美しい一皿を生み出すことにこだわっている。

例えば、硬いものが食べられない早川さんに提供したメインディッシュの煮込みハンバーグは、細びき肉を丸めて、デミグラスソースで1時間半ほど煮た後、ミキサーにかけてペースト状にした一品だ。これをとろみのあるジャガイモのピューレと2層にすることで、のどを通るスピードをゆるめ、誤って気管に流れ込んでしまう誤嚥を防ぐように工夫した。

実は早川さんは、7月末に食事量が極端に減り、10日ほど入院した。その際、2月の来店時に撮った料理の写真を眺めながら、「頑張って退院するから、またお店に行きたい」と家族に話していたという。前日の14日には、服薬びに1時間かけた。

世界的に有名な料理コンクールでの入賞経験もある高山シェフ。父親の病気をきっかけに、人に必要とされる食事について改めて考えたことが、今の取り組みにつながったという。

「おいしい料理を食べることは生きることにつながる。これからも高齢者や障害者の人が安心して食事を楽しめるレストランを続けていきたい」と話す。

煮込む・蒸す 特別メニュー