

終章を生き抜く

午前9時。合計230歳の厨房が動き出した。

「ねえ、乾燥昆布切ってもらえる?」「私、キャベツの千切りやるわね」

三角巾で髪を覆った手練の3人。テキパキと作業をこなす。軽快な包丁の音、グツグツと鍋が鳴る。

5月24日、那須塩原市太夫塚1丁目の商店街一角にある「街中サロンなじみ庵」。栄養に配慮した限定40食、500円の「おふくろの味ランチ」が名物だ。市内の65歳以上で会員なら300円で食べられる。この日は肉じゃがや煮豆、フライなどおかず5品を作り上げた。

煮焼きをこなした同市二つ室、伊沢延子さん(80)がフツとひと息つく。「おいしいって言われて、動いて汗かいて、ここに来るといいあんばいだね」

食堂経営の経験が買

足して230歳の厨房

れ、開店時から厨房を任される。夫を10年前に亡くし、一人暮らしだ。「足が悪くて家じゃテレビの前で座ってばかりよ」

腰が悪い同市接骨木、志村和生さん(80)が包丁の手を止めうなずく。「本当よね、ここなら長時間立っていられる。限界まで続けようと思って」。「家でボケツとしておね」と同市三区町、若林サチ子さん(69)も笑った。

会員でもある3人はボランティアで調理にあたる。ケアされる人から支え合う人へ。

NPO法人ゆいの里代表の飯島恵子さん(57)は思いを込め、2005年になじみ庵を開いた。

約20年前から介護施設などの仕事に携わってきた。「何の役にも立たない。

食で絆「いいあんばい」

早く迎えが来てほしい」そんな言葉を聞きたび、割り切れなさが募った。

16年前、民家を活用し「デイホーム」を設立した。一方通行のケアではない。認知症や障害があっても、料理や趣味などその人が持つ力を引き出し、日常を支えるケアに結び付けた。目を追って、その人らしさがよみがえった。

思いはさらに広がる。「高齢者は孤立や人前に出ない生活が続くと、弱ってい

く。なじみ庵はそれを防ぐ、まちの「居場所」だ。月会費200円。格安ランチで孤食を防ぎ、自由に集い、趣味や娯楽を楽しめるスペースも備えた。一人一人が主体的に活動する。志村さんも5年前、その一人に加わった。

長野県から引越越し、家にこもりがちな日々。夫は12年前に旅立った。ランチに寄ったある日、伊沢さんに目がき付けた。ランチ「あの年であんな風に働け

るなんて」。大の料理好き。スタップに「手伝ってみる?」と誘われ、ためらいはなかった。以来、週2〜3回厨房に入る。「あのまま過ごしてたら、駄目になっていたかもしれない」

午前11時半。会員らが一人また一人、なじみ庵のれんをくぐり入ってきた。20席はすぐいっぱい。相席同士、自然と話の輪は広がり、箸が進む。配膳の手伝い、席の片付け。気も配り合う。

「1日誰とも話さないと寂しいよね。お弁当買ってもみんな同じ味に感じるしさ」。常連の一人、八木沢修二さん(78)がほおを緩めた。妻に先立たれ一人暮らし。食事をきつかけに仲間が増え、2年前、大田原市からなじみ庵向かいのマンションに越してきた。

厨房で伊沢さんが何気なく口にした。「私はここにきて、ランチを作ることで寿命が5、6年延びたわね。不思議よね...」



調理が一段落すると、明るい声が厨房に響く。左から若林さん、伊沢さん、志村さん=5月24日、那須塩原市太夫塚1丁目の街中サロンなじみ庵

2025年

超高齢社会

第5部 支え合うまちへ

8