

短 報

## ユニットケアの特性を生かした 食事改善の取り組み ～豊かな食事提供のために～

旭川敬老園\*

松下 紫乃・松島智枝美  
石原 美江・森 繁樹

キーワード ユニットケア 個別ケア 多彩な食事  
他職種連携

### 1. はじめに

食事をする行為は、身体に栄養を摂り入れ生きる活力になりえるものである。しかしながら、加齢に伴う身体の低下や障害や疾病により「食べる」という行為に何らかの支援が必要となった場合、「豊かな食事」ということから遠のいてしまうことが多い。これは旭川敬老園(以下、当園)の利用者も例外ではない。

また施設という特質上、一般的に利用者の好み等に関係なく、管理栄養士のもと管理された栄養量を決められたメニューとして提供してしまいがちである。それでは利用者本位とはいえず、介護者本位の介護としかならないと言えよう。

そこで、利用者の希望に少しでも沿えるようユニットケアという、小規模な介護単位の特性を生かした「食生活」の改善に取り組んでいくこととしたものである。

### 2. 食事改善委員会の発足

平成23年4月、当園では以前の「給食委員会」から「食事改善委員」(以下、委員会)と名称を変え、利用者本位の「豊かな食事の提供・多彩な食事の提供」を目指すための取り組みを強化した。また、

様々な視点から入居者の現状把握に行い、より望ましい食事の方向性を考えていくチームケアの視点も重要な課題と考え、委員会の取り組みと平行し、他職種との連携を強化することとした。

### 3. 配膳方法の見直し

まずは、配膳方法の工夫を考えた。以前は、運ばれてきた食事を各階1台の配膳車に乗せ、本館から南館へと順番に配膳していた。この場合、本館の配膳開始から南館の配膳終了まで15～20分を要しており、職員間には時間短縮のためにできることはしておこうと業務的な考えが根付き、早くから食事の準備をしていた。そのため食事の準備は時間との戦いとなっており、業務としての配膳にしかなっていなかった。

そこで、まずは各階2台の配膳車を用意し、配膳を本館・南館同時スタートできるようにした。これだけで15～20分の時間のロスがなくなり、食事介助に時間を回せることとなった。このことだけをとらえるならば、これは簡単なように思えるが、実は新たに配膳室にて本館・南館に取り分ける作業が発生することとなる。そのためフーズセンターでの食事の出来上がりの時間を5分早めてもらうことの調整や、各階の食数の把握が一目で分かるように工夫も必要となった。

こうした園全体を調整していくことで取り分けの時間を捻出することができた。このように、まずは配膳方法から作業優先であったスタイルを見直し、利用者に近いところで食事の準備をできるような改善を行っていった。

### 4. 高齢者ソフト食の導入

当園には、それまでにも普通食・きざみ食・ミキサー食の3つの基本の食事形態があった。しかし、その対応だけでは限界があったため、委員会では新たに高齢者ソフト食の導入の検討を始めた。

高齢者のソフト食は、図1のように普通食からミキサー食対象の利用者まで幅広い摂食状況の利用者に対応可能であり、導入を図る施設も増えてきている。ソフト食は味も素材の味がしっかり残っており、形状も一旦ミキサーにかけたものを成形してあるた

社会福祉法人旭川荘 (理事長 末光 茂博士)

\*特別擁護老人ホーム

め、見た目も美しいものとなっている。欠点として時間と人手がかかることである。そのため、とりかかりとしては、まずは、業者が出している魚のソフト食を取り入れることにした。

以前からの魚のミキサー食は、舌触りが悪く口に残り、かえって誤嚥の危険もあった。しかし、ソフト食に変えてからは、舌触りもよく魚の味もしっかり残っており、大変好評だった。他にも、肉や野菜のソフト食も導入している。

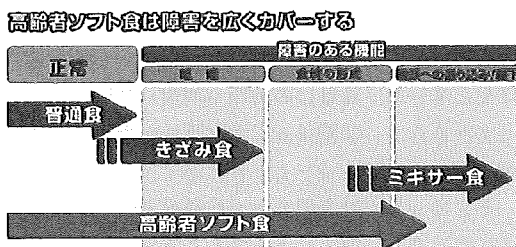


図1

### 5. 環境設定の工夫

誰かと一緒に食事をするというのは、本来大変よいことのはずである。しかし、認知症になるとたくさんの情報が入ってきても、一気にそれらを処理できず、余計に混乱して食事に集中できない利用者もいた。そのような人には、ついたてを立てて個別のスペースを確保し、視覚からの情報を減らすよう環境設定の工夫を行っていた。

視覚からの情報が減り、少しずつ落ち着き始めた数人の利用者は、以前よりも食事に集中できるようになった。(図2)

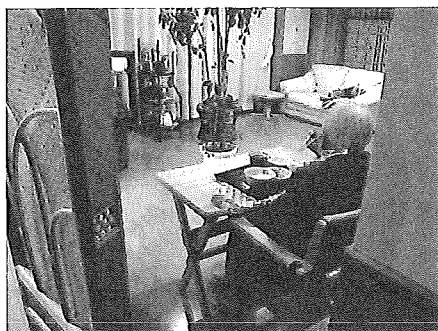


図2

### 6. 栄養補助食品の積極的活用

本来、栄養補助食品とは、毎日の食事だけでは十分に摂ることのできない栄養素を補うための食品のことである。栄養補助食品も、プリン状・ゼリー状・液体とタイプも様々であり、また含有される栄養素はそれぞれ異なっている。食生活改善の一環として、当園では、無理に通常メニューを食べてもらうのではなく、本人の意欲や能力に合わせて栄養補助食品の積極的活用を図ることで、少しでも自分の口から食べていけるように支援している。

### 7. 食事形態の多様化

現在当園では、食事の提供に様々な工夫も行なっている。例えば、普通のパンが召し上がれない方の為に「らくらく食パン」という柔らかい食パンの提供や、主食はパン、副食はメニュー通りという方、毎食パンと牛乳のみの方、ご飯をお茶碗に盛るのではなく一口大に握ってから提供する方など様々な「食べる工夫」を行っている。

ユニットという小規模な単位なので、このような細かい工夫・対応も柔軟に行うことができています。食事メニューもさることながら、食事時間の幅も様々で個々に合わせた設定を行うよう工夫している。

### 8. 他職種連携

月2回旭川児童院より歯科医師に来院していただき、フードテストを実施している。他職種間で状況報告を行い、情報を共有し、今後の食事形態の相談・決定をしていく。

作業療法士は、食事の際の姿勢や飲み込みの具合

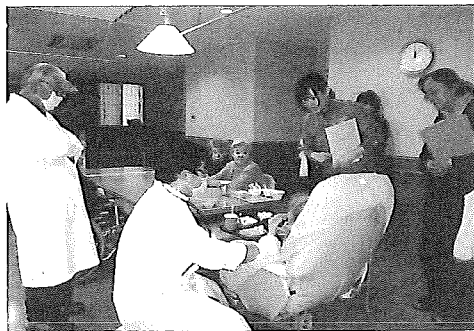


図3

などを見て、Drへ依頼したり、現場スタッフへの助言をしたりする(図3)。歯科衛生士は週2回(火・木)による口腔ケアを実施している。

### 9. 一人ひとり食べる際の姿勢の見直し

(図4)は、作業療法士による姿勢検討された利用者者の一例である。円背があり、車いすでは腹部を圧迫し苦しいと訴えがあった方である。そこで、作業療法士へ姿勢の再検討を依頼した。

車いすから背もたれがあり、深みのある椅子へ変更した。また、深く腰掛けるのではなく、浅く腰掛けることで腹部が少しでも伸び圧迫が解消されるようにした。さらに、テーブルの高さも個々の姿勢に合わせて工夫することも重要だと考え変更した。

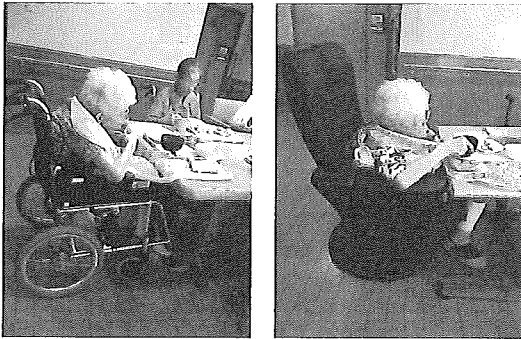


図4

### 10. 職員の意識向上に向けた取り組み

当園では定期的に研修会を開催し、職員の意識向上に努めている。また、机上の勉強だけでなく、実際に栄養補助食品を試食したり、同じとろみ剤でも濃度の異なるものや時間の経過したものの舌触りやのど越しなど身をもって体験したりした。

当園では一人ひとり嚥下の能力に応じてとろみの強さを変えるよう工夫してきている。その他、利用者体験も実施し、良い悪い両方の食事介助の違いを感じてもらった。このように、実際に利用者がどのような食事を摂取しているのか、どのような状態で介助して行くのが良いのかを、相手の身になって考えていけるような取り組みにも努めている。

### 11. 考察

特別養護老人ホーム等では、箸を持って椅子に座り、みなと同じようなメニューを食べるといった常識がなかなか通用しない面も多い。例え、その食事の栄養バランスがとれていないとしても、体調面やその人の生活歴等を考えるのであれば、一方的にそれがダメだと否定的に判断していくことはできない。

一人ひとりの利用者が、一人ひとり満足して食事を摂っていくためには、多様な価値観を認め、その多様性に応じた工夫が必要となってくる。いかにその人らしく食事していけるかについて介護職と他職種が連携し、あらゆる角度から検証していくことで、多様性にとんだ取り組みを行うことが可能となってくる。また、こうした個別対応もユニットケアという小規模の介護単位だからこそできる面があるといえる。

### 12. まとめ

「豊かな食事の提供」を考えることは、利用者一人ひとりと向き合うことだと、改めて考えることができるようになった。一人ひとりの「豊か」の捉え方は育った環境や身体状況によっても随分異なってくる。

しかし、現状では「こうして欲しい」と訴えられる利用者は全体の数%にしかすぎない。だからこそ、利用者の小さな訴えにも耳を傾けることが重要になってくる。その情報をチームで共有し、一人ひとりに合わせた食事形態や介護方法の工夫を行っていくことが重要性だと、この取り組みを通じて考えさせられた。

### 参考文献

- 1) 高齢者ソフト食 黒田留美子 オフィシャルホームページサイト (<http://www.softshoku.net/>)