

1-2			
主題	食形態の工夫で、食べる楽しみを引き出したい		
副題	「形」のある介護食を実現した取り組みについて		
キーワード1 介護食	キーワード2 食形態	研究(実践)期間	5ヶ月

法人名	練馬区社会福祉事業団
事業所名	富士見台特別養護老人ホーム
発表者(職種)	谷朋子(管理栄養士)
共同研究(実践)者	海老根典子(施設長)、櫻本淳(介護職員)、工藤加寿子(看護師)、他

電話	03-5241-6010	FAX	03-5241-1760
----	--------------	-----	--------------

今回発表の事業所やサービスの紹介	緑の多い閑静な住宅街に位置する、56床(ショートステイを含む)の従来型多床室の施設です。施設内には通所介護事業を併設しています。近隣は練馬区一番の高齢化地域です。施設は認知症になっても安心して暮らせる地域の核になれるよう、連携・協働しての運営に取り組んでいます。
------------------	---

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

利用者の要介護度が重くなってきていることに伴い、咀嚼や嚥下の力の低下など、食べることに何らかの障害を持つ方も増えている。

咀嚼や嚥下の力が低下した方の食形態として、当施設では、常食をペーストにし、再形成したものを基本とした<介護食>を設定している。

再形成は、固形化補助剤によるゲル化で行っていたが、課題として以下の状況があった。

①厨房作業の都合上、すべての副食を再形成できていなかった。再形成ができない時は、トロミ剤でまとめたペースト状のものを出していたが、「何を食べているのかわからない」「見た目があまり良くない」という声があった。

②ゲル化をする際に、だしなど水分を加えるので、少し味が薄く感じるがあった。

上記2点を改善するため、研究を開始した。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

咀嚼や嚥下の力が低下した方にも、美味しく、見た目の良い食事を提供することで食事摂取量が安定し、栄養状態の維持につながると期待した。

本研究において「見た目の良い食事」を下記のように定義した。

①咀嚼や嚥下の力が低下した方も食べられる、ペーストではない形のある食事。

②できるだけ常食をイメージできる食事。

《3. 具体的な取り組みの内容》

委託給食会社の栄養士・調理師と協力し、介護食に関して以下の取り組みを行った。

- ①自由に整形できる調理素材を導入。絞り出しなどの工夫で見た目が常食に近い「から揚げ」や「しょうが焼き」などの提供を実現した。
- ②新しい固形化補助剤の導入。加熱・冷却が不要なタイプなので、少ない作業工程で固形化でき、形のある介護食の提供につながった。
- ③実際の食材に近いシリコン型の導入。野菜類をゲル化する時は星型や花型で抜いていたが、常食をイメージできるように、プチトマト型や大根型、ブロッコリー型などのシリコン型の使用を開始した。
- ④副食は一律ミキサーにかけてペースト状にしていたが、すべての食材にその必要があるのかを見直した。その結果、今まで介護食には無理だと決めていた食材も、調理の工夫で提供できることがわかり、メニューの幅が広がった。

《4. 取り組みの結果》

上記の取り組みを開始するにあたって、委託給食会社側からは、新しい作業が加わることへの不安の声も聞かれた。しかし、研究の後半には、委託給食会社の栄養士の方から盛り付けの提案があるなど、この取り組みを通し、厨房全体での、食事の見た目に対する意識が高まった。

また、認知症がある方などの食事介助の際、「これは〇〇ですよ」「おいしそうですね」などの声かけがしやすくなり、結果として摂取量の増加につながった。

《5. 考察、まとめ》

介護食を食べている 14 人(平均年齢 86.5 歳、平均要介護度 4.4、平成 28 年 6 月現在)について、研究前(平成 27 年 10 月)と研究後(平成 28 年 5 月)の 1 か月間の平均食事摂取量の変化および体重の変化を調べた。

食事摂取量は、14 人のうち 9 人が、研究後の方が、摂取量が増えていた。9 人のうち 4 人が自己摂取をしている。

体重は、14 人のうち 4 人に体重の増加が見られ、2 人が体重を維持できていた。

この結果により、食事の見た目は、摂取量や栄養状態に大きく関わることがわかった。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

なお、本研究発表を行うにあたり、ご本人(ご家族)に口頭にて確認をし、本研究以外では使用しないこと、それにより不利益を被ることはないことを説明し、回答をもって同意を得たこととした。

《7. 参考文献》

- ・月刊ニュートリションケア 2014 年 6 月号 特集「高齢者福祉施設の栄養ケアのすすめかた Q&A」
- ・病院・福祉施設でつくるかんたん嚥下調整食レシピ 100
徳永佐枝子・日本ゼネラルフード株式会社 編著

《8. 提案と発信》

現在は、咀嚼・嚥下の力が低下した方のために、さまざまな製品が販売されている。厨房設備やマンパワーに合わせた製品を選ぶことが大切である。

食事の見た目、そして食形態は、摂取状況を左右するカギとなる。今後は、摂食機能と食形態の関わりや、認知症の方の食事支援における食形態の役割についての研究も、課題と考えている。