

1-3			
主題	高齢期におけるお茶と汁物の適温の調査と集団給食の提供方法について		
副題	「個人ごとの適温」に対する個別支援の検討		
キーワード1	適時適温	キーワード2	食事
研究(実践)期間			2ヶ月

法人名	社会福祉法人 亀鶴会		
事業所名	特別養護老人ホーム 神明園		
発表者(職種)	齋藤佳子(管理栄養士)		
共同研究(実践)者	岩田真実(介護職員)、土岐佐千子(介護職員)、師岡知宏(介護職員)、他		

電話	042-579-2711	FAX	042-579-6868
----	--------------	-----	--------------

今回発表の事業所やサービスの紹介	東京の西部に位置する羽村市(人口約5万7千人)に、市内3番目の特養として平成11年に開設し、17年目を迎えています。【地域社会に開かれた園づくり】『『楽しみ』『くらし』~そして『よろこび』』の2つを理念に掲げ、全員参加による生活援助の実践を目指しています。
------------------	--

《1. 研究(実践)前の状況と課題》

当施設では、食の楽しみに対する取り組みの一環として、秋から春に石焼芋の移動販売を行っている。期間中は月2回、焼きたての温かさと芋の焼ける香ばしさといった風情を楽しむことも含め、なるべく入居者が直接購入できる環境を整備した。

購入後はお茶の準備等のためと、熱いままの摂取による火傷を防止するため、紙袋ごと一旦お預かりしてから提供する。しかし「アツアツのうちに食べたい」という声が、思いのほか多く聞かれる事に着目した。

食事提供は温冷配膳車を用い、食材や調理方法の違いによる、適温での食事提供に配慮している。しかし、数名の入居者から、特に汁物について「ぬるい」という声を、これまでもまれに聞くことがあった。それらを含め石焼芋の件から、現状の温冷配膳車を使っての適温提供は、それを召し上がっている方たちにとって実は満足感を得られていないので

はないか?という疑問を持ち、入居者にとっての適温を調査することとした。

《2. 研究(実践)の目的ならびに仮説》

【目的】

提供する食事の温度について、その食材に対し適温と思われる温度帯を実際に計測し、集団給食施設で可能な個別性への対応範囲を検討することで、食の満足度を高める。

今回の調査では、主食・副食・汁物などすべての適温を検討することは困難であるため、汁物(具なしの澄まし汁、以下、汁)とほうじ茶(以下、茶)に関して調査することとした。

【仮説】

- 1) 飲み頃と感じる温度は、茶より汁物の方が高い。
- 2) 職員と入居者では、汁物および茶の適温の感じ方に差異がある。

《3. 具体的な取り組みの内容》

・インタビュー調査

好みの温度を〈高温〉〈低温〉〈どちらでもない〉の選択肢を用い、その回答属性を把握。

・温冷配膳車を用いた配膳時の実温度確認
現状の提供状況の実際として、盛り付けから配膳に至るまでの温度低下を確認。

・個人別適温調査

入居者に自身のペースで飲用してもらい、汁と茶について飲み頃と感じたときの温度を、非接触温度計を使用して測定。

調査対象は自ら意見を述べることができる方、トロミ材を使用しない方とし、25名を対象に、一人当たり3回の計測を実施。

・年齢的な適温の感じ方調査

職員10人（平均年齢45.3歳）に対し、先の個人別適温調査と同様の方法で汁と茶の適温帯について測定。

《4. 取り組みの結果》

調査対象とした入居者は25人で、好む温度帯の属性別に〈高温〉9人〈低温〉2人〈どちらでもない〉14人であった。

それら属性別および全体と、個人別適温調査結果から、汁において適温と感じるとの回答が最も多かったのは55℃であった。茶においては明らかなピークはなく、好みの温度が広範囲にわたることが示された。

また、外気温測定時24℃の状態での温冷配膳車にセット時の温度50℃である汁の温度低下は、最短の配膳時間の実現が可能5分で約4℃低下し、最長に近い状況を想定した15分では約7℃低下しており、この計測結果から、適温提供を行うための目安時間を確認することができた。なお年齢的な適温帯の差異は加齢に伴い下がる傾向にあった。

《5. 考察、まとめ》

汁について個別の適温帯での提供については、温冷配膳車セット時の温度設定を考慮し、配膳のタイミングを属性別のグループにするなどすることで、ある程度対応できることが確認された。茶については適温帯、属性に関

係性が低い傾向が示されたので、食事時には高温であることの必要性も低いと感じられた。年齢的な差異は高齢である程低く、この点は配膳者の感覚も重要であることがわかった。火傷などのリスク回避から、熱さがおいしさに直結する献立を避ける傾向につながる。結果、温いといった温度管理になりがちだが、食のQOLを考える上で、テキストや先行研究から得られる知識を、提供者自らが体験、実感することは入居者の食事を考えていく上で重要なことであった。

《6. 倫理的配慮に関する事項》

本研究(実践)を行うにあたり、まずは当施設園長より許可を得た。さらに、調査協力者本人および代理人に口頭および書面で、趣旨、プライバシーの遵守、得られたデータの活用として本発表以外では使用しないこと、調査に参加しても否でもいかなる不利益を被ることはないことを説明し、同意を得た。

《7. 参考文献》

佐藤由実子他/集団給食における供食温度および喫食時の温度変化/和洋女子大学紀要第33編(1993)

加藤圭子他/食事介助時の粥の粘度変化と温度変化の基礎的検証/日本健康医学会雑誌21(3)/(2012)

田村照子他/皮膚表面における温冷覚・湿潤感の部位差を探る/日本官能評価学会誌11(2)/(2007)

橋口暢子他/高齢者における温冷覚閾値と生活習慣の関係/人間-生活環境系学会シンポジウム報告集/(2015)

《8. 提案と発信》

摂取食物の温度にメリハリをつけることは、嚥下反射の向上にも貢献する。本研究を通じ食事提供の温度について改めて見直す機会となった。温冷配膳車使用によりある程度の適温提供は可能であるが「より一層おいしく食事を提供する工夫」は気づきの中であった。本研究が施設の集団給食の中で、適温を考える一助となれば幸いである。