

主題	食材の味を生かしたゼリー食の導入が栄養面、身体面に及ぼす効果
副題	栄養確保から五感を使い、楽しむ食事へ

ゼリー食	固形化補助食品
------	---------

研究期間	21ヶ月	事業所	東京武尊会 特別養護老人ホーム 塩船園
------	------	-----	---------------------

発表者：清水 恵美（しみず えみ）	アドバイザー：岡田 弘（おかだ ひろし）
-------------------	----------------------

共同研究者：氏名 窪田 幸子 ・ 植村 余吏 ・ 吉倉 里美

電話	0428-21-1011	メール	shiofuneen@tokyo-busonkai.or.jp
FAX	0428-21-1005	URL	http://www.tokyo-busonkai.or.jp/

今回発表の事業所やサービスの紹介	特別養護老人ホーム塩船園は、つつじ咲く国宝（塩船観音寺）を目の前に、社会福祉法人東京武尊会による3番目の施設として設立されました。定員150名、入所者平均年齢84.72歳、平均介護度3.85の施設です。塩船園では利用者が安心安全で満足されるサービスの提供を心掛け、職員の質の向上に努めています。
------------------	---

《1. 研究前の状況と課題》

当園では近年、ペースト食を摂取されている方は、全体の2割近くを占めており、ペースト食の必要性が高まっている。しかし『何を食べているか分からない』、『とろみ加減にばらつきがある』、『粥が喉にはりつく』などの意見が多く聞かれており、改良が必要となった。そこで最近注目されているペースト食のゼリー化（以下ゼリー食と表記）に着目した。しかし、一般のゼリー食は水分量が多く、現在のペースト食よりも量が増えるという問題点があった。そこで水分量を調整したゼリー食に取り組み、利用者の身体状況にどのような影響を及ぼすか調べることにした。

また、食事が栄養確保のためだけになりがちであったが、本来、『五感を使い楽しむものではないか』という意見が厨房からあがり、どのようなアプローチができるか考えてみた。

《2. 研究の目標と期待する成果・目的》

▼目標

負担にならない量で必要栄養量を確保できるゼリー食の提供により、利用者の身体状況が維持・改善し、また食を通じてQOL（生活の質）を向上させる。

▼期待する成果

- 水分量をおさえ、硬さ・凝集性・付着性を統一することにより、何を食べているかが分かり、食べやすく、おいしいゼリー食を提供する。
- ゼリー食の摂取により、体重維持・増加、低栄養状態のリスク改善を目指す。
- 食事時間にイベント性を持たせることで、活気を演出し、食べる事を楽しんでいただき、食欲アップに繋げる。

《3. 具体的な取り組みの内容》

▼ゼリー食への取り組み

- ゼリー食対象者:利用者全体の2割
- 必要栄養量を確保するゼリー食献立の作成
- 平成23年9月より、固形化補助食品(以下粉末と表記)にて粥と加熱食品のゼリー食を提供開始。
- 平成23年11月には、非加熱食品(酢の物、サラダ、生果物等)に最適な固形化補助粉末(以下粉末と表記)を取り入れた。
- 少ない水分でもペースト状になるブリクサーを使用し、独自に水分量を調整した。
- 高い凝集性・低い付着性の状態にするため随時介護職員からも食事の摂取状況を聞き取り、食材ごとに使用する粉末の種類・分量を統一。重量100gに対して0.3g~1.7g、ゼリー粥は全粥100gに対して1.1gとした。

▼食事イベントの実施

- 対象者:経口摂取可能な利用者
- 月に1回、食事前の30分を利用し、厨房職員が中心となり、早口言葉を取り入れた口の体操、食べ物にちなんだ音楽に合わせて上肢を動かす体操等を行った。また、季節の食材を使った実演調理を実施した。
- 実施後、写真入りポスターを作製し、利用者やご家族が見やすい場所に掲示した。

《4. 取り組みの結果と考察》

▼体重の増加

平成23年11月より6カ月間ゼリー食を提供していた対象者のうち、27人中14人が、平均2.2kg体重増加し、6人は体重維持されていた。このことより必要栄養量の確保ができたと考えられる。

▼摂取日数の増加

ゼリー食へ改良後、摂取日数は改良前に比べ、平均56日間延びている。この取り組みが、経口摂取維持の期間を延ばす手助けになっていると考えられる。

▼食事イベントによる交感神経の活性化

唾液アミラーゼモニターを使用し、唾液中のアミラーゼ濃度を測定した。食事イベント開催時は、通常の食事前に比べ、延べ37人中26人の方に上昇がみられ、交感神経が優位に立ったといえる。これから食事をするという心の準備ができ、また食事が楽しみへつながっていると考えられる。

《5. まとめ、結論》

これらの取り組みから、確実な栄養摂取で身体状態が維持・改善し、また食を通じて五感を刺激することで、食事を楽しむ時間が増え利用者の笑顔が多く見られるようになった。第三者評価や職員調査でも高い評価を得られたことから、利用者のQOLが高まったと考えられる。

《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、本研究発表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》

- 1)山下由美子、赤田望(2004)食形態の変化が栄養摂取量に及ぼす影響、広島文化短期大学紀要、第37巻、15~22
- 2)発行者 岡庭豊(2011)『病気が見える vol.7 脳・神経 第1版』(株)メディックメディア

《8. 提案と発信》

ゼリー食の提供により、食事形態が異なっても、利用者が慣れ親しんできた素材の味を楽しめる可能性が広がったと感じています。

水分も同時に摂取できるゼリー食から、『味を重視したなめらかなおいしいゼリー食』の提供も視野に入れてはいかがでしょうか。

【メモ欄】