

口演 | 食事（栄養）ケア

2025年11月28日(金) 9:00 ~ 10:00 第9会場（シーモールパレス 3F ルビー）

[O-J005] 食事（栄養）ケア5

座長：横尾 麻依子（介護老人保健施設伸寿苑）

9:32 ~ 9:40

[28-O-J005-05] 食事は心身を豊かにする

宮城県 ○千葉 礼子, 東海林 真実, 佐藤 恵 (医療法人松田会 介護老人保健施設 エバーグリーン・ツルガヤ)

【はじめに】

食事、特に口から食べる事は、生きる事に直結する大事な営みである。栄養を摂るということは、身体機能の維持向上や意欲の向上に繋がり、心が満たされ豊かにするという役割を担っている。治療を終え医療機関から早期退院し入所する方の受け入れも多くなっており、「老健の方が食事を摂れるようになる」「褥瘡が改善する」との評価から紹介いただくことも増えてきた。老健は生活の場であることから、栄養の観点と同じくらいに美味しく楽しく食べて頂くことを大切にしている結果と考えている。当法人では、食事を通して心の豊かさを感じて頂く取り組み「食のプロジェクト」を行っている。当施設でその方らしい「食べる」とは何かに焦点を当て個別アプローチを行った結果、食の意欲が高まり栄養状態や身体機能の改善、生活の質の向上に繋がる結果が得られたため、事例を通してここに報告する。

【目的】

楽しさ嬉しさ懐かしさを感じ美味しく食べられることで、生活意欲の向上を図る

【方法】

- (1) 利用者のバッググラウンドから食事に関する思い出や好みをチーム内で共有
- (2) 懐かしい味、好きな料理、振舞いたい料理についてご本人とレシピ作り
- (3) 毎月1人の利用者を中心とした料理機会を設け、ユニット内で調理し喫食する

【対象者】

- (1) T様 84歳女性

入院を機に筋力が低下、当施設へはリハビリと旦那様の介護疲れによるレスパイト目的で入所。入所中、発熱を繰り返し、徐々に食事量が減少。ベッド上での食事支援となる。一時体調回復後も口に入った食事を咀嚼できず、ため込む様子あり。ミキサー食へ変更するが1割程度の摂取量が続き、点滴も開始された。

- (2) K様 85歳女性

脱水で入院。在宅復帰を目指したが食思、ADL改善なくほぼ寝たきりの状態で両踵と腰部に褥瘡あり。リハビリ目的で入所したが、ベッドから起きられず当初はアイスや水程度の摂取でミキサー食と栄養補助食品を提供。ご家族からは社会的でお話し好きであったと情報はあっても、身体面の苦しさから「起きたくない」「食べたくない」と何事に対しても意欲低下あり。

- (3) Y様 92歳女性

自宅で転倒、右大腿骨頸部骨折で人工骨頭置換術施行。以前に左側も人工骨頭置換術を施行している。股関節痛から、臥床時間も長く仙骨部に褥瘡形成あり。病院主治医よりゴールは車椅子との見解でリハビリ目的に入所。本人は自宅で今まで通り家事を続けたい想いあり。

【結果】

- (1) T様

認知症状より意思表示は簡単な単語のみ、食べたくない時は口を一文字に閉じ知らせる。好みではない物や好きな物、食べたい物を把握しチームで共有し、以前ケーキを買いに行く途中で転倒骨折した経緯から「ケーキで元気に！」計画を実施。嚥下機能の確認後ロールケーキを提

供した所、自身で手を伸ばし美味しそうにほおぼる様子があり、表情や仕草から美味しいとの自己表現が見られる。さらに自身の手で食べられること、形あるものの提供に焦点をあて、ミキサー粥から米飯へ形態をあげおにぎりにして提供。今では皆さんと同じ食卓でおにぎりにふりかけをかけてご自身のペースで食事を召し上がる程回復される。

(2) K様

褥瘡による痛みや疲労感の懸念から、リハビリの休憩時に食堂でお茶を飲む時間を作り、短時間ずつ離床を増やす計画とした。食堂では趣味である短歌を楽しまれ、旦那様や他利用者へ愛のある短歌を詠んで下さり、次第に他者交流が増え、食事を食堂でとることが日課となった。本人より「形のあるものが食べたい」と希望され、言語聴覚士の介入のもと1か月後には食形態を刻み食へ上げることができた。昔台湾料理を作ってもてなしていた事から、ビーフンの調理機会を設け、調理工程や味付けを再現し、皆さんに振舞って下さる。以降食事量も増加し、褥瘡は完治。「夫に料理を作ってあげたい」と新たな目標にもつながり、在宅復帰となった。

(3) Y様

入所当初は筋力低下により転倒リスクが高かったが、お気持ちを尊重した関わりにより伝え歩きまで機能向上見られた。活動量が上がったことで安定した食事量を維持、褥瘡が完治され、自宅でのお話をされることが増えた。その中で「息子に振る舞ったすいとん汁を作りたい」とのお言葉から、プロジェクト開始。Y様のすいとん汁のレシピに添って栄養士とケアスタッフがサポートのもとで実践した。それまでは他者交流は消極的な方だったが、調理過程では他利用者に切り方を助言し、料理をされていた思い出話に花を咲かせ生き活きとする姿見られた。

「帰ったら息子に作ってあげないとね」と生活意欲がさらに高まり、在宅復帰となった。

【考察】

高齢者は、加齢による身体的な変化、精神的な要因、生活環境の変化など、様々な原因で食事量が低下し低栄養状態を招く。対象者3名も同様な要因があった。取り組みを通して「楽しさ、喜び、懐かしさを感じる食事」を軸に、思い出やエピソードを振り返る関わりをもったことで、「また食べたい」「作りたい」という意欲を掻き立てられたと考える。思い出の味を調理したK様やY様は、他者との関わりを多く持つ機会となり、社会的相互作用が働いたことで、仲間と食事を共にする喜びから、食事量の増加に繋がったと考えられた。またT様が食事が摂れず点滴も始めた段階で、無意識に「もう食べられない方」とその状態を受け入れてしまっていたことに気づかされた。改めて多職種で日常生活に関わることで、利用者を多角的にとらえ、可能性を見逃さずにケアに繋いでいけることが老健の強みと感じた。

【まとめ】

様々な目的があり入所される利用者の日々の変化をよく観察し、背景に合わせたアプローチを多職種で考えることの大切さを改めて感じる事ができた。毎日の中で欠かせない食事だからこそ、利用者の心の満足に繋がる時間とし、今後の生きるための力、新たな目標へとつながるような食のアプローチを継続していきたい。