

# 「心から楽しい おいしい食事」を支える為の食事支援

## ～器に着目した取り組み～

鹿児島市南栄5丁目 デイサービスはなぶさ

発表者 中村 奈津貴(介護福祉士)

### 【はじめに】

食べることは、栄養素を補給して生命を維持する為の生理的欲求のみならず、その人らしく生きる為の社会文化的な営みである。その為、通所介護事業所においてもその人が築き上げた営みが継続出来るよう支援することが求められる。当事業所では、定期的に嗜好調査や細やかに食事形態の聞き取り等を行い、ニーズに応えられるように工夫を行ってきた。しかし、食事がなかなか進まない方や毎回のよう食事を残される方もいるのが実情である。そこで、利用者が「心から楽しい・おいしい食事」と感じて頂けるようなアプローチの一環として、今回は器に着目した食事支援を試みたのでここに報告する。

### 【対象者・方法】

・対象者:6名(デイサービスで昼食を摂る利用者の内、直近3ヶ月の食事摂取状況を調査の上で、平均的に食が進まず残食のある方を選定)。

	年齢	性別	要介護度	主な疾患	摂取方法
A氏	70歳代	女性	4	アルツハイマー型認知症(日常生活でかなりの部分で介助を要する)	全介助
B氏	80歳代	女性	3	アルツハイマー型認知症(日常生活でかなりの部分で介助を要する)	一部介助(時に全介助が必要)
C氏	80歳代	女性	1	アルツハイマー型認知症(日常生活で自立している部分も多い)	自立
D氏	80歳代	女性	2	逆流性食道炎	自立
E氏	70歳代	女性	3	脳血管性認知症(日常生活上で部分的な介助を要する)	一部介助
F氏	80歳代	女性	2	骨髄胃形成症候群、高血圧	自立

### 方法:

- (1) 普段の食器から事業所で準備した弁当箱に詰め替えて食事を提供する(3回実施)。期間:平成25年6月17日～19日
- (2) 自宅で普段使用している食器を持参して貰い、それを使用して食事を提供する(5回実施)。期間:平成25年6月24日～7月10日

### 【結果】

- (1) A氏、B氏、C氏については普段通りに手を付けた。特にA氏、B氏については最初の内は自ら箸を握り、食事に手を付ける場面も見られた。その後は何れも介助にて完食。C氏については副食を少し残した。D氏、E氏、F氏については「弁当箱に入っているとご馳走に見えなくはないが、いつもと違い中身がとりにくく嫌だ」「食べにくい」との意見が出た。食事についても箸が進まず、残食も見られた。
- (2) A氏、B氏、E氏については特に何も語らなかったが、自ら食器を手を持つことが以前よりも増えた。食事については途中から介助や声掛けにて完食することが殆どであった。C氏については「私の食器だね」と終始笑顔で過ごし、食事の量も以前よりも増えた。D氏については「家で食べているみたいだね」と話して食事についても殆ど完食した。F氏については実施直前に「自宅から食器を持ってくるのは嫌だ」と不快感を表した為に実施には至らなかった。

### 【考察・まとめ】

今回は実施期間が短く、器の変化が食事にどのような影響を及ぼしたのか十分な検証が出来たとは言いがたい。しかしA氏、B氏に関しては、少しの間ではあったが自ら進んで食事を摂取することが出来た。その要因として、仕切りの付いた弁当箱を活用したことで視覚探索が容易となり、食べ易くなったことや慣れ親しんだ食器を使用することで見当識を補うことが出来たことが考えられる。また、そうした変化が心理的にも「食べたい」との思いを想起させ、行動が変容したのではないかとと思われる。しかし、F氏のように必ずしも器の選択が良い手段とは言えないケースもあることが分かった。その為、より個々の状況に細かく合わせる形で食事環境を整えることが大切であることを認識出来た。また、A氏、B氏らスタッフが介助に大きく関わる場合は、意図していなくても必要以上に介助を行うことがある。そのことが食に対する意欲を妨げる一つの要因になると思われるので、利用者の食に関する意欲を上手く引き出しながら、あくまで自分のペースやタイミングで出来ることを実践して貰うことが重要であると思われる。私達の食卓においては諸外国と比較しても多様な種類の器を使用する。取り分け、料理の幅も広く、そうした食文化の中で生活を営んできた。「心から楽しい・おいしい食事」と思える環境を作りには、利用者が築き上げた食文化・食生活を尊重することが欠かせないものだと考える。今後は、食事に関して栄養素や生命の確保の視点は最も重要な要素であるが、それのみに捕らわれすぎずに社会文化的側面からも多様な視点で食事の支援に努めていきたい。

(参考文献)介護の世界2 介護の福祉-より良く生きるために- 編著 増田 樹朗・山本 誠 久美株式会社

認知症の人の食事支援 Book 著者 山田 律子 中央法規

食文化入門 編 石毛 直道 鄭 大聲 講談社サイエンティフィック