

もちがたべられる！ 一口どけもち開発までの道のりー

神奈川県厚木市
社会福祉法人かながわ共同会
厚木精華園
相談研修課 ○齋木 よしみ
栄養調理課 中野 博

1 はじめに

高齢者の窒息事故で最も多いのは「もち」。

でも利用者さんは食べたいのです。高齢者である当園利用者さんが好きなものは「お赤飯」「お汁粉」「おこわ」。どれももち米を使ったものばかりです。高齢期を生きる当園利用者さんにとってお誕生日やお正月、長寿の祝いなど「ハレの日」のごちそうはケーキではなくこれらもち米を使ったごちそうなのです。



2 取り組み紹介

施設の紹介

平成6年 中高齢期の知的障害者を対象とした障害者支援施設として開設。

利用者平均年齢の推移

摘要	年	平均年齢
開園時	平成6年	52歳
10年後	平成16年	63歳
20年後	平成26年	68歳

利用者変化

項目	H6年	H16年	H24年	H25年
車椅子	7	58	59	59
リフト・機械浴	0	40	30	38
胃ろう・経管等	0	3	11	15
特別食	6	12	13	34
死亡者数	1	4	2(2)	8(2)
園内受診数	1694	3771	5316	5088
外部通院数	186	703	986	1053

開設時の平均年齢は52歳。20年を経て現在は平均年齢68歳。110名の入所と50名ほどの通所者がいます。知的障害を主な支援対象とする施設ではありますが、ほとんどの方が車椅子をお使いです。経営栄養、在宅酸素、人工肛門等医療的な支援が必要な方も多くご利用されています。

(1) 命をつなぐ水分ゼリー

常温でも解けない水分ゼリーは水やお茶でも咽てしまう嚥下機能が低下した利用者の命をつなぐツールです。水の飲み込みができない人、薬を服用するときの水代わり、突然の発熱時の水分補給等です。イチゴ味、ぶどう味が人気です。

夏場にはスポーツドリンクを使った水分ゼリーを提供することもあります。

エンシュア・ラコールは栄養補助食品として処方されますがリキッドであるため、嚥下機能が低下した病後は誤嚥のリスクが高いです。エンシュア・ラコール等の栄養補助食品のゼリーの開発で経口摂取が可能となりました。

現在14名の利用者さんが一日に必要な水分を水分ゼリー等によって摂取しています。



水分ゼリー提供の様子



(2) 好きなものをおいしく食べたい！

超高齢化にともない常食から刻み、超さざみ食、ミキサー食さらに飲み込みしやすいゼリー食へと開発を進めてきましたが一食遅れの（昼に食べるゼリー食は朝に提供したものをミキサーしゼリーで固める）ゼリー食は安全で見た目もきれいでしたが、すべて冷たく食欲は湧きづらく食事を楽しむことは難しかったため、適温で、見た目がより常食に近く、安全に提供できる食事として口どけ食が開発されました。口どけ食の開発により刺身を食べることができるようになり口どけ寿司も楽しんでいます。

『口どけ食』の特徴

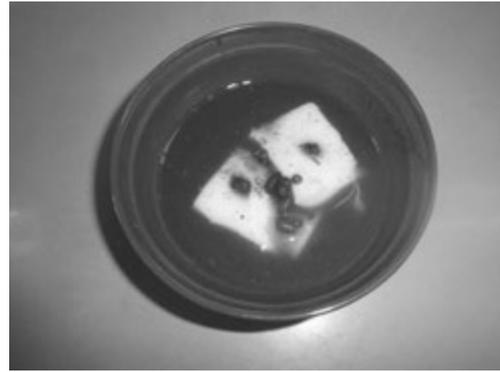
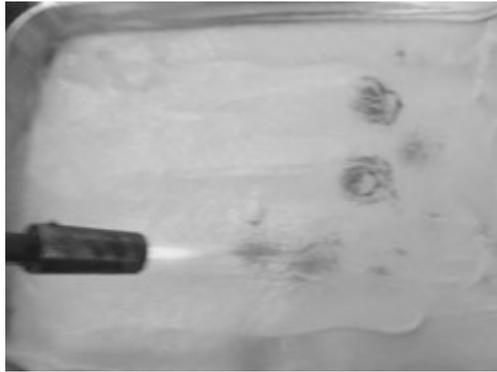
- 飲み込みの過程では食物を食塊形成させるが口どけ食は最初から、食塊になっている
- スプーンで取れるので口の大きさに合わせられる
- 解けるように落ち、飲み込みやすい
- 適度の圧があるので「噛む」という感覚がある
- 口の中に残ったままにならない
- 色合いが普通食と同じ
- 適温提供ができる



(3) やっぱりお餅を食べて喜ぶ顔が見たい

以前はお正月にはお餅を食べることを楽しんでいましたが、利用者さんの嚥下機能低下にともない提供することが難しくなり安全面からもジャガイモ餅、白玉など工夫をこらしました。しかしながらお餅が持つ風味や食感を出すことは至難です。利用者さんからは「もちじゃねえよ！」なんて意見もありました。

「やっぱり本物のもち米を使った餅でおいしいって言ってほしい」試行錯誤を繰り返してできたのが下記の写真、口どけもちを使ったお汁粉です。常食からあんこも口どけやトロミなどとして加工したのも提供しています。初めて口どけもちがお汁粉として提供された昨年の鏡開きの日。たくさんの笑顔に食の持つ力を感じました。



3 考察

食事は生活支援をする私たちにとって命を保つために欠かせないものであると同時に高齢者にとっては各人のもつ人生の思い出や文化に彩られたものでもあると考えられます。多くの利用者さんが好きなものを食べたいという気持ちは豊かに生きたい、老いていきたいということと同じであると考えられます。栄養調理課が行う徹底した嗜好調査は個人の価値観を知る大事なアセスメントであり人生を教えていただける手段でもあると考えられます。



毎日利用者さんと一緒に食事をします！



栄養調理課主催：レストランプティ

4 まとめ

人間にとって食事は生きていくうえで大切な行為であると同時に楽しみでもあります。しかしながら高齢期を迎えたすべての人が課題なく「食事」をし楽しむことが難しい状況が生まれてきます。健やかに老いていくことを支援するなかで口どけ食の開発により食事を楽しむ選択ができる可能性が広がりましたが、上記に記したように食嗜好がもつ各人の文化や生活スタイルをきちんとアセスメントしていくことを心がける必要があります。

改まった面談ではなく食事という場面を通してより深く相手を知りより良い食事提供へとつながることを考え今後も心がけていきます。