



テーマ

食事はコミュニケーション

ホームが楽しく、安心して、生活できる場所であるための工夫



▲「望」での利用者と調理員との昼食準備

生活力の回復のために「日常生活の中の食事」

すずらん棟リーダー 植村 純子

すずらん棟には平均要介護度4.0の痴呆症状をお持ちの方々が30名暮らしておられます。現在「和」^{なごみ}、「望」^{のぞみ}、「微笑」^{ほほえみ}の三つのユニットに分かれています。現在「望」では特に食事面に関して力を入れています。家庭生活の継続と生活力の回復を目的に、厨房と連携して利用者の中の食事の楽しみを増やすことができました。それまではお盆にセットされた食事が配膳車に載せられて運ばれて来ていましたが、今では炊飯器でご飯を炊き、利用者にも刻み食のおかずを包丁で刻んで頂き、声をかけながら一緒に盛り付けを行っています。職員も同じテーブルで同じ食事を取っています。

一般の家庭のキッチンには普通に炊飯器や急須、湯呑みや箸が置いてあります。しかしロビーで全員が食事をしていた頃、こうした物が利用者の手の届く範囲に置かれていることはありませんでした。食事は運ばれてくる物、配られる物だけでしかなかったかもしれません。しかし今ではすぐ傍でご飯が炊けるのを感じることができます。食事を待ちきれなくなった利用者が箸と湯呑みを準備しておられるのを見て、「利用者が食器棚を開けて湯呑みと箸を準備する」、そんな些細なことが私達職員にとっては大きな驚きでもあったのです。

家族の分の箸と茶碗を準備し楽しみながら食事の時を待つ、普通の家庭で見られる光景が、施設の利用者からは失われていたのかもしれない。我々はその生活を可能な限り利用者の皆様に返していくよう介護力を高め、サポートしたいと考えています。

ホームの食事に対する想い

食べることは生きること

管理栄養士 杉山 千智

施設の高齢者に限らず、誰しも食事は生活の中で楽しみのひとつではないでしょうか。当苑においては『利用者のニーズに合わせた食事の提供、満足のいく食事とは…』を課題として実際の食事提供につなげています。

調理員が週二回直接市場へ出向き安価で質の良い食材を仕入れたり、地元の家と契約し新鮮な旬の野菜を使い、季節を感じていただいています。

又、地元の料理上手なボランティアの方による昔懐かしい料理や郷土料理・

毎月一回健康維持のための身体に優しい料理・誕生膳等様々な場面で常に食べる人を意識した献立を導入しています。

”利用者といかに関わっていくか“のためには、作る側（調理員）献立を立てる側（栄養士）が利用者の所へ直接出向き、食事介助に携わりながら利用者の声に耳を傾けたり、家族から話しを伺うことが個別対応への取り組みを進めていくうえで大切な事と確信しております。

個別対応を徹底していくために残された課題は

ありますが「まず、食べる人の気持ちや体調を考え、そして、実際に食べていただけの食事を提供する。施設であつても在宅であつてもその考えには変わりはない」

このことをモットーにすることで、厨房は流れる作業から考える業務に変わってきました。

歳を重ねる毎に「楽しみは食べることだ」と言われるのをよく耳にします。毎日ベッドの上で「次は、何が出るだろう」と待っているらつしやる重度障害者の方もみえます。

食を支える事の責任の大きさを感じると同時に、食事は単に命をつなぐための援助ではない。その方が生活を楽しむためのものでありたいと思うのです。

「今日の料理、美味しかったよ。」の声が何よりの励みで、やりがいにもつながっていきます。



▲食事の感想に答える利用者 遠藤恭子さん

厨房として生活を 支えるための様々な取り組み

管理栄養士 日比野 始

私たちの施設では、利用者一人一人に食べ物の好き嫌いの調査を実施します。この調査は施設におられる方だけではなく、デイサービスを利用されている方はもちろん、配食弁当を取られている方にも実施しております。この調査を厨房職員が直接行うことにより利用者の顔や人柄を知ることができ、調理をするときに良い刺激になり励みになっております。また利用者にとっても調理側の顔を見ることで、信頼感や安心感に繋がっております。

年齢になり、身体機能の低下に伴って歯が弱くなり、噛む力や飲み込む力も衰えてきます。もちろん個人差もありますが、通常の食事摂取が難しくなってきた方には噛むことを省いた「刻み食」で提供しております。全てを刻んでしまうこの形態は何の料理か分かりにくく、見た目にもあまり良いものではありませんでした。そんなとき、ある本を参考に「ソフト食」なる料理にチャレンジしました。この「ソフト食」は、つなぎや調理過程に手間を掛けることで、できあがったものを刻む必要がなくそのま

まの形で食べることができ、見た目もきれいで、盛り付けも映えるため、食欲をそそる料理となりました。一例をあげると、ハンバーグでは肉と同量のよく炒めた玉ねぎを混ぜ、粘りが出るまでつぶしたジャガイモなどをつなぎに使用してオーブンでじっくり焼き上げることと、とても柔らかく仕上げることでできます。ただ、調理に手間が掛かるため、大量調理では厳しい現実もあります。それでも、普段の食事に定期的に取り入れながら、献立の応用と工夫などの検討を重ねております。



メニュー
ちらし寿司・ロール旬菜(ソフト食)
はんぺんの煮物・サラダ・りんごの甘煮(ソフト食)

えで、ヘルパーや看護師以外にも栄養士・言語聴覚士・作業療法士・臨床心理士といった専門職が関わり、様々な角度から適したサービスを提供しております。厨房としては食事面を担当し、より豊かな生活を送れるよう取り組んでおります。

口から食べるいじくへの

家族の想い

言語聴覚士 神谷 明子

「死んでもいいから、口から食べたい。」と、妻は言っている。何とかしてあげられないだろうか」と相談を持ちかけられたのは相談者の妻が病院で肺炎治療を終えて退院してきたから約1年が経過していた頃でした。

相談者は野原満雄さん。その妻のと志子さんはサンビレッジ新生苑に入所するずっと前に何回か脳梗塞を繰り返し、その後遺症で嚥下障害（食物を飲み込むことが難しくなる障害）を起こしていました。この嚥下障害は重度になると食物を飲み込む時に誤って食物が気管や肺の方に入り肺炎を起こす事もあります。（誤嚥性肺炎）この肺炎はなかなか性質が悪く、治りにくいことも特徴です。悪くすればその肺炎が原因で命を落とす事もあります。実は、前回と志子さんが入院したのもその肺炎の為に。

そのため、現在のと志子さんは食べ物をお口から取る事はできません。鼻に入れた管に高カロリー流動食を流す事を食事の代わりにして生活しています。その方法で栄養は安全・確実に胃の中に入っているのですが、それでも「口から食べたい。」という思いを聞いた時に食事には“栄養”以外の何かがあることを考えないわけにはいきませんでした。

そこで家族を含めた施設のスタッフと話し合いの場を持ち、食べ物をお口にした時の危険性も十分話し合いました。そして食べ物をお飲み込む事は難しくても味覚や食感を楽しむ工夫をして練習を積む事に決めました。

今、と志子さんは夫の満雄さんと毎日口を動かす練習をして、するめが食べたい、塩昆布をしゃぶりたいと筆談をしています。味を楽しむ事と肺炎にならない

いように安全性との釣り合いに気を配りながら、そしてその後に痰がからむ事もあるので看護師、ヘルパーによる体調管理・観察も欠かせません。このようにそれぞれのスタッフと夫の満雄さんが協力しながら口から食べる練習を続けることが出来ています。この取り組みは噛んで味を楽しむ、食べ物がお口を通っていないので、食べている。

とまでは言えないかもしれませんが、でも、満面の笑みを浮かべて好きな物（味）を噛みしめていると志子さんの顔を見ると、人間にとつての「食事」の持つ意味合いの広さ、深さを感じます。



▲ガーゼに包んだレズンで、夫の満雄さんと練習すると志子さん

こぼれ話

先日、当苑におきまして全国でご活躍中の池田町本郷在住、絵本作家樋口通子氏より『自分を好きになるために』又、神戸町在住、高田医院助産師高田恵美氏より『生まれる力』と題し講演を頂きました。お二人の話聞いた職員は、「親や周囲の人々は、その命自らが持つ生命力を見守り大切に育てる視点での関わりが必要。」「生命力は人それぞれで広い世界に一個しかないかけがえのないもの。」「それぞれを大切に思うことが自らも大切と思えてくること。」「人に関わる仕事は、それを活かして社会に貢献していく仕事だ。」等、講演後の感想が聞こえてきました。子育てで真最中の職員だけではなく、ひとりの人間として、これからの自分を見つめるよい機会でもありました。講師のお二人に感謝を申し上げます。