

July 11, 2015.

第56回『新宿食支援研究会』勉強会

デイサービスから在宅を変える 「食べる☆デイ!!」参上!

新宿食支援研究会WG「食べる☆デイ!!」
代表 佐藤 修(デイホーム 笑み)

- 通所介護（デイサービス）
- 認知症対応型通所介護
- 通所リハビリテーション（デイケア）
- 小規模多機能型居宅介護



- 送迎(ドアツードア)
- 入浴
- 食事
- 機能訓練
- レクリエーション

- 月に1度にミーティングを行い意見交換、懇親会
- デイサービス職員、歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士、介護職員、ケアマネジャー、福祉用具専門相談員、理学療法士、高齢者総合相談センター職員、配食サービス、報道関係者など他職種の方が参加
- いろいろな視点からアドバイスを受ける

楽しく、美味しく食べるんだい！

- どうやったら「食べられるのか」の追求
- 機能に合わせた食事の提供
- 食事環境の調整
- 評価・情報発信をしていく



デイだからできる食支援がある

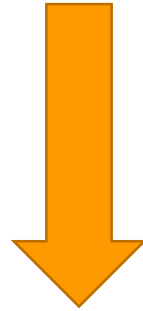
- デイサービスでは一度に複数の方の食事を始めから終わりまで見ることが出来る
- 長時間、利用者様と接することが出来る
- 体重測定(継続的)ができる
- 録画記録、聞き取り、テストができる

見つける

- 血圧、体温、体重測定
→当日の様子は分かるが継時的な変化は分からない
- 食事の摂取量(割合)
→そもそも食事量が人によって異なるし、摂取栄養量の表記ではない
- 当日の活動状態
→客観的な表記ではない



当日の様子を家族に伝えるもの



**デイサービスでの情報を
在宅生活に活かす！**

- 利用者の現状と将来のリスクを評価する
- デイサービスの職員、サービスの中で評価できる
- 継続的に実施できる
- デイの特徴を生かせる



「食べる☆デイ!!テスト」の考案

- **デイサービスでできる客観評価**
(知識、技術、時間、コスト、職員負担)
- **現状と将来のリスク評価**
- **継続評価ができるもの**
- **項目；摂食機能、栄養、体力**

- 摂食機能；咀嚼テスト、嚥下テスト
- 栄養；MNA-SF
- 体力；握力、立ち上がり、歩行、片足立ち

- サラダせんべいを飲み込むまでの咀嚼回数(せんべいテスト)
- 30ccの水を口に含み一息で飲み干す(水飲みテスト)

- せんべいテストでは30回未満が正常
- 水飲みテストは一気に飲み干してむせない方が正常
- テストが実行できなかった時（機能的に）は正常ではないと判断

分類

正常

ともに正常なもの

正常ではない

どちらかが正常ではないもの

- 簡易栄養状態評価表
- Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF)
- 高齢者(65歳以上)の栄養状態スクリーニングテスト
- 信頼性あるスクリーニングテスト
- デイサービスで実施しやすい項目

The image shows a Japanese version of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA-SF) form. The form is titled '簡易栄養状態評価表' and 'Mini Nutritional Assessment Short-Form MNA®'. It includes fields for name, sex, age, height, weight, and date. The assessment items are listed in a table with checkboxes for 'Yes' and 'No'.

項目	はい	いいえ
1. 体重減少(過去6ヶ月)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2. 食欲不振	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3. 食事摂取量減少	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4. 栄養不足	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5. 歩行能力低下	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6. 認知機能低下	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7. 衰弱	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
19. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
20. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
21. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
22. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
23. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
24. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
25. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
26. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
27. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
28. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
29. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
30. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
31. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
32. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
33. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
34. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
35. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
36. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
37. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
38. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
39. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
40. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
41. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
42. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
43. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
44. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
45. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
46. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
47. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
48. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
49. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
50. 栄養状態	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

スクリーニング

A 過去3ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、そしゃく・嚥下困難などで食事が減少しましたか？

- 0 = 著しい食事量の減少
 1 = 中等度の食事量の減少
 2 = 食事量の減少なし

B 過去3ヶ月間で体重の減少がありましたか？

- 0 = 3 kg 以上の減少
 1 = わからない
 2 = 1~3 kg の減少
 3 = 体重減少なし

C 自力で歩けますか？

- 0 = 寝たきりまたは車椅子を常時使用
 1 = ベッドや車椅子を離れられるが、歩いて外出はできない
 2 = 自由に歩いて外出できる

D 過去3ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか？

- 0 = はい 2 = いいえ

E 神経・精神的問題の有無

- 0 = 強度認知症またはうつ状態
 1 = 中程度の認知症
 2 = 精神的問題なし

F1 BMI 体重(kg)÷[身長(m)]²

- 0 = BMI が19 未満
 1 = BMI が19 以上、21 未満
 2 = BMI が21 以上、23 未満
 3 = BMI が23 以上

BMI が測定できない方は、F1 の代わりに F2 に回答してください。
 BMI が測定できる方は、F1 のみに回答し、F2 には記入しないでください。

F2 ふくらはぎの周囲長(cm) : CC

- 0 = 31cm未満
 3 = 31cm以上

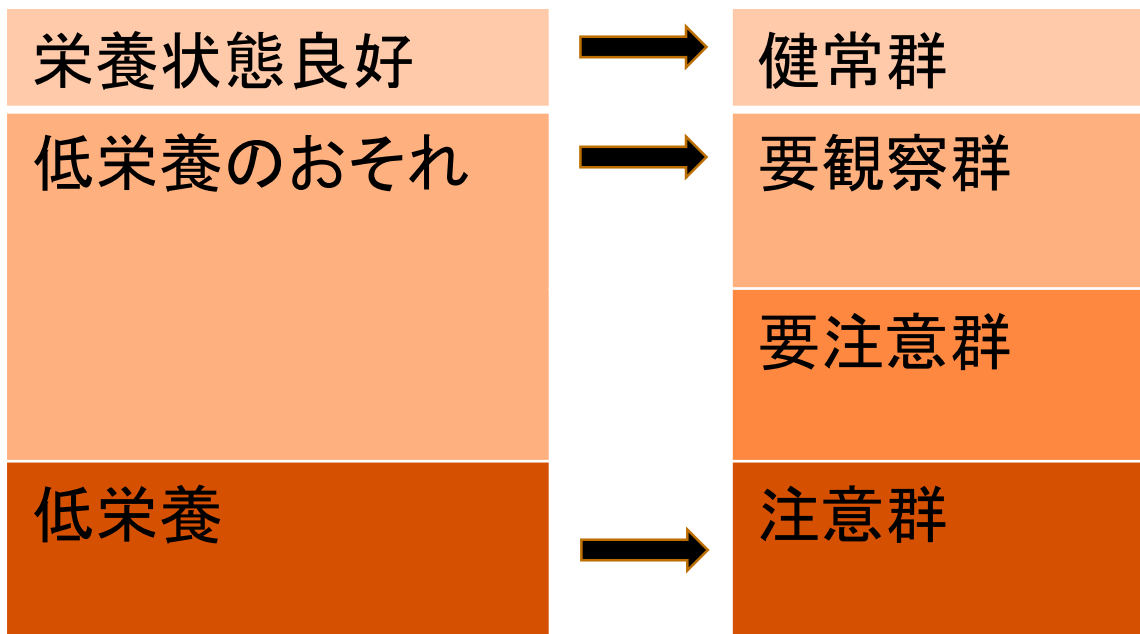
- ポイントにより分類
- MNA3段階

栄養状態良好	12ポイント以上
低栄養のおそれ	8-11ポイント
低栄養	7ポイント以下

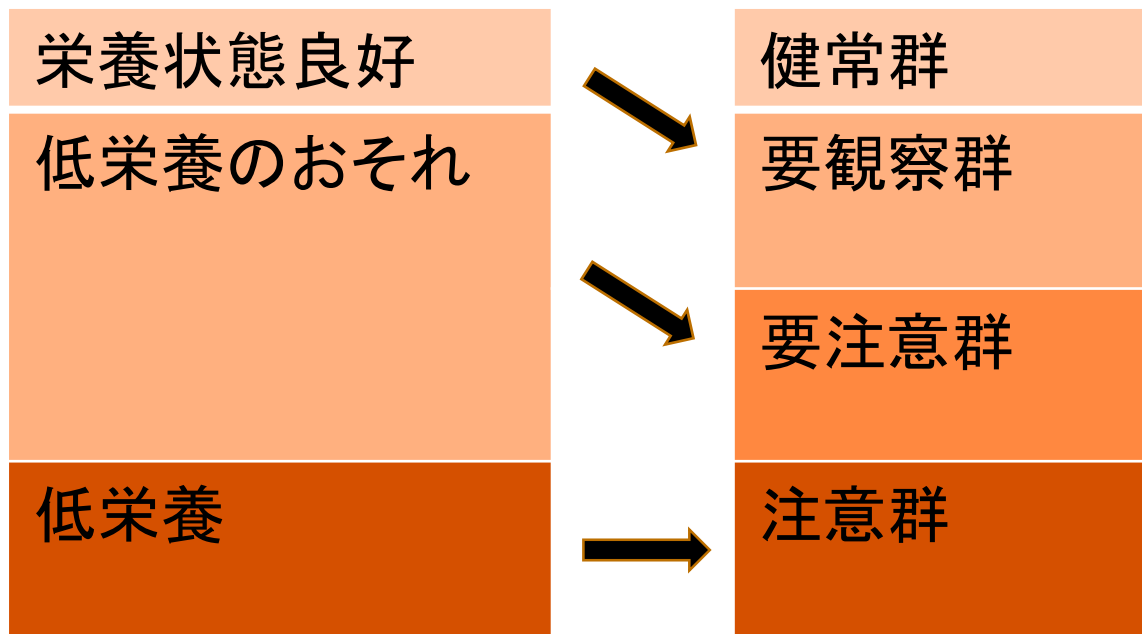
- 握力：握力計を使い握力の計測
- 椅子からの立ち上がり：
 - ①つかまらなくて立ち上がれる②何かにつかまって立ち上がれる③介助が必要
- 5メートル歩行：歩く速度の計測
- 片足立ち5秒間：
 - ①つかまらなくてできる②何かにつかまってできる③できない

今後取り入れ予定(^^ゞ

摂食機能が正常な人



摂食機能が正常でない人



健常群	現状維持
要観察群	現状維持、体力や栄養状態が低下しないように配慮する
要注意群	家族とも情報共有し、必要であれば医療者(管理栄養士等)にも介入してもらう
注意群	医療者とも情報共有し、日頃の体調管理を行う

「食べる☆デイ!!テスト」予備調査

Shinjuku Eating Support Team

今回作成した「食べる☆デイ!!テスト」が実際にデイサービスの活動の中で実践できるのかを検証するために各デイサービスで対象者をピックアップして調査を行った。

また、参考のために家庭環境や口腔環境の調査と食事観察も行った。

対象者；

各デイサービスでピックアップした方の中で摂食機能テスト、栄養評価がともにできたもの

- 笑み 9名
- ふぁみりい 8名
- あおぞら 2名
- りっくる 6名

25名

「食べる☆デイ!!テスト」予備調査

Shinjuku Eating Support Team

調査項目

調査実施者

- | | |
|------------|----------|
| ● 現在の食事形態 | デイサービス職員 |
| ● 食事観察 | デイサービス職員 |
| ● アタリメテスト※ | デイサービス職員 |
| ● せんべいテスト | デイサービス職員 |
| ● 水飲みテスト | デイサービス職員 |
| ● 口腔環境 | 歯科衛生士 |
| ● MNA-SF | 管理栄養士 |
| ● 身長、体重 | デイサービス職員 |
| ● 必要エネルギー | 管理栄養士 |
| ● 家庭環境 | デイサービス職員 |

※舌運動のテストとして食べる☆デイ!!テストに導入予定だった

	正常	正常でないもの
笑み	3	6
ふあみりい	2	6
あおぞら	0	2
りっくる	4	2
計	9	16

	良好	低栄養の おそれ	低栄養
笑み	3	6	0
ふあみりい	4	4	0
あおぞら	2	0	0
りっくる	0	6	0
計	9	16	0

	健常	要観察	要注意	注意
笑み	2	2	5	0
ふあみりい	1	4	3	0
あおぞら	0	2	0	0
りっくる	0	4	2	0
計	3	12	10	0

- 今回の調査では、対象者をピックアップした結果であり、そのデイサービスの全体像は表していない
- デイサービスで口腔内の観察をすることがないので、今回初めて口腔内状態がわかった方も多かった
- 食べこぼしやむせ込みのある方は摂食機能の項目と合致している者が多かった
- 協力的でなくテストができない方もいたが、多くの方で実施できた

検査項目	検査結果	備考
4-0100 咀嚼	咀嚼力に低下傾向あり	咀嚼力、嚥下力に低下傾向あり
4-0101 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0102 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0103 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0104 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0105 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0106 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0107 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0108 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0109 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり
4-0110 嚥下	嚥下力に低下傾向あり	嚥下力、咀嚼力に低下傾向あり

- 摂食機能テストにより、全員正常に食べられていると思っていたが、多くの人が正常ではないことがわかった
- 栄養状態について、「低栄養のおそれ」の方が多くいることがわかった
- クラス分類で要観察、要注意の方が多くいることがわかり、機能や栄養状態の維持向上のために何らかの対応が必要であることがわかった



- 「摂食機能」「栄養状態」「体力」の3項目からなる「食べる☆デイ!!テスト」は業務の中で十分実施可能である
- テストの実施により、職員が利用者の機能や栄養状態を把握することができそうだ
- クラス分類をすることにより利用者との関わりと「つなぐ」(家族や医療者へ)必要性が明確になりそうだ
- 個人カルテを作ることにより利用者の状況を継時的、継続的に観察できそうだ
- 異なるデイサービスで共通テストを実施することによりデイサービス間での研修、症例検討、連携ができそうだ



- 食べる☆デイ!!テスト(摂食機能、栄養、体力)、体重測定等を3カ月ごとに計測
- 個人別記録にまとめ長期的に推移を把握

- 評価の結果をどう活かすのか
- どのように家族、医療機関と連携するのか
- 機能の維持向上プログラム
- デイサービスで取り入れられるもの

「食べる☆デイ!! 体操」

見える化！

- 利用者様の状態把握
- ご家族、他職種との連携
- 職員の意識向上



- テストにより利用者を客観的に評価する
- 口腔内の状態把握
- 食事観察
- 食形態の検討
- 食事姿勢の配慮

1. 継続的に実施する
2. テスト(評価)、カルテ、体操をセットにする
3. 他のデイサービスにも広めていく



- イベント的にする
 - ・ テスト実施月を定め、計測月間などを作っておく
- 職員への周知
 - ・ 自分で行ってみる！
 - ・ 内容の把握！
 - ・ 営業ツールにもなりうる！
- ご家族・ケアマネへの報告を工夫する
 - ・ 報告書を一年間の推移を簡単にわかるようにグラフなどの表にして提出

デイネット(新宿区通所サービス連絡会)

- 平成27年度立ち上げ
- 食べる☆デイ!!の関係者多数在籍
- デイネットでの研修会で食べる☆デイ!!の発表する機会を作り他のデイサービスの方に関心を持ってもらう

広げる

新宿食支援研究会ホームページ活用

- 食べる☆デイ!!テストのひな形をアップする
- 動画の配信
- カルテもダウンロードできるようにしておく

新宿食支援研究会
最期まで口から食べられる街、新宿



人間が口から食べるという行為は必然です。
逆に、口から食べることができなくなった時は命の終わりを意味します。
しかし、医療という有益かつ厄介なものによって
口から食べることなく生きられる時代になりました。
たしかに、その恩恵を受けることによって生命を長く維持できる人も多数います。
ただし、この便利な医療技術は、命の質に寄与しているとは言いがたいものです。
われわれは、もう一度口から食べることを意味を考えると意に盡きます。
有史以来今ほど飽食の時代はありません。
この時代に口から食べられず苦しむ人が多くいる現実を受け止めるべきです。
口から食べるための労を惜しむべきではありません。
それは本人や家族だけの問題でなく、社会として受け止めなければならない問題です。

本会は、口から食べることがいかに大切であるかを社会の問題として提議するとともに、介護現場における食支援を目的に発会します。
この新宿から日本の食介護を築いていきたいと考えています。

概要	食支援とは	食姿勢とは	どろりん	勉強会
ヘルパー研修	SSK-Q	栄養記録	どろりんグループ	メンバー用
食支援 つうしん	置作	PHOTO		

<http://www.15.atpages.jp/shinshokuken/>