

## 第24&25回「すなっく(´o`)」WG レジユメ

### 【開催概要】

- ・開催日時：12月4日（月）19時30分から
- ・開催場所：ふれあい歯科ごとうにて
- ・参加メンバー：登世子先生、後藤さん、板垣先生、志垣先生、ニュートリー國井さん、ヘルシーフード福田さん、高瀬
- ・付帯資料：とろみ材のセミナー資料、とろみ材ハンドブック、町田市のやわらか食の紹介資料、KAIGO スナック資料など

### 【主な議題】

1. 今後のすなっくWGの取り組み  
：とろみ剤の悩みや課題を洗い出し、その解決策のトラブルシューティングしていく
2. 今後のすなっくWGのアウトプット・情報発信  
：現場のヘルパーの目線でとろみ材の知識やスキルの底上げをしていく  
：他のWGや団体との連携、WEBでの展開も検討する

### 【次回予定】

- ・次回すなっくのマイルストーンは、KAIGO スナックの新宿パイロット版を開催：2月9日（金）19時から、ふれあいごとう歯科にて
- ・そのための打ち合わせや準備として、すなっくWGは1月12日（金）19時半～、2月9日（金）19時半～、ふれあいごとう歯科にて
- ・KAIGO スナックの企画・運営やヘルパーさんの集客のために、外部メンバーにも打診していく

## 議題1：今後のすなっくWGの取り組み

：とろみ剤の悩みや課題を洗い出し、その解決策のトラブルシューティングしていく

〈とろみ材のセミナー資料よりポイントを抜粋〉

- ・とろみ材とゼリーの違い：流動性のあり、なし
- ・とろみ材のタイプ：ベースとなる原料によって分かれ、第1世代はデンプンベース、第2世代はグァーガム、第3世代はキサンタンガムで、
  - ：その他に流動食用はカラギーナンなど
  - ：実質的に商品開発や流通が進んでいるのは第3世代まで
- ・とろみ材の仕組み：分散性と溶解性に分かれ、分散性が強いとダメになりにくい
- ・とろみの変動要因：温度 60度をこえると弱くなる（味噌汁や熱い飲料にはつきにくい）
  - ：溶媒（液体の種類）お茶、牛乳、味噌汁それぞれでとろみ材をつかう分量が違う（液体に含まれる水分、塩分、電解質によって変動）
  - ：濃厚流動食も水分が少なくとろみがつきにくい、電動ミキサーを使うなどするととろみがつく
  - ：とろみはミキサー食に入れても意味がない（液体にのみ有効）
- ・とろみ材の混ぜ方：とろみ材を入れて、回すではなく、前後にかき混ぜる（分散しやすい）
  - ：1回30秒ほど混ぜて、少し間をおいて、再度混ぜるように2回にわけると安定しやすい
- ・とろみ材のバリエーション：上記の第3世代の中でも、少ない量でとろみが付くものや、早くとろみがつくもの、牛乳用などあり
- ・とろみの基準：大きく分けて薄い/中間/濃いので3段階があり（資料を参照）
- ・その他とろみ材の参考：学会を中心に、特別用途食品の表示が体系化される（来年から）
  - ：とろみ材の市場規模は113億円

〈すなっくWGでとろみ材のお試し利用〉

- ・第1世代から第3世代までを、水やウーロン茶で試してみる
  - －お茶類はとろみをつけると苦み・渋みがきつく感じる
  - －混ぜ方は回すではなく、前後にかき混ぜる
  - －容量、使い方を間違えれば、オペレーションを見直す

### 〈とろみ材の課題〉

- ・最も大きな課題は、病院や施設から在宅に戻った先に、必要とされながらも、とろみ材を使う割合が半数近くに落ちてしまうこと
- ・さらにとろみ材の知識や使い方など、まだまだ現場には正しく浸透していない
  - －介護職員（資格保有者）であっても、あまりとろみ剤を知らず、必要性やリスクの理解が薄い
  - －利用者、家族は、さらに情報を知らない
  - －以前買ったとろみ材が残っている、使わずにそのままになっている
  - －介助する側がとろみ材を使って、試食していない
  - －古い体質の施設や、障害児のケースなど、とろみ材の利用に反発や固執するケースあり
  - －とろみをつけると飲み込みにくくするので、逆に理解しているケースもあり

### 〈とろみ材を広げるアプローチ〉

- ・すなっくWGとしては、在宅で食の悩みや課題を取り上げて、そのケアに関わる専門職に、解決となりうる提案をしていくので、とろみ材についても、まず現場のヘルパーに知識やスキルを上げる取り組みをしていく
  - －対象は在宅のケアを担当するヘルパー
  - －内容はとろみ材の知識と試食体験の研修講座
  - －その様子を採録することやコンテンツ化していく
  - －さらにそのままチャンネル（買う方法）につなげていくのも良い
- ・ニュートリーさんが開催する専門職向けの研修でも、毎年同じような質問が挙がり、ヘルパーの理解レベルが上がっていない実情もある

### 議題2. 今後のすなっくWGのアウトプット・情報発信)

食支援の取り組みや団体は、愛知学院大学の牧野先生の勉強会や、町田市の食のプロジェクトなどがあるが、すなっくに近い活動として、KAIGO スナックが東京都内で開催されている

### 〈KAIGO スナック〉

- ・もともとの始まりは、「三鷹の嚥下と栄養を考える会」（東京都三鷹市）の主催で、歯科医や看護師が任意で集まって、地域の人に嚥下食のことを知ってもらおうと開いたもの
- ・のみ込みが難しい「嚥下障害」の高齢者にも、お酒を楽しんでもらい、とろみつきのアルコール飲料や、のみ込みやすいおつまみを提供する
- ・その後は、のれん分けして、中央区などでも開催している
- ・勉強会ちっくではなく、まじめなことをふざけてやることで、患者、家族、専門職など、参加しやすい雰囲気
- ・そのため主旨としては、人生の終末期になっても、食とエロをテーマにする
- ・またニュートリー一國井さん、板垣先生、モッテコ高瀬も参加しており、協業しやすい

〈すなっくWGがKAIGO スナックの形式で情報や試食を提供するケース〉

- ・ すなっくという名前と、食支援を広める目的は同じため、すなっくWGでもKAIGO スナックを開催してみるのが良い
- ・ 新宿というと、ゴールデン街や戸山団地もあるので、KAIGO スナックを開催するインパクトが大きい
- ・ 仕事帰りのヘルパーに来てもらい、とろみ材の知識や試食体験など、気軽な感じに参加してほしい
- ・ まずはパイロット的に初回開催してみて、その後、会場や規模を広げていくのが良い
- ・ 1度開催できるようであれば、2回目以降はデイサービス笑みやゴールデン街など

〈第1回のすなっくの概要〉

- ・ タイトル KAIGO スナック@新宿判 すなっくごとう
- ・ 日時 2月9日（金）19時～2時間ほど
- ・ 場所 ふれあいごとう歯科にて
- ・ 規模 10～15名ほど
- ・ 対象 在宅ケアのヘルパー（新食研の事業者から声掛けしてもらう）
- ・ 費用 1人あたり1000円程度
- ・ 内容 嚥下に配慮したものをざっくりとしたテーマ

次回以降のすなっくWGで、伝えるネタやアイデア案を持ち寄る  
その他ネーミングや演出・看板、呼ぶ人も工夫する余地があるので、  
意見を出し合って

そのための打ち合わせや準備として、すなっくWGは1月12日（金）19時半～、2月9日（金）19時半～、ふれあいごとう歯科にて