

訪問先の半数近くは、嚥下機能訓練を行っている方・必要な方です。嚥下機能障害がある方が、コミュニケーションにおいても何らかの違和感や障害を持っていることが多いことにも気づきます。嚥下訓練は、口腔ケアから始まり間接嚥下訓練や直接(食物摂取する)嚥下訓練を行っていきます。しかし、周囲でサポートするご家族やケアスタッフは、人の口腔ケアを行うことや、口を触ること、食事介助を行うことなど、誰しも最初は不安や恐怖が多いと思います。言語聴覚士は、そんなご家族へ、指導も含め、嚥下訓練を行っています。「せっかくなら、笑って楽しくいたい」と思っている私は、リハビリ介入時に、ご本人や、ご家族が楽しんでもらえるよう声掛けを含め、環境づくりも心がけています。

食事を諦めていた、または諦めさせられていた方が、美味しいものを食べることができた時の笑顔、ご本人はもちろんのこと、周囲やご家族も笑顔となり感動を共有できることもあり、すごく素敵な光景を見ることが出来ます。そして、私も笑顔を引き出せる仕事にやりがいを感じます。

食べる(食事に対する)目標は、それぞれ違いはありますが、WG「聖闘士(セイント)ターン」の一員として(言語聴覚士は、まだまだ世の中では知名度の低い職種ですが)、嚥下訓練中においても、楽しく、本人だけでなく、周囲の人も、笑顔を引き出せるような、食支援を広げていきたいと思います。(言語聴覚士 上原 悠)

## 現場で使える介護食品

### 第2回 リハビリ効果があがらない!

第2回目のケースは訪問看護ステーションから寄せられた相談です。

相談ケース2：女性 70 歳、要介護 3 の方。疾患は筋ジストロフィーで、運動機能障害があります。理学療法士(以下「PT」と言います。)が定期的に訪問し、機能訓練を実施していました。本人の主訴は、リハビリをしても効果があがらず、だんだんと筋力が落ちていくということでした。

対応したポイントは、3つです。

①主治医に相談し、リハビリを含めた住環境を見直したこと。②家庭での食事にフォーカスをあてたこと：PTが気になっていたことは本人の毎日の食事内容でした。夫が主介護者で、調理が苦手なため、出来合いの惣菜やコンビニ弁当が毎日の食事となっていました。③リハビリに合わせて、簡単にできるものから提案したこと：このケースは、普段の食事で栄養管理指導をしても介護者の負担を増やすことになってしまうかもしれません。そこで、リハビリにちょうど良い栄養補助として「リハたいむゼリー」とガイドブックを紹介しました。



この商品のように、目的に沿ってわかりやすく簡単な商品があれば、専門職からも勧めやすく、そこから栄養に意識を向けるきっかけになります。

(介護食品販売 高瀬 誠)

## 「すなっく(^o^)」の取り組みから見る食支援のかたち！

K-WORKER デイホーム笑み 後藤 厚子

みなさんは「すなっく」の名前を聞くと、いろいろ想像が広がると思いますが、私たちは「すぐ」「なんでも」「つくる」「くっくんぐ」と考えています。

現在、新食研のWGは20を超えていて、それぞれが専門的立場から「見つける」「つなぐ」「結果を出す」そして「広める」(MTK+H: 商標登録済!) を実践していますが、「すなっく(^o^)」は、介護食品、宅配弁当、ヘルパー等の他職種の連携から成るグループとして、それぞれの強みを生かし、多くの人に広く知って活用していただく方法として、「介護食の料理対決」を行っております。

毎回、「介護食の料理対決」では順位を決めます。審査員は、医療関係者や栄養士、そしてヘルパーなどで、それぞれの専門的立場から評価をしてもらいます。また、ギャラリーにも試食後の感想を発表してもらいます。そのように参加した方の生の声を、調理者(挑戦者)に届けていくのがねらいです。料理対決は、皆さんが味わい、それぞれの意見を聞きながら行う楽しい場となっています。

料理対決方法は、それぞれ違った立場の三者対決で、「介護食」のテーマに応じたいろいろな調理方法やアレンジを実践してい

くというものですが、この目的は、「料理対決」の回数を積み重ね、その様子から、在宅で出来る「介護食」の調理方法やアレンジを発信していくということなのです。

「食」は毎日のことです。手作りで三食作れるなら、それはとても良いことですが、やはり私たちは人間です。体調が悪い時であれば、息抜きをしたい時もあります。そんな時、介護食品を使用したり、簡単な調理方を用いて手早く仕上げたり、宅配弁当を利用するなど、本人や介護者の負担が少ない介護食バリエーションを広げていければと考えています。

また、9月に行った「糖尿病の方への病理食対決」のように、病理食に対応した「料理対決」をこれからもどんどん行っていきたいと思っています。

「すなっく(^o^)」は、食支援が必要な方に、ご家族や介護職(ヘルパーなど)が食材からすぐ実践できる事や、WGの様子や評価をすべて情報発信できる事(これまで行った料理対決のレシピはホームページで公開されています)などの利点を生かし、「最後まで口から食べられる街、新宿」の実践的役割を、新食研の中でこれからも果たしていきたいと思っております。


これからも皆様の「料理対決」への参加をお待ちしております。

「すなっく(^o^)」が目指すゴール 経緯 対決 ゴール

新食研の内輪だけの話題ではなく、外へと情報発信・提供していきます。(MTK&Hの実践へ)

**現場で活用できる情報提供**


- 介護食の調理レシピ、
- 調理から評価までの記録データ
- 新食研や介護向け媒体への掲載



すなっくから在宅の現場へ

**困っているケースの解決提案**

- 食支援が必要なケースを受けて、
  - 過去のもの参考情報を提供
  - 次の料理対決で新たに提案



在宅の現場からすなっくへ

「すなっく(^o^)」が目指すゴール 経緯 対決 ゴール

利用者さんのおいしいかった(^o^o)を増やして、食べることから良いサイクルへ

**すなっく(^o^o)の目指すゴール**

- 在宅で食支援が必要な利用者(家族)へ、
- 医療・介護の専門職から調理方法やアレンジを提案し、
- 食のバリエーションを広げる

食のバリエーション提案から、

- 食の楽しみ◎
- 摂る栄養◎
- 作る負担◎
- (手間や時間・費用)

スナックから MTK & H の サイクル

食の楽しみ

**すなっく (^o^)**

摂る栄養

作る負担

食べることから良いサイクルへ