

介護食

最新情報

食事力をアセスメント

社会福祉法人天佑特別養護老人ホームアンミッコ(埼玉県所沢市) 利用者のさまざまな状態に応じた 食形態を用意する

「常食」「軟菜食」「ソフト食」で見た目と栄養摂取を追求

社会福祉法人天佑特別養護老人ホームアンミッコでは、食事提供にあたって、入居者の咀嚼力や嚥下の状態を細かくアセスメントし、可能な限り常食に近いかたちでの摂食を促す取り組みを進めている。日本介護食品協議会が提唱する、必要とされる咀嚼力に応じて4段階に分けた「ユニバーサルデザインフード」の考え方を参照しつつ、株式会社日清医療食品と二人三脚で開発に取り組んでいる。現在、「常食」、歯茎でつぶせる柔らかさの「軟菜食」のほか、素材をミキサー状・ペースト状・ゼリー状にし、もとの食材をイメージできるように再成型した「ソフト食」を用意し、味付け、盛り付けにも気を配る。

三浦祐一
理事長は
「入居者に



三浦祐一理事長

同じ品目でも常食(写真上)、軟菜食(写真右下)、ソフト食(写真左下)を揃える



とって食事は最大の楽しみのひとつです。なるべく充実した時間を過ごしていただきたいし、それは料理の「見た目」も大事。また一口でも多く召し上がっていただければ、栄養摂取にもつながります」と説明する。

実際、刻み食では常食に比べて水分が軽減してしまい嚥下リスクが高まる、逆にミキサー食では水分が増えるために少ない量で満腹感を得てしまう。そのため全量摂取に至らず、せっかく栄養価を計算して献立を立てても目標カロリー摂取量に届かない事態が生じ

てしまうのだ。その点、見た目に比重を置いた料理であれば、必要な栄養素タンパクやカロリーを調理段階で付加するなど、利用者の必要に応じた調整が可能になる。

入居者へのアセスメントと個別対応に磨きをかける

ただ「常食志向」の食事提供を実現するには、高いアセスメント力が欠かせない。アンミッコでは摂食にあたってのリスクについて、咀嚼や飲み込みなど一つひとつの動作に分解し、どこに摂食阻害要因があるのかを見出しながら管理し、阻害要因を解消しつつ、常食に近い食事の提供をめざしている。

現在、食形態の構成比は常食64%、軟菜食16%、ソフト食18%、ミキサー食2%となっているが、三浦理事長は「アセスメント力が高まるほど常食、軟菜食の割合は高まる」と考えています。軟菜食の構成比25%は十分可能です」と説明する。

利用者の個別対応にも注力している。1回の摂食量に限りがあるなら、1日3食を5食に分けたり、「おやつ」の時間を設けて補食を促したりといった具合だ。さらに食事時間にも朝食は午前8時〜9時

半、昼食は正午〜午後1時半、夕食が午後6〜8時と幅を持たせ、「好きな時に好きなだけ食事していただく」体制を構築する。

三浦理事長はこうした体制づくりの目的について、次のように語る。「入居者の皆様のそれぞれの生活リズムに合わせた食事時間を提供するのが、むしろ自然だと思っています」アンミッコでは常駐の管理栄養士、看護師、介護士によってすべての入居者の身体状況、食事の摂取状況、個々の栄養状態を紐づけて把握しているが、本来の食事のあり方を追求することで、栄養摂取と食事の楽しみの両立を実現しているといえそう。

図 咀嚼・嚥下と食形態

