



重点実践テーマ
「摂食・嚥下」



「食べることは生きること」

私たちは生れ落ちてから生命を全うするまで、
～ 呼吸し、食べて、排泄して、寝る ～
を繰り返して生きています。

心身ともに健康であり続けるために人間の体内で行われる
最も重要な機能は「エネルギー代謝」です。
そのエネルギー代謝を行うにはまず食物を摂取することです。

生きていくうえで必要不可欠である「食べる」ということ。

子ども達や高齢者の方々に毎日の食事を感謝し美味しいと感じながら
食事をして頂きたい私たちです。
子ども達や高齢者の方々がより質の高い生活、未来が可能となるよう、
職員全員で研究、実践をしていきましょう。



令和5年度 ともえ保育園における咀嚼力向上をめざす食育の実践

ともえ保育園

○令和4年度の咀嚼に関する食育の取り組み

- ・週に一回、継続的な噛みごたえのあるおやつを提供
- ・離乳食から、個々の発達に合わせた食事の形態、硬さのものを提供
- ・給食に噛みごたえのある食材を取り入れた献立を作成し、提供



< 離乳食 >
ペーストやすりつぶし、
きざみなど個々に
合わせて提供します。

例えば・・・
この日の給食には
ちくわ・牛肉・レンコン
セロリなどが入っています。



- ・舌を動かす体操の実施
- ・巧技台や様々な運動遊びや集団遊びを通して身体のいろいろな動きを体験し、
良い姿勢を保ちながら食事が取れる身体づくり
(巧技台、跳び箱、鉄棒、マット、縄跳び、鬼ごっこ、だるまさんがころんだ等)
- ・毎日の体幹体操(保育士と栄養士が考案)
ミッキーマウスマーチに歌詞をつけて、
楽しく身体を動かしています！
- ・遊びの中で身体(手首の動き、指の操作)の使い方を体験
- ・グーパー体操、バキューン持ち(箸)(スプーンすくい、箸つまみ、おわんやコップを使った遊び、ままごと等)
- ・食事時の保育士による声掛けや、管理栄養士による食育指導
(しっかり噛むこと、良い姿勢で食べることなど)



○令和5年の取り組み

令和4年度もコロナ禍により、ガムによるテストは行わなかった。ほとんどの子ども達が3歳未満で入園し、その頃から毎週木曜日の噛むおやつや噛み応えのある食事を食べ続けているので、例年同様に考えると個々にしっかり噛む力はついていると考えられる。令和5年度も引き続き、同様の取り組みを行い、しっかり噛む力をつけていきたい。また、口腔内の健康状態を良好に保つために、歯磨き指導や絵本、紙芝居で歯の大切さなどを日頃から繰り返し伝えていきたい。

令和5年度 摂食・嚥下機能の維持及び向上に対する取り組み

特別養護老人ホーム ともの家

重点目標 ～誤嚥での入院「0」ゼロを目指して～

令和4年度の取り組み

特別養護老人ホームともの家では、誤嚥での入院「0」ゼロを目指して、ユニットごとに目標を設定し取り組みを行った結果、誤嚥による入院は0名であった。

- ・今年度も個別口腔ケアシートに基づき、「座位保持」「食事介助」「口腔ケア」の3項目について、重点的に取り組みを行った。
- 個別口腔ケアシートについて、
 - ①訪問歯科診療の先生と積極的にコミュニケーションを図る。
 - ②一人ひとりに合った口腔ケア方法について、統一したケアを行う。
 - ③新型コロナウイルス感染症予防のため、訪問歯科診療を見合わせた期間中の対応。

上記3点の重点を置き、口腔ケアの実践を行った結果、

- ①訪問歯科診療の先生と積極的にコミュニケーションを図り、口腔ケア方法に繋がったフロアもあれば、課題の残るフロアも見られた。
- ②フロア内では他職種と情報を共有することで、統一したケアに向けて取り組んだ。
- ③感染予防のため訪問歯科診療を見合わせた期間終了時、口腔内の汚れを指摘される場面もあり課題の残る1年でもあった。

令和5年度の取り組み

昨年度につづき、訪問歯科診療の先生方と積極的なコミュニケーションを図り、処置内容を職員が正しく理解すること。また、口腔ケアの指導を頂きながら「座位保持」「食事介助」「口腔ケア」の3項目について、重点的に取り組みを行います。

今年度も、普段から口腔ケアに対する情報交換やお互いに情報を共有することで、ご入居者の摂食・嚥下機能の維持及び向上に繋がります。

口腔ケアシートに基づき、取り組みを行った中から、事例をご紹介します。



事例

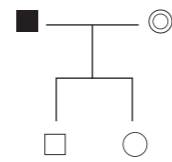
【基本情報】

M様(女性) 88歳 要介護3

認知症高齢者の日常生活自立度 B2

障害高齢者の日常生活自立度 IIIa

【家族状況】



【既往歴】

認知症、高血圧症、便秘症、緑内障、腰椎圧迫骨折、左大腿骨転子部骨折、恥骨骨折

【生活歴】

結婚後、2人の家事や子育てを中心に生活されていました。夫の死後、独居生活をしていましたが、記憶力低下や被害妄想などの認知症状が見られ、1人での生活が難しくなり、平成31年4月にサービス付き高齢者向け住宅へご入居する。併設の通所介護や訪問リハビリを利用しながら生活していたが、度重なる転倒からの骨折にて入退院を繰り返してきた。その後もサービス付き高齢者向け住宅で生活を続けるが心身ともに低下があり、サービス付き高齢者向け住宅での生活が困難となったため、令和3年5月にともの家にご入居となった。

【本人の状況】

「歯を磨く」「義歯を洗浄する」ということを忘れられることが多く、食後の口腔ケアを全くされないこともあったため、職員による口腔ケアの声かけを行うが、「さっきやった、あとでやるから」など断られる場面が多くみられていました。自歯が上に6本、下は9本あり。義歯は上のみ部分義歯を使用、下は義歯を使用しておらず入居時より訪問歯科診療にてメンテナンスと治療を受けている。

個別ケアシートの内容に重点をおき観察した結果、以下のような課題があがった。

【課題】

「座位保持」……座位はしっかり保てるが、座位時足を組んで座り続け、机に対して正対してないことがあるため座位姿勢が崩れてしまう。

「食事介助」……周囲の様子や動きが気になり、食事が進まないことがある。

「口腔ケア」……歯磨きの認識が薄く、職員の声かけに対する拒否がある場合あり。口腔内が乾きやすく、口臭がきつい。歯磨きを認識すると自身の力で歯を磨くこと、うがい、義歯洗浄は可能(職員が最終確認、仕上げは必要)。

上記課題から訪問歯科医師の意見や、機能訓練指導員から助言を頂き、カンファレンスを開催、以下のような個別ケア計画が完成し実践を行った。

【訪問歯科診療方針】

- ・プラークコントロールを行いながら、歯石の除去を行います。
- ・上義歯調整を行い、必要であれば下の義歯作成を行っていきます。

【ケア実践内容】

「座位保持」……食事の足底をしっかりと床に着けてもらえるよう声をかけ、机の上肘を乗せ姿勢を安定させ、椅子と机との距離が握りこぶし1個分程度になるように調整する。

「食事介助」……食事をする際の環境作り(テレビを消す、適切な姿勢を作る)を行い、食事を開始する。

「口腔ケア」……毎食後の歯磨きの声かけ、自力での歯磨きを促す。(義歯洗浄も含め仕上げは職員が行う)

個別ケア計画を実践した事により以下のような効果がありました。



【効果】

- ・正しい座位姿勢で食事をされる場面が増えた。
- ・食事の環境を整えることで食事に集中されるようになった。
- ・毎食後、口腔ケアの声かけ、付き添い、見守りを行うことにより口腔ケアを拒否する場面も少なくなり、自身で歯磨きをする回数が増えた。

上記のケアを実施する事で、職員に以下のような効果がみられました。

1. 訪問歯科との情報交換の機会が増え、ともの家の多職種で情報を共有することができた。
2. 日頃のケアを見直す機会となり、職員同士のケア方法の統一化ができた。

上記のケアを実施することで、他ご入居者にも下記のような効果がみられました。

1. ご入居者1人ひとりに合わせた口腔ケアを実施することで、口腔内を清潔に保てた。
2. 適切なポジショニングに努めた結果、傾きが少なくなり安定した座位姿勢を保てた。

【考察】

今回の事例も、「座位保持」、「食事介助」、「口腔ケア」の3項目に重点を置き統一したケアが行った結果、M様の笑顔が増え、食事に対し「美味しい」など思いを云われるようになった。表情も柔らかくなり、フロアに出られ職員や他入居者に話しかけられ、会話をされる場面が多く見られるようになった。また、M様の口腔ケアを行うタイミングとして「食後に口腔ケアをする」という概念にとらわれず、無理強いわせず、M様のペースや気分に合わせて根気よく行ったことが成功事例に繋がったと感じている。今後もご入居者の立場になってケアを行っていくことを職員間で共有できるように努めていきたい。

