

演 題	自分で選べる楽しい食事
副 題	「次もまた計画してね」

フリガナ	シオカワフクジュノサト
施 設 名	しおかわ福寿の里
フリガナ	カイゴフクシシ フカサワ ヨシテル
発表者(職名・氏名)	介護福祉士 深沢 栄皓
フリガナ	ミヤザワマスミ トウナイスエコ マルモユウキ
共同研究者	宮澤ますみ 藤内寿恵子 丸茂勇貴

{目的}

食事をする事は生命維持のみならず、精神面に大きく影響するものだと考える。文献にも、食事は生きがいの上から重要であり、要介護高齢者の楽しいことの第一位にもあげられている。そこで、利用者自身で食べたい物を自己選択していただき、楽しい時間を過ごしてもらうため、当施設で行っている外食をする事で気分転換を図る食事レクを通して、日常生活への活力にしてほしいと考え、今回の企画をした。

{方法}

1、利用者の参加方法の検討

利用者の食事形態に合わせて食事グループのメンバーを選択。常食、軟食の摂取が可能な利用者には昼食を提供する①グループと、ミキサー食、体調不良のある利用者にはデザートを提供する②グループに分け、全員参加が出来る企画にした。

2、食事内容の検討

①グループには、事前に好きな食べ物の全利用者を対象にアンケートを取り、その中で人気の高かった丼を外食産業より写真を借りてメニューにして選び、再度参加者にどのメニューがいいか選んでもらう。家族の負担もある為、配慮をしたメニュー決定をする。②グループには、プリンかゼリー、好きな飲み物を選んでもらう。食事内容の決定に際して、栄養士と看護師に相談し、アレルギーや内服への影響に留意し決定した。

3、提供方法の検討

①グループは季節を感じてもらう為にドライブと公園の散歩、食事は丼物を提供。
②グループは、外出が難しい方も多いので施設内で特設会場を作り、飾り付けや雰囲気作りをして特別なお茶会を催した。

4、評価方法

参加者の中で質問に対しての受け答えの出来る方を対象に、今回の取り組みの効果を評価する為、外食前後に「PGC モーラースケール改訂版」を用いて、各自の生活満足度の評価をした。

{結果}

多くの参加者が自分で選んだ食事を食べることで、

「普段とは違う食事が食べられて良かった。」「食べたい物が食べられて良かった」等の声を聞くことが出来た。また、今回の取り組みの中で大きな変化が見られた参加者がいた。

外食グループ Sさん 評価点 3→5

本人は手が動かせるが手が痛むと箸も使う事を拒否していた。しかし、食事レクで自身の選んだ丼が来ると、とても喜び箸を使用する事を拒むことなく摂取されていた。その後、施設生活でも箸の使用を嫌がらなくなった。

外食グループ Aさん 評価点 8→9

施設生活で自発的な発語が少なく、食事でも自力摂取する事が少なく介助による摂取が多かったが、外食時は自らうな丼を進んで食べだし摂取量もいつも以上だった。その後の施設生活でも、食事を丼にして提供し外出の話をする、自力摂取が続けられた。

デザートグループ Mさん

施設内ではミキサー食をほぼ介助にて摂取し、飲水時にはトロミ剤を使用している方だが、飲み物でお酒を希望していた為、ノンアルコール飲料を提供すると自らコップを取り、咽せることなく飲まれていた。

PGC モーラースケール改訂版を用いた全体評価の平均は、外出前は「7.21」に対して、外出後は「7.73」と、僅かではあるが満足度の向上もみられた。

{まとめ}

実施前から外食の話をおこない、利用者の意欲の向上を図ることで、「みんなで食事に出かけるのは楽しいね。次にまた出かける話があるなら、それまで動けるように頑張らんといいな。」と、前向きな言葉も聞くことができた。また、「家族と食事をして一緒に過ごしたい」「家族も居たら良かった」という利用者の本音と思われる言葉を聞くことが出来た。今回の食事レクを通して、利用者本人達の意欲を向上することもでき、さらに家族と過ごしたいという本音を引き出すことも出来た。

今回の取り組みで知ることの出来た意見をふまえて、今後はすぐに出来ることは実行し、次の段階として個別性に配慮した計画を家族も含める形で考えていきたい。