

1 はじめに

私は今回の介護実習で食事時に短時間で疲労を感じてしまう 80 歳代の利用者を受け持った。Aさんは食事時に椅子に座ると身体が傾き、顎が上がり食事を摂ることに集中できず「助けて。」という発言が多く見られ、食べることに集中できず食べこぼしも多く見られた。そのため安楽な姿勢を作ればAさんへの負担も食べこぼしも減らすことができるのではないかと考えた。そこで利用者の状況と今回のケアの方法を振り返り、良かった点と改善点をはっきりさせ、今後の課題を明確にするためにこの報告書をまとめる。

2 事例概要（受け持ち期間 : 平成 24 年 6 月 4 日～6 月 21 日
平成 24 年 10 月 1 日～10 月 22 日 計 29 日間）

(1) 生活歴等

Aさん、80 歳代女性、20 歳代で夫と出会い結婚し2女をもうける。調理師として働き定年後は特別養護老人ホームで食事や洗濯、裁縫の仕事をされていた。70 歳代になり体の不調を訴えパーキンソン病の診断を受ける。80 歳代でデイサービス、ショートステイを利用し始めた。

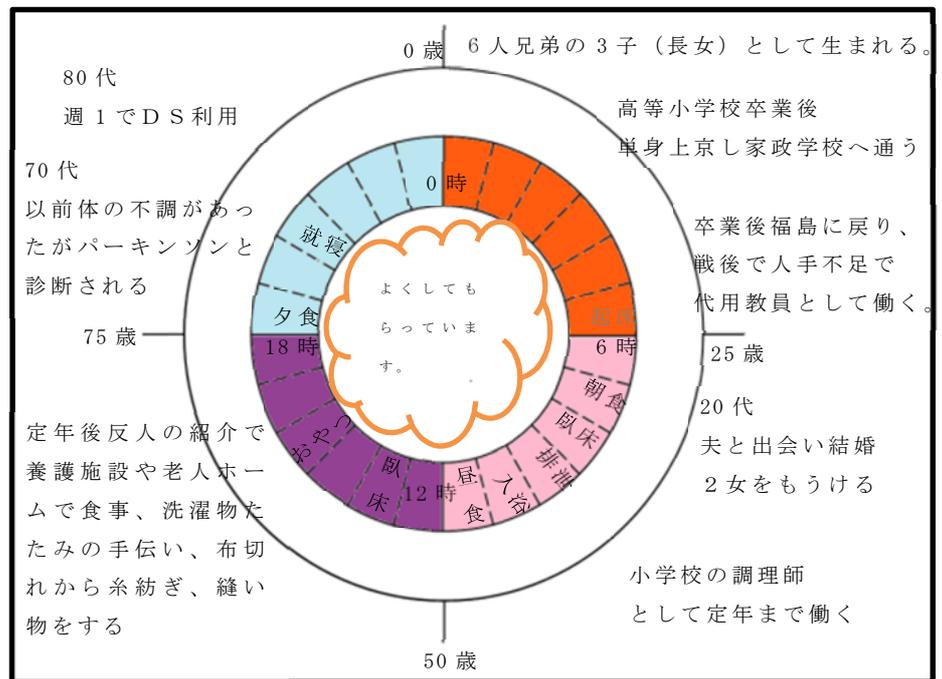


図 1 : ライフサークルチャート

(2) ADL の状況

屋内移動はその時の状態で歩行または車いすかを本人の意思で決め行っている。歩行は介助者が後ろから密着し脚を上げることを意識しながら行っている。排泄は尿意、便意があり介助者に訴え居室のトイレを利用している。認識面は時間、気候等がわかり状況に合った話を色々とする。

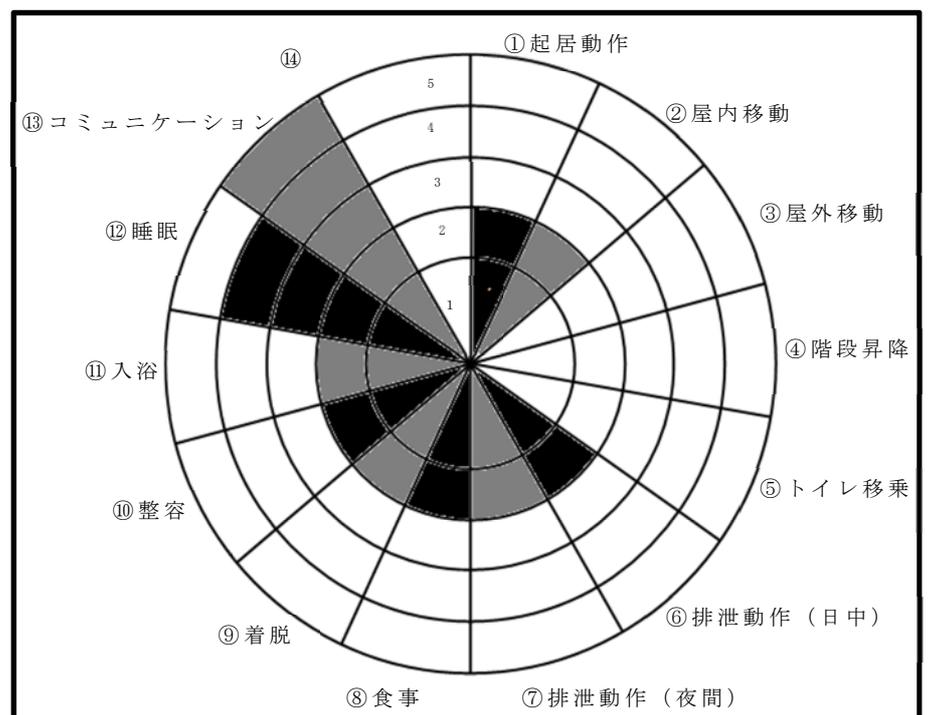


図 2 : ADL チャート

3 介護過程の展開

(1) アセスメント

アセスメントシート（表1）を用いて6月にアセスメントを実施した。

①、③より食事を自力で口まで運ぶことが困難になると、介助を要すると考えられる。そのため食べやすい形態にすることで自力摂取ができ、本人に充実感を感じてもらえると考えられる。⑤、⑥、⑦より空腹を感じることができ最後まで食べようという意欲があると思われる。④、⑧、⑨より身体が傾きやすくそれが食事に対する意欲の有無に繋がると考える。食べることが好きだということで充実した食事の時間になるようにしたいと考えた。

以上から満たされていないニーズとその理由として

i その時によって食事に対する意欲に差があり、身体が傾いたり反り返ってしまう原因になっている恐れがある。

ii 食べこぼしが多く衣服を汚してしまうことがある。

の二つがあると判断した。これらより受け持ちの利用者がもつ生活全般のニーズとして

#1「心身状態に合わせて食べたいものを食べやすい形態で食べこぼしもなく楽しみながら摂取したい。」があると導き出した。

表1：アセスメントシート（抜粋）

項目	主観的情報	客観的情報	家族・関係者・記録からの情報
食事摂取 水分摂取	①（コップを）「支えて。」（6/4） ⑤「もうお皿に入っていない？」（6/10） ⑥「手で食べていい？」（6/12） ⑦「動いてないのにお腹は空いちゃって。」（6/12）	②一口サイズに切ると食べることができた。（6/4） ③自力で食事をスプーンですくえない際スプーンに乗せて声をかけると口まで自力で運び食べる。（6/7）	④職員より身体が傾きやすいのでクッション等で調節している。 ⑧記録物より自分で食べるが汁物など残りが少なくなると器を傾けて飲みきることが困難（6/18） ⑨職員より姿勢が悪いと食べる気がなくなる。正しく直すと食べることがある（6/19）

(2) 介護計画立案

私は#1：「心身状態に合わせて食べたいものを食べやすい形態で食べこぼしもなく、楽しみながら摂取したい。」のニーズを達成するために、次の介護計画を立案した。

長期目標	短期目標	支援方法
#1 - 1（10/7～4/30） 心身の状態に合わせて食べたいものを食べやすい形態で摂取する。	#1 - 1 - ①（10/7～10/21） 食べたいものが食べられる環境がある。	1) 自分の意志で食べ物に手をのばせるように（居室にて） ・家族にこれからも居室で食べられる菓子等を持ってきてもらう。 ・手の届く場所に菓子の箱を置く。

	# 1 - 1 - ② (10/15~10/21) 食べやすい形態で食事を摂取できる。	1) 自ら食事に手をつけられるように(食事時に) ・手をつけていないのは食べにくいのか、口に合わないのか本人の意思を聴く。 ・一口サイズ(場合によっては刻み食等)にし提供。
# 1 - 2 (10/7 ~ 4/30) 安楽な姿勢で食事を食べこぼしなく摂取する。	# 1 - 2 - ① (10/7~10/21) 姿勢を安定させて食事が摂れる。 # 1 - 2 - ② (10/15~10/21) 食べこぼしがなく食事が摂れる。	1) 姿勢を安定させるために(食事時に) ・かかとが床についているか、上体が少し前傾になっているかを確認。できていない場合は踏み台、クッション等を活用する。 ↓追加(10/15) ・身体に合った踏み台、背もたれを作る。 1) 摂取量を増やせるように(食事時に) ・# 1 - 2 - ①を基礎とし正しい姿勢を作る。 ・こぼした場合には声をかける。
# 1 - 3 (10/7 ~ 4/30) 食事を楽しみながら摂取する。	# 1 - 3 - ① (10/7~10/21) 食事の際「おいしい」という発言、又は笑顔が見られる。	1) おいしく楽しく食事するために(食事時に) ・他の利用者と食事をし、関わりを持ってもらえるよう声掛けをする。 ・ユニットで好物の焼きそばを作り、調理の手伝いをしてもらう。 ・何を食べたいか本人の意思を確認し、可能な限り提供する。

(3) 援助の実施

◆ # 1 - 2 - ① - 1) 食事の時の姿勢を安定させるために踏み台、背もたれを作る。

i 方法

食事の時に顎が上がり背中がつっぱり身体が傾いていたため、空腹を感じていても食べる意欲がわかなかった。姿勢が安定すれば食べることができると考え牛乳パック(横6本を2段 計12本)で踏み台を作った。そして柔らかいクッションでは体位を保つことができなかつたため段ボールを2枚重ね合わせ頑丈な板(背もたれ)を作った。足元は踏み台、背中はクッションとその後ろに背もたれの板、太ももの下には薄い座布団を入れ安定した体位を形成した。

ii 注意したこと

毎回形成する体位は同じだがその時によって体調や気分等が異なるため、これでいいかと尋ね、顔色が優れない場合にはクッションを中心ではなく右に寄せたりし、本人にとって安楽な姿勢を形成した。特にパーキンソン病の症状で身体がつっぱってしまうことがあるので無理のない姿勢を心掛けた。

iii 工夫したこと

- ・踏み台はもともと横3本を2段のものを作り使用していたが、食事中に踏み台から足が落ちてしまうことに気づき横を4本に増やした。
- ・人間の背中はずっとではなく少し丸まっているため、背もたれを軽く[く]の字にして背中を包むような形にした。

iv Aさんの反応

食事の途中「助けて。」という発言が頻繁に見られ顔色も曇っていることが多くみられた。しかしクッション等を入れ「これで大丈夫ですか？」と尋ねると「うん、大丈夫。」「大丈夫、楽だ。」という発言と笑顔が見られた。居室でコミュニケーションをとっているときに背もたれの話題をこちらから振ると、「段ボールとかのでしょ？あの頑丈なやつ。」「姿勢いいみたいねー。」と話してくれた。職員さんに「Aさんいい姿勢ねー。」と言われると「うふふ。」と笑顔が見られた。良い姿勢は作れていても、時間が経つと疲れてくることもあり、「もういいや。」「部屋に帰してください。」という発言もあった。しかし食事を始めてからそのような発言が見られるまでの時間は姿勢を作ってからの方が遅かった。

(4) 評価～効果と課題～

段ボールで作った背もたれや踏み台を使うことで姿勢が安定し、身体が傾いたり顎が上がってしまうことは少なくなった。本人も姿勢が安定していることを実感し、視界も良くなったからか食事に対する意欲も向上し6月時と比べると食べこぼしも減ったように見えた。食器から口に入れるまでの間に食べ物を落としてしまうことがあったが、前傾姿勢を作ることができたため食器から口までの距離が短くなり、こぼすことなく摂取することが可能になったと考える。

今後Aさんが1人で満足いく食事を摂れるよう姿勢を保持できる時間を伸ばしていきたいと考える。以上のことから計画は続行とする。

4 考察

6月から1人の利用者に視点を置き関わらせていただいた。その中で客観的情報、主観的情報を得て利用者が最も望んでいるニーズは何かを考えた。介護者主体の援助にならないよう意識して関わらせていただいたが、どうしても他の利用者との兼ね合いがうまくいかないこともあった。そのときAさんはどのような気持ちだったかを考えると1人の利用者につきっきりになることは現場では難しいことだが、信頼関係の構築のためには1回1回の関わりを大切にする必要があると考えた。信頼関係を構築することで見えていなかった真のニーズを見つけることができることに気づき、コミュニケーションの大切さを再認識することができた。また背もたれや踏み台等の案は職員から助言をいただいて実施した。自分の知識が少なかったと反省点があったが職員と協力して援助を提供するというチームケアという貴重な経験を実際にさせていただくことができた。

今回、食事という生活を営む上で欠かせない行為を重点的に支援させていただき、食べるということがいかに大切か、健康で充実した日々を送れるかに繋がっていることがわかり日常生活1つ1つの行為に意味があるということが実感できた。

さまざまな利用者に関わらせていただき、「その人らしさ」「個別性」という言葉の意味・意義を理解することができた。

5 参考文献

石野郁子編：最新介護福祉全書7介護過程 メヂカルフレンド社，2013

食事時の姿勢と意欲と 関係性の効果と課題

2013.11.29

千葉県立松戸向陽高等学校 福祉教養科

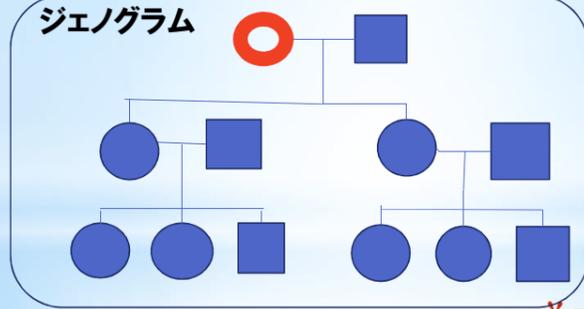
3年7組9番 宇田川友希

2013/11/29

プロフィール

- 80歳代 女性 要介護度4
- 障害高齢者の日常生活自立度 B2
- 認知症高齢者の日常生活自立度 IIb

ジェノグラム



* 事例概要

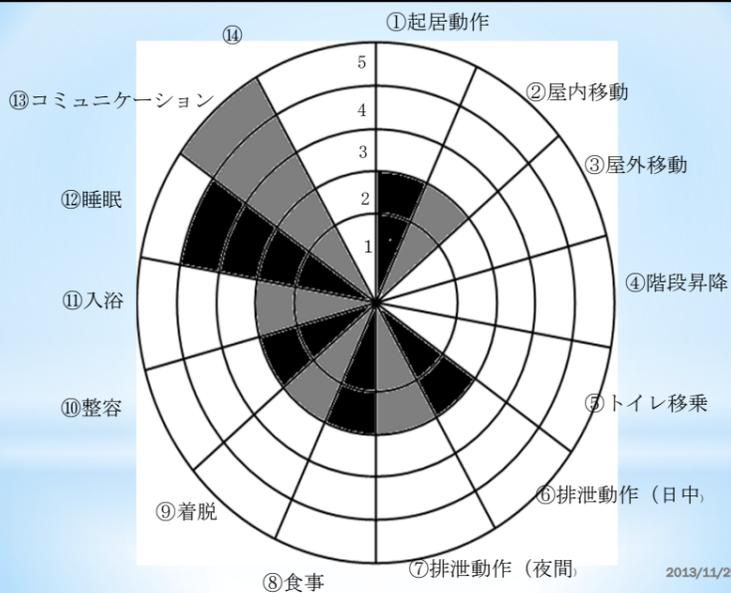
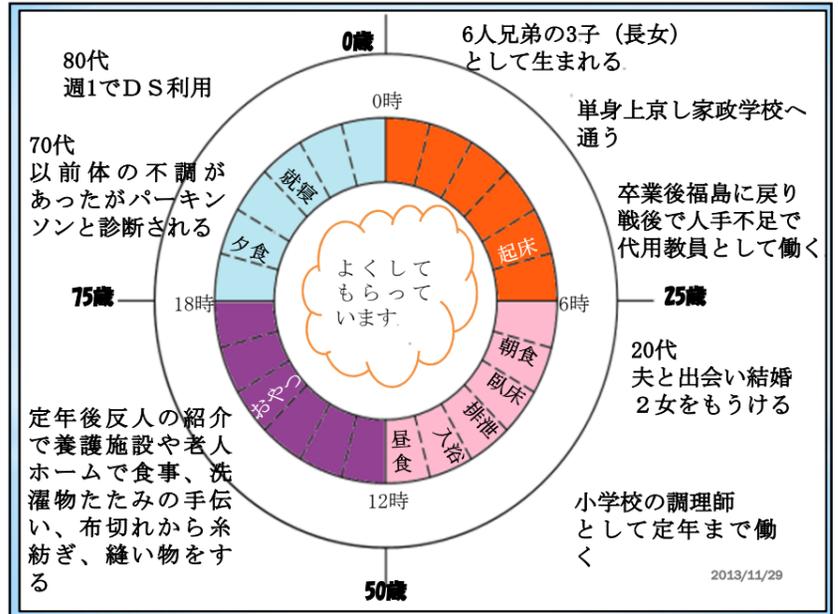
現病歴

パーキンソン病

既往歴

子宮筋腫 腰椎圧迫骨折
陳旧性ラクナ梗塞 右肩部骨折
解離(陳旧性)

2013/11/29



【認識面】

空腹を感じることができ、その訴えを他者に伝えることができる。

【行動面】

介助者に支えられながら立位をとれる。
食事時には身体が傾くことが多い。

2013/11/29

アセスメント

「コップ支えて。」



疲れてきて自力での摂取が困難になると介助を求める。

2013/11/29

「動いてないのにおなか
は空いちゃって。」

「手で食べていい？」

「もうお皿に入っていない？」



空腹を感じていて、最後まで自分で食べようという意志がある。

2013/11/29

・身体が傾きやすいからクッションで調節している。

・姿勢が悪いと食欲が失せる。

・正しく直すと食事を再開することがある



身体の傾きが食欲の有無につながる。

2013/11/29



i その時によって食事に対する意欲に差があり、身体が傾いたり反り返ってしまう原因になっている恐れがある。

ii 食べこぼしが多く衣服を汚してしまうことがある。

2013/11/29

生活全般のニーズ

「心身状態に合わせて食べたいものを食べやすい形態で食べこぼしもなく楽しみながら摂取したい。」

2013/11/29

介護計画立案

長期目標(10/7~4/30)
安楽な姿勢で食事を食べこぼしなく摂取する。

2013/11/29

短期目標①(10/7~10/21)
姿勢を安定させて食事が摂れる。

姿勢を安定させるために(食事時に)

・かかとが床についているか、
上体が少し前傾になっているかを確認。
(できていない場合は踏み台、クッション等を活用する。)

・身体に合った踏み台、背もたれを作る。

2013/11/29

実際に用いた物品の紹介



牛乳パック
横6本×2段
計12本使用し
て作成した

踏み台

2013/11/29

臀部が椅子にはまるよう
使用した

座布団



2013/11/29



前傾姿勢を形成するため
クッションと併用した

背もたれ

2013/11/29



3つを合わせて作成した**椅子**

2013/11/29



物品を利用して形成された**姿勢**

2013/11/29



物品を利用して
いないときの姿勢



短期目標①について

10/3
 (クッション等で姿勢を保持し
 状態を尋ねると)
 「大丈夫、楽だ。」

10/7
 「姿勢いいみたいね。」

2013/11/29

クッション等を使用する前は身体が傾いたり、顎が上がってしまっていたが使用することで減少したように見える。

前傾姿勢になり自ら食事に手をのぼすことができていた。

2013/11/29

前傾姿勢を保持することで身体への負担を軽減できたのだと考える。



踏み台、クッション等の使用を継続する。

2013/11/29

短期目標② (10/15~10/21)
食べこぼしがなく食事が摂れる。

摂取量を増やせるように (食事時に)

- ・正しい姿勢を作る。
- ・こぼした場合には声をかける

2013/11/29

短期目標②について

10/17

「あ、落ちた。」

「あった。これ食べていいの？」

2013/11/29

肉団子が口に入れる直前に前掛けに落ちてしまうと手でテーブルの手前のほうを探していた。

Aさんの手を取り、落ちた肉団子に触ってもらうと口に入れ食べることができた。

2013/11/29

口に入れる直前で、食べる意識も高くなっていたため
「あ、落ちた。」など落としたことに気づくことができていたのだと考える。

「前掛けに落ちましたよ。」という声掛けだけでは理解してもらえなかった。



声掛けを行った後、気づいてもらえないようならば、手を取るという援助を行う。

2013/11/29

評価～効果～

背もたれや踏み台を使うことで姿勢が安定した。



視界が良くなり、食事に対する意欲が向上した。

2013/11/29

評価～課題～

姿勢を安定することはできたが長時間の保持は困難



1人で満足のいく食事を摂れるよう姿勢を保持できる時間を延ばす。

2013/11/29

考察

食べるということ



健康で充実した日々を送ることに繋がる。

2013/11/29

謝辞

ご清聴ありがとうございました。

ご指導いただいた
実習施設の方々、先生方、
支えてくださった
家族や友人に
感謝申し上げます。

