

1 はじめに

私は、今回の介護実習で食べこぼしを気にしている90歳代の女性を受け持った。

Cさんは、車椅子上で身体の傾きが大きく、食事中にむせ込みや食べこぼしが見られた。食事中、エプロンやおぼんへの食べこぼしを気にしており、食べこぼした物をスプーンや手で拾って食べる姿も見られた。食べこぼしが「気になるねえー。」との発言もあった事から、食事の際の環境整備を行うことで、食べこぼしを軽減させることができるのではないかと考え、介護計画を立案し実施した。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25年6月3日～6月21日
平成25年10月1日～10月22日 計30日間）

（1）生活歴等

Cさん、90歳代女性。20歳の頃に結婚し子供を4人授かる。その後、60代に夫が他界し長男夫婦と暮らしていた。長男の病死により入所前は長女夫婦と暮らしていたが、長女の体調不良により入所する。90代に左大腿部骨折し手術を行う。既往歴は、左大腿部骨折（人口頭骨換術施行）、認知症、高血圧、低タンパク質血症。

（右肩脱臼の為運動制限がある。左大転子部の運動制限があり内転禁止）現病歴は、乾燥浮腫。趣味は、音楽鑑賞で歌を歌うことが得意。普段は、フロアでテレビを見たりレクリエーションやリハビリテーションなどに参加して過ごしている。（図1参照）

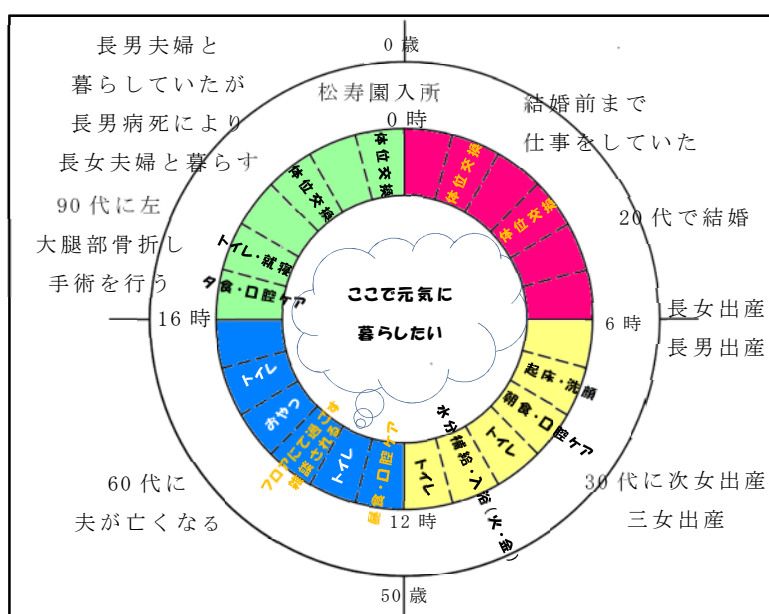


図1：ライフサイクルチャート

（2）ADLの状況

便意・尿意があり、移乗は一部介助で、移動は車椅子にて全介助だが、車椅子上での身体の傾きが見られる為、転倒のリスクがある。食べ物がわかり満腹・空腹を感じられる。食事形態は、ソフト食1（魚のみソフト食2・汁物具なし）で自分の箸・スプーン・フォークをメニューに合わせて使い食べる。（食べこぼしがある為エプロン使用）。好き嫌いは無いが総入れ歯の為、繊維のある食べ物が噛み切れない事もある。エプロンやおぼんに食べこぼしが多く見られるが食事は自力で摂取している。（図2参照）

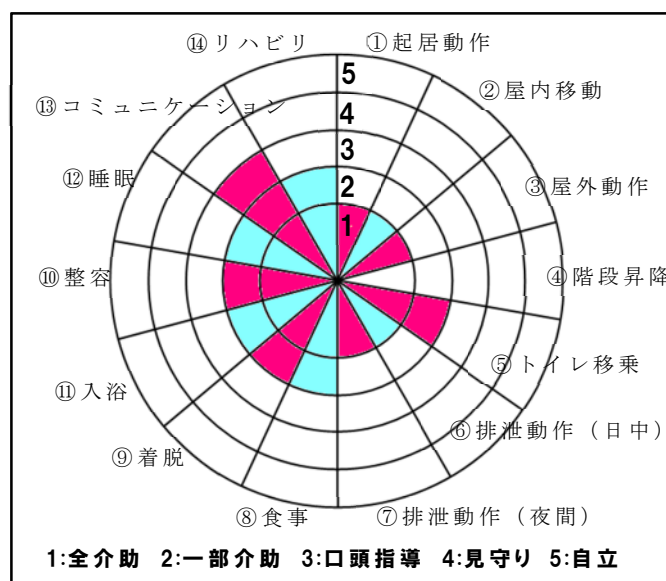


図2：ADLチャート

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月と10月にアセスメントを実施した。

「食事・水分摂取」では①④⑤⑥⑦⑩⑬⑰⑱よりエプロンやおぼんへの食べこぼしがあり気にしている。①③⑥より食事は、自力摂取できる。②⑨⑫⑮⑯⑲より食事中に身体の傾きがある。食器の中身が見えていないことがあり、時折食事でのむせ込みがある。Cさんとテーブルの間に距離があり食事の体勢が整っていない事がある。

「日常生活の様子」では①②③より身体の傾きがある。身体の傾きを直し、楽な体勢を保ちたいと思っている。

以上より、満たされていないニーズとその理由として、

- i 食べこぼしが気になり、エプロンやおぼんにこぼれた食べ物を自分で拾って食べている。そのため、食べこぼしを気にしておいしく食事ができない。
 - ii 筋力低下により身体が傾いてしまう。そのため、楽な姿勢を保てない。
- ということがあると判断した。

これらより、Cさんがもつ生活全般のニーズとして#2「食べこぼしを減らし、おいしく食事をしたい。」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	④「こぼしちゃった。」（6/10） ⑦「（食べこぼしが）気になるねえー。」（6/10） ⑧「おいしいよ。」（6/10） ⑮体勢が傾いている事を伝えると「はい。」（10/8） ⑯お皿の中身が見えるか聞くと「うーん・・・。」（10/8）	③フォークで副食をすくい食べていた。（6/10） ⑤スプーンに食べ物を盛りすぎて口に入れる際にエプロンにこぼれる。（6/10） ⑥エプロンにこぼしたご飯を箸でかき集めて食べている。（6/10） ⑩エプロンにこぼれた食べ物をスプーンや手で食べている。（10/1） ⑫身体が前かがみになって食事を召し上がる。おぼんとCさんの口の距離が遠い。（10/1） ⑬スプーンにビビンバ丼を山盛りすくいビビンバ丼が口からあふれ出て、エプロンにこぼれる。（10/7） ⑰デザートのアレンジと小皿の野菜をお皿からスプーンですくう時におぼんに少しこぼす。（10/8） ⑱おかゆをスプーンに盛りすぎて、口に入れる際にエプロンにこぼす。（10/8） ⑲傾きが大きく、お皿の中身があまり見えない状態での食事のため、食器の手前側に食べ物が残っていた。（10/8）	①身体状況記録（H24.12/15）より *アレルギー、好き嫌いなし。 *食事→一部介助 *食べこぼし多少あり（エプロン使用） *入歯→総入れ歯 *早食いでのむせ込み防止のため、箸使用。その他スプーン・フォーク使用。誤嚥防止のため、汁物は具なし（6/7） ②職員より 左に傾きがあり、筋力低下によるもの。時折、食事でのむせ込みが見られる。（6/7） ③24時間シート（5/29）より 食事形態→お粥・ソフト食1・汁物具なし（6/14）

日常生活の様子	① 身体が傾いているため、職員が姿勢を整えるよう促すと「もう、癖になっちゃってる。」（10/7） ② 傾いた体勢は楽なのか聞くと「うーん、楽でもない。」（10/7）	③ 日中、身体の傾きがみられる。座席の横幅に、にぎりこぶし1個分位の余裕があり体が左に傾くことが多い。（10/7）	
---------	--	--	--

（2）介護計画立案

私は#2「食べこぼしを減らし、おいしく食事をしたい。」という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
#2-1 食べこぼしをなくす。 （H25年10/7～H26年3/31）	#2-1-① 食べこぼしを減らす。 （H25年10/7～10/11） ↓延長 （H25年10/15～10/22） #2-1-② 傾きを減らす。 （H25年10/7～10/11） ↓延長 （H25年10/15～10/22）	① <u>食べこぼさないために（食事時に）</u> a. スプーンや箸などの見直しを行い、Cさんに合ったものを使用してもらう。現在の食事形態は、ソフト食1（魚のみソフト食2、汁物は具なし）のため口に入れる際に、食べ物がポロポロとこぼれないように大きすぎず、あまり深くないスプーンを使用する。 b. 配膳時に、食べ物を口に運びやすいよう食器をなるべくおぼんの手前に置く。食器の中身がないものは、おぼんの奥に置き食器の中身があるものと入れ替える。 c. 食べ物がうまくすくえない場合は、介助者がスプーンでかき集めやすいよう援助する。 d. エプロンの右側、左側のどちらに食べこぼしが多いのか観察する。 ※Cさんの心理的負担を減らす。 e. 食器は、お皿のふちがあまり広がっていない物を使用し、スプーンですくった時にこぼれるのを防ぐ。 ② <u>傾きを軽減させるために（食事時に）</u> a. 姿勢保持のため、傾きの強い左側にクッションを使用する。姿勢が崩れたら声かけをし、再度体勢を整える。 ※リハビリの先生より、クッションを使用する事により肺や胃が圧迫されてしまう可能性がある。 b. 車椅子を座席の幅の狭いものに変更し、傾きを軽減させる。（40cm→38cmに変更） c. 車椅子にクッションを引き座高を高くすることで食事と口元までの高さを調節する。

（3）援助の実施

◆#2-1-① 食べこぼさないために（食事の際に）

- a. スプーンや箸などの見直しを行い、Cさんに合ったものを使用してもらう。現在食事形態は、ソフト食1（魚のみソフト食2、汁物は具なし）のため口に入れる際

に、食べ物がポロポロとこぼれないように大きすぎず、あまり深くないスプーンを使用する。

- e. 食器は、皿のふちがあまり広がっていない物を使用し、スプーンですくった時こぼれるのを防ぐ。

- i 方法

- ・食べ物をすくう部分が浅くて小さいスプーンに変更する。
- ・皿のふちが広がっているものは、配膳前にフロアにあるふちのあるお皿に食べ物を移し変えて提供する。

- ii 注意したこと

- ・スプーンを変更する前にCさんに声かけをした。
- ・変更したスプーンだけを渡すのではなく、Cさん専用のフォークも一緒に渡し好きなものを使って食べてもらった。
- ・スプーンの握りやすさ、食べやすさを考えながらCさんに一番合うスプーンを探した。

- iii 工夫したこと

- ・スプーンが大きいと食べ物をすくいすぎて口からあふれてしまう為、なるべくすくう部分（一口量）が小さめのスプーンを使用した。
- ・スプーンで食べ物をすくう時にこぼれてしまう為、シリコン製のスプーンを使用してもらい、食べ物をすくいやすいよう工夫した。
- ・食事の様子を観察し、変更したスプーンはどのように感じたか声かけを行いCさんに感想を聞いた。

- iv Cさんの反応

- ・以前は食事中、左に傾くことが多くエプロンの左側への食べこぼしが多く見られたがスプーンを変更したことにより口に入れるときに食べ物が口からあふれることがなくなった為、エプロンへの食べこぼしは全体的にほとんどなく自分のペースで食べていた。
- ・シリコンスプーンですくった時におぼんへの食べこぼしがほとんどなくなった。
- ・スプーンを変更しても自力摂取できていた。
- ・ふちが広いお皿の食べ物をふちのあるお皿に移し替えて提供すると、スプーンで食べ物をすくう時に全くこぼすことなく食べることができた。

◆ #2-1-② 傾きを軽減させるために（食事の際に）

- b. 車椅子を座席の幅の狭いものに変更し、傾きを軽減させる。（40 cm→38 cmに変更）

- c. 車椅子にクッションを敷き、座高を高くすることで食事と口元までの高さを調節する。

- i 方法

- ・車椅子を座席の幅の狭いものに変更する。（40 cm→38 cmに変更）
- ・車椅子の座席に、クッションを敷き座高を調節する。
- ・食前に姿勢の確認をすると同時に、なるべく車椅子に深く腰かけるよう促し、食べやすい姿勢で食事を食べてもらえるよう声かけをする。必要に応じて、支援する。

- ii 注意したこと

- ・車椅子が変わったことで、違和感や不快感がないか声かけをし、実施した。
- ・テーブルの高さを調節する（テーブルを下げる）場合、車椅子のアームサポートがテーブルの下に入らず、Cさんとテーブルの間に距離ができてしまうので、車椅子の座席にクッションを入れて座高を調節した。（座高を上げテーブルと口元の距離を調節）
- ・配膳時に今の姿勢で食べ物が見えるか声かけをし、必要な場合は姿勢を整えてからメニューの説明を行った。
- ・車椅子に浅く座っていると食事中、姿勢が崩れてしまいやすいので食前になるべく深く腰かけてもらい姿勢を整えた。

iii 工夫したこと

- ・食前の環境整備として、Cさんが食べ物を口に運びやすいように車椅子をできるだけ前に出し、Cさんとテーブルまでの距離を近づけた。
- ・クッションを入れる時は、トイレ介助時や入浴時に行い車椅子にCさんが座っていない時に準備することでCさんの負担にならないよう心がけた。

iv Cさんの反応

- ・車椅子を変更したことにより、Cさん自身が身体の傾きを意識し、自ら座りなおしをする様子が見られた。
- ・実施前は、食事中に前方へ身体が傾き、皿の中身が見えないとの発言もあったが車椅子を変更しクッションで座高を調節したことで、皿の中身が見えるようになり完食できるようになった。
- ・身体の傾きが減ったことで、むせ込む回数が減った。（実施前は多いときで4回～5回あったが実施後はほとんどなく、あっても1回～2回）
- ・実施前は、左に傾くことが多く、エプロンの左側に食べこぼしが多かったが、スプーンの変更後、エプロンへの食べこぼしはほとんどなく自分のペースで食べていた。

（４）評価～効果と課題～

食べこぼしを減らすためにスプーンや食器を変更したことにより、Cさんが気にしていたエプロンやおぼんへの食べこぼしが減った。車椅子を座席の幅の狭いものに変更したことでCさん自身が姿勢を意識し身体の傾きが軽減され、食べこぼしやむせ込みが減ったことからCさんの心理的負担の軽減に繋がったと考える。また、身体の傾きがあり皿の中身が見えないとの発言もあったが、車椅子を変更しクッションで座高を調節したことで皿の中身が見えるようになりQOLの向上に繋がったと考える。

しかし、Cさんのその日の体調や短期間での実施ということもあり、今回の実習中に完全に食べこぼしをなくすことはできなかった。色々なスプーンを試したが食事のメニューによって異なることから支援方法を再検討する必要があると考える。

4 考察

10月に再アセスメントすると、Cさんのニーズを自分の先入観で決めつけてしまっていた部分があり、Cさんの本当のニーズを見つけ出すことができていなかった。

6月の実習の時は、コミュニケーションはとれるがCさんから私に話しかけてくることはほとんどなかった。しかし今回は、日中、フロアでの口数も増え、Cさんから話しかけてくることも沢山あり表情が明るく笑顔が増えていた。職員より「同じテーブルにお話が好きな方が来たことから口数が増えたのではないか。」という情報があった。まわりから見たら小さな環境の変化かもしれないが、Cさんにとっては生活の質が大きく変わり、それがQOLの向上に繋がっていたのではないかと考える。本来ならば、車椅子とは移動するときに使用するもの（移動手段）である為、椅子に座りなおして食事をとってもらうのが理想だが、車椅子上でもCさんに合った環境で食べていただくには、どのような支援ができるだろうか考え計画した。食事でのむせ込みがあったため誤嚥防止も計画し、ADLの向上に努めた。

今回の実習を通して、利用者の状態をいろいろな角度から観察することで介護計画の内容やケアの質が変わることがわかった。また、介護者の決めつけや先入観は、介護者の視野を狭くしてしまう。様々な視点から情報を収集し、その情報を繰り返し見直すことで利用者のニーズに合った、利用者のより良い生活につながるケアができるということを学んだ。

5 参考文献

平成24年度 第3学年 介護実習報告会冊子

石野育子：最新介護福祉全書7介護過程，メジカルフレンド社，2013.

介護計画★援助の実施

〈方法〉

- ①食べこぼしを減らすために、スプーンと食器の変更を行う。
- ②身体の傾きを軽減させるために、車椅子を変更しクッションで座高の調節を行う。

使用したスプーンの種類



左から、①食堂から配膳される銀のスプーン(実施前のスプーン)②Cさんが普段使っているフォーク③黒いプラスチックスプーン④シリコンスプーン小⑤大



★介護計画実施前★



銀のスプーン 10月7日 昼食時



メニュー

- ・ビビンバ丼
- ・中華スープ
- ・アスパラソテー
- ・わかめサラダ
- ・パイン缶

スプーン、フォーク提供。お皿の食べ物をすくうときおぼんにこぼす。

※食堂から配膳されるスプーン。

エプロンへの食べこぼし(10月7日)

左側



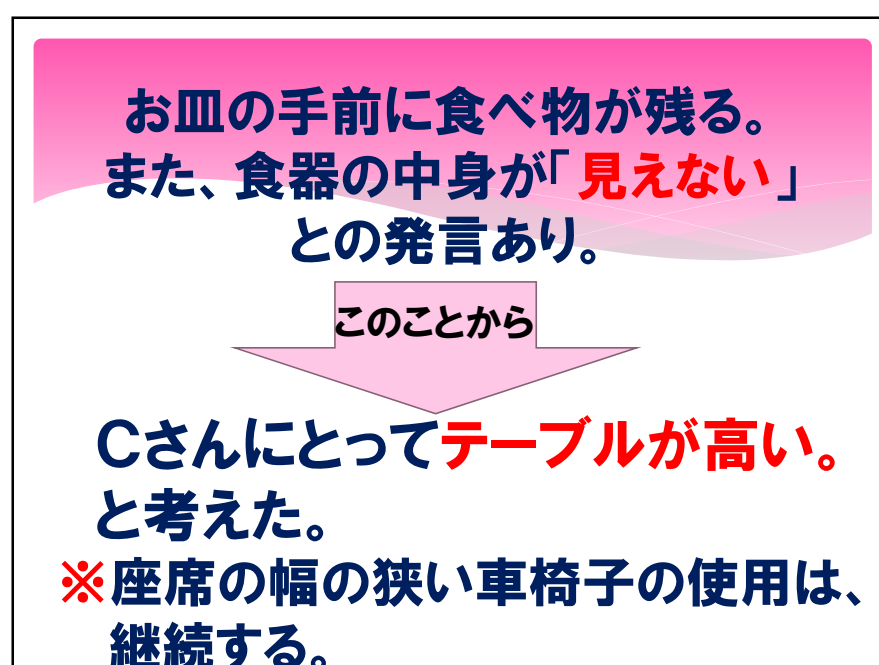
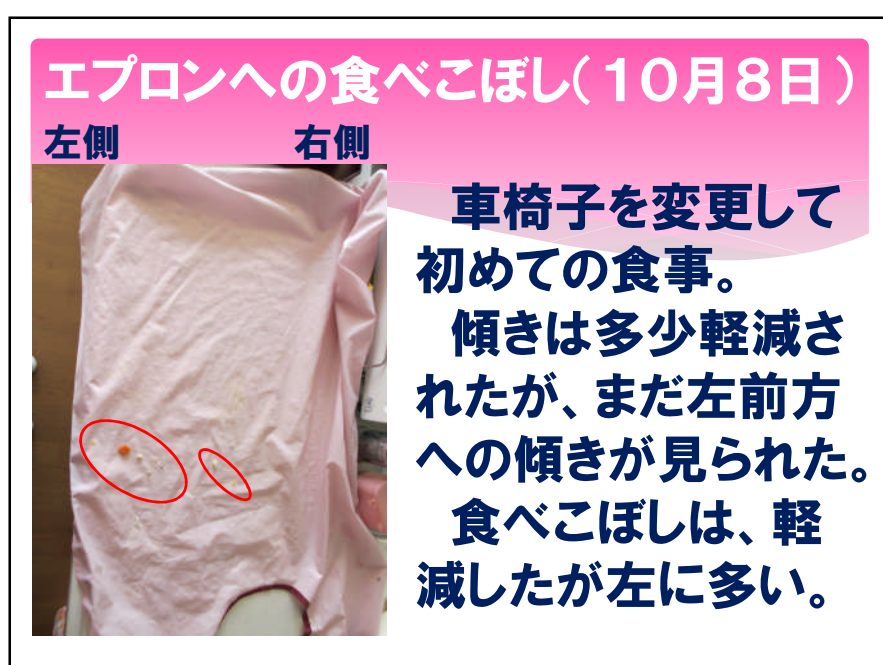
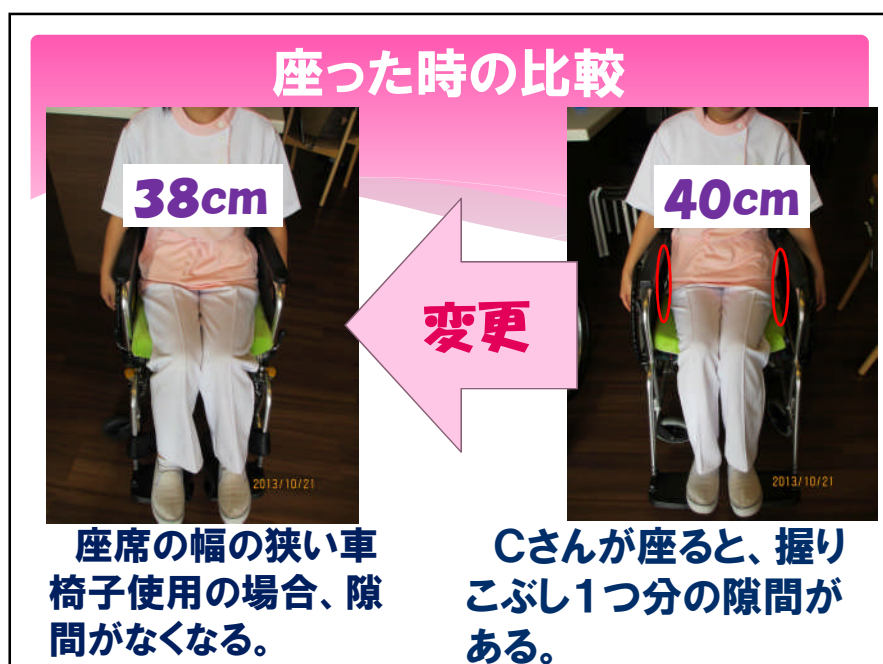
右側

スプーンが大きく口からあふれ出る。エプロンの全体的に食べこぼしがあり、**左側**への食べこぼしが多い。ビビンバ丼の小皿の野菜をこぼす。

[介護計画の実施]

★車椅子の変更★





★座席にクッションを使用★



車椅子の座席にクッションを使用した。
※写真は、わかりやすいように椅子使用。

銀のスプーン

10月9日 昼食時



メニュー

- ・ご飯
- ・みそ汁
- ・味噌マヨ和え
- ・鶏のムニエルレモンソース
- ・ずいきの炒め物
- ・マンゴー

スプーン、フォーク提供。お皿の食べ物をすくうときおぼんにこぼす。

※食堂から配膳されるスプーン。

エプロンへの食べこぼし(10月9日)

右側



Cさんの視界



左側

食べ物が口からあふれてこぼれる。
食べこぼしが左に多かったが、中心になっている。

傾きがない為、食器の中身がみえている。

体の傾き軽減による視界の効果

①実施前の視界



③車椅子を変更し座席にクッションを使用したとき



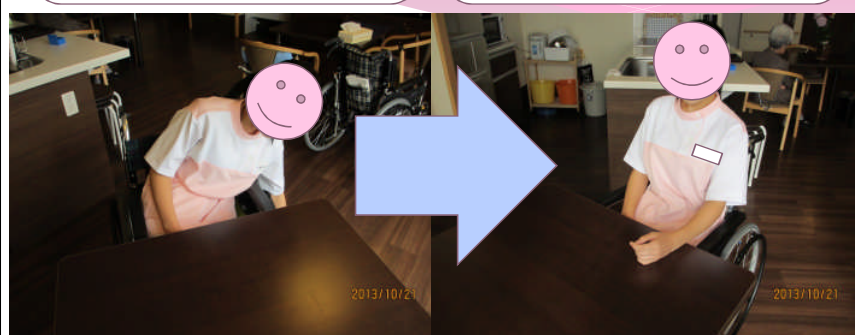
②車椅子変更後の視界



※体勢が整い、食器の中身が見えるようになる。

実施前の
身体の傾き

実施後の
身体の傾き



結果：体の傾きが軽減した。

このことから、車椅子を変更し
クッションで座高を調節したことで

- ★Cさんの身体の傾きが軽減された。
 - ★食器の中身が見えるようになった。
- ということがわかる。

- ①座席の幅の狭い車椅子の使用
②クッションで座高の調節
を継続する。



黒いプラスチック スプーン

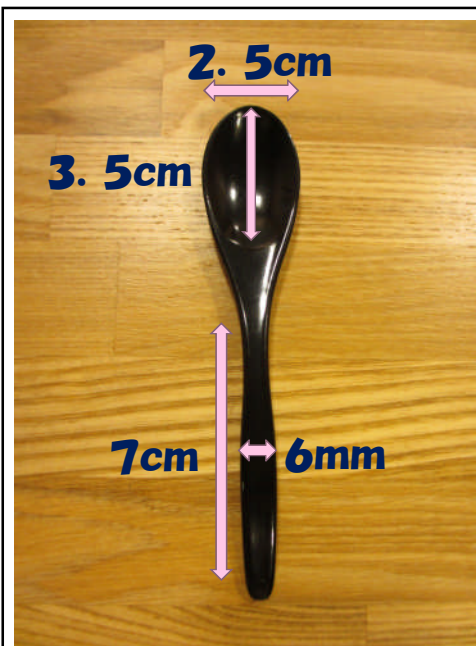
10月11日 昼食時



メニュー

- ・牛丼
- ・みそ汁
- ・野菜ジュース
- ・しょうゆとマヨネーズ和え
- ・鶏肉とじゃがいもの煮物

スプーン、フォーク提供。おぼんへの食べこぼしは、減ったがスプーンが「にぎりにくい。」との発言があったが一口量は、丁度良い。※座席にクッション使用



持ち手が短く細い。

スプーンが短くて握りにくい。

エプロンへの食べこぼし(10月11日)

左側

右側



スプーンの裏側に付いたじゃがいもが、エプロンにこぼれた。牛丼を口に運ぶまでにスプーンからこぼれたが、口に入れた時の食べこぼしは全くなかった。

このことから

スプーンの大きさは丁度良いが、握りづらい。

シリコンスプーン大

10月17日 昼食時



メニュー

- ・ご飯
- ・豚汁
- ・手作りコロッケ
- ・冷奴
- ・ひじきの炒め物
- ・野菜ジュース

スプーン、フォーク提供。スプーンですくう際の食べこぼしは全くなかったが、フォークですくった時に食べこぼした。※黄緑:フォーク使用の食べこぼし



エプロンへの食べこぼし
(10月17日朝食時)

左側 右側

スプーンに食べ物を盛りすぎてしまいエプロンへの食べこぼしがあった。一口量がやや多い。

このことから

スプーンが大きすぎる。

シリコンスプーン大
10月18日 朝食時

メニュー

- ・食パン(パン粥)
- ・牛乳
- ・マカロニサラダ
- ・パイン缶

シリコンスプーンのみ提供。
食べ物をスプーンですくう時に、おぼんへこぼす事は全くなかった。

エプロンへの食べこぼし
(10月18日朝食時)

左側 右側

エプロンへの食べこぼしは、全く見られなかった。

このことから

シリコンスプーンは、食べ物をすくいやすいと考える。

★ **食器の変更** ★

実際に使用した食器

ふちの浅いお皿 ふちの深いお皿

配膳前に食べ物を
移し替えて提供する！

シリコンスプーン小
10月18日 昼食時

メニュー

- ・ご飯
- ・すまし汁
- ・もずく
- ・鯖の梅おろしソースがけ
- ・小松菜ナムル
- ・白桃缶

スプーン、フォーク提供。スプーンですくう時に、おぼんへこぼす事は全くなかったのだが、**フォーク**ですくった時におぼんにこぼした。

エプロンへの食べこぼし(10月18日)

左側

右側



スプーンですくった時
と口に入れる時の食
べこぼしは、全く見ら
れなかった。

※食器を変更したことで、食
べ物をすくう時おぼんへの食
べこぼしは減った。

このことから

スプーンの大きさ・シリコン
製のスプーンが良い。

介護計画の実施により

- ①シリコン製のスプーンがCさんに合っている。
- ②お皿の変更により、食べこぼしが減った。
- ③座席の幅の狭い車椅子(38cm)を使用しクッションを座席に入れることで姿勢を保てる。

ということが、わかった。

注意・工夫したこと

- ・フォークはCさんが気に入っている為、スプーンとフォークを渡し、好きなように食べてもらった。
- ・握りやすさ、食べやすさを考えた。
- ・車椅子の変更で違和感や不快感がないか声かけを行い実施した。
- ・Cさんにとって1番良い環境で食事してもらうために、クッションを入れて座高を調節した。
- ・食前の環境整備として車椅子に深く腰かけてもらい、テーブルまでの距離を近づけた。
- ・クッションを入れる時は、車椅子に座っていない時に準備し、負担にならないよう心がけた。

評価～課題と効果～

- ・食べ物をすくう時や口に入れる時、エプロンやおぼんへの食べこぼしを気にしていた。
- ・傾きがあり食器の中身が見えていなかった。
- ・むせ込みがあった。

Cさんの反応

- ・スプーンや食器の変更で食べこぼしが減った。
- ・車椅子や座高の調節をすると食器の中身が見えるようになった。
- ・姿勢を意識し傾きが減り、むせ込みが減った。

考察

6月のアセスメントでは、ニーズを先入観で決めつけていた。

本来、車椅子は移動手段であり椅子で食事してもらうのが理想。車椅子上でもCさんに合った環境で食べてもらうための計画を実施した。

利用者に対して色々な視点から情報収集し、繰り返し実施することで利用者のニーズに合った援助が大切と学んだ。

謝辞

ご清聴ありがとうございました。

この場を借りて30日間

実習させていただいたCさん、
ご指導頂いた松寿園の職員の
皆さんや先生方、協力してくさ
った家族や7組のみんなに
感謝申し上げます。

ありがとうございました。

