



私自身、新宿食支援研究会（以下、新食研）に参加し始めてから、食事について考えるようになった一人です。

先日、私が勤めているデイケアの利用者様に、新食研ワーキンググループ「ヒャクキン」で考えられたアイボールをためさせてもらったところ、スプーンの操作が自然な速さで、滑らかな動きになっていました。

そこで、私は、この方が柔らか食から普通食に形態を変えられるのではないかと考えていましたが、ご本人がクリーニング店に勤めていた経験から、染みを作らないようにこぼさず食べることの方が大事だと話されました。ご本人が食べやすくなり、普通食が食べられたら良いと思い込んでいた自分に気づかされ、ハッとした瞬間でした。

私のデイケアでは、つつい結果ばかり求めるカンファレンスになりがちですが、何のために支援するのか、その人らしさに気づこうとする姿勢や本人の意思を尋ねる機会を提起していきたいと考えるようになりました。

デイケア利用者様の食事場面を見て回る中で、食べられない人ばかりに目が行くだけではなく、人それぞれの「食べる」ことにハッとさせられることが多くなりました。新食研をはじめ、これからも様々な食生活に関わることで、その人らしい食生活に貢献できればと考えています。

(作業療法士 佐藤 拓郎)。

## 独居老人の食支援

### ③ 81歳 男性 鬱病

私が担当して5年目になる方の話です。本人は、中規模企業の社長でしたが、60歳の時に心筋梗塞で倒れ、一人息子に会社を潰され、生活保護受給者となりました。それがきっかけで鬱病になり、何度か自殺未遂を繰り返していました。精神科の先生に勧められて要介護認定申請をしましたが、人と関わることが嫌いで、デイサービスとヘルパーの利用が続きません。私自身、本人との信頼関係を結ぶまでに4ヶ月もかかりました。

ケアマネージャは月1回以上の訪問が義務付けられていますが、私が訪問する以外は話をしないので、訪問しても最初の10分は滑舌が悪く、話している内容がわかりません。次第に話せるようになり、数時間後には普通の人以上に話せます。話さないことで飲み込みも悪く、食事量も減っています。本人は「飲み込みが悪くても食形態を変えたくない。美味しく食べたい」と話します。私が今できることは訪問時間を長くしてたくさん話しをさせることと思い、毎月、2時間半から4時間半は話を聞いています。最近、話の中で若い人達の役に立つことがしたい！と限定した人達ではありますが、人と関わりたいという意向がでてきました。ここから新宿食支援研究会の若い人達につなぐ方法はないか？模索中です。

(介護支援専門員 吉田 かおる)

## 食支援の相談はどこにする？

### モチゲケアプランニング新宿 森岡 慎也

社会資源を「利用者様がニーズを充足したり、問題解決するために活用される各種の制度・施設・期間・設備・資金・物質・法律・情報・集団・個人の有する知識や技術等」と定義した場合、食支援における社会資源は実に多岐にわたります。

地域を見渡した際、様々なフォーマルサービス・インフォーマルサービスが食支援に関わっていることがわかります。

例えば配食サービス一つをとっても、好みの味かどうか、自治体サービス/民間サービス、料金、量、食形態、配達の時間帯、配達回数、常温/チルド、調整食の有無、申込方法、キャンセルの方法等さまざまな視点から最適なサービスを選択することになります。

食支援の相談はどこにする？(新宿区の場合)

- ★家にいる
  - ・介護保険サービスを利用していない⇒①高齢者総合相談センター
  - ・介護保険サービスを利用している⇒②担当のケアマネジャー
- ★入院している
  - ⇒病院の医療ソーシャルワーカー、退院支援看護師など
- ★入所している
  - ⇒入所先の相談員、有料老人ホーム紹介センターなど
- ★どこに相談してよいかわからない、セカンドオピニオンとして
  - ・公的な相談窓口⇒①高齢者総合相談センター
  - ・民間の相談窓口⇒③暮らしの保健室、新宿食支援研究会など

このような多岐にわたる社会資源の中から、利用者様に最適なサービスを選び取り、提供するためにはどのようにすればよいでしょうか？そもそも、食支援に困ったら、どのようなところに相談すればよいでしょうか？

食支援における相談は、利用者様の生活状況によってさまざまな窓口があります。

利用者様が在宅にいる場合は、相談窓口として自治体の地域包括支援センター（新宿区では高齢者総合相談センター）に相談

するとよいでしょう。

既に介護保険サービスを利用している方は、定期的に家を訪問するケアマネジャーに相談するとよいでしょう。

利用者様が入院している場合は、病院の医療ソーシャルワーカーや退院支援看護師などに、施設入所している場合は入所先の相談員や入所時に関わった有料老人ホーム紹介センターの相談員などに相談するとよいでしょう。

また、どこに相談してよいかかわからない、セカンドオピニオンの話を聞きたい場合は地域包括支援センターや全国50か所ほどある暮らしの保健室、新宿食支援研究会の窓口等を利用してみてください。

#### 〈食支援サポーターになったら〉

新宿食支援研究会に MTK&H®（見つける、つなぐ、結果を出す、そして広める）という言葉があります。

食支援に困っている人を地域で「見つける」という、大事な役割を担うのが食支援サポーターです。

食支援サポーター養成講座を受け、その知識を活かして今後活動していく事は、地域にとって食支援における社会資源が増えたことになるわけです。

「最期まで口から食べられる街」を創るため、食支援サポーターがさまざまなところで活躍できるよう、食支援研修運営ワーキンググループは活動していきます。

③食支援マスター(新宿食支援研究会)

新宿区内の食支援における民間の専門相談窓口  
食支援マスター  
(地域の社会資源を紹介します)

森岡慎也 03-5338-6997  
(モチゲケアプランニング新宿)  
堀尾隆 03-5272-5600  
(新宿ヒロクリニック)  
五島朋幸 03-5338-8817  
(ふれあい歯科ごとう)



みんなのお困りはありせんか？  
・飲み込みづらくなった  
・食べるのが遅くなった  
・廃せてきた 等々

なんと！新宿には  
口から食べることを支援する  
プロ集団がいます！

There is a professional group who can help support in Shinjuku

最新までから受けられる講座、研修  
新宿食支援研究会