

2025 年度ひろしまケアコンテスト課題 食事部門

鈴木 桜さん（78 歳・女性）は、要介護 3 の認定を受け、介護老人福祉施設に入所しています。入所して間もないため、他の入所者と一緒に食事をとることに慣れていません。

鈴木さんは長年一人暮らしをしており、食事でも一人で簡単に済ませることが多かったため、他人に介助されながら食事をすることや、人と一緒に食べることに不安を感じています。

身体面では、上肢の筋力低下により箸やスプーンの操作が難しいことがあり、嚥下機能の低下によってむせやすい傾向も見られます。しかし、「食べたい」という意欲は強く、安心できる声かけや適切な支援があると食事は進みます。

また、少し物忘れがあり、会話の途中で人や物の名前が出てこないことがあり、本人はその点を気にしています。コミュニケーションはおおむね可能です。

施設では、鈴木さんの自立を尊重しつつ、安全に楽しく食事をとれるように配慮しており、職員は姿勢の調整や一口量の工夫など安全面に留意しながら介助を行い、食事が「楽しいひととき」になるよう関わっています。

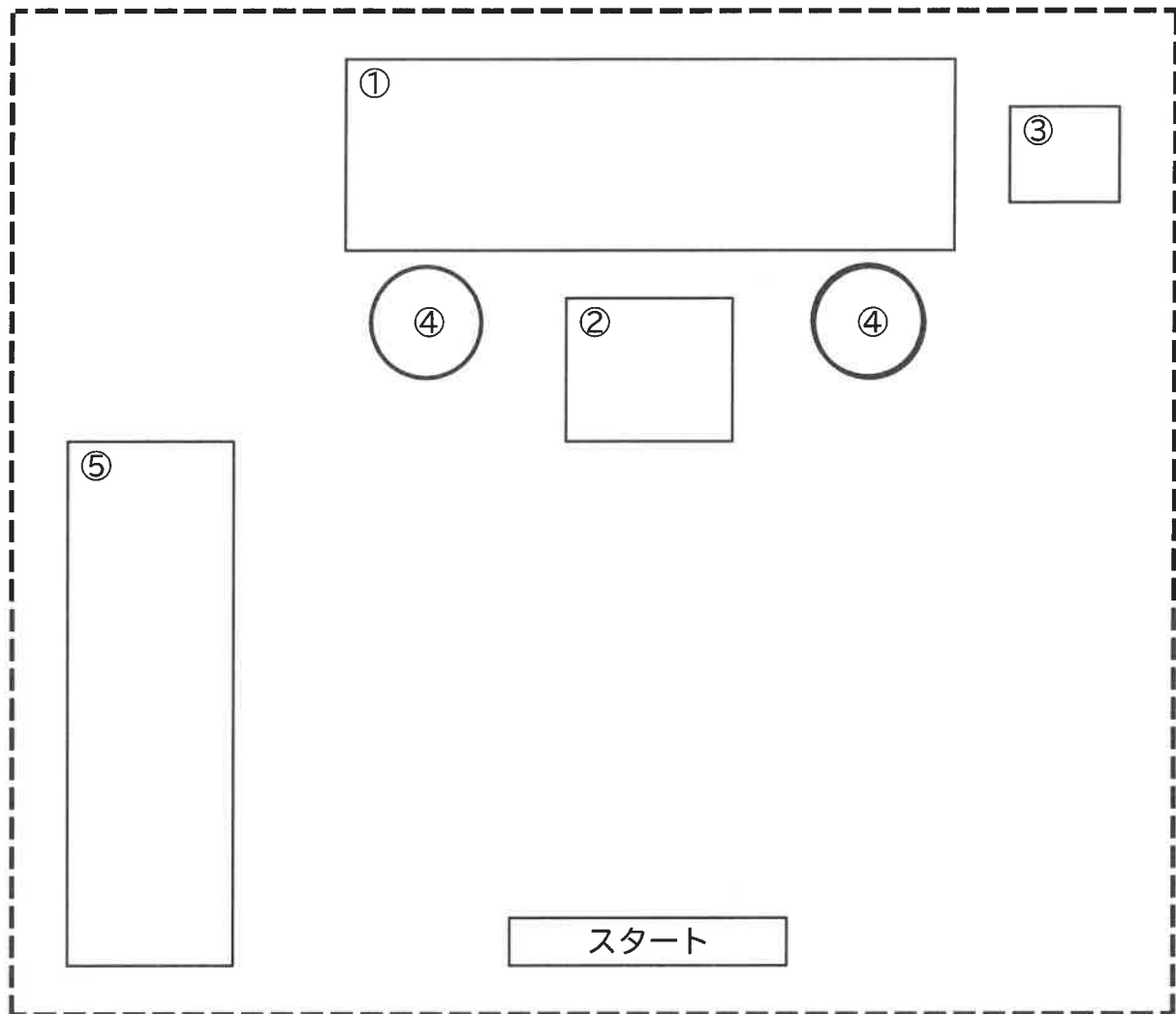
【場面設定】

鈴木さんが昼食を食べるために手を洗い終えて、食堂の椅子に座ったところから開始し、食事が終了・下膳した時点で終了とします。

健康状態 心身機能 身体構造	脳梗塞の後遺症で右片麻痺あり。 10 年前に糖尿病を発症している。 嚥下機能が低下しており、むせ込みやすい。 食事の際に手が震えるため、スプーン操作が難しい。
活動 および 参加	【活動】 自分で食器を操作して食べることが難しい。 食事を口へ運ぶ動作に介助が必要。 水分摂取も一人ではむせ込みやすいため、介助が必要。 【参加】 施設の食堂（ホール）でほかの利用者と一緒に食事をしているが、まだ周囲に馴染めず緊張している。 他の利用者と会話を交わすことは少ないが、「本当は人と一緒に食べる楽しみを味わいたい」という気持ちはある。 ・移動：右片麻痺があるため、歩行はシルバーカーで補助が必要。 長距離歩行は疲れやすく、転倒予防が重要。 性格は慎重で、あまり急ぎたくないタイプ。 外出時の車いすの操作は職員のサポートがあれば落ち着いてできるが、初めての環境では不安そうにする。 ・移乗：自力での移乗は右半身の麻痺で難しく、介助を受けることが多い。 「迷惑をかけたくない」という思いから、介助を申し出るのに少しためらう。 職員が声かけしながら安全にサポートすると安心して行える。 ・更衣：上肢の片麻痺の影響でボタンやファスナーは自分でできないことが多く、まれに失敗する。 「自分でやりたい」気持ちはあるため、できる部分は本人に任せると協力的。 介助者が補助するときも、体を触れすぎず、尊厳を保つ配慮が必要。 ・排泄：移動・移乗のサポートが必要。

	トイレに行くタイミングを声かけで誘導することで安心感が増す。 急かさずに、本人のペースで行えるようにすると、緊張や不安が減る。
環境因子	・施設にはまだ慣れていない。 ・施設職員による見守り・介助体制がある。 ・すべり止め付きの食器や持ちやすいスプーンを使用。 ・周囲の利用者や職員との声かけ・雰囲気づくりによって安心感が得られる。
個人因子	・真面目で控えめな性格。 ・「迷惑をかけたくない」という思いが強く、自分から助けを求めにくい。 ・趣味は新聞を読むこと。食事は昔から菓子パン、インスタントラーメンを好む。 ・入所前は毎日一人で食事を済ませていたため、今の環境に戸惑っている。 ・右利きである ・78歳、女性、要介護3
会場見取り図	別紙
使用物品	別紙

【見取り図と使用物品】



- ① 机：ウェットティッシュ・ティッシュ・ごみ入れ・手指消毒用アルコール
- ② 椅子：鈴木さんが座っている
- ③ シルバーカー：鈴木さんが使用している
- ④ 丸椅子：2つ
- ⑤ 物品台：食事（ごはん・みそ汁・肉じゃが・お茶）・スプーン・フォーク・箸・ストロー・トレイ・食事用エプロン・フェイスタオル・バスタオル・クッション・介助用（ビニール）手袋

〔審査員の先生から〕

限られた時間の中で利用者一人ひとりに寄り添った食事介助を実践していただき、ありがとうございました。

どの競技者も、鈴木さんの緊張や不安を受け止めようとする姿勢が見られ、とても温かい関わりが多かったのが印象的でした。

今回のケースでは、「安全な摂食」だけではなく、食事の場面でもその方にとって、慣れない場所（空間）から、心地よい場所（空間）となるよう支援することが大きなテーマでした。

声かけや関わり方によって、食事量や表情が変わる場面も見られ、日々のケアの大切さを改めて実感しました。

特に良かった点として、

- ・姿勢の調整や一口量の工夫など、嚥下への配慮ができていた競技者
- ・緊張している鈴木さんに対し、笑顔や共感的な声かけで安心感を与えられた競技者
- ・「どれから食べてみますか？」など、選択肢を示すことで本人の意思を尊重できていた競技者

こうした関わりは、食事を『介助される時間』ではなく、『その人が主役の時間』へと変えていく力があると感じました。

一方で、改善点としては、

- ・栄養や安全面の説明が先行し、本人の嗜好や思いへの傾聴が不足した場面
 - ・一口ごとの観察が途切れ、むせや疲労のサインを見逃した場面
- などが見受けられました。

まずは「どんなおもいで食卓に座っているのか」を丁寧に受け止めた上で、必要な支援へつなげていくことが大切です。

食事は、栄養補給だけではなく、生きる喜びにつながる大切な日常のひとつです。

今日の経験をぜひ現場や学びの中で活かし、『安全 × 尊厳 × 楽しみ』が両立した食事支援へと磨き続けてください。

皆さんの温かいケアが、利用者の笑顔や「また一緒に食べたい」という気持ちにつながることを期待しています。

本日は素晴らしい実践をありがとうございました。

第8回ひろしまケアコンテスト【入浴部門】

ショートステイを利用中の小園久志さん（こぞのひとし・83歳・男性・要介護2）は、75歳の頃にパーキンソン病を発症し、最近は歩くときに前屈姿勢になり、すり足歩行が見られます。立位のバランスも不安定で、いつか転倒するかもしれないと不安を感じています。また、自律神経症状として起立性低血圧や四肢の冷感がみられます。小園さんは湯船に浸かることを楽しみにしていますが、浴槽への出入り（特に足をあげる行為）に強い不安を訴えています。今日は寒い日で、小園さんは早く湯船につかることを望んでいます。

介護職員は、脱衣室の椅子に座っている小園さんに、入浴への不安に対し安心できる言葉がけを行いながら、脱衣の支援を行ってください。その後、浴室のシャワーチェアに安全に移動し、シャワーで身体を温めます。小園さんが安心して浴槽に浸かれるように、浴槽への環境整備（バスボードや浴槽台など）を行い、最終的に浴槽へ安全に移乗し、湯に浸かった時点で終了とします。

※小園さんの意思表示は、話しかけると簡単な応対はできますが、「はい・いいえ」「わかりました」程度とします。

※初めてのショートステイで戸惑いがあります。

※歩行は何とか杖なく歩くことができますが、ふらつきがあり、支える必要があります。

※小園さんは、いつも自宅では、先に湯船につかっています。

健康状態 心身機能 身体構造	・ホーエン・ヤール重症度分類ステージ3程度（前屈姿勢、すり足歩行、小刻み歩行）。 ・手の振戦、指先の巧緻運動の低下（ボタンの留め外し困難） ・言葉がたどたどしくなる（小声・呂律の回りにくさ） ・年相応の物忘れ程度で、日常生活に支障はない。
活動 および 参加	・移動：何とか杖なく歩くことができるが、一部介助が必要である。ふらつきあり。立位バランス不安定で、転倒への不安がある。 ・移乗：基本的には手すりなど何か持つところがあれば自力で可能だが、ふらつきがあるため、見守りと言葉がけ、支える介助を行っている。 ・更衣：手指の振戦や巧緻運動低下のため、ボタンの留め外しが難しい。 ・排泄：尿意と便意があり、一部介助でトイレに行くことができるが、動作緩慢なため、時折間に合わず失敗することがある。念のため、紙パンツを着用している。
個人因子	・83歳、男性、要介護2 ・大学を卒業後、地元の中学校へ就職し、その事務員であった妻と28歳で結婚。30歳のときに娘が生まれた。娘は結婚し、自宅の近くに住んでいる。孫娘が一人おり、大学受験をひかえている。 ・中学校の先生を定年まで勤めていた。勤めていた時は、一日のスケジュールを細かく決めていた。几帳面でプライドが高い。 ・10歳の老犬と一緒に生活をしている。名前は「シロ」。調子のよいときは、妻と一緒に散歩に行っていた。「シロ」が生きがい。餌やり当番。
環境因子	・現在は妻と二人暮らし。家族には迷惑をかけたくない（自立心が強い）。娘が一人、近くに娘夫婦と孫1人（女）。孫は大学受験。 ・ショートステイは初めての利用。妻は同窓会で2泊3日の旅行に行っているため、一人自宅で過ごすことが難しく利用となった。犬のシロは近くに住む娘が世話をしている。 ・自宅では手すりの設置や段差の解消、福祉用具を活用することで、また慣れた環境であれば見守りのもと移動は可能である。 ・自宅の浴室には福祉用具を設置し、出入りの一部介助があれば、浴槽につかることができる。

《使用物品》

【脱衣室】

- ① 椅子（肘掛け付き）： 小園さんが座っている状態。
- ② 足元マット（※固定されているため、移動することはできません）
- ③ 衣類入れのかご（着替えが入っています）
- ④ バスタオル2枚、ファスタオル2枚
- ⑤ 汚物入れ蓋つきバケツ
- ⑥ 洗濯カゴ

【浴室】

- ⑦ シャワーチェア（肘掛けが跳ね上げられるタイプ）： シャワーの近くに設置。
- ⑧ 洗身用タオル2種類（綿、ナイロン）、ボディソープ、シャンプー、リンス（※今回は使用しません）
- ⑨ 洗面器
- ⑩ 浴槽（個浴）
- ⑪ 浴槽台： 浴槽内に置いてあります（※モデル用の椅子のため、ないものとしてみなします）
- ⑫ バスボード： 浴槽の近くに置いてあります（手すりがついています）
- ⑬ 浴槽用簡易手すり（脱着・高さ調整可能タイプ）： 浴槽の奥側に取り付けてあります
- ⑭ 浴槽台： 浴槽の近くに置いてあります
- ⑮ 滑り止めマット： 浴槽内に置いてあります

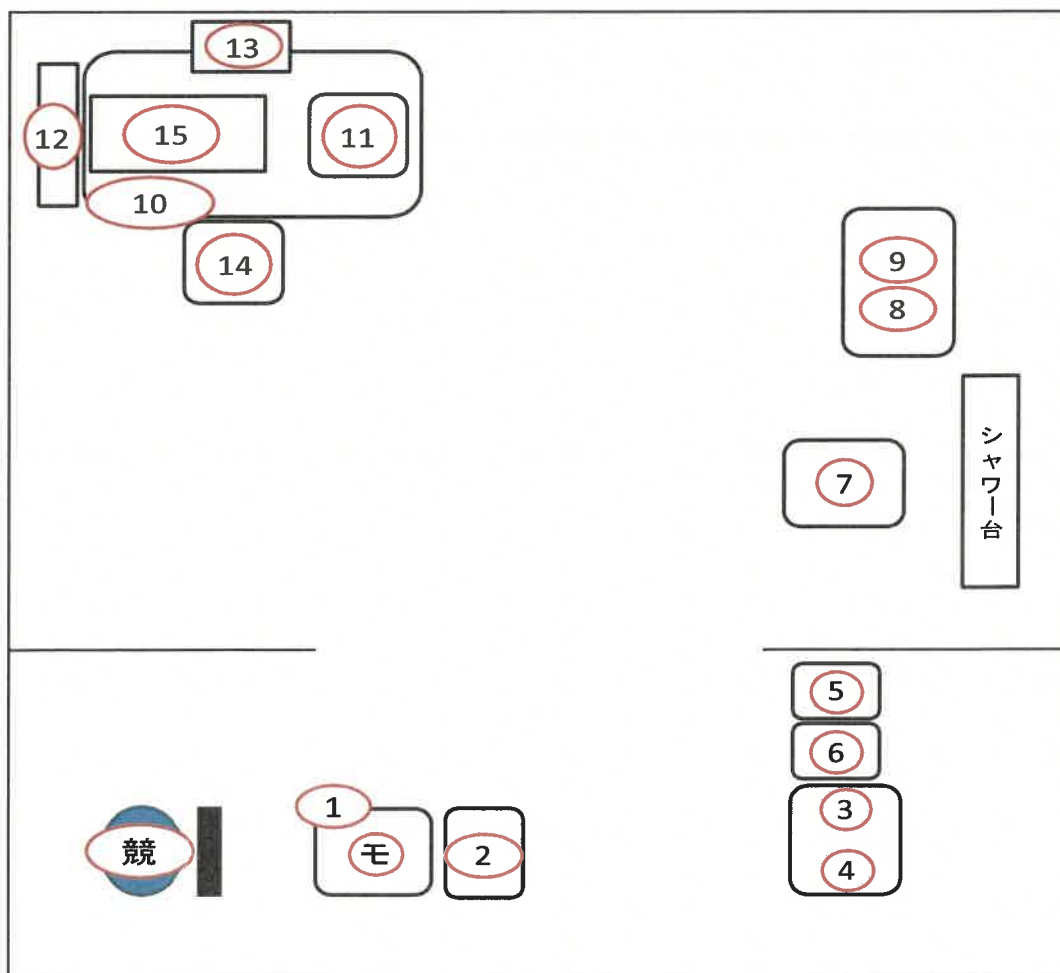
（注1）モデルが着用している黒の肌着は全て肌とみなします。

（注2）小園さんは服を着た状態で脱衣室の椅子に座っています。

（注3）小園さんは脱衣室の荷物台の方に向いて座っています。

（注4）浴槽内には新しいお湯が入っているものとみなします（お湯は毎回かえています）

（注5）浴室と脱衣室の間の出入り口にはドア（引き戸）があるものとみなします。



〔審査員の先生から〕

パーキンソン病をもつ利用者の不安に寄り添いながら、自宅での入浴習慣を尊重し、生活の継続性を支える支援を目指すものでした。

安全な介助に加え、「生活を大切にするまなざし」で安心と自分らしさを守る入浴を実践することをねらいとしました。

導入部でのコミュニケーション、脱衣支援、移動、移乗、浴槽での姿勢確保などを通じて

自尊心、羞恥心への配慮

浴槽環境の確認・準備、安全確保

自立支援を促す介助、言葉かけ

全体のスムーズな流れ

本人の思いに寄り添う対応、生活歴などを踏まえた対応

などを評価しました。

メッセージ

今回の課題では、「安全な入浴介助」だけでなく、「生活を支える入浴支援」をめざしています。

小園さんの心身の状態を理解しながら、これまでの暮らしや価値観を尊重し、安心してお湯につかれる時間を支えること—

それが介護職として大切な「生活支援の視点」だと考えています。

この課題を通して、参加者の皆さんが「日常のケアを見つめ直すきっかけ」にしていただけたら幸いです。

第8回ひろしまケアコンテスト【排泄部門】課題

高橋みつるさん(82歳、男性)は脳梗塞後遺症による右片麻痺と糖尿病の既往があります。車いすを使用しており、座位保持は可能ですが立位はあまりとることができません。高橋さんは施設に入所して間もなく、在宅では長期間おむつを使用していました。現在もベッド上でのおむつ交換が中心ですが、高橋さんは「トイレで排泄したい」との希望を持っています。介護職員は本人の希望を尊重し、おむつから紙パンツへの移行を進めています。

ある朝の起床時、ベッドで休んでいる高橋さんから「トイレに行きたい」とナースコールがありました。現在はおむつを着用しています。

この場面で、ポータブルトイレでの排泄の支援を行い、その後、ベッドに安全な座位姿勢になったところまで行ってください。

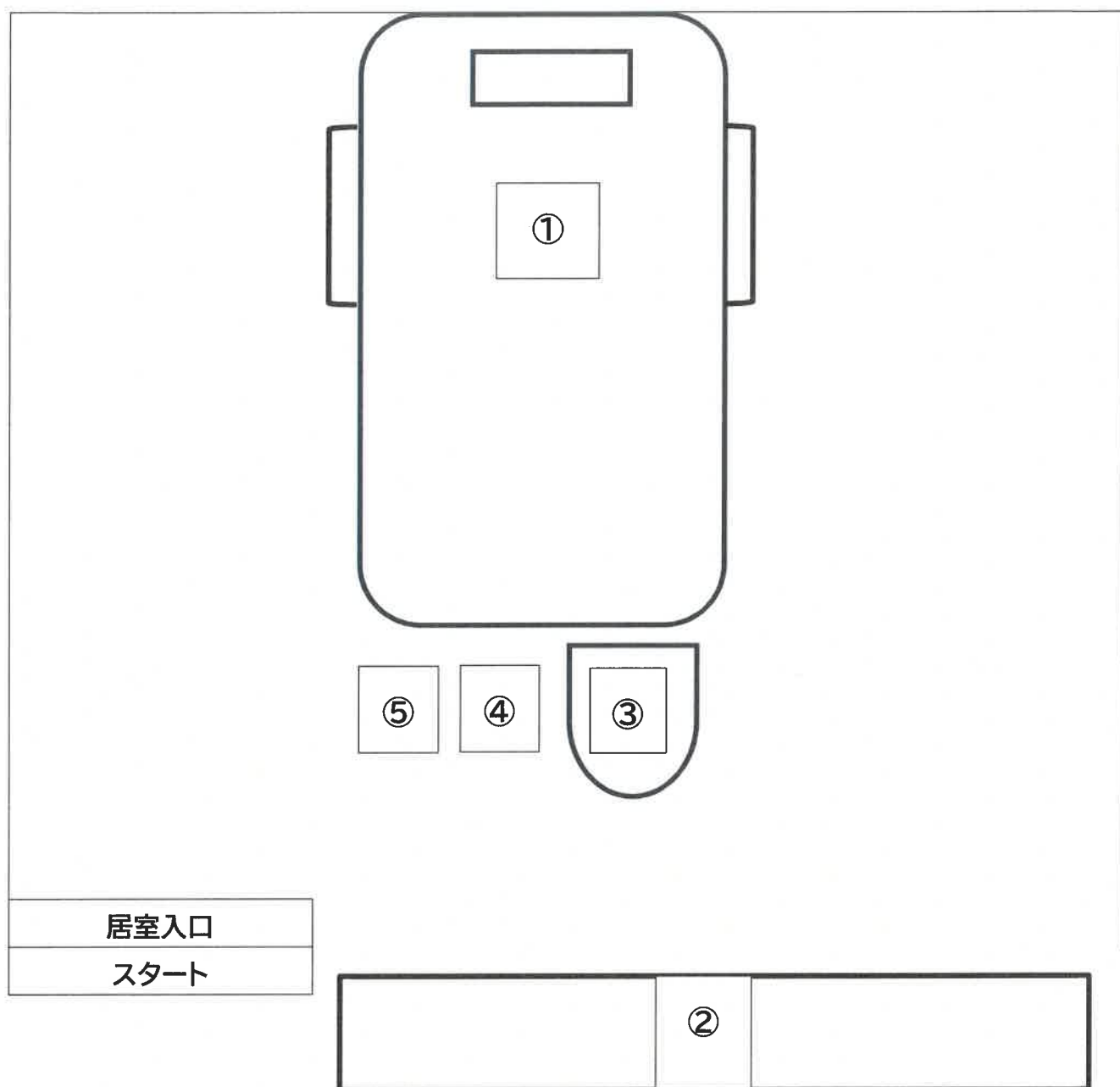
注) 競技者はあらかじめビニールエプロン・手袋を装着した状態でスタートします。

注) おむつに排尿はまだありません。

高橋 みつるさん(仮名)の状態等について

個人因子	・82歳、男性 ・要介護3 ・自分でできることは自分でしたいという思いがある。 ・家では妻に迷惑かけたくないという思いから、おむつを使用していた。
健康状態・心身機能・身体構造	・脳梗塞後遺症による右片麻痺がある。(拘縮なし) ・座位はできるが5秒以上の立位保持はできない。 ・在宅生活であまり体を動かす機会がなく筋力低下の廃用性症候群がみられる。体を動かす機会があれば、少しずつ立位保持の時間が延伸する見込みがある。 ・糖尿病がある。 ・認知症はなく、理解力もある。
活動	・移動は車いすを使用している。車いすを自走できる能力はあるが、操作に不慣れさがあり、目的地になかなかつけないことがある。 ・ズボンの上げ下ろしはできない。 ・排泄は、おおよそ起床6時、9時、11時30分、14時、16時30分、18時、21時(オムツ着用)、23時、深夜2時、4時にパッド交換 ・日中は、本人が訴えたときに排泄に向かうが、パッドは汚れていないことが多い。 ・夜間は、尿量が多く、ほとんどパッドにいっぱい尿量がある。
環境因子	・入所して2週間、経過している。 ・80歳の妻と二人暮らしである ・主介護者は妻である。

【見取り図と使用物品】



- ① 電動ベッド、サイドレール（頭側両サイド）取外し可
- ② 物品（紙パンツ・尿取りパット大・小・使い捨てお尻拭き・蓋つきバケツ・ひざ掛け・手拭き用ウェットティッシュ・アルコール消毒・排泄用バック・ビニール袋・新聞・ビニール手袋⑤㊦①サイズ・ビニールエプロン・トイレットペーパー・靴・滑り止めマット・排泄用ワゴン・Hug：移乗サポートロボット・スライディングボード）
- ③ ポータブルトイレ（※右写真参照）
- ④ 椅子
- ⑤ 車いす（自走式・跳ね上げ）



〔審査員の先生から〕

排泄ケアの評価では、以下の基本的な点を重視しました。

- ・ 物品の準備を整え、排泄ケアの流れが分かるように配慮していること
- ・ 不潔と清潔の区別がしっかりできていること
- ・ 声かけや姿勢が適切で、安心感を与えられていること
- ・ 本人の負担にならないよう、移乗動作に工夫が見られること
- ・ トイレに行きたい方をできるだけ早くトイレに誘導し、座ってもらえるよう配慮していること
- ・ 本人の思いや状態を踏まえ、適切な排泄用品を選定していること
- ・ プライバシーを尊重した対応ができていること

これらは特別な技術ではなく、「排泄ケアとは何か」を理解し、基本を丁寧に実践できているかを評価の中心としました。

メッセージ

排泄は、人に見られたくないという強い思いが伴う、非常に個別性の高い場面です。そのため、介護者がその気持ちをどれだけ意識して関われるかがとても重要です。単に「トイレに連れて行く」ことが目的ではなく、すべてのケアに明確な根拠と意味を持って介助することが求められます。

なんとなくの介助ではなく、日頃から「なぜこのケアを行うのか」を考えながら実践することが大切です。

その積み重ねが介護福祉士としての専門性を高め、社会からの信頼と評価につながる第一歩となります。