

第9回ひろしまケアコンテスト【食事部門】課題

田辺 健子(たなべ たけこ)さん(72歳、女性)は、2週間前に介護老人福祉施設へ入所されました。若い頃から小料理屋で女将兼料理人として70歳まで働き、料理の味や美しい盛り付け、季節感には強いこだわりがあります。職人気質で、お客様を手際よくもてなすことに誇りを持っていました。

独身でお店中心の生活を送ってきたため、生活習慣は不規則で、忙しい日はまかないを短時間で済ませたり、味の濃い煮物の汁やラーメンのスープを飲み干したりすることも少なくありませんでした。お店が終わった後、一息つきながら冷えたビールを飲むことが何よりの楽しみでした。

60歳頃に2型糖尿病と診断されましたが、多忙を理由に食事療法や通院を継続できない時期がありました。その後、慢性腎臓病と診断され、現在は糖尿病食および腎臓病食が提供され、水分摂取量は1日600mlに制限されています。入所前まではご自身のペースで気兼ねなく飲食を楽しむ生活を送っていたため、施設に入所して初めて厳密な水分コントロールが始まりました。そのため、以前のように好きな時に十分な水分を飲めないことに対して、少し不満やストレスを感じておられます。ご自身での水分管理が難しく、命に関わるリスクもあるため、施設での多職種連携による常時の見守りと厳密なコントロールが必要な状態です。

また、最近では脳梗塞の後遺症により握力が低下しており、中身が入った状態で持ち上げて傾ける動作が難しくなっています。さらに、喉が渇くとコップの縁から一気に流し込もうとしてむせ込んでしまう危険があります。女将として気丈に振る舞ってきた田辺さんは、「自分のことは自分でしたい」「病人扱いや、子どもみたいな飲み方は嫌だ」という思いが強いいため、ご本人のプライドを大切にしながら、むせ込みを防ぎ、かつご自身の少ない力でも安全に飲めるような工夫(物品の選択)とペース配分の介助が必要です。

本日は8月上旬、午後3時です。最高気温40.1℃を記録した猛暑日のため、冷房の効いた施設内の、日当たりの良い南側の廊下を5分ほど歩いてきました。窓越しにジリジリとした強い日差しを感じて席に着くと、『冷房が効いていても、外の景色を見るだけで暑く感じるわね。』『キンキンに冷えたコーラを、思い切り飲みたいわ。』と話し、一方で、口の渇きを何度も訴える様子が見られます。

間もなく午後3時、間食と水分補給の時間になりました。今日はプリンと飲み物が用意されています。

田辺さんは甘いものが好きで、プリンを楽しみにしていました。疾患や生活歴、現在の心身の状態を理解し、その人らしさを大切にしながら、安全で安心できる間食と水分補給の準備と支援を行ってください。

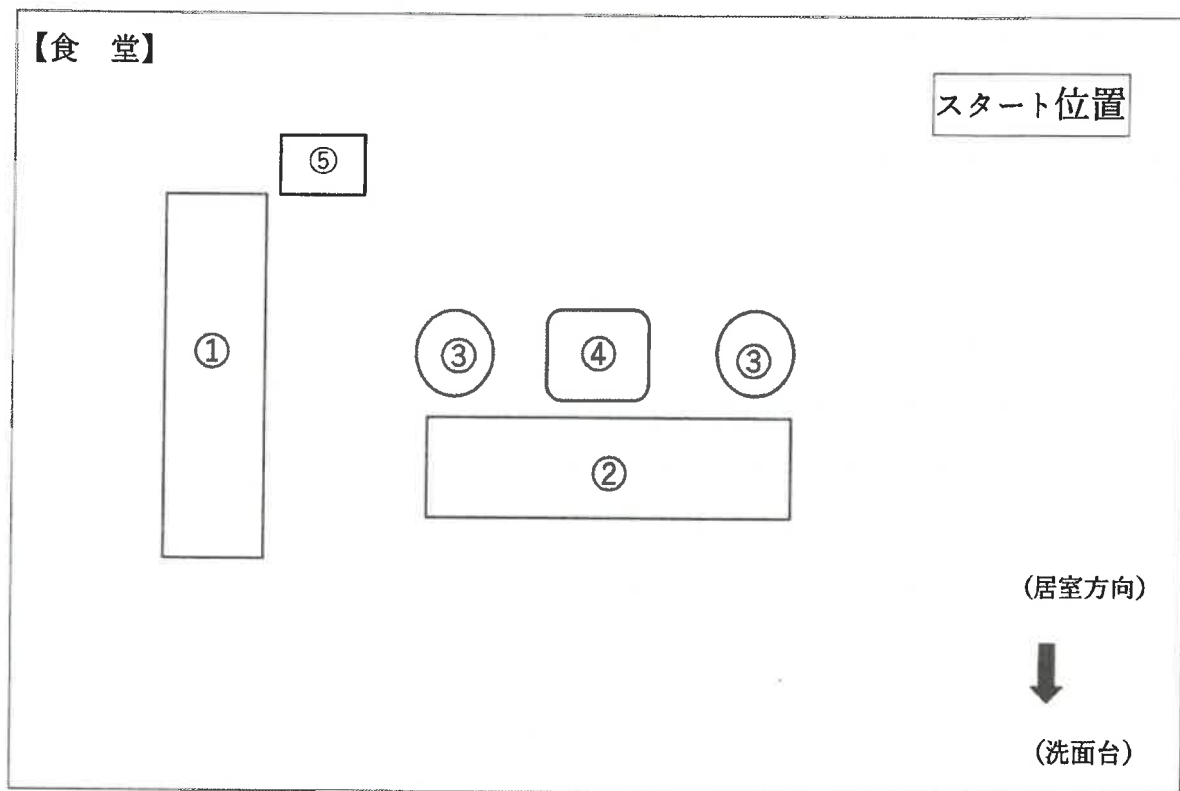
なお、本競技は、飲食を終えた後、ご本人が納得して「次の行動(離席)」へ移れるよう提案・言葉かけを行った時点で終了となります。

健康状態 心身機能・ 身体構造	・脳梗塞後遺症により右上下肢に軽い麻痺(不全麻痺)がある。 ・2型糖尿病・口渇感を訴えることが多い・慢性腎臓病 ・嚥下機能が軽度低下しており、水分を急いで飲むとむせることがある。 ・BMI28(肥満傾向)・疲労すると食事動作が止まりやすい。 ・本人の自己管理が難しいため、多職種による常時の見守りと専門的な管理が不可欠な環境である
活動	・移動・移乗は、施設内であれば見守りのもと歩行可能。(下肢の装具は使用していない、外出の長距離の移動のみ前腕支持歩行器を使用している。) ・食事はスプーンを使用して自分で食べようとしますが、脳梗塞の後遺症による握力の低下から手元が不安定になることや疲れてくると手が止まり、一部介助が必要。また、のどが渇いているときはコップに入った飲み物を急いで飲み、むせることがある。 ・更衣は上衣のみ一部介助・排泄はトイレ誘導・パットに漏れたときのみ職員にて変える。
参加	・他利用者との交流は少ない。 ・散歩は楽しみにしている。

	・昔の小料理屋の仕事や食べ物の話になると表情が明るくなる。
環境因子	・施設に入所したことで、初めて厳密な水分コントロール（制限）が始まった。 ・必要に応じて自助具を選択できる環境が整っている。
個人因子	・要介護3 ・小料理屋の女将としての気丈さ、職人氣質 ・几帳面 ・右利き ・甘いものも好き ・暑い日は冷たい飲み物が好き・「迷惑をかけたくない」が口癖 ・「自分でできることは自分でしたい」という思いが強く介助を受ける際にも、自分でできることは積極的に取り組んでいる。 ・なぜ水分制限が必要なのか、本人の認識が弱くなっており、施設から強要されていると感じ不満を抱いている（悶々としている）。

医療・栄養管理情報

疾患・治療状況	2型糖尿病 ・甘味飲料や糖分の多い食品については、摂取量に注意が必要である。 ・食事療法を継続している。・現在、医師の指示のもと血糖コントロールを行っている。 ・本人は「好きなものを我慢するのはつらい」と話すことがある。 慢性腎臓病 ・医師より食事療法の指示がある。・水分摂取量は1日600mL以内の指示がある。 ・水分摂取量は介護職員が記録し、ICTタブレットで多職種で共有している。 ・塩分、たんぱく質、カリウム等に配慮した食事を提供している。																							
水分管理	水分摂取指示量　：1日600mL <table><tr><td>本日の摂取状況</td><td>時間</td><td>内容</td><td>摂取量</td></tr><tr><td></td><td>朝食時</td><td>お茶</td><td>120cc</td></tr><tr><td></td><td>服薬時</td><td>水</td><td>50cc</td></tr><tr><td></td><td>昼食時</td><td>お茶</td><td>100cc</td></tr><tr><td></td><td>合　計</td><td></td><td>270cc</td></tr></table> 現在の状況　残り摂取可能量：約330cc ・暑さの影響もあり、「喉が渇く」と訴えている。 ・一度に多量摂取する傾向があるため、摂取方法の工夫が必要。				本日の摂取状況	時間	内容	摂取量		朝食時	お茶	120cc		服薬時	水	50cc		昼食時	お茶	100cc		合　計		270cc
本日の摂取状況	時間	内容	摂取量																					
	朝食時	お茶	120cc																					
	服薬時	水	50cc																					
	昼食時	お茶	100cc																					
	合　計		270cc																					
多職種からの申し送り	看護職：「水分制限があるため、摂取量の確認をお願いします。」 管理栄養士：「食事制限だけではなく、田辺さんが食事を楽しめるよう支援してください。」 リハビリ職：「右手は疲労すると動作が低下しますが、本人は自分で行いたい気持ちがあります。」																							



①物品関連

・水分補給関連

【水・麦茶・コーラ・とろみ剤・コップ（写真参照※1・ストロー・スプーン・計量カップ）

・間食関連

【プリン・小皿（2種類）・スプーン（写真参照※2）・おしぼり・エプロン・テーブル拭き・ウェットティッシュ・ティッシュ・アルコール消毒】

※1



※2



②食卓テーブル

③丸椅子

④田辺さんが座っているひじ掛けの椅子

その他

⑤ICT（モニター）：記録情報・本日の水分摂取量 ・食事摂取量 ・体重変化・血糖測定結果 ・申し送り事項

「入浴部門事例」

ショートステイを利用している山田 恒一さん（79 歳・男性・要介護 3）は、5 年前に脳梗塞を発症し、左片麻痺が残っています。また、40 代の頃に自動車部品工場勤務中の事故により、右手母指を切断しています。

現在は施設内を歩いて移動されていますが、左下肢の麻痺により方向転換時にふらつきがみられます。右手は母指がないため把持力が低下しており、細かな動作や衣類の操作に時間がかかります。

山田さんは若い頃から仕事一筋で生活してきました。「昔は仕事だけは誰にも負けなかった。」「何でも自分でやってきた。」と話されることが多く、自尊心の高い方です。一方で施設生活では、「やってくれるならお願いするよ。」と言い、自分でできることでも職員へ任せる場面が増えています。職員からは、「できる力はあるのに、やろうとしないことが多い。」という声も聞かれています。山田さんは入浴が大好きで、「風呂が一番の楽しみ。」と話されています。現在、洗髪・洗身は済ませて入浴中です。浴槽のお湯は 40℃。現在入浴して 10 分が立ちました。顔色はやや紅潮し、額には発汗がみられています。入浴中の山田さんをお風呂から上がってもらい、衣服を着るまでの介助を行ってください。

健康状態 心身機能 身体構造	・脳梗塞後遺症（左片麻痺）、慢性心不全、高血圧、変形性膝関節症、右母指全欠損 ・左上下肢麻痺、左肩可動域軽度制限、右手把持力低下、ふらつきあり
活動 および 参加	・移動：施設内歩行可能。方向転換時ふらつきあり。疲労時は左足が出にくくなる。 ・入浴：洗身・洗髪は概ね自立。背部のみ介助。浴槽出入りは見守り～一部介助。 ・更衣：Tシャツ・紙パンツ・ズボン・靴は時間をかければ可能だが、途中で職員が介助することが多い。 ・排泄：昼間はトイレ使用。紙パンツ着用。 ・立ち上がり：浴室の手すり把持しにくいいため使用していない。普段はいすの座面・肘掛けを支えに立ち上がっている。
個人因子	・79 歳・男性 ・5 年前に脳梗塞を発症している ・元自動車部品工場勤務、勤務していた工場右母指切断。その後も定年まで勤務。 ・責任感が強い強く、話好き。 ・入浴が一番の楽しみ、自尊心が高い ・「やってもらえるならお願いする」という傾向がある ・現在も施設を歩いて移動してる ・長年の生活習慣や仕事上の経験がある
環境因子	・ショートステイ利用中 ・循環器式浴槽を使用、浴室には手すりあり ・脱衣室には更衣椅子あり ・シャワーチェア・移乗用椅子がある ・入浴時に職員による見守り・一部介助を受けている

《使用物品》

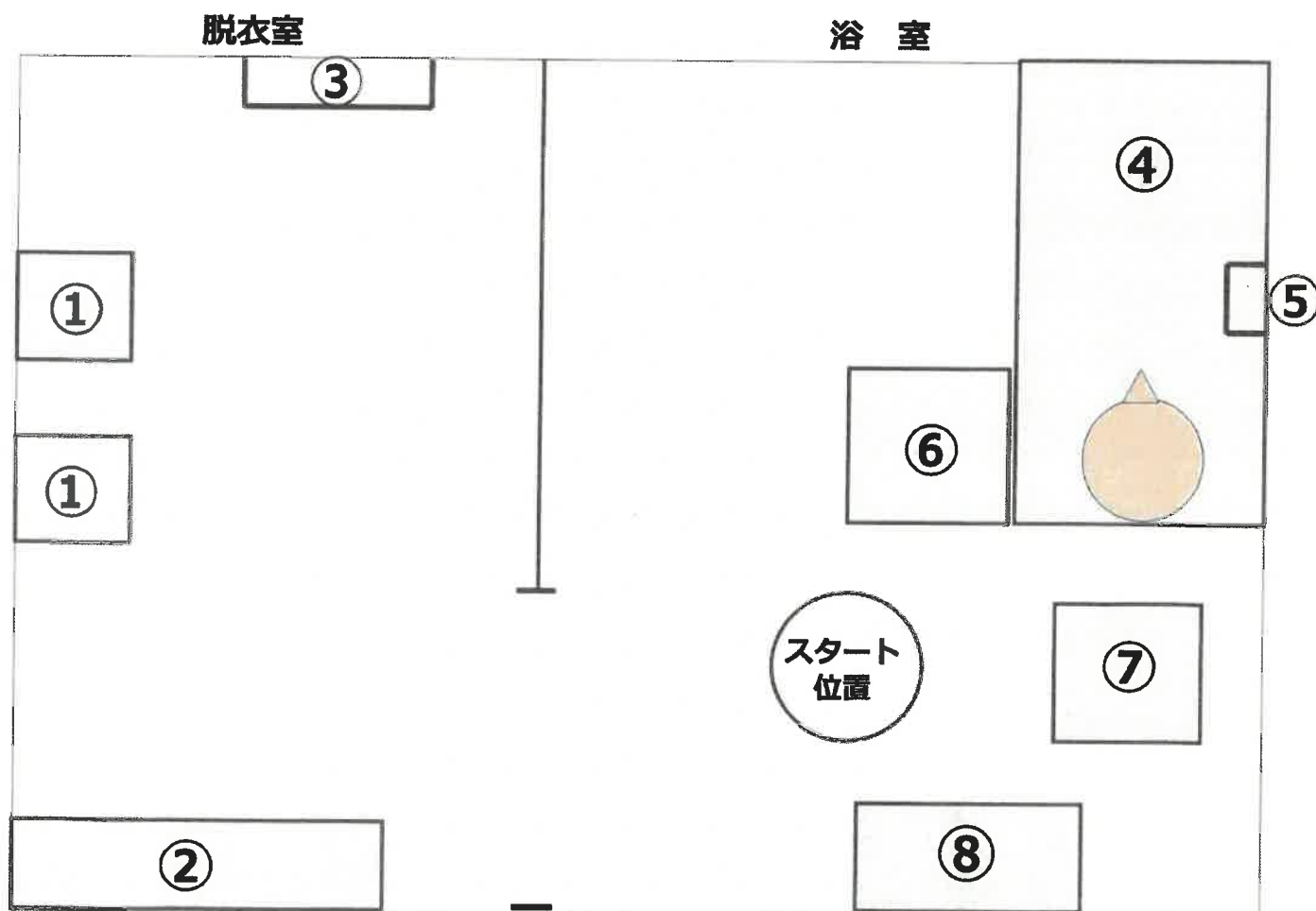
【脱衣室】	【浴室】
①椅子（２個） ②物品台 ・バスタオル２枚 ・フェイスタオル２枚 ・かぶりＴシャツ ・紙パンツ ・ゴムズボン ・靴 ・洗濯かご ③手すり	④浴槽 ⑤手すり ⑥移乗用椅子 ⑦シャワーキャリー ⑧シャワー台
③⑤の手すりは、固定しているため移動できません	

（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）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。

（注３）モデルは立ち上がりやすいよう台に座っていますが、台はないものとみなします。

《会場イメージ》



R8 ひろしまケアコンテスト【排せつ部門】課題

山本 凜さん(やまもと りん・79歳・男性)は、要介護3の認定を受け、この度初めて介護老人福祉施設のショートステイを利用しています。二年前に発症した脳梗塞の後遺症により右片麻痺があり、普段は車いすを使用しています。水分摂取量が少なく、活動量の低下もあって便秘傾向にあります。認知面の低下はなく、コミュニケーションは可能です。

便秘傾向で膨満感や便が出ないことをよく気にしています。真面目な性格でトイレでの滞在時間が長くなることも気にしています。また、他の利用者に自分の排せつの様子を知られることも気にしています。

山本さんは食堂で新聞を読んで過ごしていましたが、「ちょっと」と介護職員に声をかけたところから開始とします。その後、少し不安そうな表情で、周囲の利用者に聞こえないよう小さな声で介護職員に「お腹が痛いので」と伝えます。介護職員は、山本さんの不安な様子をくみ取りながら、食堂にいる山本さんとトイレまで移動し、車いすからトイレへ移乗し、便座に座る介助をしてください。移動や移乗の際は、足台や手すりの位置を整えるなど環境を整えながら、山本さんが自分でできることは行ってもらい、方法や姿勢についてもご本人の意向を確認しながら進めてください。便秘傾向に対し、前傾姿勢の確保や言葉かけによる排便の支援を行ってください。便座に座りトイレから介護職員が出る時点で終了とします。

※山本さんの意思表示ははっきりしており、会話によるコミュニケーションが可能です。

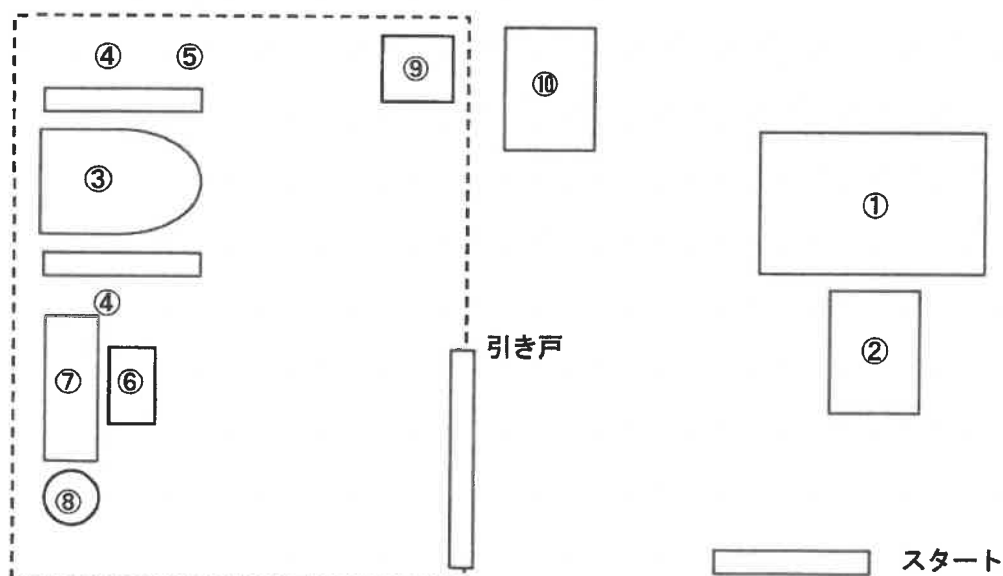
※山本さんはパッドに排尿が少し見られます。

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。既往に高血圧。 ・右上下肢に麻痺があり、座位保持は可能だが姿勢の微調整に介助を要する。 ・下肢と体幹の筋力低下が見られ、右側（麻痺側）に傾きやすく、バランスを崩すことがある。 ・腹圧をかける力がやや弱い。
活動 および 参加	【活動】 ・移動:日中は車いすを左手と左足を使って自操できるが、長距離では疲れやすい。 ・移乗:トイレへの移乗は、一部介助で可能。手すりを使えば立位を短時間保持できる。 ・更衣:立位・座位保持に注意しながら、ズボンの上げ下ろしは左手を使って何とか行えるが、時間がかかる。 ・排せつ:尿意・便意はあるが、便秘傾向のため排便時にいきみきれず、トイレが長時間に及ぶことがある。紙パンツと尿とりパッドを使用している。トイレトペーパーなどで拭くなどの後処理は自力で可能。 【参加】 ・食堂での他利用者との会話は好きだが、トイレが近い話題には触れられたくない様子。 ・「トイレに時間がかかる人」と思われることを気にする発言がある。 ・毎日の新聞を読むのが日課で、規則正しい生活を大事にしている。
個人因子	・79歳、要介護3、男性。 ・元会社員（経理職）。定年まで勤め上げ、几帳面で周りの目を気にする性格。 ・「迷惑をかけたくない」思いから、排泄に時間がかかることへの焦りが強い。 ・右利き。 ・水分摂取を控えめにする習慣があり、それが便秘の一因になっている可能性がある。

環境因子	・施設内の共有トイレ(洋式、手すり・足台あり)を使用。 ・食堂は他の利用者也利用しており、周囲の目を気にしやすい環境である。 ・日中は職員の巡回・見守り体制がある。 ・食事は経口摂取だが、繊維質の多い食品は好んで食べない傾向がある。 ・自宅(一戸建て)のトイレには手すりを設置しており、トイレへの移乗は同居の長女が介助していた。ズボンの上げ下ろしは左手を使い、時間がかかるが自分で行っていた。 ・配偶者がすでに他界している。現在同居の長女が、普段のトイレへの移乗などの排せつ介助を行っている。今回のショートステイは、長女が所用のため数日間不在となることから、ショートステイを利用することになった。
------	---

《使用物品》

- ①机
 - ②車いす(手すり付き、山本さんが座っている状態)
 - ③洋式トイレ
 - ④トイレ用手すり
 - ⑤ナースコール
 - ⑥足台(高さ調整できるもの)
 - ⑦物品台: トイレトペーパー・ビニール手袋・ビニールエプロン・新聞紙・ひざ掛け・手指消毒用アルコール・紙パンツ・尿取りパッド
 - ⑧蓋つきバケツ
 - ⑨椅子
 - ⑩移乗サポートロボット Hug
- (注1) 課題開始時、山本さんは食堂内で車いす(下の見取り図②)に座っています。
- (注2) 浣腸・排便・清拭は課題範囲に含みません。
- (注3) トイレの扉は引き戸になっています。
- (注4) このトイレは施設内の共用トイレという設定です。



【見取り図】①机 ②車いす(山本さんが着座) ③洋式トイレ ④トイレ用手すり ⑤ナースコール
⑥足台 ⑦物品台 ⑧蓋つきバケツ ⑨椅子 ⑩移乗サポートロボット Hug