食べる楽しみ、希望を叶えたい

かたくら明和園
管理栄養士　望月春奈
介護職員　石田彩加

施設概要

社会福祉法人 誠信会

特別養護老人ホーム　かたくら明和園

平成20年5月開設

地域密着個室型　3ユニット 29床

ショートステイ1床　個室

平均介護度：4.1

背景・目的

・かたくら明和園では令和2年度より、口腔機能向上・健康維持のため、専門医である歯科医院と連携し口腔衛生の取組を強化している。

・咀嚼・嚥下機能が低下している対象者に対し、「家族と一緒にステーキを食べたい」という希望を実現するため、歯科医アドバイスのもと、対象者に合った口腔体操の実践及び誤嚥性肺炎再発予防の口腔衛生管理をおこなった。

対象者

82歳　女性　介護度5

既往：胸髄損傷による両下肢麻痺、敗血症、
　　誤嚥性肺炎、褥瘡、尿路感染症、逆流性食道炎

性格：食べることが好き、興味がないことには無関心、
　　自ら発声することはほとんどない。
　　さみしがり、常に家族が心配。

食事：粥、超刻み食、トロミ（中間）、全介助

多職種連携の全体像

管理栄養士
摂食嚥下評価・検査の補助
食べる楽しみの提供
家族
介護職員
食前の口腔体操・
口腔ケアの実施
ケアマネージャー
家族とのやり取り
対象者の希望
「ステーキが
食べたい」
看護師
安全面を医師と相談
日頃の健康管理
歯科医師・歯科衛生士
嚥下内視鏡検査
咀嚼・嚥下機能向上の為の情報提供
口腔ケア方法の指導
医師

実践方法

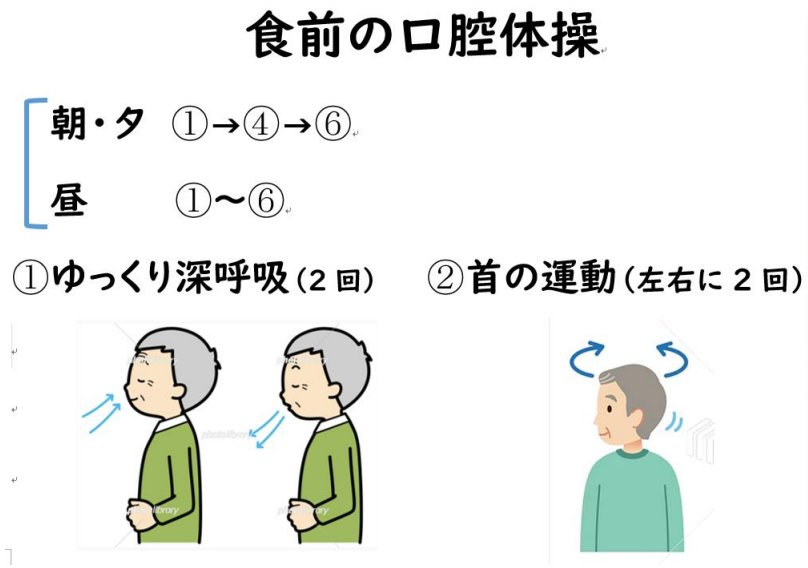
1.咀嚼・嚥下機能改善への取組
2.口腔衛生管理の取組
3.モチベーション維持のための取組

取組の計画

月	支援内容	関連職種等
4月	支援計画の立案・家族の許可を得る	管理栄養士、看護師、介護職員、家族
5月	個別口腔体操開始	介護職員、栄養士、看護師
6月	水のみテスト・嚥下内視鏡検査 支援の見直し・実施	歯科医師、歯科衛生士、介護職員、 管理栄養士、看護師、ケアマネ
9月	評価①	歯科衛生士
10月	対象者の体調不良→支援の見直し	介護職員
12月下旬	対象者の体調回復→支援の再開 評価②	
1月	肉のイベント	管理栄養士

1.咀嚼・嚥下機能改善への取組　実践内容

①口腔体操



参考：あいうべ体操で免疫UP！ (ishiokadental.com)

②歯科医師による咀嚼・嚥下機能の評価

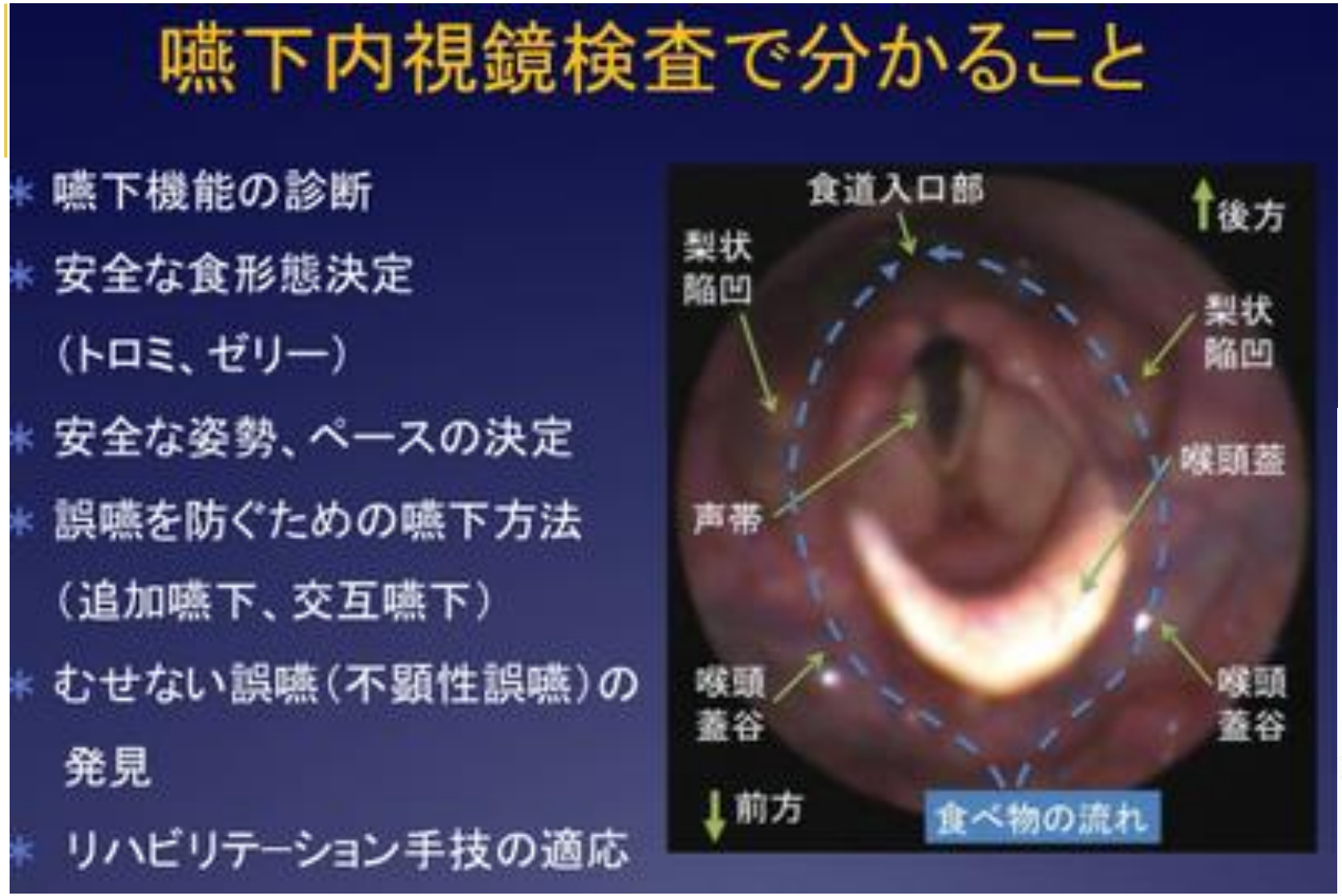
Ⅰ.改訂水のみテスト

結果：咽・呼吸切迫・湿性嗄声なし

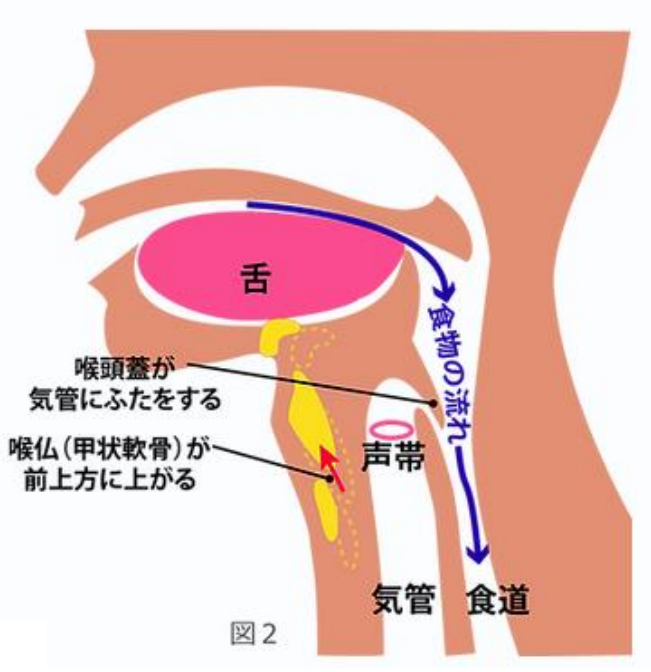
→誤嚥無く嚥下可能

→徐々にトロミなしへ移行

Ⅱ.嚥下内視鏡検査



交互嚥下…硬さやまとまりやすさの違う物を飲み込むことで、口や喉に残った残留物を除去する方法。
例）まとまりにくい物
↓
ゼリー等喉の通りが良い物



参考：嚥下内視鏡勉強会 - スタッフブログ 福山市 おきとう歯科 (okito-dental.com)

嚥下内視鏡検査　観察項目

①水分ゼリー（ポカリ）

②水（中間トロミ→薄いトロミ→トロミなし）

③カップゼリー（製品名：アイソカルゼリー）

④粥

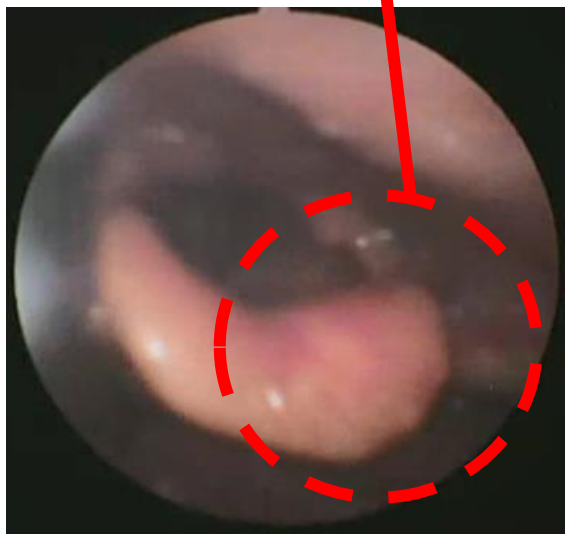
⑤嗜好品

（Ⅰネギトロ、Ⅱ豚肉5mmカット、Ⅲ豚肉1ｃｍカット）

結果・歯科医師によるアドバイス

①奥歯が無く咀嚼不十分であった。そのため1ｃｍ以上の大きな物を嚥下すると咽頭侵入がみられ、誤嚥と窒息の危険性が考えられる。

②喉頭蓋の左側がわずかに肥厚しているため、食塊の流れに左右差がある。



結果・歯科医師によるアドバイス

③一口量の調整や交互嚥下・反復嚥下する事で残留物は解消された。

④口腔周囲筋の訓練をおこない、喉頭挙上を助けることで、より飲み込みやすくなり、将来的に食事形態をより改善できる可能性がある。

一度に嚥下しきれず残った粥

中間トロミ水にて交互嚥下をおこない残留解消

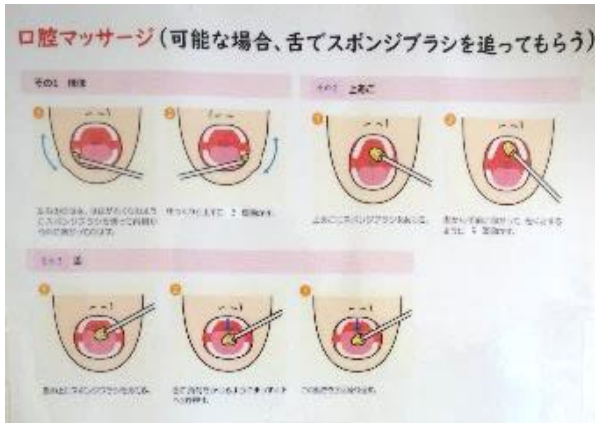
検査結果より追加した支援

①20回以上咀嚼するように声掛けをおこなう。

②食事介助の際は、右側から食塊が流れる様に右側を意識して介助する。

③自ら喀出する機能を向上するためには、肺活量の強化訓練が必要。
（拭き戻し訓練）

④口腔ケア時にスポンジブラシで口腔周囲筋のマッサージをおこなう。



参考：口腔内ストレッチ｜はじめよう!やってみよう! 口腔ケア (kokucare.jp)

取組を半年間おこなった結果

口腔体操を継続的におこなうことで、一部の口腔機能改善につながった。

項目	取組前（4月）	中間評価（9月）	取り組み後（12月）
トロミの濃さ	中間トロミ200mｌ	中トロミ100mｌ ＋ トロミなし100mｌ	トロミなし200mｌ
発声量	嗄声	一部改善	明瞭
咀嚼状態	丸呑み	声掛けにより咀嚼	自ら咀嚼する
肺活量 (拭き戻し訓練)	６ｃｍ	10ｃｍ	10ｃｍ

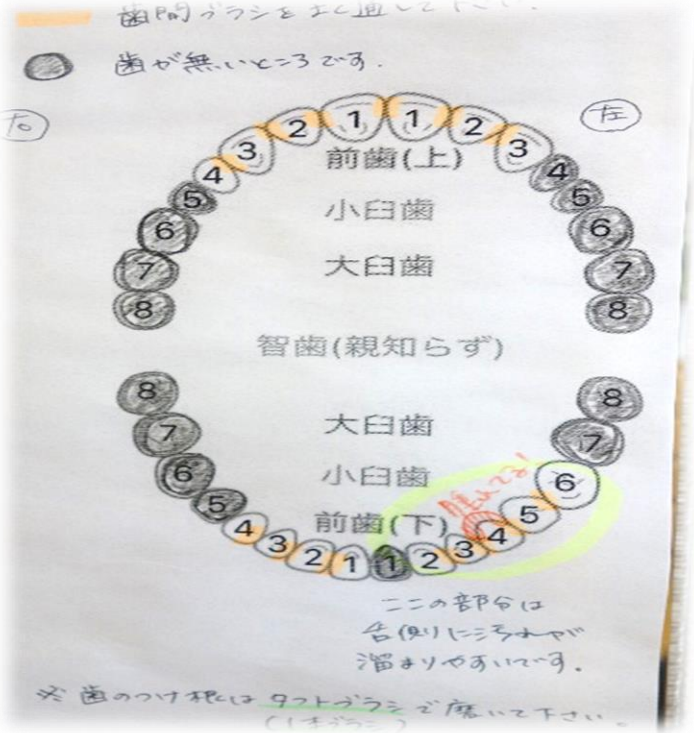
2.口腔衛生管理の取組　実践内容

・月2回の歯科衛生士によるケア方法の指導

・起床後、食事前後、就寝前の口腔ケアの実施

（洗面所の鏡に歯磨き方法を掲示）

・歯石の除去の実施



2.口腔衛生管理の取組　結果

・洗面台付近にケア方法を張り付けることによって、歯科衛生士から直接指導を受けていない職員でも、同じケアを行えるようになり、口腔衛生状態が改善された。
・月2回の歯科衛生士によるケア方法の指導によって、ケアワーカーの手技の向上につながった。
・誤嚥性肺炎再発のリスク軽減につながった。

3.モチベーション維持のための取組

【実施内容】

①モチベーションを維持できるような支援内容の検討

・毎食時の口腔体操が負担になった。

→口腔体操の内容を変更。回数を減らし1回の発音・発生量を大事にした。

→日常会話で声を出すように促した。

・意識的に賞賛・応援の声掛けをおこなった。

【結果】

・意向に沿うことで、体操を継続することができた。

・職員との日常会話が増え、表情が軟らかくなった。

職員との信頼関係の構築にもつながり、協力動作が得やすくなった。

3.モチベーション維持のための取組

【実施内容】

②「ステーキを食べたい」という希望を持ち続けられるように、
食べる楽しみの機会を設ける。

→嚥下状態に沿いやわらかく調理したハンバーグを希望するステーキ味にして
提供した。

→焼く音・香り・温度等五感で楽しんでもらえるように、対象者の目の前で調理した。

【結果】

・笑顔で「美味しい」と喜ばれていた。

・これまで頑張ってきた口腔体操の成果を発揮する機会となり、
意欲向上につながったと思われる。

考察・今後の展望

・対象者の思いを汲み取りながら実施したことで、嚥下機能や発声に一部改善が見られた。
・今後も食事のイベントや楽しみの機会を定期的に設けることで、食べる意欲の向上やトレーニングの継続につなげていきたい。
・取組の途中で体調不良がみられたが、状況に応じた支援を各職種が提案・実施していくことで、心身ともに回復に向かい、取組を継続することができた。今後も対象者の希望や健康面の課題に応じて多職種が密に連携していく。