

ポイント  
その1

肉に豆乳や麩などを加えると、かたさ調整もでき、たんぱく質が強化される。明治メイプロテインZnを加えれば、たんぱく質がよりパワーアップ!

やわらか食  
アイデアレシピの  
3つのポイント

ポイント  
その2

料理本体の塩分をおさえて、ソースに塩分をきかせる。香辛料や種実で風味を添えれば、低塩でも満足感が得られる。

ポイント  
その3

高齢の方が好きな和食中心の行事食は塩分過多になりがち。和洋中を取り混ぜて、変化をつけバランスよく。

「やわらか食」を提供する栄養士が苦心することのひとつに「行事食」があります。

季節の折々に、舌にも目にもおいしいやわらか食を提供したい! そんな皆さんの思いに添えるよう、今回は、新春にふさわしい「お祝い膳」をやわらか食で作ってみました。

ひとりでも多くの方の食べたいと思う意欲や、食べる楽しさを引き出せたらと願っています。



おいしいやわらか食レシピ  
ごちそう感のある行事食  
華やかな お祝い膳

おかず4品とデザート1品



### CONTENTS

■ アイデアいっぱい! おいしいやわらか食レシピ  
by 大沼奈保子先生

## 華やかな お祝い膳

■ 本田佳子先生のNCM強化レッスン 第11回  
[心筋梗塞を発症した患者]に学ぶ栄養管理の考え方

■ お仕事スケッチ  
介護老人保健施設での  
多職種によるNSTの取り組み

■ 口から食べる能力アップ講座 ⑧ by 五島朋幸先生 & 江頭文江先生  
どう対応しますか? 「舌の運動機能が低下した患者さん」



# 介護老人保健施設での 多職種によるNSTの取り組み

— 入所者の状態に合った長期的経口摂取支援を目標に

## 多職種でNSTを 取り組んだ成果

介護老人保健施設ほのぼの苑では、2003年よりNSTを実施しています。毎週NST回診を行い、月1回のペースで開催されるNSTミーティングでは、NST治療計画書(図1)の検討会や勉強会を積極的に行ってきました。

現在のNSTメンバーは、医師、管理栄養士、言語聴覚士、作業療法士、歯科衛生士、看護師、介護福祉士、調理師、相談員から構成される11名です。多職種のメンバーが連携することで、専門的立場から最適な栄養ケア方法を提案でき、一丸となって摂食・嚥下機能改善や栄養改善に取り組む、成果を上げています。

例えば胃ろうの新規入所者には、まず言語聴覚士が経口に移行できそうかどうかのテストを行います。経口への移行が可能と評価されたら、歯科衛生士は義歯の調整を進め、管理栄養士、看護師、介護職員も「経口摂取の準備」を整えるよう、NST治療計画を進めています。

## 栄養補助食品の 早期活用で栄養改善

低栄養の入所者に対しては、少ない摂取量でもバランスよく栄養が含まれている栄養補助食品を活用しています。



▲毎月1回行われているNSTミーティング。多職種から活発な意見が出される。

管理栄養士の鎌田奈々さんは、「食事摂取量が少なくても、おやつや飲み物なら大丈夫という方は多いです。そのような方には、嗜好や嚥下状態に合わせてドリンクやゼリータイプを早い時期から提供すると、栄養状態が改善されていきます」と言います。

またNST委員長を務める歯科衛生士の佐々木和香子さんは、「NSTの治療計画書を書くのは大変な仕事ですが、その後、入所者の検査数値が良好になったと聞くとうれいす」と、成果があらわれたときの喜びを語ります。

スタッフはまるで家族のように、NSTの成果を喜び合います。それは「口から食べられるようになってほしい」という思いが、チームを支える大きな原動力になっているからです。



◀バイキングで提供した秋田名産の「はたはたの塩焼き」は、食べる意欲が低下した102歳の方もかぶりついて食べるほど大好評だった。



介護老人保健施設 ほのぼの苑

### 医療法人正和会

介護老人保健施設 ほのぼの苑  
秋田県中央の沿岸部に位置し、入所者100名(経口60名、経管40名)とデイケア50名の利用者支援する介護老人保健施設。2003年からNSTによる摂食・嚥下機能改善や栄養改善への取り組みを行い、成果を上げている。

図1 NST治療計画書

身体所見	<input type="checkbox"/> なし <input type="checkbox"/> 悪心 <input type="checkbox"/> 嘔吐 <input type="checkbox"/> 下痢 <input type="checkbox"/> 食欲不振 <input type="checkbox"/> 浮腫 <input checked="" type="checkbox"/> 拘縮 <input type="checkbox"/> その他( )		
口腔	<input checked="" type="checkbox"/> 義歯なし <input type="checkbox"/> 義歯あり		
認知機能	HDS-R 測定不能 (H 年 月 日 測定)		
機能状態	四肢・頸部の筋緊張が強く、両手共に強制把握あり。頸部伸展、両下肢伸展の拘縮あり。コミュニケーションは困難で、Bed上にてADL全介助。		
咀嚼・嚥下	のどのアイスマッサージ実施中。少量の水は摂取可能である。指示理解困難なため、食形態のアップは困難な状態。		
※服薬指導	継続服用でも問題ないと思われるが、生活レベルの変化もあるため、処方内容を検討してもいいと思われる。常にBed上での生活で、問題行動はみられないので、グラマール、セレネース、アキネトンの減量を検討。	服薬指導に対してDr.より。	セレネース、アキネトン共に次回の調剤から3T3×2T2×(朝、夕)へ変更
今後の方向性	長期的な入所となる方向。在宅復帰や高齢者アパートへの入所も難しい。負担限度段階2。		
備考	メイバランス R kcal 300-300-300 水分 500-500-500	臨床検査 (ALB値と同日)	項目 検査数値 TP 6.9 BUN 16.4 CRE 0.64 Hb 12.7

▲過体重、低アルブミン血症の経管栄養入所者のNST治療計画書の一部。栄養状態記載欄の下には、上記のようにNST各スタッフからみたケアが、さらに下欄にはNSTとしての課題や治療計画が書き込まれている。

## Q1 仕事をする上で 心がけていることは?

現場に出て、入所されている方々にとってベストの方法をみつけて、1日でも長く口からの食事を楽しんでいただけるように努めていきたいと思っています(鎌田さん)。

## Q2 NSTの取り組み後 変化したことは?

食べない入所者がいると、義歯などに原因がないか必ずみに行きます。NSTに参加するようになってからは、口腔のチェックだけでなく、栄養状態や血液検査の結果にも注目できるようになりました(佐々木さん)。