

「訪問リハ×居場所作り×モノ作りで繋ぐ食支援」 ～地域をつなぐ食支援活動のご紹介～



はなす たべる くらす 舎 代表
メディケア・リハビリ訪問看護ステーション京都
京都府言語聴覚士会 地域・訪問部門理事
高田耕平
(日本摂食・嚥下リハビリテーション学会認定士
認知症ケア専門士・言語聴覚士)

しつごししょう
失語症

きつおん
吃音

ことばの
遅れ

ちゅうかくしょうがい
聴覚障害

ST
言語聴覚士
の領域

こうおんしょうがい
構音障害

おんせいしょうがい
音声障害

せつじょく
摂食・
嚥下障害
えんげしょうがい

こうじのう
高次脳
機能障害
きやうしょうがい

訪問リハビリとは？

(訪問リハビリテーション財団HPより抜粋)

目的：生活の場で日常生活の自立と家庭内、社会参加の向上を図ること

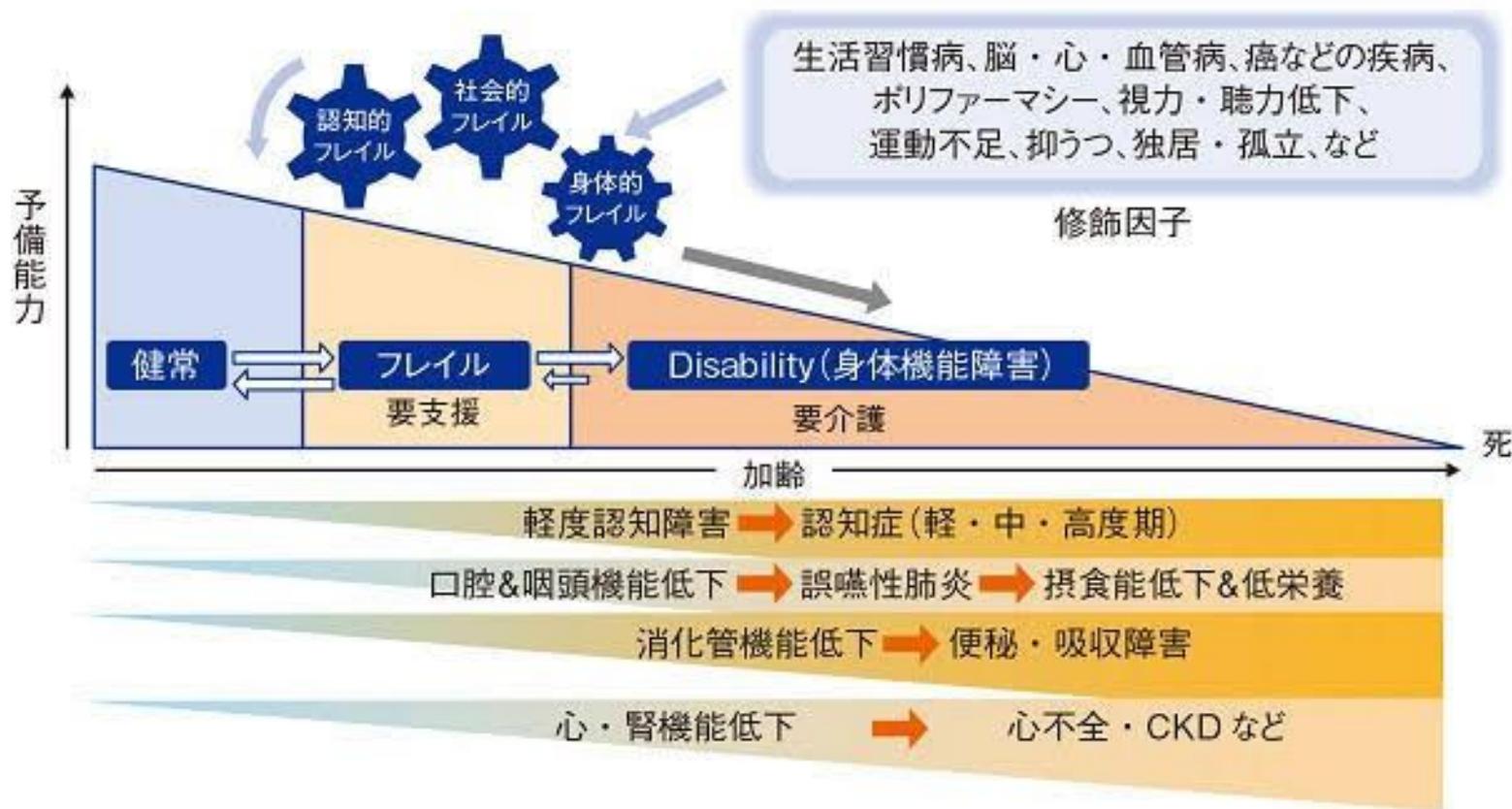
サービス内容：多職種連携の中で自立支援に効果的なサービスを行い
心身障害・生活障害・住宅改修を確認、生活の機能維持・向上を行う
また能力自体の向上へアプローチする

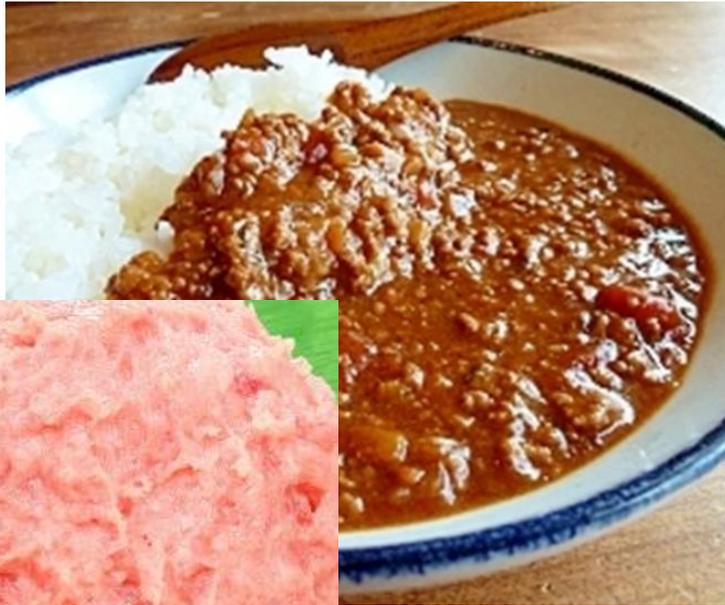
対象職種：理学療法士、作業療法士、言語聴覚士



在宅生活の中で加齢、フレイル、認知症、神経難病等によって
嚥下障害は進行する

⇒進行に対して、その都度の誤嚥予防や栄養摂取方法の獲得の
観点からの評価・環境調整を訪問リハビリとして担っている





口から食べる大切さ

口から食べ続けることで小腸の柔毛は活性化する
(経口>注入>点滴)

↓

排便、栄養として身に付くかにも関係

↓

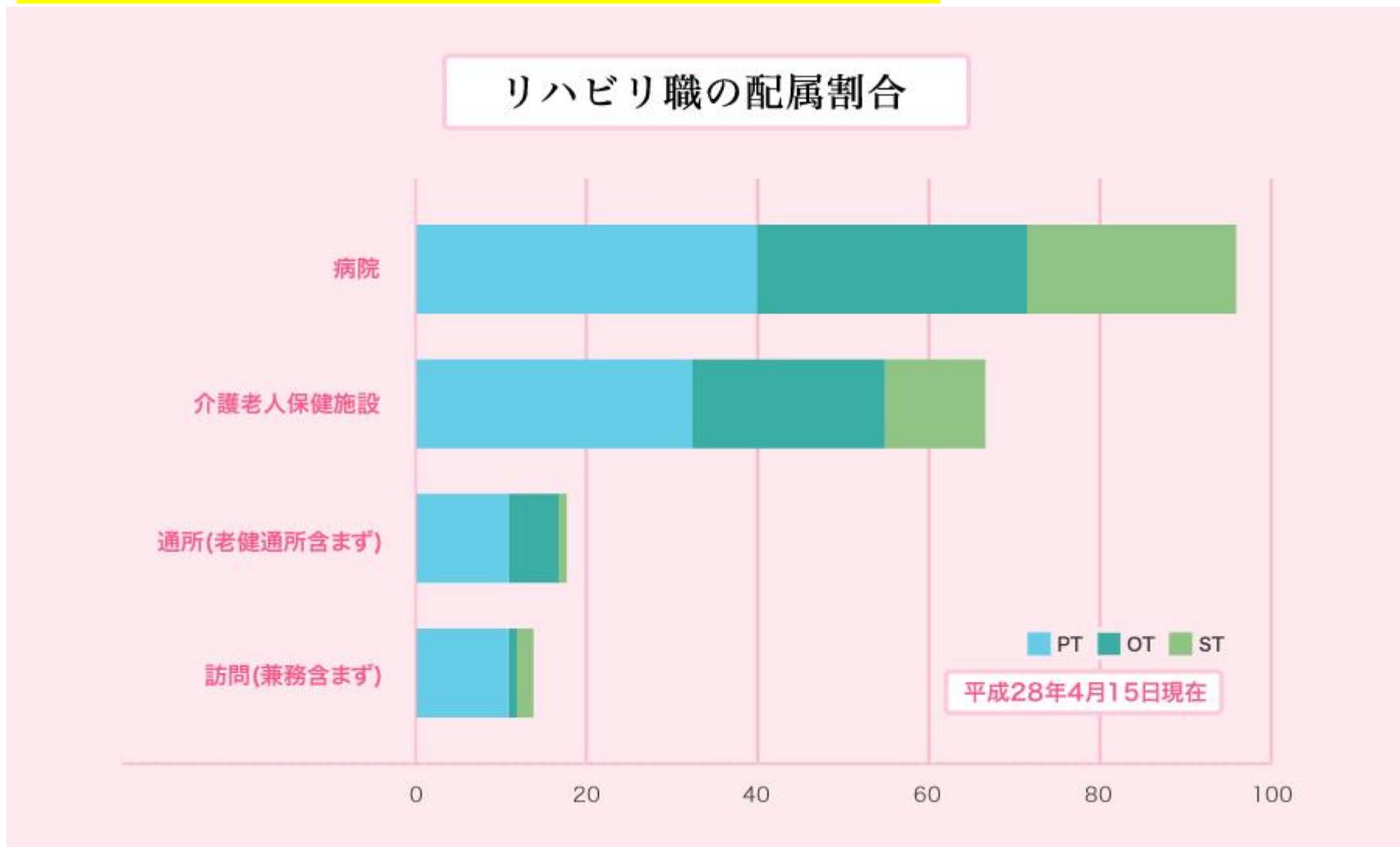
食べられる量が減ったから食事を変えたのに
食べないから、点滴開始

その前に

- ・食べたくなる見た目で食べられる工夫はないか
- ・自分好みの味で食べられる食事は無いか
(家の味、スーパーでまだ食べられる料理は?)
- ・刻みにして意味がある食べ物を提案してるか?
(常食をそのまま刻んでませんか?)

課題

在宅・訪問で活動するSTは依然として少ない



出典:リハビリ職リクルートサイト:IRYOUHOJIN AIKOUKAI

どこかに行って何かするのだけが活動参加ではない

例) 父として母として、妻としての存在の「役割」参加
お茶を家で一緒に飲む



「失敗しても良い」居場所作り



介護食品と手作り料理の橋渡しに

カメルカ (簡易食物硬さ測定器) について (特許庁意匠登録認証済み)



* 京都府の医療介護福祉教育事業社は大量発注の場合京都府ものづくり振興課により最大半額程度の助成が受けられます



カメルカ(簡易食物硬さ測定器)について

- 以下の硬さ以内かを水量を変えることによって
- **手軽に測定可能**
- 20kpa UDF舌でつぶせる
- オーラルフレイル舌圧の目安
- 30kpa 健常70代の平均最大舌圧

カメルカIBについて

- カメルカよりも、もう少し硬い食べ物の測定に

- 総入歯で噛みやすい硬さ200Kpa

渡邊英美ら 「学会分類2013コード4に基づいて調理された食事のかたさ測定を試み」(日摂食嚥下リハ学会学術大会,010-2, 2019)

- UDF「容易に噛める」500Kpaも測定可能 *1. 5ℓPB仕様



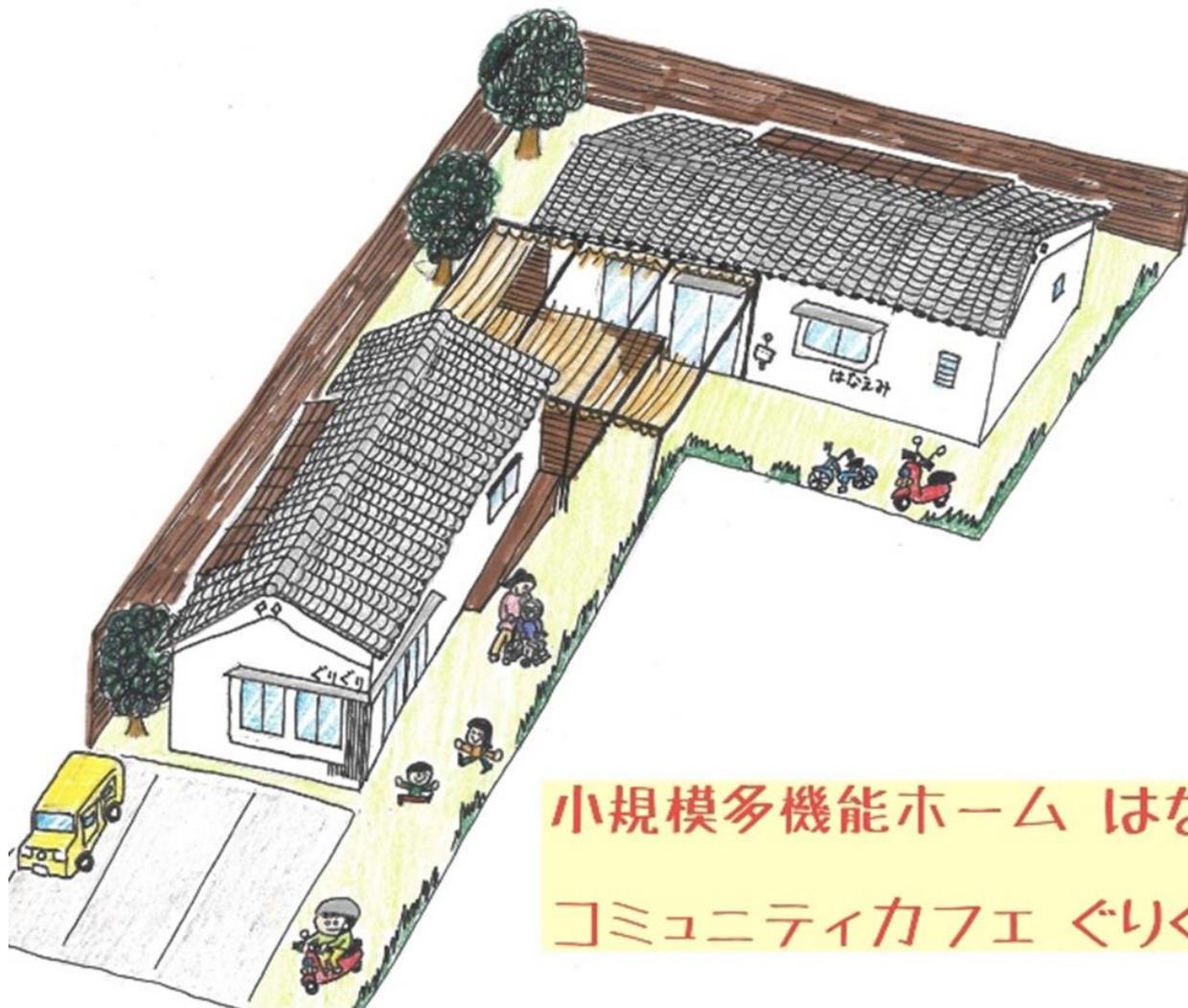
- 「食べられる、噛めるを楽しめる硬さ」を提案する

- →例)調理ヘルパーや家族指導の目安に、外食の目安に



「食の障害」があっても大丈夫な居場所作り

みんなのカフェぐりぐりでの「おやわ食堂」プロジェクト



小規模多機能ホーム はなえみ

コミュニティカフェ ぐりぐり

多職種 × メーカー × ご近所さんで作り出す

新しい居場所

カメルカ判定でUDF三段階の「おやわ」メニューを繋いでいく



おやわ食堂 とは？



「おやわ食堂」とは食支援多職種で考案した
軟かさ等を考慮した食べやすいメニューですが
嚥下調整食ではございません。

おやわメニューの目安は以下をご確認の上、ご注文下さい。

Q、普段、介護食品の硬さ等に制限がありますか？

(右上*の表示のある介護食品など)

→YESなら介護食品の普段お召し上がりの表示は？*参照
(容易にかめる)以上⇒**全てご注文可能**
(容易にかめる)~(歯茎でつぶせる)⇒①箸で切れる角煮まで
(歯茎でつぶせる)~(舌でつぶせる)⇒②ポテトサラダまで
(舌でつぶせる)~(かまなくてよい)⇒③プリンまで

☆更に食べやすい工夫☆

- ・余分なタレは分けて、汁物は具材と汁は別々に
- ・ベタつき易いおかずはご飯・タレと和えて

スプーンを逆さまにしてすぐ落ちるくらいに調整を

※飲み込み不安のある方は適宜、専門家にご相談の上でお試し下さい。
また、誤嚥等を含む事故などの責任は負いかねます事をご了承下さい。

*



①箸で切れる角煮くらいの軟らかさ



②ポテトサラダくらいの軟らかさ



③プリンくらいの軟らかさ

おやわ食堂メニュー①

「もちゼリー」

おやわレベル③



③プリンくらいの軟らかさ

お餅が食べ難くなった方でも食べ易い、ゼリーのような触感です。

*より食べ易くする、一工夫はこちらの動画をご参照ください⇒



※飲み込みに不安のある方は適宜、専門家にご相談の上でお試し下さい。
また、誤嚥等を含む事故などの責任は負いかねます事をご了承下さい。



もちゼリー紹介動画



嚥下研修用動画のご紹介

京都府言語聴覚士会 摂食嚥下障害委員会にて作成

「嚥下 どこが問題なんやろか」「その食事介助、危ないどす」で
YOUTUBEで検索(各9つの動画)振り返り用テキストや動画データ
ご希望の方は京都府言語聴覚士会ホームページまでお問合せ下さい。

#嚥下 どこが問題なんやろか



「京都府言語聴覚士会 摂食嚥下障害委員会」にて「摂食嚥下障害」の研修用の動画集を作成致しました。言語聴覚士のおられない事業所・施設、医療介護現場等での研修にご活用頂ければ幸いです(動画データのメール発送やDVDの着払い発送も承ります)。研修内容の確認用テストなどご希望の場合は送付致しますのでご連絡願います。

京都府言語聴覚士会 嚥下どこが問題なんやろか

はなすたべるくらす舎

- 「話す、食べる、暮らす」に関する専門家と他業種の協働から
- エッセイ(嚥下し易い市販食紹介や早川先生とディレクターの回顧録 高次脳障害からの自営業再開の手記、在宅言語聴覚士のエッセイ)
- 新しいモノづくり(ニモコップ、カメルカの開発販売、教材作り等)、
従事者向けオンラインサポート等を展開予定



はなすたべるくらす舎



医療現場の声から生まれたニバーサルデザイン。
自分で飲めたよ!
「横モレ防止突起」
飲みこぼしが減る
落しにくく、倒しにくい。
「横モレ防止突起」
飲みこぼしが減る
落しにくく、倒しにくい。
少し傾けるだけで飲み物が溢れる形状。
上を向かなくていいのでムセにくく、鼻に鼻が当たることもないのでラクに全部飲める。



シェアST
メンター、ワーク、オンライン

