

# とよひら・りんく NewsLetter

発行 札幌市豊平区西岡・福住地区在宅医療連携拠点事業推進協議会 「とよひら・りんく」事務局

札幌市豊平区西岡・福住地区在宅医療連携拠点事業推進協議会

ホームページ: <http://www.toyohiralink.jp/>

## 令和3年度 第4回合同会議を開催しました。

令和4年3月28日(月) 18:30~19:30 (zoom)

令和3年度、第4回「合同会議」を開催いたしました。医療・介護関係者等、86名が参加されました。

Zoomの接続、講演中のミュート等、円滑な運営の協力ありがとうございました。

食支援に関する取り組みとして西岡病院、介護老人保健施設ライフふくまつの取り組みを報告していただきました。

### 明日からできる嚥下食(西岡病院)

西岡病院 山口有希管理栄養士より、医師、医療ソーシャルワーカー、看護師、介護支援専門員等が支援できる嚥下食について講演をいただきました。嚥下調整食は「飲み込む力が低下している人に配慮して食材の柔らかさや形態を調整した飲み込みやすい食事のこと」とされ、その種類として

- \* 「軟菜食」(嚥下の機能や噛む力の低下が軽度な人向けに、素材や調理方法を配慮した食事/箸やスプーンで切れる柔らかさ)
- \* 「ソフト食」「ゼリー食」(歯や義歯がなくても舌でつぶして食塊にでき、舌で喉に送り込める人を対象)
- \* 「ミキサー食」(口腔内でべたつかず、まとまりやすいもの、スプーンですくって食べることが可能なもの)

以上の解説をいただきました。各食事形態のポイントやレシピ例についてもご紹介いただきました。

### 軟菜食のポイント

- 魚⇒煮魚、蒸してあんかけ、缶詰
- 肉⇒挽肉を使って肉団子やハンバーグ、焼き鳥缶
- 卵、豆腐⇒ばらけず固くならなければ調理法は問わない
- 野菜⇒食材を柔らかく煮てから使う、葉物野菜は葉の部分を使う

### 軟菜食 レシピ例②

#### ● ツナじゃが(2人分)

- ・じゃがいも2個 ・人参1/2本 ・玉葱1/2個
- ・ツナ缶1個
- A(醤油大さじ2、酒・砂糖・みりん大さじ1)

- ①じゃが芋と人参は小さめ一口大、玉葱はくし切りにする。
  - ②鍋に①とAを入れ柔らかくなるまで加熱する。
  - ③ツナ缶を油を切らずに入れ軽く煮たら完成。
- 煮詰まって味が濃くなっていたら水を入れて薄める。

### ●参加者の声(一部)

- ・実際に具体的に製品名であったり、形態を表示して頂いたのが参考になりました(介護老人保健施設看護師)。
- ・煮物の例を見て、ひとつひとつの野菜で彩りよくミキサーされていたので勉強になりました(通所介護職員)。
- ・薬以外にも薬局側から在宅の患者さんにも提案やお話の1つとして提供できればと思いました(調剤薬局薬剤師)。
- ・食支援においてレトルト等を活用し負担を減らしていくことも有効だとわかりました(調剤薬局薬剤師)。
- ・軟菜食の調理方法や缶詰等の活用を知る事が出来、在宅での今後の食事についての提案やアドバイスに繋がると思いました(介護支援専門員)。

・食事形態、特に嚥下調整食について学ぶことができました。咀嚼や嚥下がしやすい食材および調理方法、刻み食は誤嚥リスクが高くなること、など管理栄養士から直接指導を受ける機会は必要だと思います（介護老人保健施設支援相談員）。

### ライフふくまつの食支援について

介護老人保健施設ライフふくまつの松田千永管理栄養士に施設における食支援について講演をしていただきました。施設におけるゼリー食、ミキサー食、刻み食等の状況について写真を交えて説明をいただきました。

また令和2年12月～令和3年1月の新型コロナウイルス感染症クラスター時の食支援（具体的には、寛解後はADL低下が顕著にみられ、食事量が減っている方への支援について事例）について報告をしていただきました。



### ふくまつで使用している栄養補助食品

#### ドリンクタイプ

- ▶ 1本(125ml) 200kcal
- ▶ たんぱく6.5g含む
- ▶ 食事量が少ない方や甘いものが好まれる方に提供

#### ハイカロリーゼリー

- ▶ 1個(40g) 100kcal
- ▶ たんぱく5.0g含む
- ▶ 食事摂取できているが、皮膚トラブルや栄養状態の改善等に使用

#### MCTゼリー

- ▶ 1個(25g) 53kcal
- ▶ フルーツ味なので、さっぱりと食べやすく、カロリーを補給できる。
- ▶ 少ない量なので、食欲がない人も食べやすい

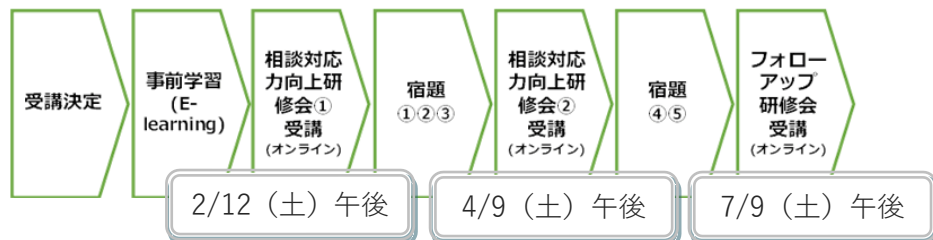
#### ゼリータイプ

- ▶ 1本(220g) 350kcal
- ▶ 1回の食事に1/3個付け、1日で1個摂取を目標に提供
- ▶ 水分量も多く含んでいるが、離水が少なく、嚥下困難の方や水分補給にも良い

### ●参加者の声（一部）

- ・クラスター時の食事の対応を教えて頂き、自分の施設でも活用できると思いました。貴重な経験を教えて頂きありがとうございます（介護老人保健施設看護師）。
- ・クラスターが起きた中での施設と病院の連携や工夫を知ることができました（調剤薬局薬剤師）。
- ・ゼリー食も種類や嗜好を考え、工夫する事の大切さを学びました（介護支援専門員）。

### 公益財団法人 勇美記念財団 2021年度在宅医療助成 地域包括ケアの中で展開する ACP(Advance care planning)のための 共有意思決定支援(SDM)を学ぶ研修会



当地域では、地域包括ケアの中で展開するACPのための共有意思決定支援(SDM)を学ぶ研修会を実施しています。22名の受講者（ソーシャルワーカー、看護師、薬剤師、介護支援専門員）が3回の研修と宿題に取り組んでいます。

修了後には、本会でも取り組み報告をしていただく予定です。

2022（令和4）年度も年4回の合同会議を継続いたします。日時は決まり次第、お知らせいたします。

2022（令和4）年度は1年間を通して「新型コロナウイルス感染症の振り返りと今後の地域での感染対策・連携」について皆さんと考えていきたいと思ひます。

とよひら・りんく事務局 西岡病院 岡村・横田・田附 ホームページ：<http://www.toyohiralink.jp/>

電話 011-853-8322(平日 9-17時) メールアドレス：[info@toyohiralink.jp](mailto:info@toyohiralink.jp)