

喜ばれる食事提供

～少人数での食事から見えてくるもの～



社会福祉法人 愛護会

更生施設 静山園

栄養士 遠藤 智子

1. 研究テーマ

喜ばれる食事提供

～少人数での食事から見えてくるもの～

2. 研究テーマ設定の理由

施設の食事はほとんどの利用者が、食堂に集まって朝食は 7:20 昼食は 12:00 夕食は 6:00 と一斉に食べている。食事は私たちにとって大きな楽しみの一つであり、会話しながら大勢で食べるのも楽しいものである。ところが楽しいはずの食事時間が、周りの騒がしさや大声が気になる等の理由を食事拒否の理由に挙げる方が少なくない。どのようにすれば楽しく豊かに落ち着いて食事出来るのか。衛生面の配慮をしながらおいしくバランスの摂れた食事を提供し、食事環境づくりを考えることが、利用者から喜ばれる食事提供に結びつくと考えてテーマを設定した。

3. ねらい

楽しいはずの食事時間に食事を拒否する状態をなくす為、一つの方法として居間コーナーを利用し、落ち着いて楽しく食事をする為の環境づくりをしていく。

4. 研究の仮説

- ・集団(食堂)での食事から男子棟・女子棟に 4 か所ある居間コーナーを利用して、少人数で食事をする事により、静かで落ち着いた雰囲気楽しく会話も出来て、お互いの交流の場にもなりうるのではないか。
- ・準備の配膳や盛り付けを最初は上手いかなくても、毎食行う継続の中でお互いに分担し、協力しながら自分達で配膳から片付けまで積極的に関わってくるようになるのではないか。
- ・さらに、食事の面から地域で暮らす事への期待や意欲が培われ、その為の小さな土台が作られてくるのではないか。

5. 内容と方法

- (1)地域移行委員会で対象者を選定し、グループ分けし男女それぞれ 4 か所ある居間コーナーを利用し、食事の状況を考察する。
- (2)具体的な提供にあたり状況の把握や、諸注意等々は他部門職員の協力を得て実施研究する。

6. 研究実践

(1)メンバー選定の実施

静山園利用者 60 名の年齢層は 20 代から 60 代の方で構成される。

メンバーの選定は、就労移行支援事業選定予定者(18 名)から選ぶ。自活訓

練棟利用を2ヶ月毎に行う事を前提にグループ分けをする。訓練棟を利用していない期間は居間コーナーを利用し食事をする。事前にメンバーを対象にガイダンスを行い、配膳・下膳を協力して行う事への意識づけも図って行く。

(2)実施にあたって考慮したこと・検討したこと

食事時間～施設の日課で一齐に行われる食事時間は短い方で10分、長い方で1時間以上になる。食事の形態も常食、刻み食、おかゆ食となっており、メンバーの選定については特別テーブルの要介護者、要支援者でない方々を対象に考える。

衛生面への配慮～食中毒や感染等が発生しないように厨房や食堂の衛生と同様に、日常的に利用する居間コーナーの衛生への配慮と対応を考える。

食事の環境への配慮～食事の楽しさを盛り上げる楽しい雰囲気、落ち着いて食事をする為には、旬の食材をおいしく、味付けの工夫、盛り付けの工夫など栄養士として献立に反映させているが、居間コーナーでの食事環境については人間関係が大事になる。テーブル配置、席、組み合わせなどその都度状況をみて検討する。

～ 個人の要求・食事内容の変化・交流の変化 等

居間の清掃、清潔、食事前の手洗い、後片づけ、食事の摂取量と状態の確認等々に関して栄養士の立場で助言をし、生活支援部で検討改善していく。

(3)喫食状況や利用者さん同士のトラブルの対応について

平成20年4月からの利用者

男子居間コーナー

東側居間 N・Hさん、O・Yさん、H・Kさん、T・Yさん
プラス Y・Hさん(食堂はうるさいからと昨年まで1人で食事摂取していた)

南側居間 M・Sさん、T・Hさん、S・Tさん、S・Mさん
プラス M・Hさん(食への固執が強く他利用者が食事中でも何度も盗食した為、昨年まで1人で食事摂取していた)

前年まで居間コーナー利用している方(M・HさんとY・Hさん)についても配慮して行く。

就労支援事業選定者ではないが、前年までの2名を利用者から急遽はずすことなく現在落ち着いて食事摂取している居間コーナー利用を続けていく。開始早々に、男子居間コーナーでは頻繁におかず類の不足が多くなった。特に、主菜の揚げ物(唐揚げやメンチカツ等)やフルーツ・ヨ

ーグルト・ゼリー等が多く、時には生の刺身や漬物・のり佃煮までがないことがあった。M・Hさんかとも疑ったが、M・Hさんのいる南側居間コーナーだけでなく、東側居間コーナーでも同様の事が頻繁にあった為、複数の方ではないかと感じた。皿には明らかに盛り付けされていた跡があり、盛り付け洩れでは無いことが解る。しかし、犯人探しのような事はせず、調理職員や宿直職員の食事をその不足分に当てて対応した。自分達少人数で食べる事の良さや理由を再度説明し、並行して利用者全体で集まる夕食後の「集い」や「自治会」でも協力理解を得られるように働きかけ、その後は少なくなった。協力して行はずの配膳をしない人がいるとの苦情が出たので、生活支援員とともに同じ居間コーナーで食事する利用者たちで話し合いを持ち、お互いに協力する事を確認した。一緒に食事をしているM・HさんとY・Hさんが先にお櫃のごはんやみそ汁を食べてしまい足りなくなるとの苦情が出た。どちらの方も主食をコントロールしている方達で、食べ過ぎになり体重が著しく増加した。生活支援の会議で検討して、両名には食べてはいけないという注意ではなく、自分達の食事を確実に確保するという大儀名文で、各自用のトレー(名前記入)を用意し居間に運ぶ前に食堂で職員が盛り付けた食事をそれぞれ運ぶ事を提案した。なんらかの理由で遅れて食事をしたが、ご飯やみそ汁がほんの少しだけしか盛り付けられていなかった事も1～2回だが実際にあったため、両名には“あなたの食事を確実に確保する”事を説明し、各自のトレーに配膳してある食事を自分で運ぶようになり居間コーナーの御櫃・鍋から盛り付けする事はなくなり、4名の利用者からの苦情もなくなった。

女子居間コーナー

西側居間 K・Rさん、O・Mさん、S・Nさん、F・Yさん

南側居間 I・Mさん、K・Yさん、O・Rさん、O・Yさん

女子は配膳・下膳を協力し合って行い何事もないように見えたが、南側居間コーナーのO・Yさんが食堂で食べていた時に偏食は無かったが“みそ汁を全く食べていなかった”や“自分が食べないおかずを他利用者の食器に勝手に混ぜていた”などの苦情がだされた。O・Yさんは居間コーナーに変わってからは職員もいないし自分の好きなようにしていいたいと思ったとの理由だった。O・Yさんの嗜好について調査用紙には具体的に明記されてなく、残食もほとんどなかったため正確に把握していなかった。この反省を踏まえ、すでに園では代替食を沢山の方に提供していたので、O・Yさんにも代替食を提供しながらHR担当者と栄養士で食事の大切さについての話をした。その後はみそ汁を半分くらいだが食べるようになり、おかずは他利用者の食器には入れなくなった。誰がどれだけ食べたかなどの状況を正しく把握する事が出来るようになった。

居間コーナーで食事する人数はいつも同じとは限らない。外出・外泊・実習など理由は様々でも変更は常にある。コーナー毎に食数に変更になりトレーを間違えて運んでしまい食べ始めてから足りない・多いと気づく事がほとんどだった。不足した時は厨房に取りに来るが、多い時は厨房に戻さずに食べてしまうため、食事時間終了近くに不足している事に気づき慌てる事が何度もあった。居間コーナーに運ぶ時の間違いを無くすため、トレーや御櫃のふたに場所(みなみ・ひがしなど)をひらがなで明記し、配膳時に誰でもわかるようにし、みそ汁用の鍋を男子は両手鍋、女子は片手鍋と区別し対応した。

居間コーナー利用を開始してから食堂で食事する人数が減ったため、食堂の食卓テーブルを前年の8テーブルから、6テーブルに減らした。18名の人数が減った事で食堂も少し静かになり落ちついて食事が出来るようになった。居間コーナー4か所分を用意する時間を要するが、以前、調理作業台が不足し、盛り付けに時間がかかっていたが、空いたテーブルを配膳台に活用出来、調理作業の効率もよくなり調理職員の作業時間も著しくかかることはなくなった。居間コーナーでの利用は同メンバーで継続するのかと勝手に思い込みをして、食事する環境が変わったことの利用者の感想を確認することなく20年度を終了した。

平成21年4月からの利用者

男子居間コーナー

東側居間 M・Sさん、O・Yさん、S・Mさん、W・Tさん

南側居間 T・Yさん、T・Hさん、T・Kさん、N・Hさん

男子は各居間コーナー1名、計2名の入れ替えで利用をスタートした。Y・Hさん M・Hさんの両名は1人で各居間コーナーを利用し食べていたが、4名ずつ増えた事で精神的に落ち着かなくなった。生活支援会議で検討し、Y・Hさんは日直・宿直者の側(職員と常に会話が出来て落ち着く)の席、M・Hさん(自閉症)は壁向きで調理職員と並んだ席にし、他利用者の食事状況を見る事なく食べる事に集中出来た。両名には事前に説明し了解を得て食堂で食べる事にした。しかし、本心は食堂で食べることに不安だったのか、最初は食事時間を故意に遅らせたりしたが、現在は落ち着いて食事をしている。

新しいメンバーで開始した居間コーナーでは1週間もしない内にお櫃のごはんが足りないとの苦情が出たため、盛り付けの状況を把握し、上手な盛り付け方の見本を示した。食堂で盛り付けと同じ量で盛り付けをする約束だったが、しゃもじでごはんを茶わんに押し付ける、ご飯が無くなると心配で、先にごはんだけ急いで食べる状況だった。何度説明しても難しかったため、御櫃のごはんを増量し、何日かは盛り付けする時に職員が側で一緒に行い、ごはん茶わんを8個(1人2膳分)用意し、

まず盛り付けして、まだお櫃におかわり分のごはんが残っている事を皆が確認する事で苦情は出なくなった。それでも食堂のお櫃から盛り付けたりする事も時々あるが、煩く言わずに見守りをした。

女子居間コーナー

西側居間 T・Sさん O・Mさん I・Mさん
南側居間 F・Yさん K・Yさん O・Rさん

女子も各4名で行っていたが体重の増加などでメンバー3名を食堂に戻し、1名を新しく加えての開始となった。人間関係も考慮し西・南のメンバーの入れ替えをした。

西側居間コーナーのO・Mさんは糖尿病で一時はインシュリン注射をする状況に至ったが、その後の治療でインシュリン注射をしなくても良い状況に改善された為、食べ過ぎなど食事面で気をつける事の注意・約束事項を確認し、同時に一緒のコーナーで食事する2名に協力理解の為説明を事前に行った。しかし実際はごはん大盛りだったため、職員が何度も助言し適量摂取を促した。3名の中で主食コントロール者1名と糖尿病1名ともう1名の組み合わせでお櫃のごはんはその最後の方のお替り分プラスの量だったが、最初から3等分して盛り付けた為だった。この時も茶わん4個を持ち込み、盛り付けの適量を示した。楽しいはずの食卓でこのような事をされて、3名の方は不愉快だったと思ったが、疾病について最低限の約束事項は守らないと健康を害し病状を進行させる結果になり、楽しい食事にならない事を細かく説明した。おかず類も他利用者と若干違う(医師からの食事指導)事があり、皿にラップをかけたり、名札をつけたりして間違いのないように対応した。お櫃のごはんの量は全ての居間コーナー毎に計量して渡した。女子西側のコーナーはこの説明とお願いをした後は、時々お櫃のごはんを残してくる時があった。

(4) 摂食状況の把握

検食記録簿や日誌等で状況をおおよそ把握し細部については喫食時に同席したりして把握している。下膳する時に職員に食器を見せにくる利用者もいた。体調の悪い時、通院や外出等の理由で遅れて食べていない時に居間コーナーにそのまま残っていることもあった。不衛生にならない様にと職員が一旦厨房に保管する状況を何度か見ているうちに、利用者同士で気づき、積極的に下膳した。同じ居間で一緒に食べる事を通して協力し仲間の食事まで気遣う気持ちが養われてきた。遅れて食べた時の把握もできた。また、外注の弁当(厨房掃除や行事など)やカップラーメン(非常食)の時などはまとめて全員分を持っていかず、他部門の職員の協力を得て、手渡しで各自が持っていき確実に渡す事と食べた事を

把握する事ができた。

7.まとめ

職員が把握出来ない部分を利用者同士で教え合い、協力している事が多かったと感じた。ゆっくり食事出来ていたかどうかは正確に把握できなかった。食べている状況を見に行くと、ものの5分で食べ終わり下膳する方もいて、楽しんで喫食していたかどうかは疑問が残る。利用者の1人は「居間コーナーで食べるから早く終われるし、その時間は自分の好きな事が出来るからいいなあ」という意見があった。しかし、21年度の満足度調査で居間コーナー利用者の中で「食堂で皆と食べたい」という意見もあり、全てが予測通りではなく、利用者の協力で行ったという結果でしかなく、ゆとりをもった落ち着いた食事とは縁遠いと感じた方がいた事が残念である。食堂から離れて居間コーナーでの食事だが、短い廊下伝いに騒音や奇声が聞こえるなどはどうしても排除出来ない事である。

また、開始した2年前にも問題になった他利用者の食事の盗食は色々な働きかけにより、少なくともはなったものの、全て改善されることは難しく、個々のデザート類などは個別に渡すなどの対応をしている状況であった。一日3回の食事を何処で、誰と一緒に食べたいのかは、個々により違うと思う。「大勢の騒がしい所で食事は嫌だろうなあ」とか「ゆっくりと食べたいだろう」とかは、提供する側の勝手な思い込みがあったと思う。「家ではいつも1人だったから園ではわいわいがやがやと騒がしくてもいいから大勢で食べたい...」「小人数で食べるのは嫌じゃないがさんとだったら一緒に食べたい...」など要望は沢山あったであろう事を、もっと配慮すべきだったと反省している。今までが全員一緒に食堂で食べるという状況から、準備(配膳・盛り付け)がお膳立てされている食堂へ行き、黙々と食べるから、4人という小グループで運び、盛り付け、セッティングをして食べる、自分達が行動しなければ食べられない状況の中で協力して出来た事は良かったと感じている。「君は配膳当番にも何にもしないけれど居間コーナーで食べるようになって協力してお盆で運ぶようになった」と教えてもらった事もある。毎日の継続の中から強制されたわけでもないのに自主的に取り組む様になった事、仲間が取り組み始めたことに気づき認めた方がいた事に驚き、喜びだった。研究の仮説に合致したとはいえないが、与えてもらうだけの一方的な食事から、自ら行動し食事をする事は大きな前進だったと感じている。また、この取り組みは居間コーナーを利用した利用者だけの結果ではなく、現在食堂で食事している利用者の中から、「自分達で上手に運べないが小人数で食べたい」という意見もあり、環境づくりをして行くことに利用者自身が積極的に関わってきていると感じた。自分で出来る人・就労移行メンバーだけと限定せずに、皆で居間コーナーを利用しての食事をも勧めて行きたい。今回実施したメンバーは就労移行選定予定者で1~2年後には地域で生活する方達で、この取り

組みは地域で暮らす為のほんの入り口でしかない。これが良い経験となり、具体的にグループホームの体験をし、一緒に暮らす仲間と協力して食事作りや配膳・片付けなどを行いスムーズな人間関係が築ける第一歩になればと期待する。この研究を通し食事する場での利用者それぞれの状態や行動を尊重する目線と生活の質を高めたいという目線を常に持ち、業務に取り組んで行きたい。

居間コーナーでの食事

みんな、まってね。

準備ができたよ！

いそがなくちゃ！



～厨房から居間に運ぶところ～



～ご飯と味噌汁の盛り付け～

うまそー!!



～マナーを守って食事をします～

お上品に
食べましょう



突然、何を、
言っているの？

～友達との楽しい語らい～



東側の居間コーナ-
-の分です。間違えな
いよーにね

女子居間コーナ-片
付け終わりました。



こちらは、食堂の食事風
景です。今日はなぜだか静
かだね。



自活訓練調理の様子

「何かできるのかな！」



～基本の味噌汁づくりから挑戦～



ようやくできたー
いただきます～す。