

地域包括ケアが求める 高齢者の食支援をめざして



～ 「食べる力」の見える化と連携の構築 ～

公立能登総合病院 歯科口腔外科

金沢大学大学院医薬保健学総合研究科外科系医学領域 顎顔面口腔外科学分野

長谷剛志

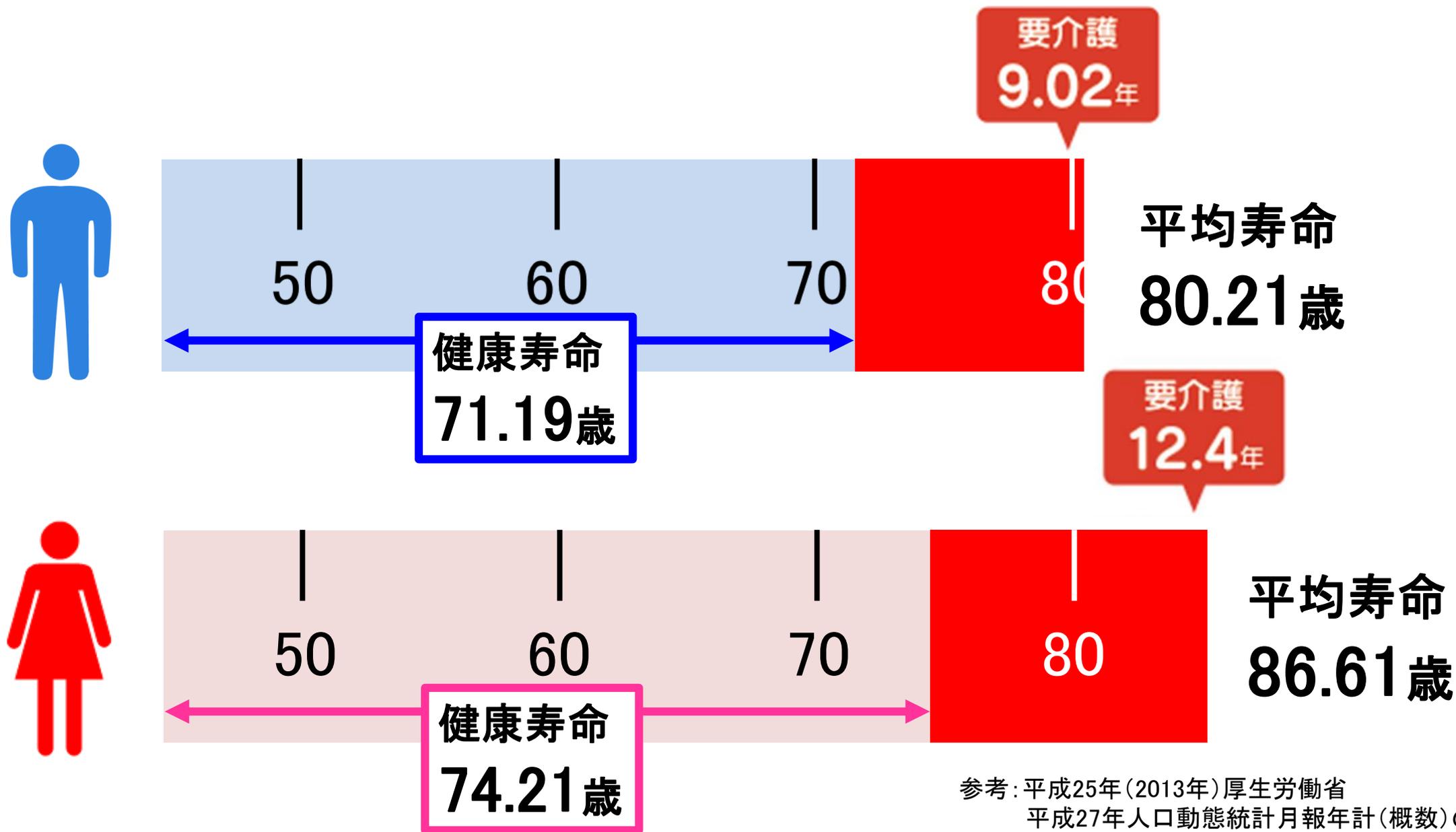
平成30年 3月 3日(土)

橘家



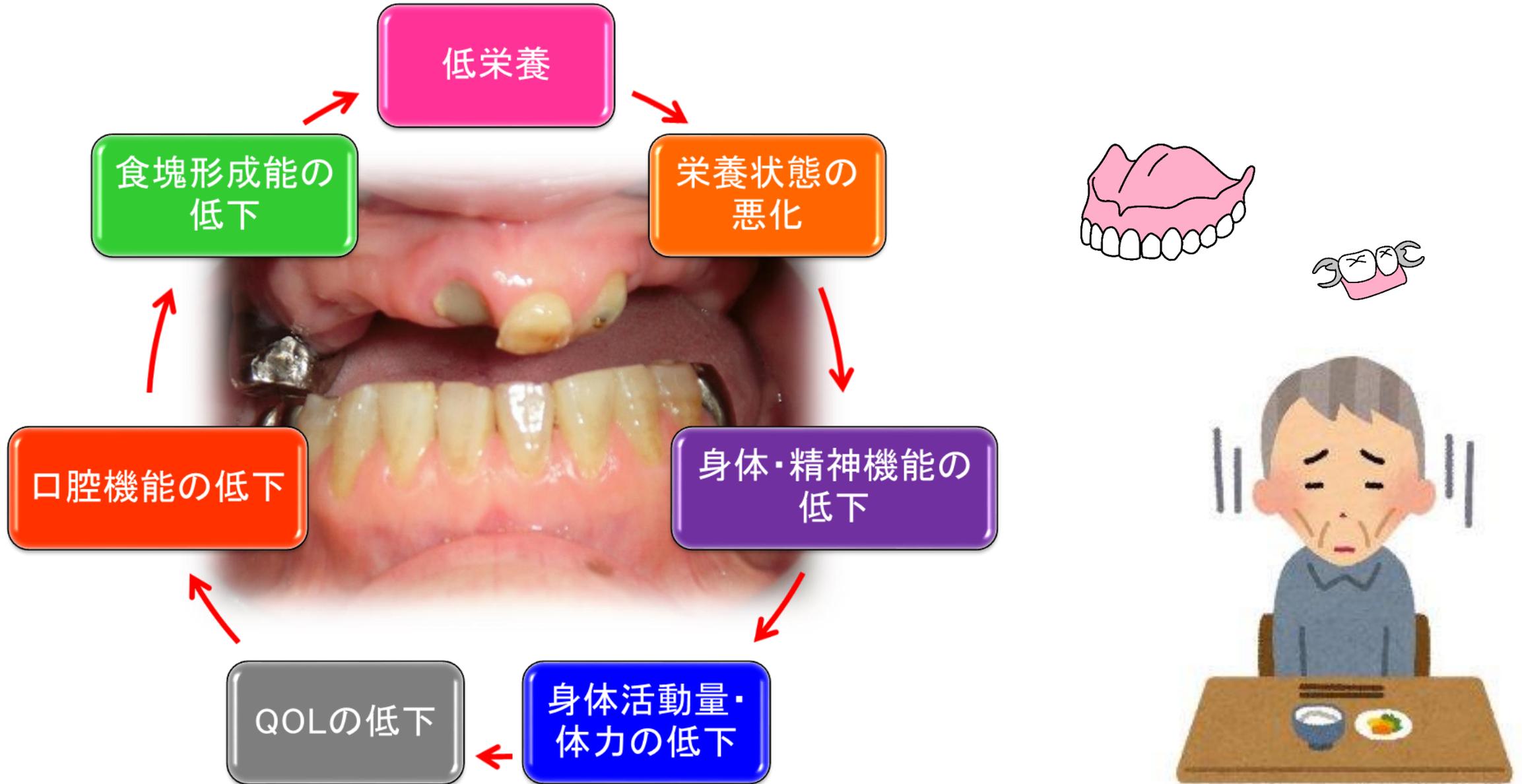
67,824 人

— 平均寿命と健康寿命の格差 —



参考：平成25年(2013年)厚生労働省
平成27年人口動態統計月報年計(概数)の概況より

— 口腔機能低下が「フレイル」のスイッチ！？ —

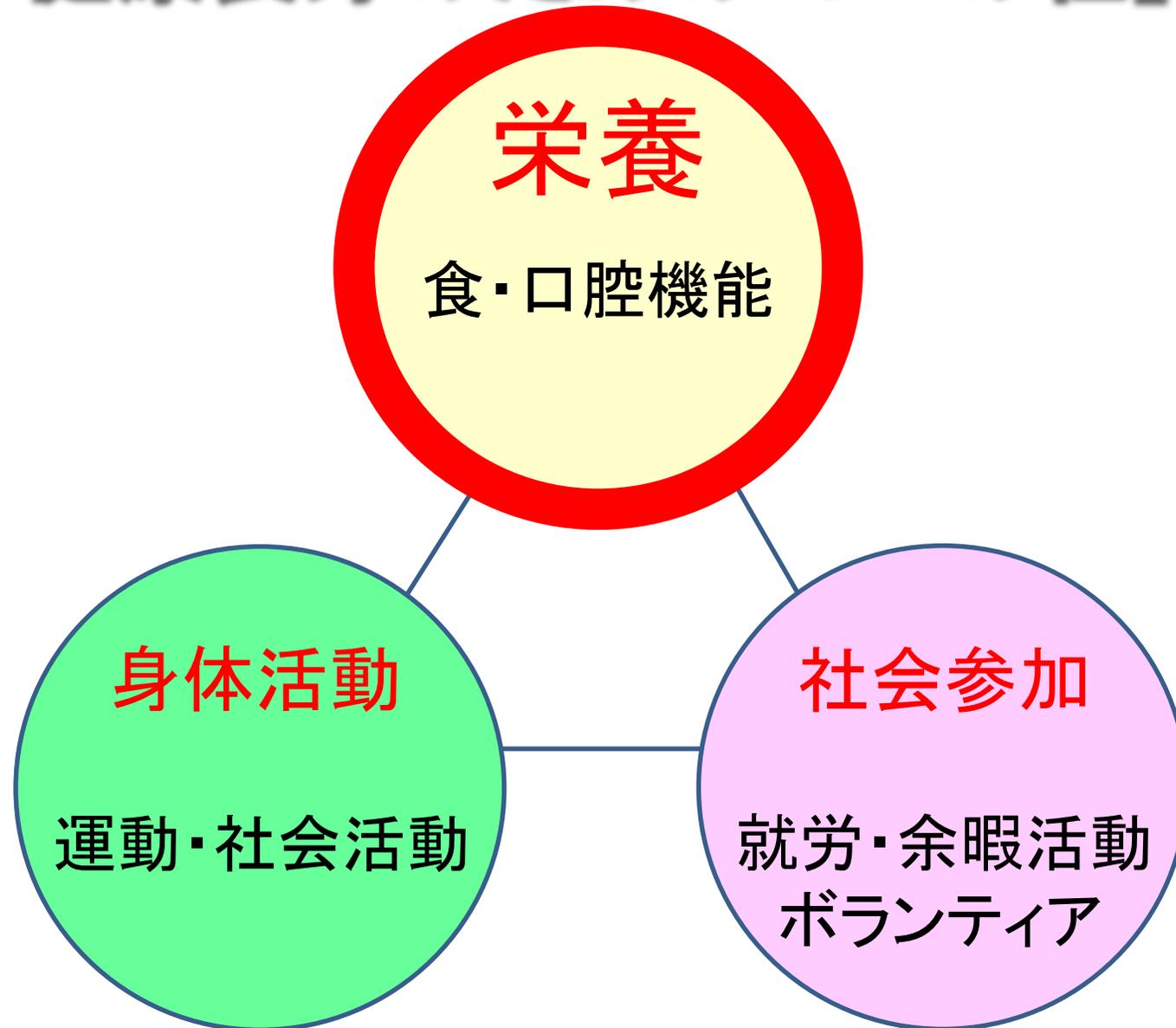


— 老化による口腔の衰え —

- 歯** う蝕、歯周炎などで歯数が減少
- 口腔粘膜** 粘膜上皮は薄くなる小唾液腺が減少し、口腔粘膜は乾燥しやすくなる
- 舌** 加齢とともに糸状乳頭は萎縮・消失して、舌表面は平滑化してくる味蕾の数が減少し、味覚の感受性が低下する
- 唾液腺** 特に漿液性の唾液分泌が減少して口腔乾燥症の原因となる大唾液腺の耳下腺の漿液細胞において萎縮・消失が著名である
- 下顎骨** 歯の喪失により下顎骨は平坦化し、顎関節は脱臼しやすくなる



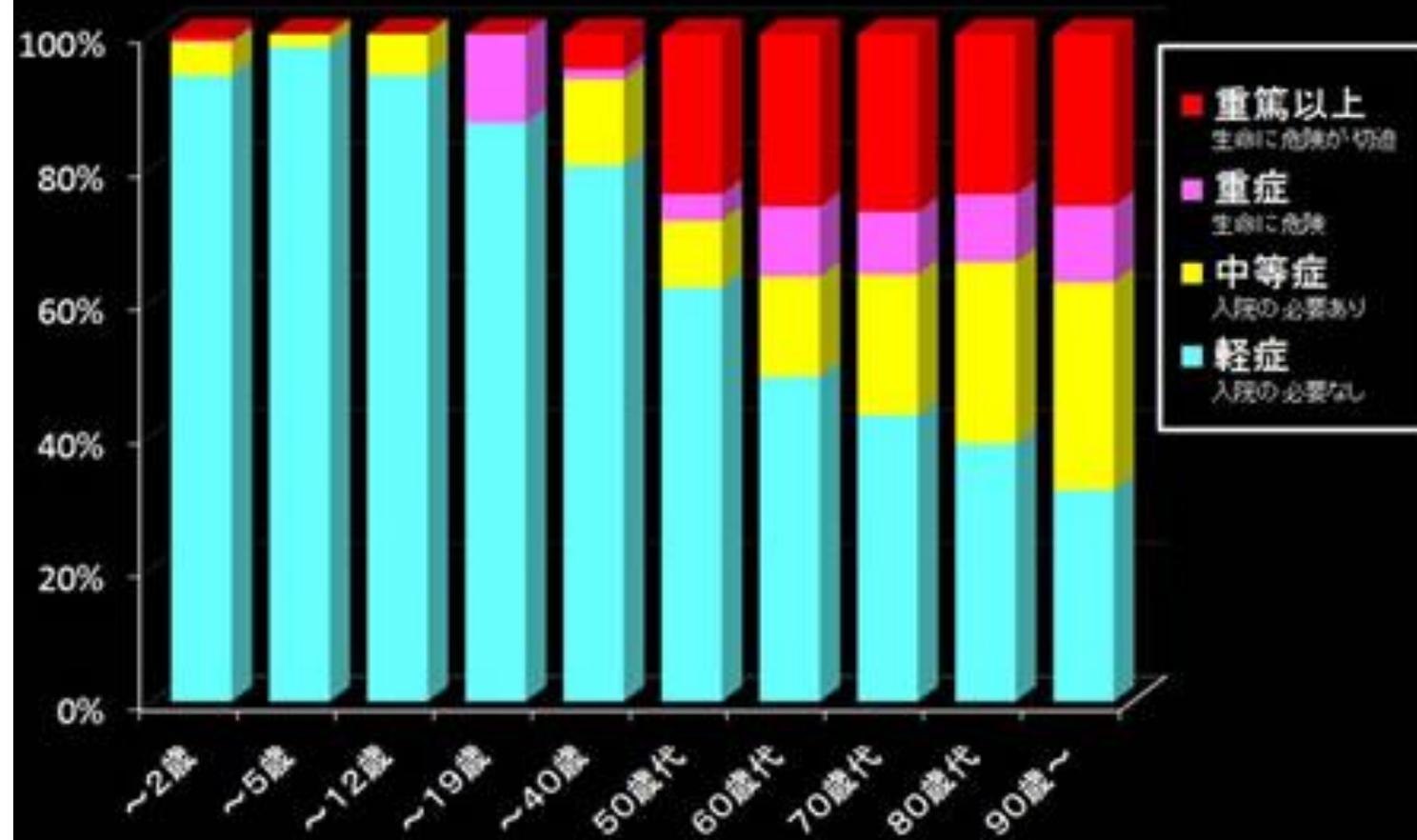
— 健康長寿のための「3つの柱」 —



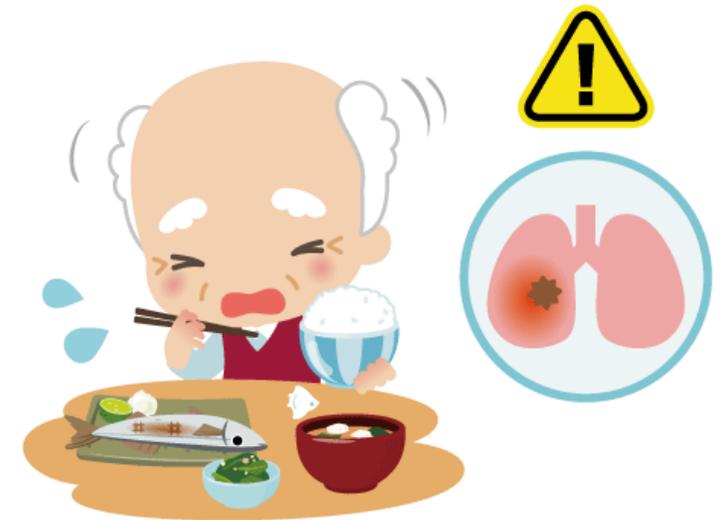
— いつから「食べる力」が低下！？ —

食べ物をのどに詰まらせた救急事故 初診時程度別発生状況

(%)



東京消防庁発表 <http://www.tfd.metro.tokyo.jp/life/topics/2008-1940-20/index.html>



ひと口

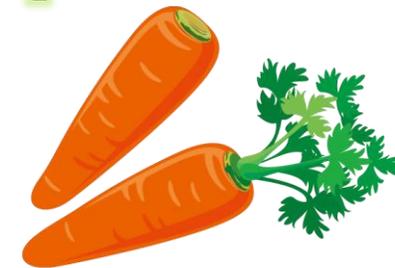
30回

噛もう♪



噛ミング30(カミングサンマル)

Q 30回噛んだのはどちらでしょう？



A



B

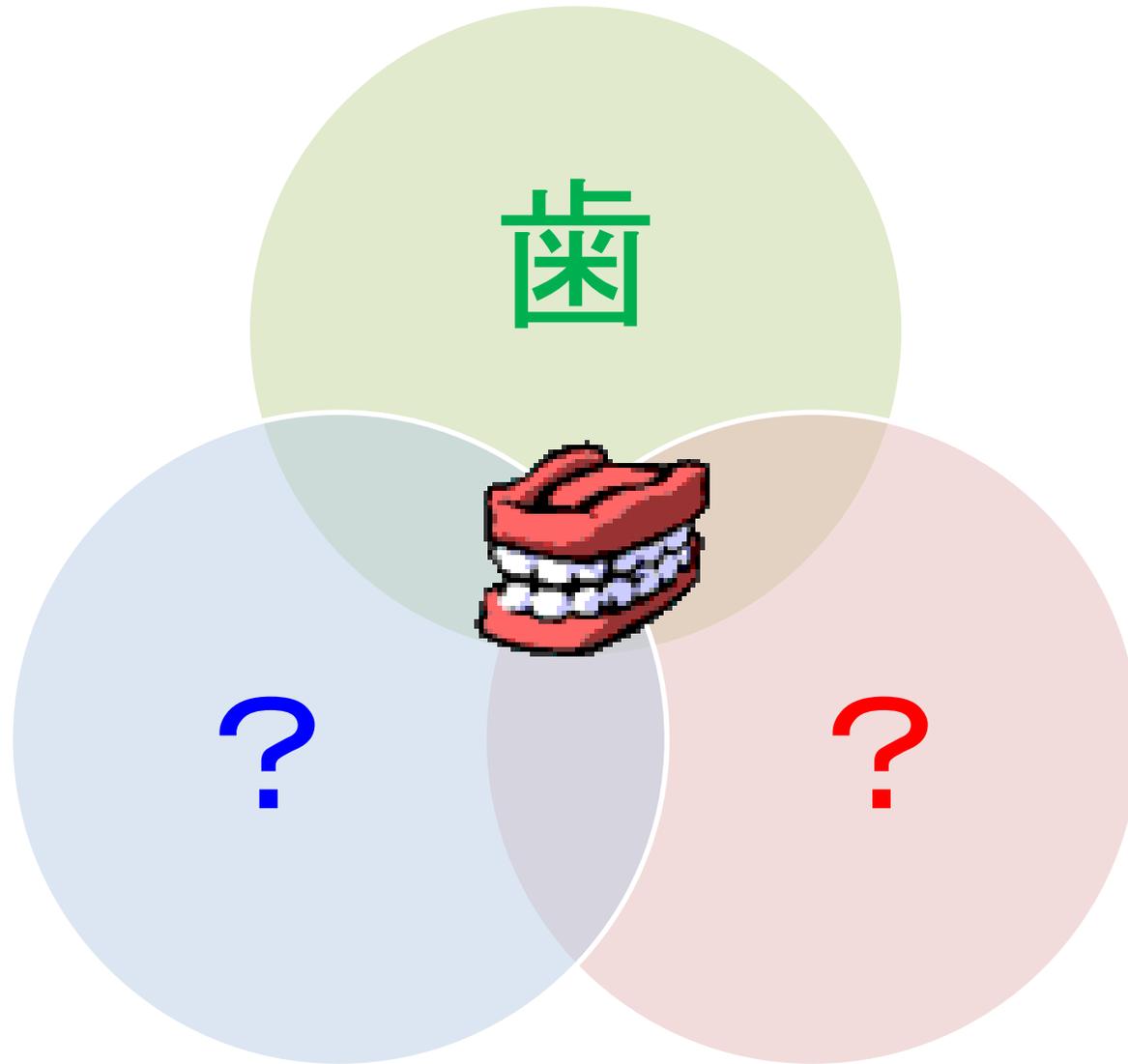


A close-up photograph of a human mouth. The tongue is significantly enlarged and swollen, appearing bright red and covering most of the upper teeth. The surrounding oral tissue is also visible, showing some redness and swelling. The overall appearance suggests a condition like macroglossia or a severe allergic reaction.

咀嚼は**歯**の存在だけが

問題ではなさそう。。。。

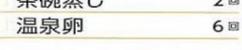
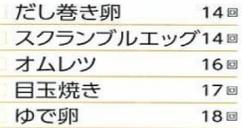
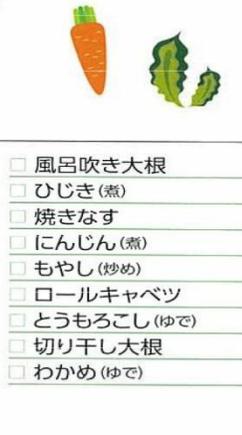
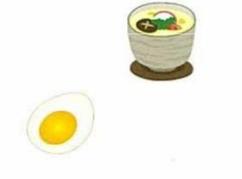
— 「咀嚼」に必要な口腔の3大要素 —



かむかむチェックシート

公立能登総合病院 歯科口腔外科 部長 長谷 剛志

20代の男女50名(28本以上歯がある)の一口量あたりの噛む回数(平均)を一覧にしました。ふだん食べている食事を把握し、表記回数より多く噛むように心掛けましょう!

噛む回数	米・麺・パン類	肉料理	魚料理	卵料理	豆・芋料理	野菜・海草	果物・お菓子
~ 10 回	<input type="checkbox"/> 粥 5回 <input type="checkbox"/> お茶漬け 7回 <input type="checkbox"/> カレーライス 10回 	<input type="checkbox"/> 煮魚 10回  <p>粥やお茶漬けは噛まなくても簡単に飲み込めますが、口の中ではばらけやすいです。飲み込む力が低下している場合、ゆっくり食べるよう意識しないと誤嚥しやすいので注意しましょう。</p>	<input type="checkbox"/> 煮魚 10回	<input type="checkbox"/> 茶碗蒸し 2回 <input type="checkbox"/> 温泉卵 6回  <p>茶碗蒸し、温泉卵、ヨーグルト、プリン、ゼリー、メロン、いちご、もも、みかんなどは、口当たりがよく、食欲が低下していたり、噛む力が衰えている方でも比較的簡単に食べられます。</p>	<input type="checkbox"/> 大根おろし 10回 	<input type="checkbox"/> ヨーグルト 2回 <input type="checkbox"/> プリン 3回 <input type="checkbox"/> ゼリー 4回 <input type="checkbox"/> メロン 6回 <input type="checkbox"/> いちご 8回 <input type="checkbox"/> もも 8回 <input type="checkbox"/> みかん 9回	
~ 20 回	<input type="checkbox"/> そば 12回 <input type="checkbox"/> スパゲティ 12回 <input type="checkbox"/> うどん 13回 <input type="checkbox"/> ラーメン 13回 <input type="checkbox"/> 焼きそば 14回 <input type="checkbox"/> お好み焼き 15回 <input type="checkbox"/> そうめん 16回 <input type="checkbox"/> ハンバーガー 16回 <input type="checkbox"/> 餅 19回 <input type="checkbox"/> 白米 20回	<input type="checkbox"/> ハンバーグ 14回 <input type="checkbox"/> ウィンナー 16回 <input type="checkbox"/> ミートボール 17回 	<input type="checkbox"/> エビ(刺身) 12回 <input type="checkbox"/> 鮭(ムニエル) 12回 <input type="checkbox"/> つみれ 13回 <input type="checkbox"/> 焼き魚 14回 <input type="checkbox"/> 赤身魚(刺身) 15回 <input type="checkbox"/> うなぎ(蒲焼) 15回 <input type="checkbox"/> かまぼこ 19回 	<input type="checkbox"/> だし巻き卵 14回 <input type="checkbox"/> スクランブルエッグ 14回 <input type="checkbox"/> オムレツ 16回 <input type="checkbox"/> 目玉焼き 17回 <input type="checkbox"/> ゆで卵 18回  <p>噛む回数が20回未満の食品を食べることが多い方は噛む回数が少なくなりがちで早食い傾向にあるため注意しましょう。</p>	<input type="checkbox"/> 冷奴 11回 <input type="checkbox"/> 枝豆 14回 <input type="checkbox"/> おから 14回 <input type="checkbox"/> 里芋(煮) 16回 <input type="checkbox"/> ジャがいも(煮) 16回 <input type="checkbox"/> フライドポテト 19回 <input type="checkbox"/> アーモンド(素焼き) 19回 	<input type="checkbox"/> 風呂吹き大根 12回 <input type="checkbox"/> ひじき(煮) 14回 <input type="checkbox"/> 焼きなす 14回 <input type="checkbox"/> にんじん(煮) 14回 <input type="checkbox"/> もやし(炒め) 16回 <input type="checkbox"/> ロールキャベツ 17回 <input type="checkbox"/> とうもろこし(ゆで) 18回 <input type="checkbox"/> 切り干し大根 18回 <input type="checkbox"/> わかめ(ゆで) 18回 	<input type="checkbox"/> バナナ 13回 <input type="checkbox"/> ショートケーキ 14回 <input type="checkbox"/> ポテトチップス 14回 <input type="checkbox"/> シュークリーム 18回 <input type="checkbox"/> 大福 18回 <input type="checkbox"/> 梨 20回 <input type="checkbox"/> おはぎ 20回 
~ 30 回	<input type="checkbox"/> サンドイッチ 25回 <input type="checkbox"/> 五穀米 26回 <input type="checkbox"/> トースト 27回 <input type="checkbox"/> チャーハン 28回 <input type="checkbox"/> ピザ 28回 	<input type="checkbox"/> 餃子 22回 <input type="checkbox"/> 牛肉コロッケ 23回 <input type="checkbox"/> シュウマイ 23回 <input type="checkbox"/> ローストビーフ 24回 <input type="checkbox"/> 焼き鳥 25回 <input type="checkbox"/> ハム 26回 <input type="checkbox"/> すき焼き(牛肉) 27回 <input type="checkbox"/> メンチカツ 27回 <input type="checkbox"/> ベーコン 28回	<input type="checkbox"/> 白身魚(刺身) 22回 <input type="checkbox"/> ちくわ 23回 <input type="checkbox"/> アジフライ 23回 <input type="checkbox"/> 魚肉ソーセージ 24回 <input type="checkbox"/> イカ(刺身) 30回	<input type="checkbox"/> 高野豆腐 23回 <input type="checkbox"/> ごんにやく 24回 <input type="checkbox"/> 大学芋 26回 <input type="checkbox"/> 焼き芋 26回 <input type="checkbox"/> ポテトサラダ 27回 <input type="checkbox"/> 揚げ 30回 	<input type="checkbox"/> きゅうり(浅漬け) 22回 <input type="checkbox"/> なす(浅漬け) 23回 <input type="checkbox"/> かぼちゃ(煮) 23回 <input type="checkbox"/> なます 24回 <input type="checkbox"/> オクラ(ゆで) 25回 <input type="checkbox"/> レタス(生) 27回 <input type="checkbox"/> れんこん(煮) 30回 <input type="checkbox"/> たけのこ(煮) 30回 	<input type="checkbox"/> 甘栗 21回 <input type="checkbox"/> スイカ 22回 <input type="checkbox"/> 羊かん 22回 <input type="checkbox"/> 柿 23回 <input type="checkbox"/> カステラ 26回 <input type="checkbox"/> りんご 27回 <input type="checkbox"/> かりんとう 27回 	
~ 40 回	<input type="checkbox"/> コーンフレーク(牛乳入) 36回 	<input type="checkbox"/> 焼肉(豚) 31回 <input type="checkbox"/> ビーフステーキ 31回 <input type="checkbox"/> 焼肉(牛) 32回 <input type="checkbox"/> とんかつ 33回 <input type="checkbox"/> から揚げ(鶏) 34回	<input type="checkbox"/> 干物 31回 <input type="checkbox"/> エビフライ 31回 <input type="checkbox"/> タコ(刺身) 32回 <input type="checkbox"/> イカリング揚げ 39回  <p>毎日の食卓には噛む回数が30回以上必要となる食品を一品以上は取り入れるよう心がけましょう。</p>	<input type="checkbox"/> 厚揚げ 33回 	<input type="checkbox"/> 白菜(浅漬け) 31回 <input type="checkbox"/> アスパラ(ゆで) 32回 <input type="checkbox"/> 昆布巻き 33回 <input type="checkbox"/> ぜんまい(煮) 33回 <input type="checkbox"/> ブロッコリー(ゆで) 34回 <input type="checkbox"/> キャベツ(生:せん切り) 36回 <input type="checkbox"/> たくあん 36回 <input type="checkbox"/> きんぴらごぼう 38回 	<input type="checkbox"/> 干し芋 34回 <input type="checkbox"/> せんべい 40回  <p>一口量は個人差があるため、自分でも噛む回数を測定してみましょう!</p>	
41 回~	<input type="checkbox"/> フランスパン 51回 	<input type="checkbox"/> ビーフジャーキー 44回	<input type="checkbox"/> 煮干し 45回 <input type="checkbox"/> するめ 67回	<input type="checkbox"/> おしゃぶり昆布 44回			

— 「歯つらつ健康プログラム」 —

新聞 第3種郵便物認可

高齢者に **食べる力** を

市がモデル事業

歯科医で無料 検査や指導

高齢者の「食べる力」を維持・向上させるため、市は歯科医で口腔機能の検査や改善指導を無料で受けられるモデル事業に県内で初めて乗り出す。かむ力や飲み込む力は健康維持と関係があり、歯科医で歯の治療と合わせて調べてもらうことで、介護予防につながる。今年度は2カ所で実施し、今後、医院を増やす考えだ。

健康維持、介護予防に

事業は宮田歯科室（正田1丁目）と高木歯科医院（額谷3丁目）で行う。市が作成したチェックリストに基づき▽半年前に比べて固いものが食べにくくなった▽お茶や汁物でむせる▽口の渇きが気になる▽の3項目を調べる。

2項目以上に当てはまる人に対して、歯科衛生士が、かみ砕く「咀嚼」と、飲み込む「嚥下」の能力を高める運動の指導や、口と歯の健康に関する講話などを行う。

市によれば、咀嚼や嚥下の機能が衰えると、口から食物を摂取することができなくなり、栄養が十分に取れなくなる。食事ができなくなることで、精神的に落ち込む人もいるという。

市は従来、福祉健康センターや、高齢者の自宅に訪問する形で指導を行っているが利用者は少ない。普段から通う歯科医でケアが受けられるようになれば、高齢者の健康維持に役立つとみている。

市健康政策課の担当者は「食べる力は、生きる力につながる。口腔機能の低下を食い止めるため、多くの高齢者に気軽に利用してもらいたい」と話した。



「からだ」と「こころ」の チェックリスト (質問票)

ご自身の生活機能を知って、健康づくりに活かしましょう!!

目的

セルフチェックでご自身の生活機能を確認し、早いうちから介護予防に取り組みましょう！
判定で生活機能の低下に該当された方には、地域包括支援センターから介護予防のためのプログラムをご紹介します。
生活機能の低下に該当しない方も介護が必要な状態にならず、いつまでも元気で過ごせるよう自ら健康づくりに取り組みましょう。

対象

介護保険の要支援・要介護認定を受けていない65歳以上の方が対象となります。
ご本人の了解を得てご家族がチェックしていただいてもかまいません。

チェックをした後は

中面の「からだ」と「こころ」のチェックリスト(質問票)の判定で、生活機能の低下に該当された方は、下記の提出先へ送付(FAX可)または持参してください。

- 生活機能の低下に該当された方
お住まいの地域を担当する地域包括支援センターから教室参加等についてのご連絡をさせていただきます。
- 生活機能の低下に該当されなかった方
ご連絡はありませんのでご了承ください。

チェックリストの提出先

- ◆金沢市健康政策課
- ◆市役所1階の「福祉と健康の総合窓口」
- ◆福祉健康センター(泉野、元町、駅西)
- ◆市民センター(森本、金石、犀川、安原、額、押野、浅川、泉野、元町、新神田、駅西、湊、本町、近江町)
- ◆お住まいの地域を担当する地域包括支援センター(中面参照)

【問合せ先】〒920-8577(専用郵便番号のため、住所は省略できます)
金沢市広坂1丁目1番1号
金沢市役所 健康政策課 介護予防担当
電話 220-2233 FAX 220-2231



「からだ」と「こころ」のチェックリスト(質問票)の判定

右のチェックリスト(質問票)の点数(各1点)を合計し、①～④のいずれかに該当する場合は、シニア元気プログラムの参加をおすすめします。

- ① No.6～10の合計が3点以上 → 運動機能の低下に注意が必要です。
- ② No.11、No.12の合計が2点 → 低栄養の可能性があります。
- ③ No.13～15の合計が2点以上 → 口腔機能の低下に注意が必要です。
- ④ No.1～20の合計が10点以上 → 一般的な生活機能の低下に注意が必要です。
- No.21～25の合計が2点以上 → こころの機能の低下に注意が必要です。
(気になる方は、かかりつけ医またはお近くの福祉健康センターにご相談ください。)

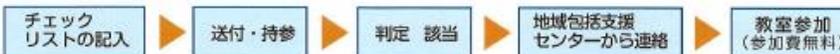


シニア元気プログラム

プログラム	回数	場所	内容
運動	週2回×4週×3か月で合計24回	金沢市が委託した介護予防所事業所など	マシンなどを使用して筋力トレーニング
栄養	6か月間で概ね7回程度	ご自宅に訪問	栄養相談、調理体験
口腔	月2回×3か月で合計6回	福祉健康センター(ご自宅への訪問も可能)	口と歯の健康づくりの講話、口の手入れ

*運動プログラムの参加にあたっては医師の診察が必要な場合があります。

教室参加の流れ



■金沢市地域包括支援センター

センター名	住所	電話番号	FAX番号	担当地域
きしかわ	岸川町ほ5 金沢朱鷺の苑内	257-7878	257-7200	森本
ふくひさ	小坂町中83 浅ノ川総合病院内	293-2913	293-1480	小坂・干坂
かすが	鳴和町1-1-10 城北ショッピングセンター内	253-4185	253-4170	浅野・森山・夕日寺
おおてまち	大手町9-1 小池病院デイケアセンター内	263-5517	263-5721	松ヶ枝・此花・鶴草・馬場
さくらまち	桜町24-30 宗広病院内	222-5722	224-0189	材木・味噌蔵
たがみ	田上本町力45-1 ピカソ内	231-8025	231-8026	犀川・湯涌・浅川
もろえ	沖町ハ15 金沢病院内	293-5084	293-5078	諸江・浅野川・川北
くらつき	鞍月東1-9-2 武蔵商事ビル内	237-8063	237-8186	鞍月・栗崎・大野・金石
えきにしほんまち	駅西本町6-15-41 金沢西病院内	233-1873	233-1874	戸板・大徳
ひろおか	広岡2-1-7 中央金沢朱鷺の苑内	234-2129	234-7722	長町・長土塚・芳青・長田・西
かみあらか	上荒屋1-39 やすらぎホーム内	269-0850	269-0524	押野・西南部・三和
きたづか	北塚町西475 デイサービス朱鷺の苑二塚内	240-4604	249-2252	米丸・二塚・安原
とびうめ	飛梅町2-1	231-3377	231-3112	新聖・小立野
みつくちしんまち	三口新町1-8-1 陽風園内	263-7163	260-0635	十一屋・菊川・崎浦・内川
ながさか	泉野出町1-22-26 Belle-2内	280-5111	280-5123	泉野・長坂台
いずみの	泉野町6-15-5 泉野福祉健康センター内	259-0522	242-1129	野町・中村・弥生・新神田
ありまつ	有松5-2-24	242-5510	242-9070	三馬・米泉
やましな	山科町午40-1 シニアマインド21内	241-8165	241-1178	富樫・伏見台
まがえ	馬替2-124-1 シェーネアルト内	298-6964	298-6984	額・扇台・四十万

— 口腔機能の低下をチェック！ —



半年前に比べて固いもの
食べにくくなりましたか？

歯



お茶や汁物等で
むせることが
ありますか？



口の渇きが
気になりますか？

唾液

舌

2項目以上にチェックが入ると危険

— あいうえお ストレッチ —

【あ】 目を大きく開け、顔のパーツを外側に持っていくイメージで大きく口をあけます



【い】 顎を上げ、思いっきり口を横に伸ばします（前頸筋の緊張を意識）



【う】 顔の中心にパーツを集めるイメージで唇をとがらせます



【え】 舌を思いっきり前下方向に出すイメージで口を横に開きます



【お】 目を大きく開け、口を縦に開いて思いっきり上下に伸ばします



長谷剛志： 家族でもできるリハビリテーション —リハ医が行う家族指導のポイント— J. of Clinical Rehabilitation 26巻2号（医歯薬出版）

長谷剛志： 介護予防最前線！ 高齢者の食の変化に注意しよう 月刊「歯科衛生士」2017年OVER65特集（2月号）（クインテッセンス出版）

ー リップタン トレーニング ー



【 パ行 】

パピプペポ パペピプペペポパポ ポペプピパ
ポペプピパ ポパポペペプピペパ パピプペポ

【 タ行 】

タチツテト タテチツテテトタト トテツチタ
トテツチタ トタトテテツチテタ タチツテト

【 カ行 】

カキクケコ カケキクケケコカコ コケクキカ
コケクキカ コカコケケクキケカ カキクケコ

長谷剛志： 家族でもできるリハビリテーション ーリハ医が行う家族指導のポイントー J. of Clinical Rehabilitation 26巻2号（医歯薬出版）

長谷剛志： 介護予防最前線！ 高齢者の食の変化に注意しよう 月刊「歯科衛生士」2017年OVER65特集（2月号）（クインテッセンス出版）

— 高齢者の「食べる」に関する裁判事例 —

事例	裁判所	判決日 利用者側請求総額 判決	概要
1	横浜地裁	H12.2.23 2400万円 損害賠償2220万円	特養のショートステイ利用者が朝食の食事終了後、職員が異変に気づき救急搬送するも死亡。
2	横浜地裁	H.12.6.13 2119万円 請求棄却	老健の利用者が、夕食時にこんにやくをのどに詰まらせ死亡。
3	神戸地裁	H16.4.15 2882万円 請求棄却	特養の82歳入所者がパン粥の誤嚥による死亡。
4	名古屋地裁	H16.7.30 3421万2160円 損害賠償2426万4700円	特養でのこんにやく、はんぺんの誤嚥による死亡。
5	東京地裁	H19.5.28 1974万9595円 損害賠償292万6666円	特養において玉子丼のかまぼこ片の誤嚥による死亡。
6	松山地裁	H20.2.18 2217万1750円 損害賠償1318万6250円	特養においてミキサー食の誤嚥による死亡(他にやけど事故も併合)。
7	東京地裁	H20.3.27 2800万円 請求棄却	特養入所者が朝食時に食事を誤嚥して死亡。
8	東京地裁	H22.7.28 2250万円 請求棄却	介護付き有料老人ホームにて、夕食中に誤嚥により死亡。
9	横浜地裁	H22.8.26 3190万円 請求棄却	介護老人保健施設において、食事中にご飯、厚揚げ、ふきの煮物などを誤嚥して翌日死亡。
10	東京地裁	H22.9.30 3667万4121円 請求棄却	グループホームにおいて、昼間に台所付近をうろついているところを発見された後、深夜に認知症高齢者が嘔吐、下痢等の症状を呈した後死亡。

11	東京地裁	H22.12.8 4672万9945円 請求棄却	デイサービスにおいて、食事中に青菜、マグロ等を誤嚥し死亡。
12	さいたま地裁	H23.2.4 2463万9285円 損害賠償1770万円	特養入所者が紙おむつと尿取りパッドを異食し窒息死。
13	水戸地裁	H23.6.16 4638万3576円 損害賠償2938万908円	老健にて入居者が刺身を誤嚥し窒息死。
14	京都地裁	H25.4.25 3945万5594円 損害賠償2640万円	ショートステイにて利用者がとろみ食を誤嚥し窒息死。
15	神戸地裁	H24.3.30 3208万3620円 請求棄却	有料老人ホームにて利用者が朝食時にロールパンを誤嚥し窒息死。
16	大阪高裁	H25.5.22 同上 損害賠償1548万3620円	15の控訴審
17	松山地裁	H26.4.17 2335万2202円 損害賠償1564万9202円	訪問介護員が調理したうどんの具材を喉に詰まらせ窒息死。
18	福岡地裁	H26.12.25 2200万円 請求棄却	グループホーム入居者が夕食・口腔ケア後に誤嚥し窒息死。
19	福岡高裁	H27.5.29 同上 請求棄却	18の控訴審

平成20年以降・・・「誤嚥・窒息」訴訟が増加！



— 「誤嚥・窒息」問題の過失を判断するポイント —



 誤嚥しにくい食材を提供していた？

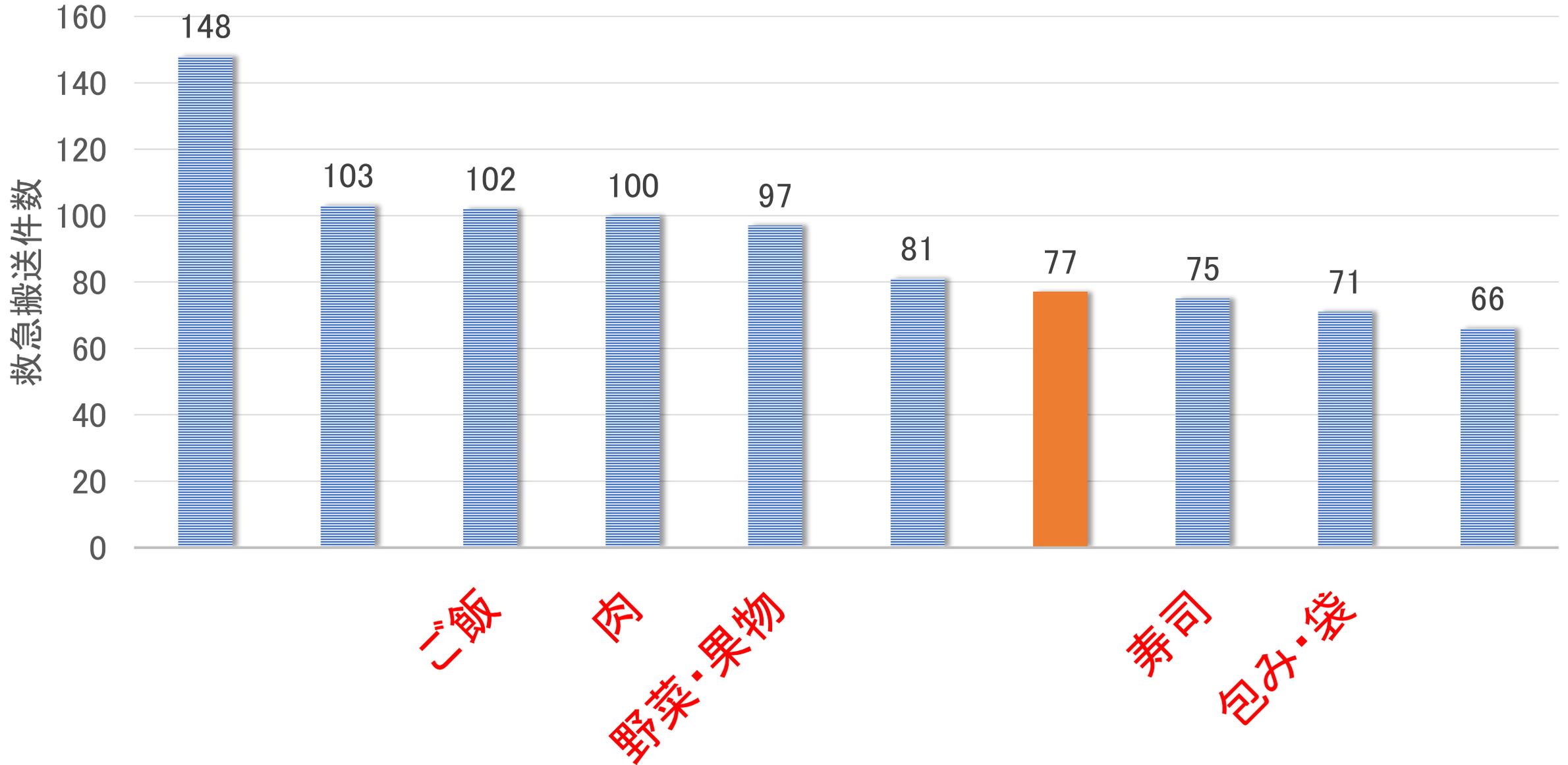
 食事状況をよく観察していた？

 家族や病院と連携していた？

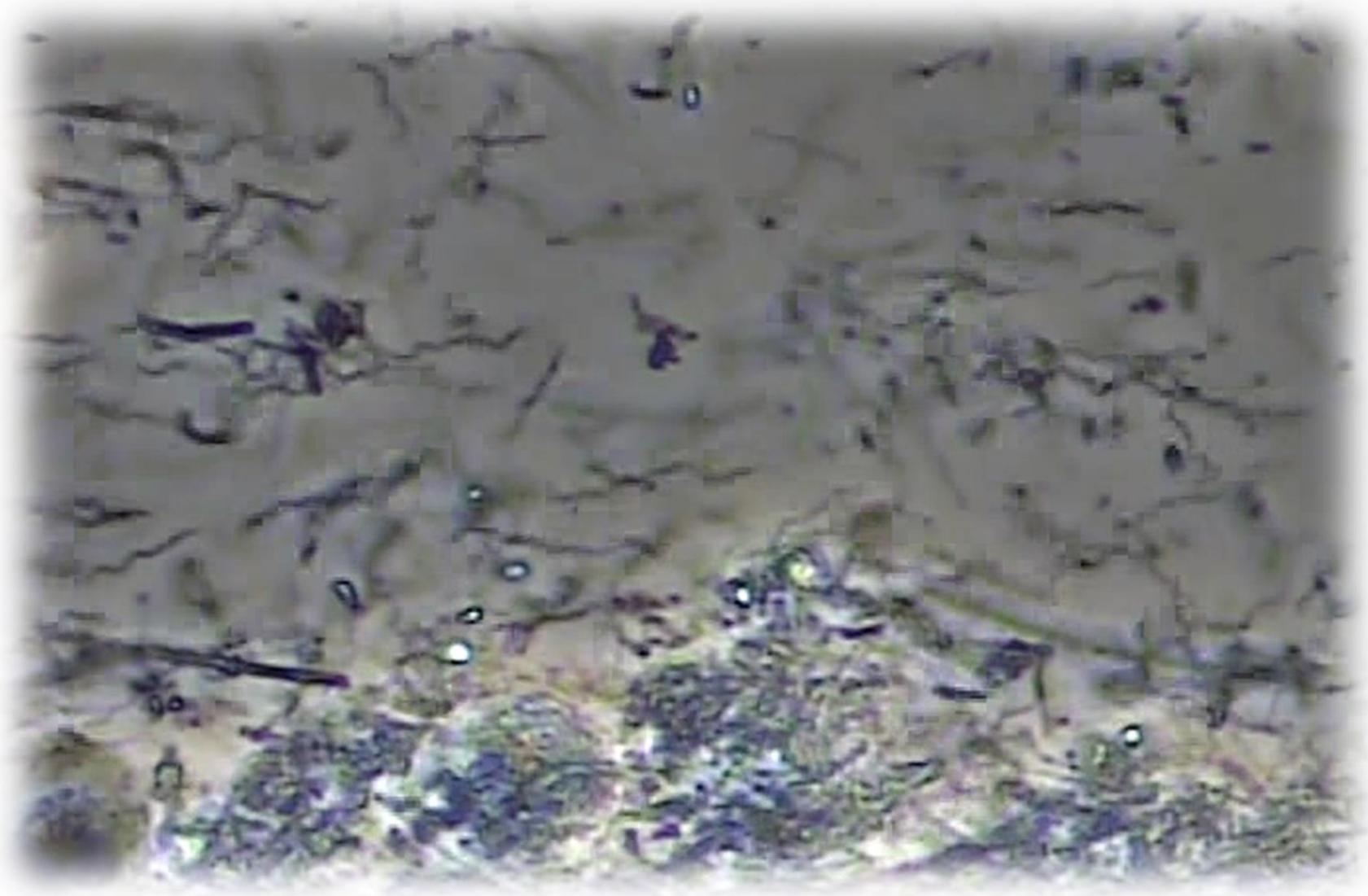
 食事情報を記録化していた？



— 65歳以上の「窒息・誤飲」したものの上位10製品 —



— 口腔衛生環境と細菌増殖 —

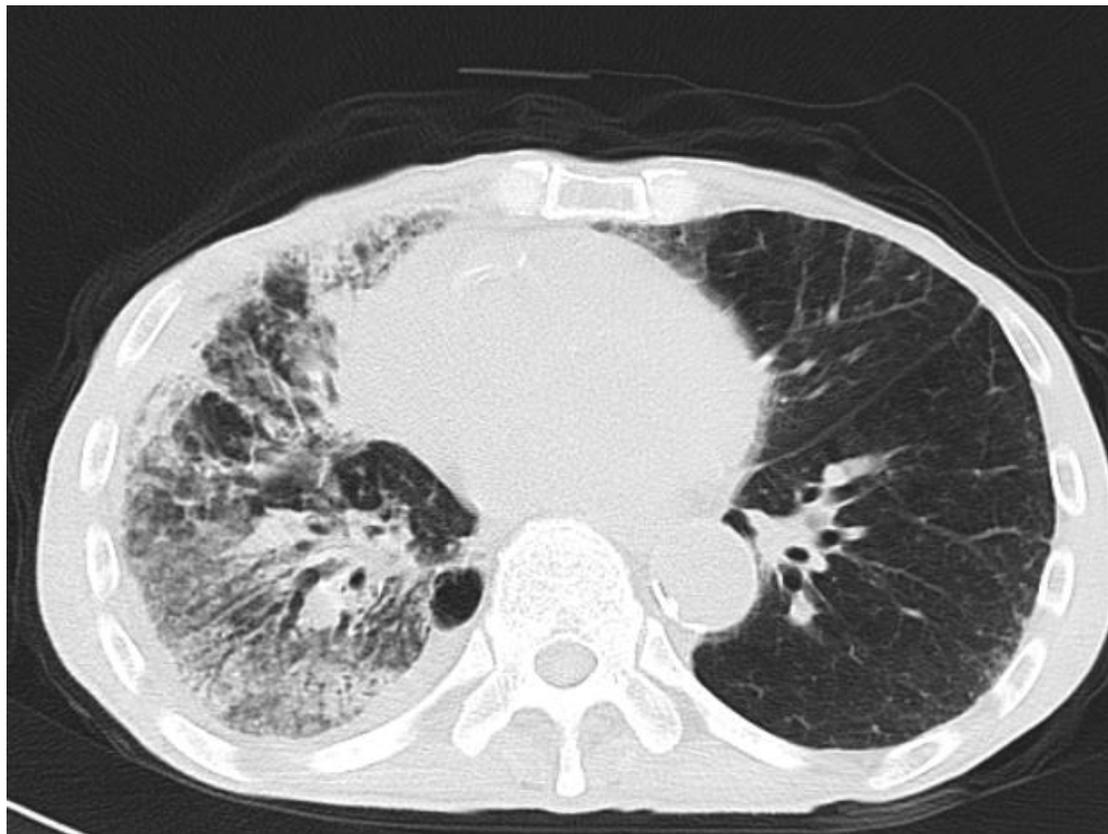
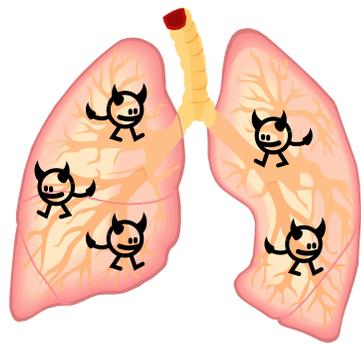


位相差顕微鏡(×3200)

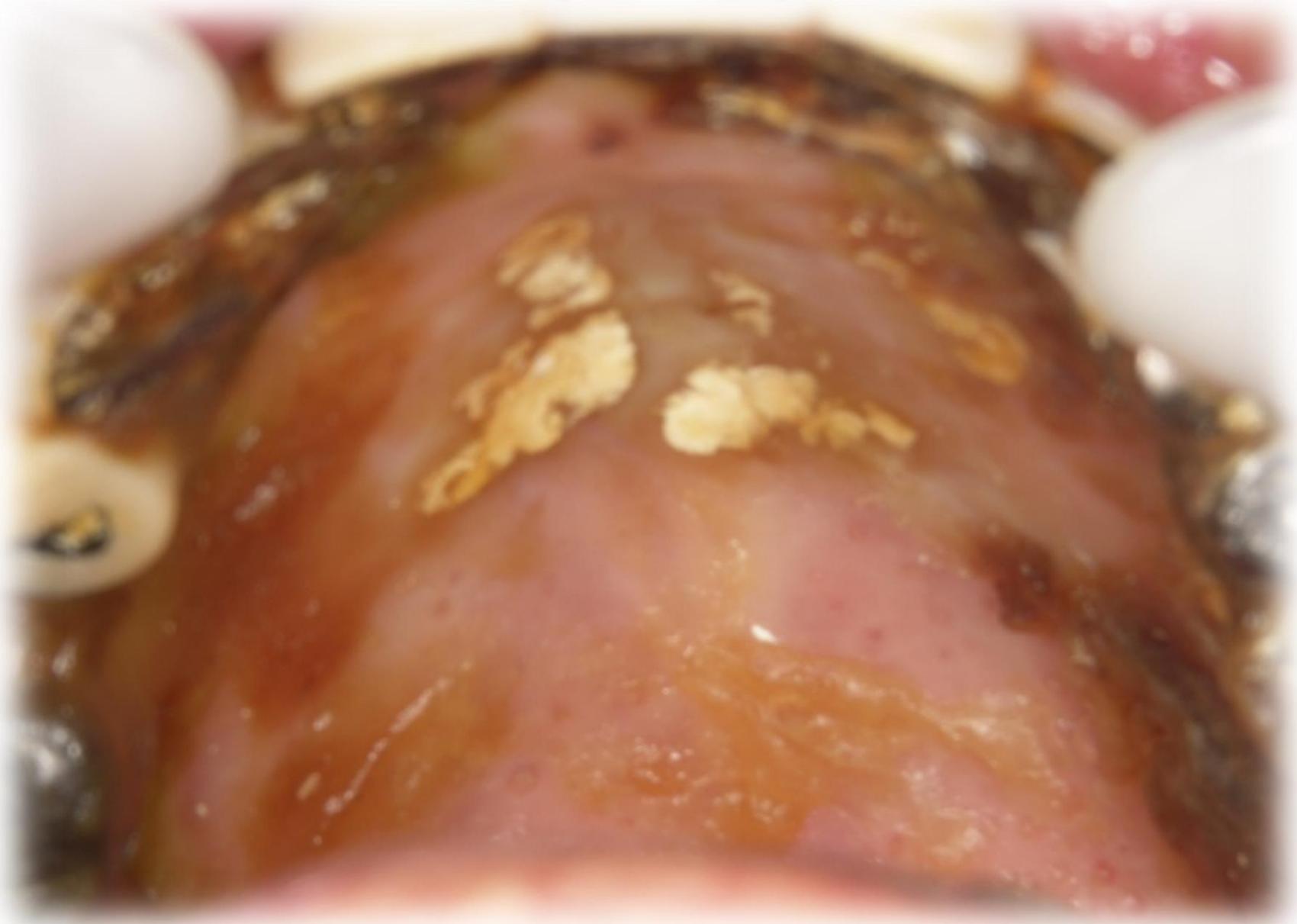


— 口腔衛生環境と「肺炎」 —

誤嚥性肺炎



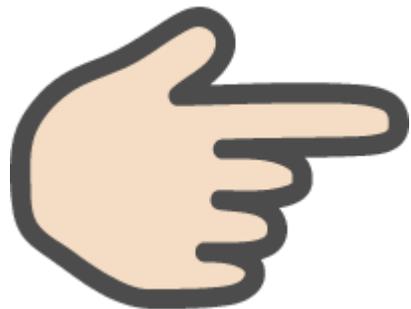
— 服薬の確認 —



— 口から食べることの意義 —

生活

「生きる」



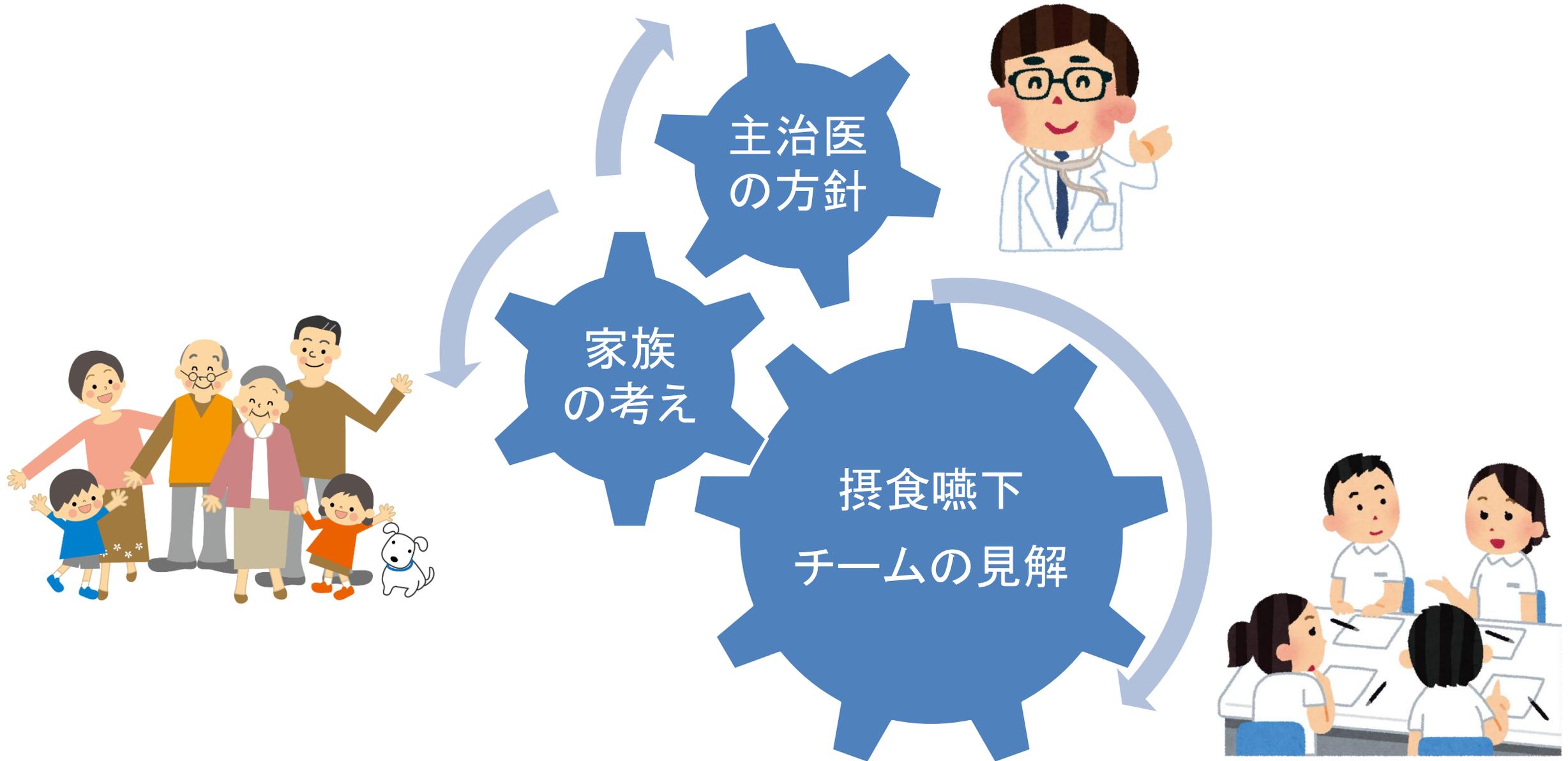
「活きる」

口から食べて！



生きる **活**力を!!

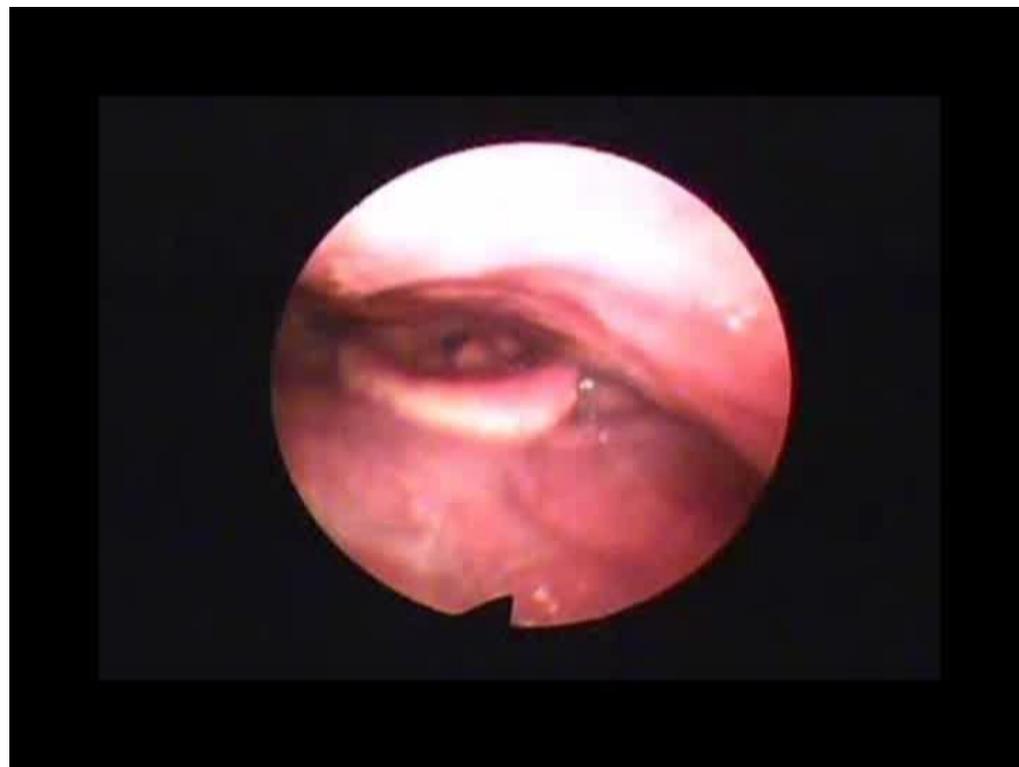
— 「食支援」の方向性 —



— ビデオ嚥下内視鏡検査(VE) —

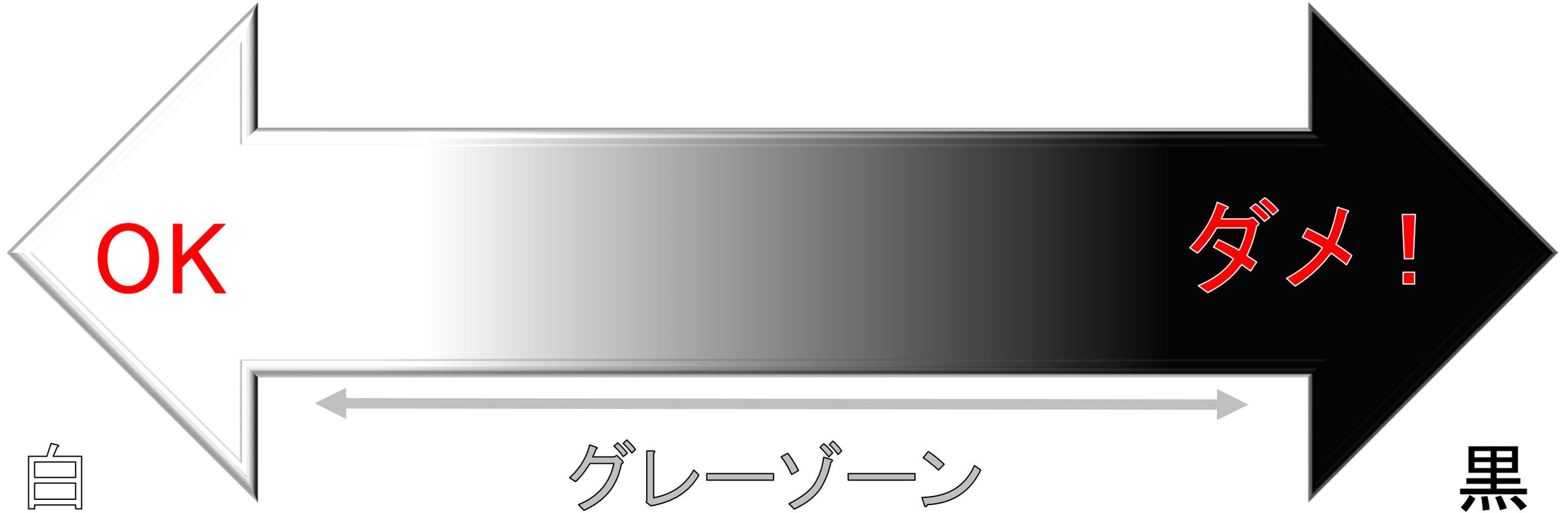
Video Endoscopic Evaluation of Swallowing

内視鏡挿入下で食品を食べているときの嚥下動態を観察



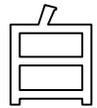
78歳 女性:脳梗塞

— 「食べる」機能を評価するということ —



OK

ダメ!



グレーゾーン

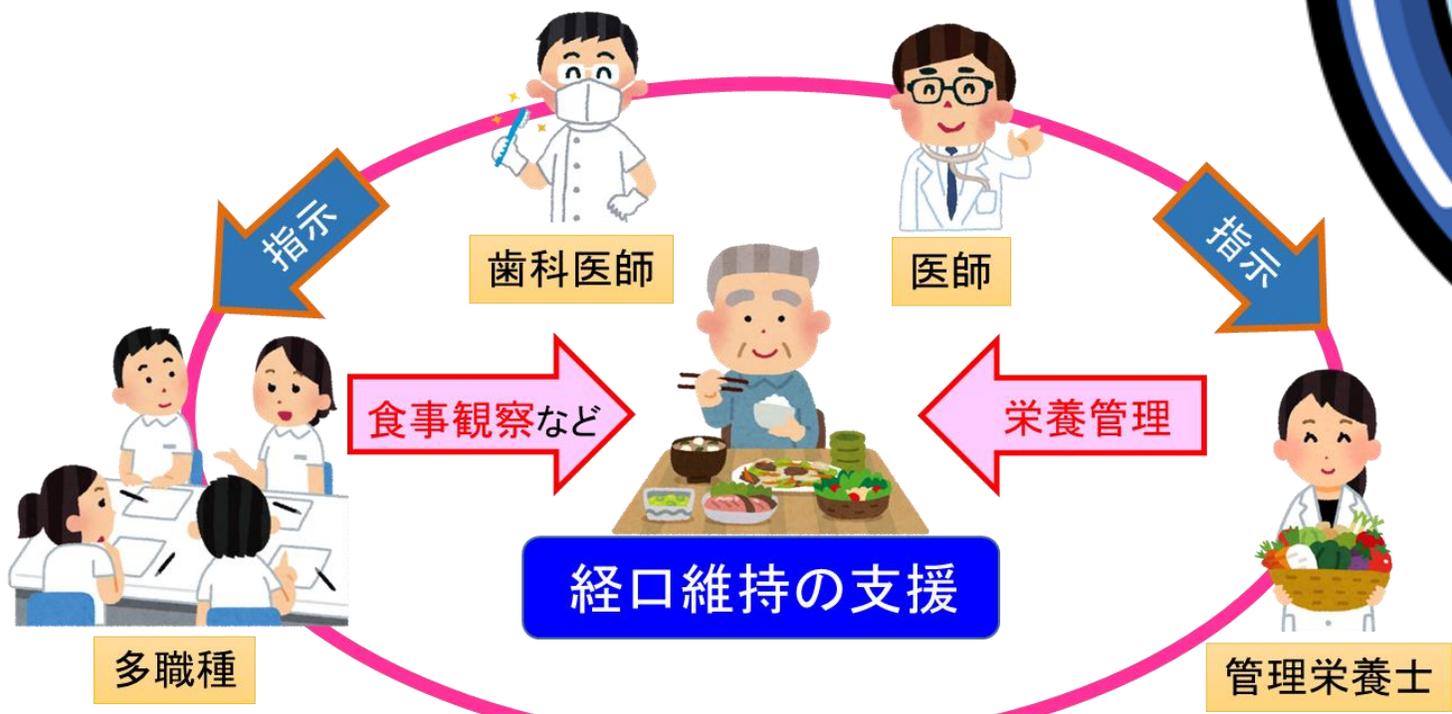
黒

観る・診る・看る



医療管理と生活支援の共通視点

食事場面の観察



特許出願中： 特願2017- 80032



食事観察サポートソフト



「い〜とみる」

blakk[®]

株式会社 八光

い〜とみる

🔍 検索



<https://www.eatmiru.com>

該当する項目を選択

観察対象者に該当する項目を選択してください

どこか元気がない様子である

現在37℃以上の発熱がある

声掛けしても目を閉じたままである

食欲がない

自分一人で食べるのが困難である

- 
- ① 活力
 - ② 発熱
 - ③ 覚醒
 - ④ 食欲
 - ⑤ 自力摂取

<< 前

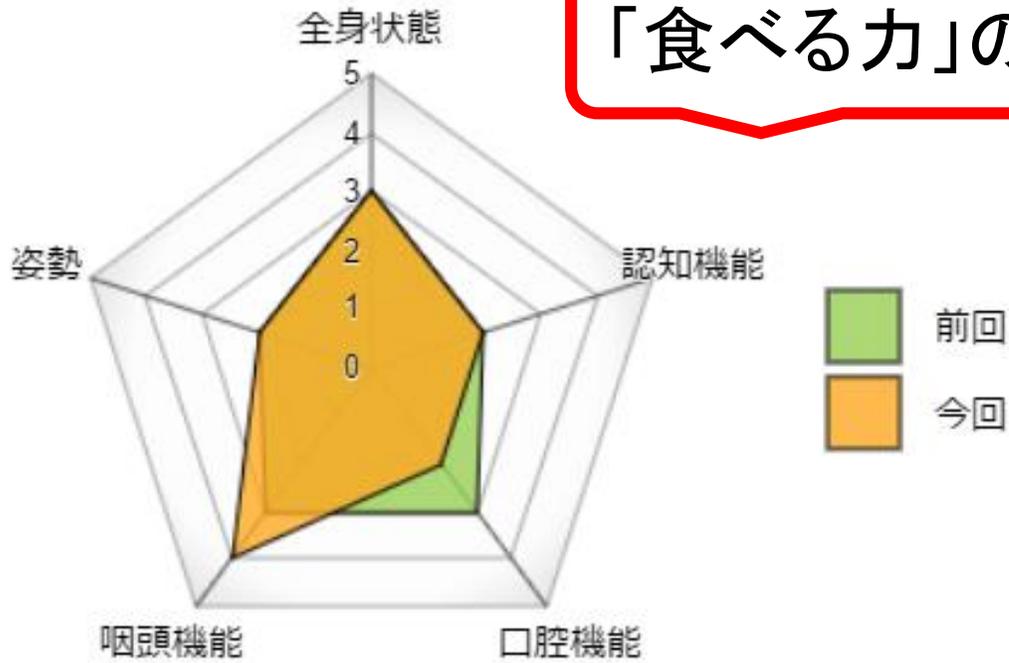
次 >>

・・・などなど、**全25項目**をチェックするだけ！

「食べる力」の変化

考察

対応



考えられることは？	こんな対応策を検討しましょう！
<ul style="list-style-type: none"> • 疲れやすい • 栄養状態が悪い • 不安やストレスを感じている • 精神的な問題がある • 脱水の可能性がある • 処方薬が影響している • 認知症による食行動異常がある • 食べることを認識できていない • 入れ歯を認識できていない • 食事環境が合っていない • テーブルの高さが合っていない • 食形態が合っていない • 舌や口唇など口腔機能が低下している • 入れ歯の適合が悪い • 口腔内に歯科的問題がある • 嚥下する力が低下している • 誤嚥のリスクが高い • もともと早食いである • 自力で食べるのが困難である 	<ul style="list-style-type: none"> • 処方薬の影響について主治医に相談する • 脱水対策について検討する • 食事環境を整える • 手の届く範囲に異物となるものを置かない • 食事時間を変更する • 食事中的見守りや介助を行う • テーブルの高さを調整する • リクライニング式車いすを使用する • 枕やタオルなどを使用して体幹を固定する • 食器具を変更する • 口腔ケアの方法について検討する • 歯科医師に口腔診察を依頼する • 食後に咽頭残留物を吸引する • 食形態を変更する • 補助栄養を提供する

「い〜とみる」判定結果表

氏名	性別	生年月日	年齢	観察日	観察回数
本郷 太郎	男性	大正16年7月17日	89	平成29年4月5日	1回目

観察に参加者した職種

家族説明に！（食べる力の変化がわかる）

咽頭機能 口腔機能

とろみ

観察所見

考えられることは？

こんな対応策を検討しましょう！

全身状態

■ここ半年以内に「肺炎」で入院した既往がある

- ・誤嚥のリスクが高い
- ・口腔内の衛生状態が悪い
- ・内服薬が影響している

- ・口腔ケアの方法を検討
- ・食形態の変更を検討
- ・食事の見守りや介助方法を検討

栄養食事指導に！（対応がわかりやすい）

- 上手く噛めない様子である
- 入れ歯の装着を嫌がる
- 口腔内に食物残留がみられる
- 口腔ケアすることを嫌がる

咽頭機能

- お茶や汁物でむせる
- 固形物（お茶や汁物以外）でむせる

- 下している
- ・食器具が合っていない
- ・自力で食べることが困難である
- ・テーブルの高さが合っていない
- ・認知症による異食行動がある
- ・不安やストレスを感じている

「経口維持計画書」作成の参考に！（作成が簡単）



食事観察サポートソフト

「い〜とみる」の3つの意義

その1: い〜と(食事)みる(観察) => 食事場面の観察

その2: い〜と(良いと)みる(見る) => 長所と短所の見える化

その3: い〜と(eat)みる(meal) => 食形態の検討

観る・診る・看る



— 「義歯」は入れたほうがいい！？ —



92歳 男性:アルツハイマー型認知症



88歳 男性:アルツハイマー型認知症

— 「認知症」高齢者の食欲低下と口腔要因 —



【症例1】

86歳 男性

脳梗塞・アルツハイマー型認知症

1週間ほど前より、食事量が減っている

食事中にムセがみられ、微熱があるため食形態を変更（常食 → ソフト食）

— タブレット型超音波画像診断装置 SonoSite iViz —

嚥下検査 苦しくない

高齢化や脳疾患などで食べ物がうまくのみ込めない嚥下障害の患者に対し、特殊な超音波（エコー）を利用した新しい検査方法の臨床研究が石川県七尾市の公立能登総合病院で進んでいる。内視鏡やエックス線を使う従来の嚥下検査に比べ、患者の体への負担が少なくなることが期待される。（松村真一郎）

金大研究員、七尾の病院で臨床

エコー「2年後に」

東京大と富士フイルム（東）の共同研究。東大大学院出身で金沢大新学術創成研究機構の特別研究員三浦由佳さん（左）が昨年十一月から、協力施設の指定を受けた能登総合病院で取り組んでいる。患者の鼻から内視鏡を入れ、エコーを当てることで得られた食べ物の流れをデータ化し、タブレット端末に蓄積。内視鏡検査の結果と照らし合わせて、嚥下障害の有無やその程度を調べる。従来の検査は従来のエコー検査よりも、患者に苦痛や負担を与えない。二年後の実用化を目指すという。

三浦さんによると、患者が苦痛や負担を感ずる原因は、検査時に喉にエコーの探針を入れることにある。従来の検査では、患者の鼻から内視鏡を入れ、エコーを当てることで得られた食べ物の流れをデータ化し、タブレット端末に蓄積。内視鏡検査の結果と照らし合わせて、嚥下障害の有無やその程度を調べる。従来の検査は従来のエコー検査よりも、患者に苦痛や負担を与えない。二年後の実用化を目指すという。

出江 研一（東北大学大学院教授）は「患者が自然な形で検査を受けることが可能になる」と期待を寄せている。

出江 研一（東北大学大学院教授）は「患者が自然な形で検査を受けることが可能になる」と期待を寄せている。



観る・診る・看る



「食形態マップ」を作製

施設間での「食形態」の互換性を確認するための整合表

食力の会 形態マップ作製

嚥下障害向け 食に統一基準

能登地区の病院や高齢者介護施設の管理栄養士らでつくる「食力の会」は2日までに、各施設で嚥下障害の患者に提供している食事の名称を統一した。食材の軟らかさや大きさなどで分類し、患者が施設を移る際に引き継ぐ食形態の正確な伝達につなげる。羽咋市以北の病院・施設35カ所のメニューを写真付きでまとめた「食形態マップ」を作製し、統一基準を県内全域に広めよう。

能登の35病院・施設メニューまとめる

病院や介護施設では、食って気管に入ったりする嚥下（えんげ）物がうまくなみ込めずに障害の患者に、ペースト状のどの中に残ったり、誤って細かく刻んだ食材を使っ

食形態マップを紹介する長谷代表
＝七尾市の公立能登総合病院

た料理を提供し、しかし、食事は各施設によつて例え、ある病を17才未満の太だ形態を「きざぎみ食」が17才だ形態を意味するつきがあった患者が病院から場合など、継ぐ患者の食形態で伝えて、一基準がないを招くこともに患者が施設食事をのどにともあったと食力の会は、食を重ね、名作りを進めて食・嚥下リハ学会（名古屋）に細かく、の大きさを軟て「柔小」ど独自の統一た。

A4判、14ツプは、掲載設に配布し、域連携協議会に掲載し



2014年6月3日：北國新聞(朝刊)

しょくりき

— 「食力」の会 —

2011年～

(第3木曜日 / 月 19:00～開催)

テクスチャー特性	摂食・嚥下動態
硬さ 含水量 凝集性	咀嚼機能 食塊形成
流動性	食塊移送 送り込み障害 口腔残留 早期咽頭流入 嚥下反射遅延 咽頭残留
粘度 付着性	誤嚥
瞬間的な変形性	食道入口部通過 咽頭残留

地域の医療・介護施設で提供されている
「食形態」の物性を検討・整理



— 「食形態マップ」の登録説明会 —



45施設 登録加盟中！

(2018年1月現在)

地域の脳卒中や認知症関連事業から
連携要請！

- 能登脳卒中地域連携協議会HP上で閲覧可

<http://noto-stroke.net>

食形態マップ

検索

元氣