

京都栄養ケア研修報告

(京都府訪問看護ステーション協議会G地区支部研修会)

～一歩進めよう、京都のフレイル予防～

日時:2023年7月23日(日)9:20～12:00

会場:京都テルサ 東館2F



総合司会
在宅ケア移行支援研究所
代表 宇都宮宏子氏

夏休みが始まっての最初の日曜日、こんなにたくさん集まっていたいただきありがとうございます。最終申し込みは141名で当日参加の方もおられます。この研修は京都府訪問看護ステーション協議会、NPO法人京都栄養士ネット、株式会社大塚製薬工場の共催です。

ポストコロナとも言えない状況も見えておりますが3年間、病院も在宅も施設も鎖国状態の中で今こそ地域連携大事だな、って思ってた方も多いいのではないのでしょうか。去年の診療報酬改定で退院支援が必要な対象者として入院治療を提供したけれども低栄養が予測される人という項目が追加されました。低栄養の方やフレイルをいかに早い段階で食い止めるかを病院も含め地域で取り組む必要性があると解釈しております。

そうした中で樹山さんや團野さんと話し合う中で、このような食支援チームの人達に今よりもうちょっと早い段階で出会うことが大切だなと考えるようになりました。

今回特別講演をお願いする川口先生は私の前職の際に73の食事レシピを病院の栄養士さんが紹介して下さった事をきっかけに、新宿の暮らしの保健室や看護小規模多機能の坂道ミモザの家、また、マミーズ東京でのご活躍に加え先に出版された「老後と介護を劇的に変える食事術」を拝読し、絶対に京都にお呼びしたいと思っておりました。今日はどうしても対面での参加が叶わず録画でのご 講義となります。よろしくお願いいたします。

訪問看護ステーション協議会の山本と申します。本日は代理でご挨拶させていただきます。会場を見渡すと普段仕事で連携を取っている方々のお顔も見え、多職種と一緒にこのように勉強できるって本当に良い機会だなんて思います。今日は訪問看護師も沢山参加しております。どうぞよろしくお願いいたします。



訪問看護ステーション協議会
会長代理 山本 かおり



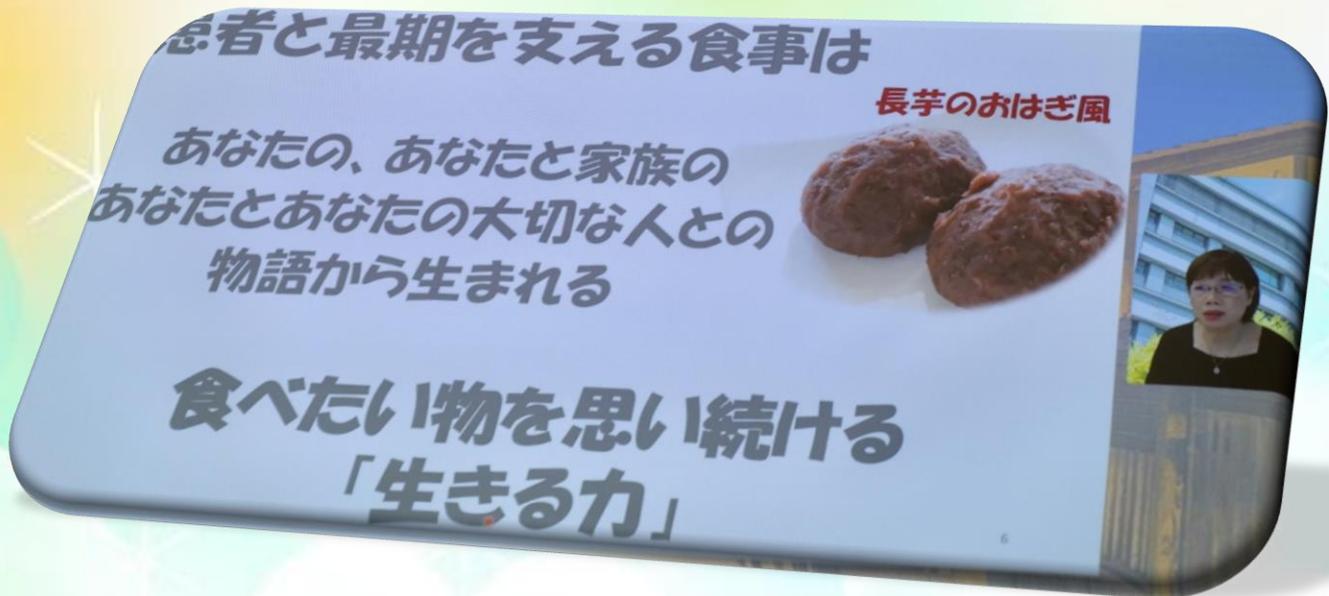
(株)大塚製薬工場の方々

特別講演

『栄養食事の視点を見逃さない支援者である為に

—在宅療養生活の栄養食事支援の向き合い方を考える—』

大妻女子大学 家政学部教授 川口 美喜子先生



川口先生は島根県の山間部の御出身で仁多米という自慢のお米を作っておられるご両親のもとで育たれました。お父様が頭部外傷・膵臓癌と立て続けに入院され、食事形態がどんどん変わっていく中で病院の配慮で食欲のないお父様に出されたお膳はアイスやゼリーでした。そのお膳を前にお父様が「僕はもう、ご飯を出してもらえないのですか？これでは食べられんけえ」と仰ったきり病院食を口にされなくなったエピソードをご紹介くださいました。米農家であったお父様は主食、主菜、副菜などがそろったお膳と向き合うことが食べる事であり生きる事であったと。「最期を支える食事は大切な人たちとの物語の中で生まれる。父にとってそれはおはぎでした」おはぎを2つ食べて旅立たれたお父様が教えられた「食べる」という事の意味が今も先生の活躍の支えになっているとの事です。

高齢者の栄養と食事の問題は身体フレイル・社会フレイル・精神フレイルなどの要因に加え疾患や家族背景などが複雑に絡み合っているとご講義くださいました。また、高齢者の受診理由の第3位は男女ともに「歯の不具合い」だそうです。「思うように食べたいものを噛みしめることができない事でどうしても食事量が減っていき、それが生きる事への意欲の減退にも繋がる」と懸念されています。

栄養アセスメントを専門知識のある管理栄養士がチームの一員として患者・利用者を支えることでより個別性のある実用的なケアが実現できると訴えられ、先生が病院のみならず、暮らしの保健室や小規模多機能などで出会った多くの事例を紹介してくださいました。肝臓癌末期で大吟醸のゼリーを満面の笑みで頬張る患者さんや認知症で胃瘻を造設された高齢男性が先生のサポートで口から食べられるようになったときの明るい笑顔と奥様の泣き笑いの姿はとても印象的でした。また、私たち看護師より「食べる」に関して具体的で即効性のあるサポートのできる栄養士さんの役割を再認識しました。その中で「もっと早く介入できていたら」と繰り返されていました。

「食事の衰え、意欲の衰えが老化を促進していきます。食べる口、喋る口の健康を維持して孤独を遠ざける。生きていくためには食べ続けなければならない。体に必要な物質を届けるために飲み込む力を維持しなければならない。人は、口からダメになっていく。でも、口から再生する。健康長寿の鍵は『口』生命の入り口なんです」とのこと。

生きる力の根源として食を提案する仕組みを作ることが大切。望む食事、食べられる食事ができる状況にあって穏やかな日々を過ごすことや苦痛や辛さに向き合う事ができる。病の最期は食を奪い取られる。それでも「ごちそうさま」と食べる喜び、笑顔を持ち続けるような『食』を提案していきたいと強く思いました。

京都の実践①

『訪問看護師・介護支援専門員の視点で考える栄養ケア』



訪問看護ステーションえいむ
西井 知代氏



居宅介護支援事業所 恵
布施 美幸氏

続いて京都での実践という事で訪問看護ステーションえいむの 西井 知代先生と居宅介護支援事業所 恵の 布施 美幸先生から80代のパーキンソンとアルツハイマー型認知症を患う女性（Aさん）の事例を紹介されました。当初サービス介入拒否の強かったAさんですが訪問看護、訪問診療、栄養士、訪問歯科、PT、ヘルパーのサービスを受けられるようになり、胃瘻を造設されながらも経口摂取を続けておられます。

娘さんの「食べて欲しい。食べさせたい」という気持ちにとことん寄り添い、Aさんも娘さんも訪問を待ち望むようになった訪問栄養士の支援やチーム全体のきめ細かい連携により、安心感を得られる母娘の姿を通して「食べることは療養者・家族のこれまでの歴史と思い出、体験の共有に結び付く。『食べることができる』とその先の希望に繋がる。いつか食べられない日が来ても食べることができた期間の思い出は大切」「連携を今一度しっかりしたい。食支援だからこそ多職種連携が必要」と訴えられました。

京都の実践②

『病院栄養士から在宅訪問栄養士へつなぐ栄養ケア』



愛成会山科病院栄養科
仁田 美由希氏



NPO京都栄養士ネット
荊木 文子氏

2例目の事例は愛成会山科病院栄養科 仁田 美由希先生とNPO京都栄養士ネット 荊木 文子先生から73歳の脳梗塞の既往のある誤嚥性肺炎の男性（Bさん）と奥様に対しての支援を紹介されました。

病院側としても退院後の生活が心配となるBさんでしたが退院支援カンファレンスを複数回行い、介助者となる奥様にとって不安が最小限となるように地域と連携を取りBさんを荊木先生に託されました。退院後、奥様の不安に寄り添い具体的な提案を通して徐々に低栄養状態から回復され、退院後2年半の現在も入院することなくご自宅で過ごしておられます。また、在宅においての具体的な調理方法などもご紹介くださいました。

「早くからの介入で色々な状態の悪化を防ぎたい。これからも人生に寄り添いながら支援し、具体的に実践可能な形で提案していきたいです」食べることを支えるプロとしての力強い言葉でした。

閉会挨拶



NPO京都栄養士ネット
代表 樹山 敏子氏

高齢者が増えていく中でいかにその人がその人らしく地域の中で生きていくか、にとって大事な栄養ですが、栄養士が低栄養状態に早く気付く、という事が大切なのではなく多職種が色々な生活の場面でそれぞれの専門性を生かして問題点に気付き情報共有して解決にあたる仕組みづくりをこの京都の地で進めていけたらと思います。顔の見える関係性を持つことやツールを使用しての情報共有も有効だと思います。私たちは12年前から京都栄養士ネットとして活動しておりますが、今後も早期に介入して少しでも介護の状態になる人を減らしていきたいと考えています。今日は第一歩としてこれから京都で住民の皆さんの健康を支えていく、その様なうねりが出来たらと思います。今日はありがとうございました。



感想

食べる事を支えるスペシャリストとしての栄養士の皆様と一緒に在宅療養を支えていくことで多くの可能性や学びが得られると気付かされ、在宅療養における栄養ケアに黎明期の大きなエネルギーを感じました。