

# 地域コミュニティにおける食支援 介護レストランと食べることの困りごと相談の活動推進

迫田 綾子 ●日本赤十字広島看護大学 名誉教授／はつかいち暮らしと看取りのサポーター



思い出を食事で結ぶ  
「介護レストラン」

## 1. 背景と目的

食べることは生きることであり、楽しみである。しかし病気や障害により介護が必要になったとき、摂食嚥下機能や食環境が大きく変化してくる。申請者らは「たまには外食したい」「思い出の食事を」など要介護者の願いを受け、「介護レストラン」を年1回実施してきた。「食べることの困りごと」相談は、2年前から地域住民が気軽に相談できる場として毎月1回開催している。相談内容は、栄養、口腔ケア、胃瘻造設の是非、介護方法など多岐にわたる。

本活動は3年が経過し、食支援を通じて要介護者や家族、地域住民と専門職や施設等が輪になる“地域包括ケア”の形となりつつある。介護レストランの参加者は、食べる瞬間に喜怒哀楽の全てを表現され、それを通じてサポーターも共に喜び、悲しみ、相互成長してきた。しかし参加者は限定的であり、今後誰でも気軽に外食ができる環境拡大の必要性を感じてきた。

そこで本活動は、地域コミュニティにおける食支援として、「介護レストラン」及び「食事の困りごと相談活動」等を推進し、食のバリアフリーをめざすことを目的とした。

## 2. 取組みの方法／期待される成果

従来の活動を基盤として、次の①から⑤を拡

充推進する。

①介護レストラン；過去の参加者分析からⅢ部構成とする。Ⅰは要介護度が高く重度摂食嚥下障害がある人を対象とし年1回とする。Ⅱは軽度の摂食嚥下障害がある人を対象とし、年3回相談コーナー開催日に実施する。Ⅲは施設入所者等で一般公募しサポートする。②食支援準備講座；食支援の専門職を講師として、年2回講座を開催する。③食事の困りごと相談コーナー；家族や介護者を対象に毎月20日に開催する。④まちの介護レストラン発掘；市内の介護レストラン協力店を開拓し、地域住民に情報提供する。⑤食支援用具開発；食具のニーズ調査を実施し検討する。活動は、新型コロナウイルス感染症拡大により自粛しつつ、今後の展開を検討中である。

成果は、より多くの要介護者の外食の機会を増やし、誤嚥予防や健康回復、食べる楽しみ等QOLの向上に貢献できる。地域住民と医療・看護・介護職が共に学び合うことは、相互理解が深まり、食支援の知識や技術力が向上する。地域への介護レストランの相談の拡がりは、食のバリアフリーへとつながる。そして最後まで輝いて暮らせる街の実現の基盤となり、活動モデルとして全国へ伝承できる可能性が広がる。