

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



相談コーナー

要旨

食べることは生きることであり、楽しみである。私達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」「食支援のための準備講座」「食べることの困りごと相談」等を地域住民と医療・介護等の専門職がサポーターとして実施し、地域での食支援の芽を育ててきた。

今年度はさらに活動を推進する予定でスタートした。しかしながら、昨春の新型コロナウイルス感染症の蔓延により、活動の自粛や変更・中止を余儀なくされてきた。

介護レストランは、3密となるために中止、準備講座は対面からオンライン講座へ変更した。講座内容は、コロナ禍での食支援を中心に再企画した。それに伴い本講座は、全国から参加があり交流により食支援の輪が広がった。食事の困りごと相談は、対面に加え電話とメール相談を追加した。

コロナ禍では、介護レストランを含めて食支援の形も再構築する必要性に迫られている。今年度は活動をすべて実施することが困難であったが、引き続き地域で培ってきた経験知を出し合い、よりよい食支援活動を推進していきたい。

1. 背景と目的

2014年、「はつかいち暮らしと看取りのサポーター」が市民や多職種で活動がスタート、4年前から食支援活動を開始した。この間の活動で要介護者や家族、地域住民と専門職や施設等が輪になる“地域包括ケア”の形が見えつつある。介護レストランの参加者は、食べる瞬間に喜怒哀楽のすべてを表現され、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目指すことを目的とした。

2. 活動の内容

1) 介護レストランの拡充

介護レストランは、普段外食が難しい要介護高齢者を対象として、介護者と一緒に食事を楽しむ会である。活動は、介護レストランを重度摂食嚥下障害のある人、軽度の摂食嚥下障害のある人、施設等の食事のお出かけプランの3部体制に広げサポートとするよう計画した。

しかしながら新型コロナウイルス感染症拡大のため、10月に予定していた企画は3月に延期し、再度コロナ禍が終息せず結局実施できなかった。

2) 食支援のための準備講座開催

食支援のための基礎知識や技術とマインドを共有する講座を地域の会場で実施予定とされていたが、コロナ禍でもありオンライン講

座に変更した。講座は、食支援を中心に5回実施した。参加者は延べ184名(平均36.8人)であった。

“今日はなに食べる?”シリーズは、コロナ禍の中で工夫できることや楽しみを見つけることを目的として企画した。

要介護高齢者が自粛生活を余儀なくされ、摂食嚥下障害の進行や楽しみの喪失が起こっている現状があり、その中で簡単に作れて美味しく食べやすいものをリモートで情報提供でき、参加者の学びつながっていった。

3) 食事の困りごと相談

新型コロナウイルス感染予防対策として、対面に加えメール及び電話相談を追加した。対面相談は毎月20日、場所は大型商業施設で13時~15時で無料、フレイル等の健康チェックも追加実施した。相談コーナーの感染予防対策は、非接触体温計、消毒薬等、健康チェックは血圧計、握力計等の準備をした。

ただ新型コロナウイルス感染拡大により、4月~7月、12月~2月は中止とした。相談者は毎月5名程度で、健康チェックや栄養相談等であった。電話4件、メール2件、計23名であった。相談員は述べ22名が担当した。

4) まちの介護レストラン協力店発掘

外食での不安や心配に耳を傾け、調理の工夫から車いす利用まで寄り添ってもらえる店舗を協力店とした。目印として協力店ステッカー貼付と「食事の困りごと相談」カードを店頭設置依頼した。

3. 現状の成果・活動

地域コミュニティにおける食支援は、コロナ禍で、活動中止や縮小を余儀なくされた。食事は飛沫感染、接触感染等感染拡大の源になることを懸念し、メンバーは「今何ができるか、求められているか」「感染対策」など、意見交換を繰り返した。その中で地域のニーズやアイデアが出たことは、今後の活動の糧



準備講座フライヤー

になると考えている。オンライン講座は、地域住民と共に全国からの参加があり、交流の場が広がった。

食事の困りごと相談は、対面相談は5回であったが、健康チェックを導入し関心を寄せられている。相談者の困りごとや願いは、多職種の相談員が専門性を活かして協働できることが強みである。

介護レストラン協力店発掘は、5店舗の協力があり、店頭に表示いただいている。

4. 今後の展望

コロナ禍で、食支援活動の変容を求められた1年であった。予定の介護レストランは実施困難であったが、今後必ず実施できるよう準備講座などで知識や技術力を深め体制を整えていく。最期まで自分らしく食べて暮らせる地域を目指し、一歩ずつ活動を進めたい。

最後に、杉浦記念財団助成及び活動終了時期延期をいただき、厚く御礼を申し上げます。

こんなことでお困りではないですか?
食がられない、むせる(嘔吐する)、咀嚼が心配、調理方法や食事介助の方法、適切なケアの方法がわからない、健康が保てない、介護で疲れている、等

電話、メール、対面での相談が可能です。
しほりや介護が必要になると食事生活が徐々に変化していきます。
「しほり」では、食事の困りごとを一緒に考え、目を安心して暮らすためのケアを行います。相談員がしっかりとサポートします。
ご本人やご家族、お友だちへ、こんなでも気軽に相談下さい。
＝フライヤーは郵送いたします＝

相談方法

- 対面相談＝
毎月20日 相談コーナー(13時~15時)
ゆめタウン日市1階1ストラン
※予約不要、電話、メール、対面での相談も可能です。
- 電話相談＝
まずは電話フォームからお申し込みください。
※お申し込み後、24時間以内にお電話させていただきます。
※受付：火・木曜 / 13時~18時
- メール相談＝
こちらの相談フォームから是非お申し込みください。
※お申し込み後、24時間以内にお電話させていただきます。
※受付：火・木曜 / 13時~18時

相談員は、専門職やボランティア、地域の医療や介護の専門家です。
まずはお申し込みのしるしをつけてください。相談員がしっかりとサポートします。
お困りごとを相談し、地域の医療や介護の専門家と連携し、サポートします。

〒750-0001 広島県日市市日市1-1-1
TEL: 082-266-3175
FAX: 082-266-3175
E-MAIL: hataka@shinri.or.jp
URL: http://www.shinri.or.jp
※お問い合わせ先は、日市市社会福祉協議会です。

はつかいち
暮らしと看取りのサポーター 事務局
〒750-0001 広島県日市市日市1-1-1
TEL: 082-266-3175
FAX: 082-266-3175
E-MAIL: hataka@shinri.or.jp
URL: http://www.shinri.or.jp
※お問い合わせ先は、日市市社会福祉協議会です。

困りごと相談フライヤー