

食事に関する介護

食事介助に必要な知識



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイト co, LTD All Right Reserved

食事をする意味



三幸福祉カレッジ

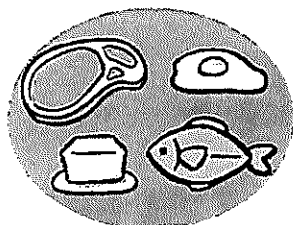
日本教育クリエイト co, LTD All Right Reserved

栄養を摂り満足感を得る

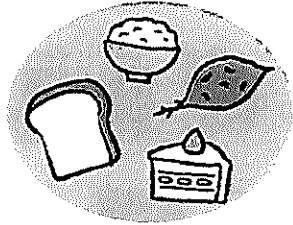
皆さんは、『楽しみ』を感じながら
食事をする事が出来ていますか？

五大栄養素

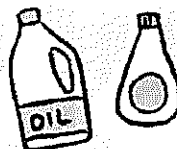
たんぱく質



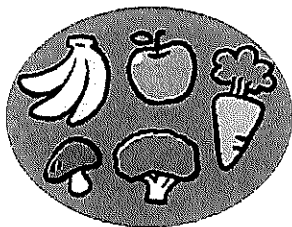
糖質



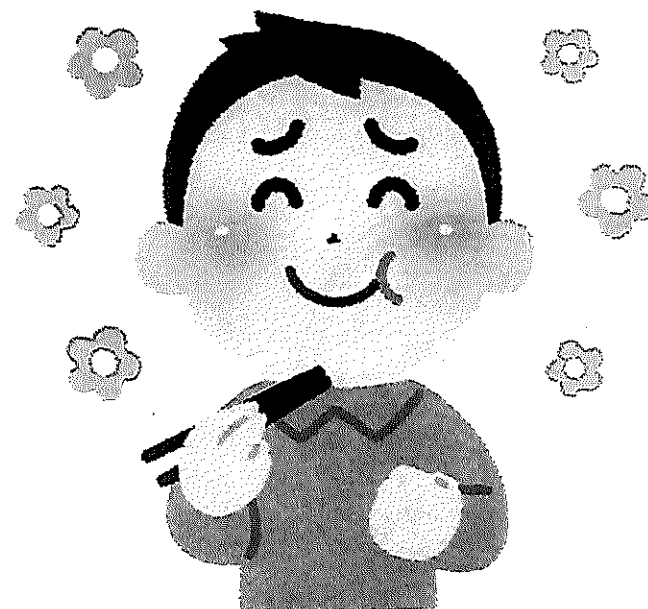
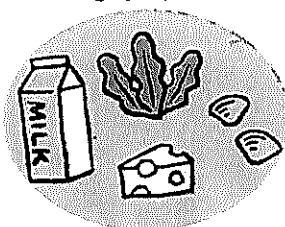
脂質



ビタミン



ミネラル

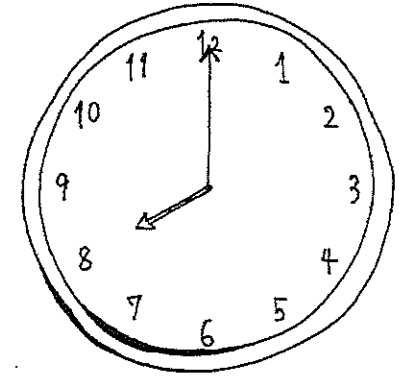


三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

生活スタイルは人それぞれ

皆さんの夕飯って何時ですか？
19時ですか？20時ですか？



生活スタイルは、一人ひとり違います。



- ・食事を摂る時間
- ・1日に何回食事をするのか
- ・好きな食べ物・嫌いな食べ物
- ・好みの味つけ
- ・どこで、誰と食べるのか



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

食事をサポートすることとは

買い物

献立

調理方法

自分で スプーン？
食べられる？ お箸？

ご利用者様の状態は、日によって変化があります。
観察をしっかりと行いましょう。

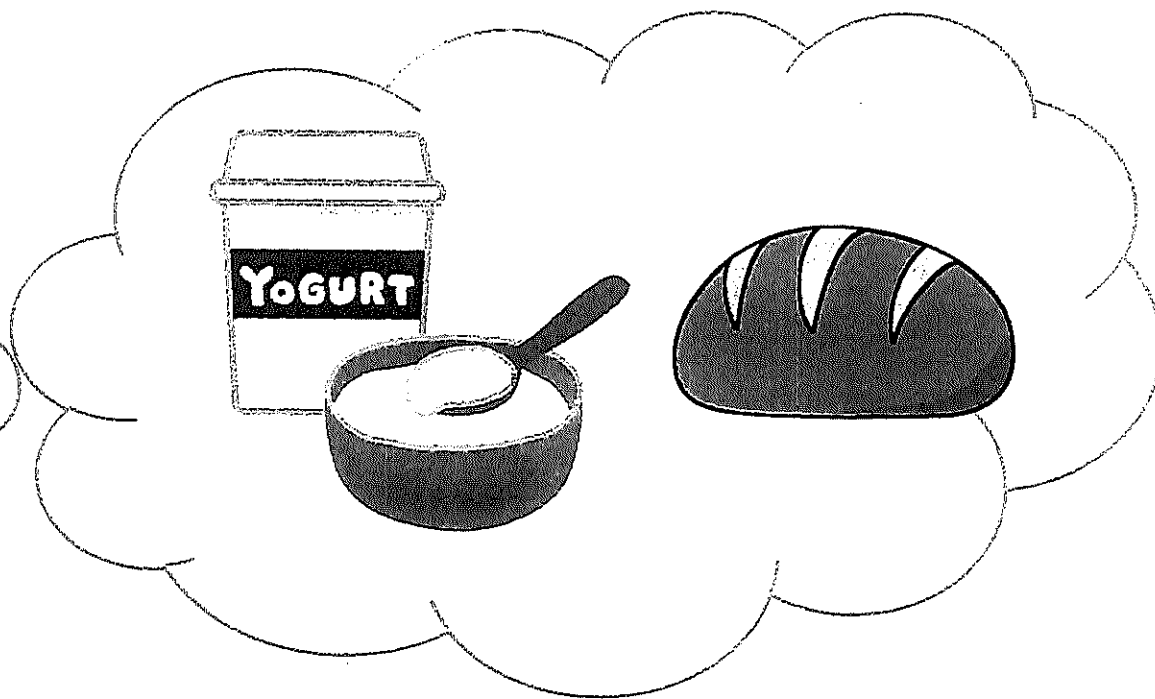
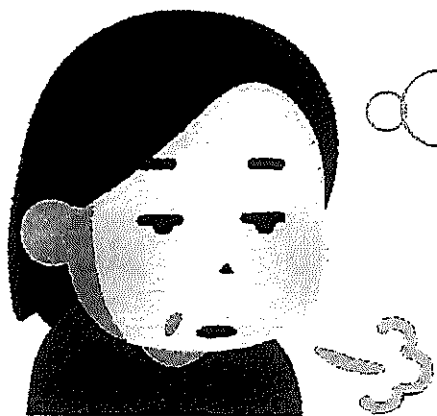


三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

施設での食事

今日はあまり
食欲がないな...



ご利用者様にもその日の気分があります。

食が進まないご利用者様に、「早く食べて」「もう片付けますよ」
など、作業的にならないように気をつけましょう。



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

『食』の楽しみを感じていただく



年をとると食が細くなる。

人は、食べることで体に必要な
栄養素を取り入れる

栄養をしっかり摂るために
しっかり食べることに

必要な栄養をしっかり摂れるため、生きがいや、生活リズムを感じていただくため

ご利用者様が食卓につくことが楽しい、
と思えるように接していきましょう。



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

食事をする意味

ふりかえり

食事は、単に栄養を摂るだけでなく、生活リズムを整え、1日を楽しく過ごすために欠かせないものです。食材によって、季節を感じることで、人生にも彩りを与えてくれます。楽しく食べることで、健康増進にも繋がりますので、献立を説明したりしながら、『食』を楽しんでいただきますよう。



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

嚥下のメカニズム



三幸福祉カレッジ

日本教育クワイエット co, LTD All Right Reserved

嚥下のしくみ

摂食とは

食べ物や水分を口からのどに運ぶ過程

嚥下とは

ゴクンっと飲み込むこと



食べ物や唾液などが正しく嚥下されず
気管へ入ってしまうことを「誤嚥」という

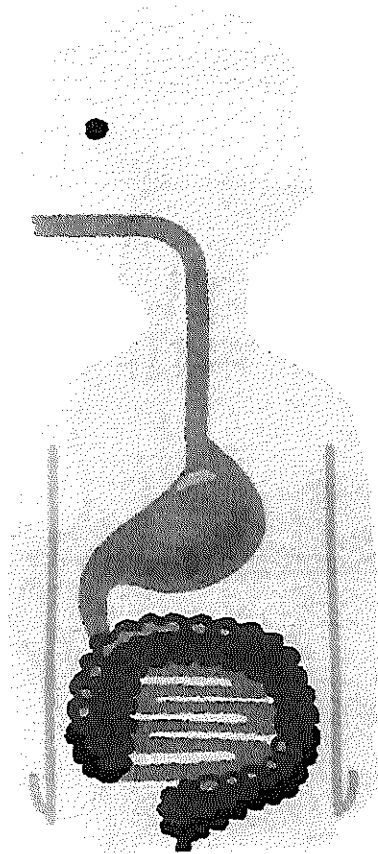


三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

嚥下のしくみ

口から食べた飲み物や食べ物は
食道から胃に送られ消化が始まる。



喉では「**嚥下反射**」が起こり
気道がしっかりと塞がれ
安全に飲み込むことができる。



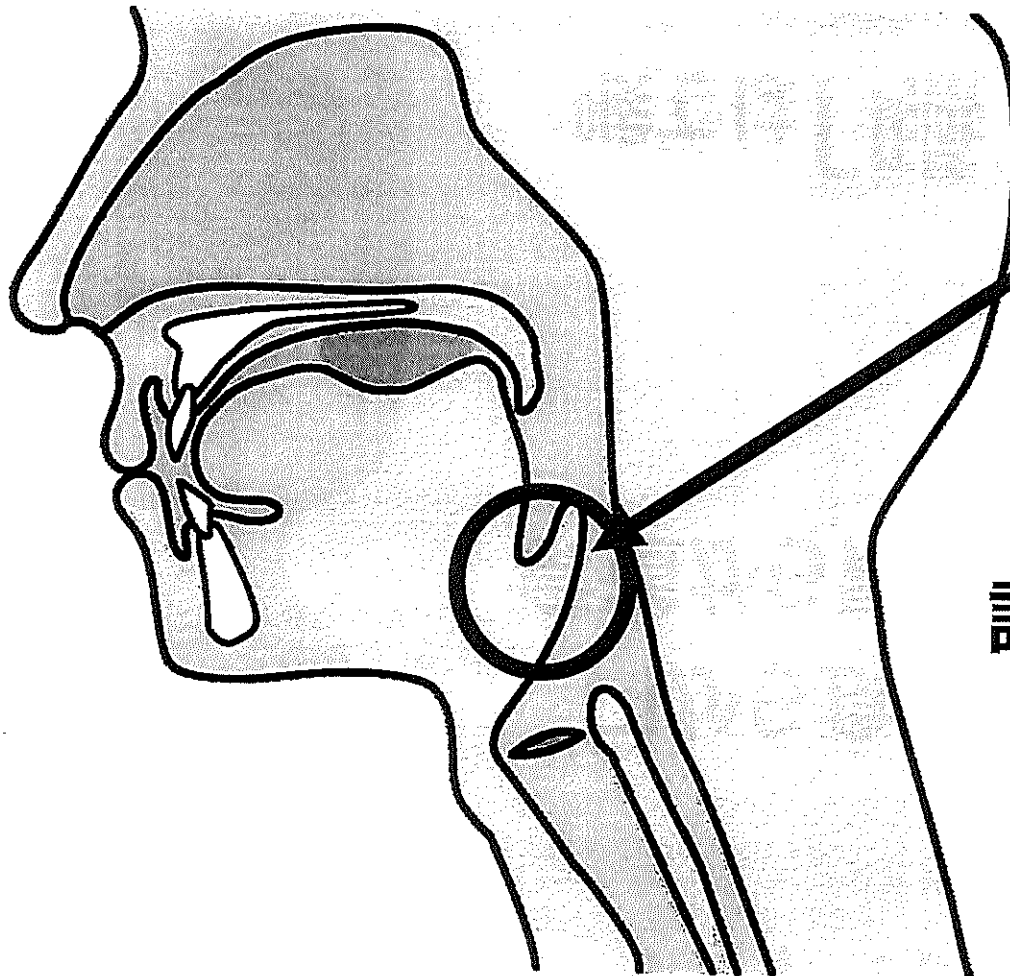
三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

嚥下のしくみ

喉にあるフタ

こうとうがい
「喉頭蓋」



誤嚥により、気管に入れば、
窒息や肺炎につながる



三幸福祉カレッジ

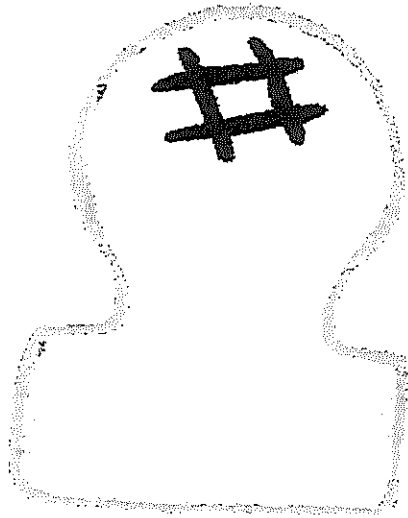
日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

誤嚥が起こる理由

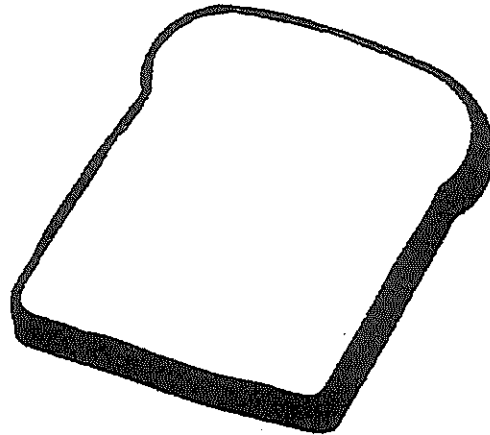
- ① 飲み込めない大きさの食べ物を食べてしまう
- ② 唾液が減少していて口腔内が乾燥している
- ③ 不自然な姿勢で食事してしまう
- ④ 噛まずに急いで飲み込もうとしてしまう



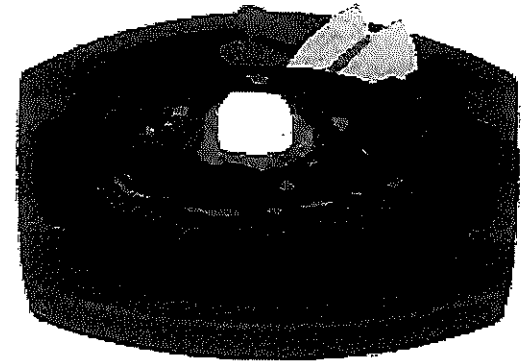
誤嚥しやすい、飲み込みにくい食材



お餅など
粘り気のあるもの

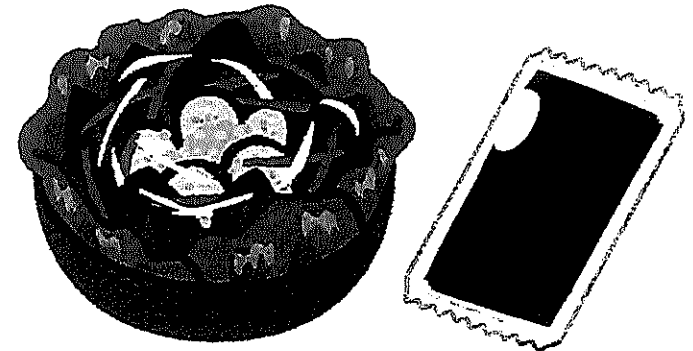


パサパサしている
パン類



ステーキ肉

葉野菜や
海苔



気道を塞いで呼吸ができなくなる



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

食事中の観察を怠らない

誤嚥を引き起こさないために…



- ・しっかり噛めているか
- ・ちゃんと飲み込めたか

食事介助をする場合は、喉もとをしっかりとよく見て、
次の食事をご利用者様の口に運びましょう。



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved

嚥下のメカニズム

ふりかえり

誤嚥は、窒息や肺炎などの命にかかわる緊急事態に繋がります。

食事前には、口の動きをよくするために口腔体操をしたり、水分をひと口飲んでいただいたり、事前の準備が必要です。食事介助を行う場合は、喉もとをよく観察し、しっかり飲み込んだことを確認しましょう。



三幸福祉カレッジ

日本教育クリエイティブ co, LTD All Right Reserved