

## ミニ実践報告

こんにちは。今回は、生活介護 菊地からご報告いたします。  
日々、色々な利用者さんに様々な支援をおこなっていますが、今回は食事に関する取り組みを簡単にご紹介したいと思います。



食事にこだわりのあるAさん。  
ゆいの食事を摂取するために、  
できることはなんだろう…。

### ☆ ステップ1：食事の嗜好を知る

① 毎日昼食の摂取前後を写真にうつし、摂取・未摂取を分類しました。



氏 食事調査 4/20～8/19

日付	摂取	未摂取	特記
4/20	豚肉(片栗粉つき)、ふりかけごはん、レンコンの金平半量、	キャベツ千切り、味噌汁、モズク、ミニトマト、レンコンの金平半量	
4/21	餃子、ふりかけ入り、	そうめんの汁少量、梅ザーサイ、ニラと豆腐のチャンプルー	
4/22	ふりかけごはん、鶏肉のソテー	イカマリネ、卵と玉ねぎの味噌汁、ブロッコリー、レタス	
4/23	ふりかけごはん、白米(ふりかけ入り)とお茶のみ	焼き魚、切干大根、スープ	
4/24	ふりかけごはん、サラダのササミ肉若干	レタスと大根全量残す。餃子全量残す。スープ、ナルト、ネギ	
4/27	ふりかけごはん	ブロッコリーのタルタルサラダ、キウイ、ミニトマト	

### ☆ ステップ2：食事データの整理

記録した食事の内容をデータにし、分析しました。

分類	食べるもの	食べないもの	食べる/食べないもの
米類	ふりかけご飯、いなり寿司、かやくご飯	オムライス、ピザパンチャーハン、ホタテとコーンのご飯	
麺類	そうめん、ラーメン、うどん、そば	パボリタン、ツナとクリームのパスタ、カリームパスタ、マカロニ(スープ)、マカロニサラダ、餃子、煮巻き(中身豚肉、キノコなど)、煮面	
肉類	鶏肉ソテー、チキンカツ、回子汁の鶏団子、カリッチキンチャーシュー、カツ丼のカツ、ハンバーグ、ハム、シェウマイ、スープにあるベーコン	ハムとレタスのサラダ、白菜とささみのサラダ、鶏と枝豆の揚げ物、ベーコン、パンパンジンサラダのささみ、アスパラと鶏肉の炒め物、ベーコンスープ、ハム、ソーセージ(マカロニスープ)、ささみ(シーザーサラダ)	ハム(7/14冷やしラーメンのハム摂取) ベーコン(8/8白菜のスープ、8/18ベーコンスープのベーコン摂取) チキン(8/28チキン南蛮とタルタルソース未摂取)
卵	オムライス、エビフライ、イカ、赤巻の煮魚、エビ天ぷら、鞋の鮭、鞋の塩焼き、香味鮭、かき揚げ(エビ、イカ)、たらこのフライ、自身魚のフライ	スープにある卵、味噌汁にある卵、冷麺にある卵	汁にある卵(8/24卵とじそば摂取)
魚類	エビフライ、イカ、赤巻の煮魚、エビ天ぷら、鞋の鮭、鞋の塩焼き、香味鮭、かき揚げ(エビ、イカ)、たらこのフライ、自身魚のフライ	イカマリネ、焼き魚、煮魚(ホッケ)、ほうれん草とイカのマリネ、ツナサラダ、サバのマヨネーズ和え、サバの味噌煮、サバの香味ダレ、イカのマヨネーズ、焼き魚(ホッケ)、うなぎの蒲焼、ツナ、自身魚、エビ	自身魚(7/28自身魚フライ、8/16中華丼、8/18シーフードカレー、8/28あんかけ焼きそばのイカ、5/18エビカツハンバーグ、8/28エビのフリッターサラダ、5/28かきあげ、8/12エビの胡麻マヨネーズ和え、8/18中華丼のエビ摂取)
野菜	レンコン、カボチャ、大根のおろし、しそ	レンコン(4/20レンコンの金平半量、8/13レンコン炒め物の豚肉摂取)、カボチャ(7/28カボチャの煮物摂取)	
果物・デザート	パイナップル、ゼリー、プリン、レモンタルト、チョコムースのクリーム、チョコレートムース、ロールケーキ(抹茶、生クリーム、あんこ)	キウイ、もも、バナナ、りんご、ぶどう、パイナップル、フルーツヨーグルトのパナともも、オレンジ、メロン	パイナップル(5/8フルーツ白玉摂取)
他	高野豆腐、フライド高野豆腐、豆腐	もずく酢、くるみ、小揚げ、カニカマ、ナルト、わかめ、ちくわと納豆の揚げ、コーン、絹さや豆腐	豆腐(5/21ミス・サラダに?、5/29デブ鍋風煮、8/5けんちん汁、8/31デブ鍋風煮摂取)
材料不明	ロケット、かき揚げ	かきあげ(7/8イカエビいりかきあげ、7/15かきあげ)	

食べるもの／食べないもの  
／食べたり食べなかったり  
するものを明確に把握★



◆ ステップ3：データを元に、特食表を作成  
個別の食事対応をおこないました。

Aさん 偏食対応について		Bさん 偏食対応について	
<種類>	ラーメン そば・うどん にゅうめん	<小鉢料理>	全て付けなくていいです。
スパゲティ 焼きそば・焼きうどん	<メインのお肉料理>	<メインのお魚料理>	フライ以外は焼き魚で (食べない魚を把握して)
<上に具のかからない味ご飯>	チャーハン・ピラフ ピビンバ・豚キムチご飯等	<デザート>	ゼリー等のデザートに変更
<上に具のかかるごはん>	中華丼 カツ丼 三色丼 おろし豚丼	<おかず>	小鉢料理をつけないので、毎日(唐揚げ・しょうまい・ぎょうざ等)のおかずが 1品つきます。 (もしも食べないものがあれば、すぐに栄養士に連絡を)

Aさん 偏食対応について	
<種類>	ラーメン そば・うどん にゅうめん
スパゲティ 焼きそば・焼きうどん	<麺とお肉の具のみ入れる(米飯はいりません)>
<上に具のかからない味ご飯>	チャーハン・ピラフ ピビンバ・豚キムチご飯等
<上に具のかかるごはん>	中華丼 → そのまま配膳 カツ丼 → ご飯とかつは別盛り(卵はかけない) 三色丼 → そぼろのみかける おろし豚丼 → おろしは除いて肉のみご飯の上に乗せる

◆ 結果

現在は8割～全量摂取することができるようになりました。苦手な野菜は、生野菜をミキサーにかけてフレッシュジュースとして摂取しています。食事の工夫をおこなってから、時間になると走って手洗いに向かうAさんをみたとき、驚きました。食事の時間が楽しみなものになってくれたこと、本当にうれしかったです。



◆ 大切なこと

支援は職員一人ではおこなえません。保護者の方々をはじめ、職員、栄養士、厨房など多くの人の協力が必要です。チーム力があがることは、利用者さんの大きな利益になると考えています。私たちは、利用者さんの笑顔のため今後もチーム支援を大切に、利用者さんをサポートさせていただきます。



最後までみていただき、ありがとうございます！以上、菊地から報告でした。年の瀬もおし迫り、お忙しいと思います。皆さま、ご自愛くださいね。