

最期まで口から食べられる街づくり

最期まで口から食べる。と聞くと、個別ケアを思い浮かべる人が多いのではないだろうか。もちろん、最終的には個別での支援が必要だ。一方で、食支援を地域の多職種・他職種だけでなく地域住民がみんなで実施することで、個別支援ごとの質の向上、そして地域全体の食に関する意識の向上につながる。東京都新宿区で「最期まで口から食べられる街づくり」を掲げて実践している歯科医師で新宿食支援研究会の五島朋幸代表が、その活動を詳説する。

「口から食べる」ことは、人間にとってごく当たり前の営みである。しかし、その当たり前が、病気による機能低下だけでなく、生活環境や支援体制の不足によって奪われてしまうことがある。一方で、食べるために必要な環境を整えることで、再び口から食べられるようになる人も少なくない。地域の中で、多職種・他職種が連携してこうした環境を整えていくことにより、「最期まで口から食べられる街」は実現していく。これこそが、地域食支援である。

本稿では、東京都新宿区における実践をもとに、「最期まで口から食べられる街づくり」の意義と具体的な取り組みについて述べる。

1. 地域食支援

食支援の意味には多くのものが含まれる。そこで著者は地域における、医療、介護職が実践すべき食支援を以下のように定義した。

「本人・家族の口から食べたいという希望がある、もしくは身体的に栄養ケアの必要がある人に対して、①適切な栄養摂取、②経口摂取の維持、③食を楽しむことを目的として、リスクマネジメントの視点を持ち、適切な支援を行うこと」¹⁾。

具体的な支援には、全身管理、栄養

管理、口腔環境調整、口腔ケア、摂食嚥下リハビリ、姿勢調整、環境調整、食形態調整、食事作り、食事介助などがある。各専門職の役割を図1に示す。

地域単位でこれらの職種が連携し、もれのない支援体制を構築することが求められる。

それぞれの職種とも強みがある一方、対応できないこともある。地域という単位で考えた時、これらの職種が補完し合い、もれが少ないようにしていかなければならない。これが地域食支援である。

2. 新宿食支援研究会

私は1997年から東京都新宿区を中心に訪問歯科診療を実践している。訪問当初から食の大切さは痛感していた。時代とともに、最期まで口から食べられるためには多職種連携が必須であると言われるようになった。地域での訪問歯科診療が10年以上たった2009年7月、著者が声をかける形で新宿食支援研究会（新食研）を立ち上げた。当初のメンバーは、医師、歯科医師、歯科衛生士、管理栄養士、ケアマネジャー、ホームヘルパーの15名ほどであった。



執筆 ▶
五島朋幸

ふれあい歯科ごとう 代表
新宿食支援研究会 代表、歯科医師