

〈研究ノート〉

鳥取県の高齢者福祉施設における食育取組

井上明子・下地 葵・吉田祥子・野津 あきこ

Akiko INOUE, Aoi SHIMOJI, Shoko YOSHIDA, Akiko NOTSU :
Current State of Food and Nutrition Education at Welfare Facilities for the Elderly

鳥取短期大学研究紀要 第67号 抜刷

2013年 6月

〈研究ノート〉

鳥取県の高齢者福祉施設における食育取組

井上明子・下地 葵・吉田祥子・野津 あきこ

Akiko INOUE, Aoi SHIMOJI, Shoko YOSHIDA, Akiko NOTSU :

Current State of Food and Nutrition Education at Welfare Facilities for the Elderly

平成 23 年に公表された第 2 次食育推進計画では、生涯にわたって食育を推進する「生涯食育社会」を目指すこととしている。本研究では、鳥取県の高齢者福祉施設で行われている食育取組の実態を調べ、高齢者の食育取組の基礎資料を得ることを目的として調査を行った。結果、給食における食育取組や、利用者と共にを行う食育取組など各施設にて様々な食育取組が行われていた。

キーワード：食育 高齢者福祉施設 鳥取県

1. はじめに

食育基本法は「国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ」ことを目的として、平成 17 年に施行された¹⁾。食育は生きる上での基本であって、教育の三本柱となる知育、徳育及び体育の基礎となるものであり、国民一人一人が、様々な経験を通じて「食」に関する知識と、「食」を選択する力を習得し、自らの「食」についての判断力を身に付けるための取組である¹⁾。

平成 18 年には同法に基づく食育推進基本計画が策定され、国は 5 年にわたり食育を推進してきた²⁾。平成 23 年には食をめぐる様々な諸問題や、これまでの食育推進の成果を踏まえ、第 2 次食育推進基本計画が公表された³⁾。基本計画においては子どもから成人、高齢者に至るまで、生涯にわたるライフステージに応じた間断ない食育を推進する「生涯食育社会」を目指すこととし、「高齢者に対する食育推進」などの事項が新たに盛り込まれた^{3,4)}。

その背景には、高齢者の食生活において、単身世帯及び経済的にゆとりが少ない人ほど欠食している現状がある⁵⁾。また、流通機能や交通網の弱体化と

ともに、食料品などの日常の買い物が困難な状況に置かれている 60 歳以上の高齢者が、600 万人程度と推計されるとの報告もある⁶⁾。菊谷らの研究によると、介護老人福祉施設における利用者のうち 3 分の 1 以上に、低栄養リスク者の存在が認められたと報告している⁷⁾。さらに、日常生活に支障のある高齢者は、年齢が高くなるほど多くなり、認知症や寝たきり、要介護状態となる高齢者も急増している^{4,8)}。

高齢者が生き生きと生活をしていく上で、健全な食生活を心がけ、高齢者の身体機能や生活機能を維持し、健康寿命を延伸するための食育取組は大変重要である。また、その支援、環境整備を促進することが必要とされている。

そこで本研究では、鳥取県の高齢者福祉施設で行われている食育取組の実態を調べ、高齢者の食育取組の基礎資料を得ることを目的として調査を行った。

2. 調査の概要

(1) 調査対象

鳥取県ホームページの鳥取県医療機関・福祉施設等情報公表サービスを用いた。調査対象は、病院と療養型施設を除く介護老人保健施設、介護老人福祉

施設、養護老人ホーム、老人短期入所施設、軽費老人ホーム、有料老人ホーム、ケアハウス、グループホーム、老人短期入所施設、小規模多機能型居宅介護、通所介護、通所リハビリテーション等の合計497施設であった。

(2) 調査時期

調査時期は、調査用紙の回収時期を含む2011年8月から9月であった。

(3) 調査方法

調査方法は、郵送による自由記述を含む質問紙調査とし、調査用紙の記入は、施設長又は給食担当者に依頼した。後日調査用紙を郵送にて回収した。解析対象施設は175施設、回収率は35.2%であった。

(4) 調査内容

調査内容は、各施設の概要として高齢者福祉施設の種類、利用者の人数と年齢、性別とした。給食における食育取組として取り上げた内容は、誕生会の実施の有無、行事食の実施の有無とその内容、献立・栄養教育媒体の配布及び掲示、地元食材の使用状況の実態とした。利用者と共に食育取組として取り上げた内容は、食事作りの手伝い、おやつ作り、調理実習、栄養指導、野菜作り、衛生指導の実態とした。

3. 調査結果及び考察

(1) 回答者の属性

回答の得られた施設は鳥取県東部56施設、鳥取県中部47施設、鳥取県西部68施設、未記入4施設の合計175施設であった。表1は回答の得られた高齢者福祉施設の内訳である。通所介護、通所リハビリテーションなどの通所施設は48.5%を占めており、グループホーム、介護老人保健施設、介護老人福祉施設などの入居施設は51.5%を占めていた。

表1 回答の得られた高齢者福祉施設の内訳

施設分類	施設数 (件)	比率 (%)
通所介護	72	(41.1)
グループホーム	27	(15.4)
介護老人保健施設	15	(8.6)
介護老人福祉施設	13	(7.4)
通所リハビリテーション	13	(7.4)
小規模多機能型居宅介護	13	(7.4)
養護老人ホーム	4	(2.3)
ケアハウス	4	(2.3)
老人短期入所施設	4	(2.3)
有料老人ホーム	2	(1.1)
軽費老人ホーム	1	(0.6)
その他	6	(3.4)
無回答	1	(0.6)
合計	175	(100.0)

表2 施設利用者の内訳

年齢別・性別	通所施設		入居施設	
	(人)	(%)	(人)	(%)
65歳未満男性	64	(2.5)	42	(1.1)
65歳未満女性	40	(1.6)	37	(1.0)
65～74歳未満男性	173	(6.7)	119	(3.2)
65～74歳未満女性	156	(6.1)	125	(3.4)
75～99歳未満男性	534	(20.7)	724	(19.4)
75～99歳未満女性	1,582	(61.4)	2,587	(69.4)
100歳以上男性	4	(0.2)	5	(0.1)
100歳以上女性	25	(1.0)	87	(2.3)
合計	2,578	(100.0)	3,726	(100.0)

(2) 施設利用者の属性

表2は施設利用者を年齢別、性別に示したものである。最も多い利用者の年齢は男女とも75歳から99歳未満であった。この年代を施設別、性別にみると、通所施設の女性は1,582人(61.4%)に対し、男性は534人(20.7%)であった。入居施設の女性は2,587人(69.4%)に対し、男性は724人(19.4%)であった。これらの結果から、75歳から99歳未満の女性の利用者が多い傾向がみられた。

(3) 食育実施状況

「食育を実施している」と回答した施設は、通所

施設の85.9%，入居施設の94.4%であった。

(4) 給食における食育取組

1) 誕生会

図1は、「誕生会」の実施状況を示したものである。入居施設では毎月60%程度実施しているが、通所施設では30%程度しか実施していないことがわかった。入居施設は利用者の変動が少ないため、誕生月や年齢などを把握しやすいと思われる。一方、通所施設は利用者の利用状況において、誕生月や年齢などが把握しにくい現状があると推測される。

誕生会は家にいた時と同じように、個人的にお祝いをしてもらうことであり、利用者にとって特別な食事であると考えられる。また、利用者の年齢層が高齢者であるため、人が人生のうちに迎える通過儀礼である還暦、古希、喜寿、米寿、白寿などの長寿の祝いの開催も行われていると推測できる。その他の回答には、「毎月の誕生会とは別に、個人の誕生祝いを行う」などの回答が得られた。

2) 行事食

行事食を取り入れることは、季節の変化や過去の思い出を刺激することになり、入所者のQuality of Life(QOL)を高めることに繋がる⁹⁾。図2は、行事食の実施状況について示したものである。通所施設では、「ひな祭り」の行事食の実施が74.1%と最も高く、次いで「クリスマス」は72.9%、「敬老の日」は70.6%であった。入居施設では、「七草」「ひな祭り」「クリスマス」は同じく87.8%であり最も高かった。次いで「敬老の日」は85.6%と高い結果であった。「ひな祭り」「クリスマス」などの年中行事は認知度が高いため、実施率が高い傾向がみられた¹⁰⁾。

また、「ひな祭り」を行事食として取り入れる要因として、女性が通所施設利用者の70.1%，入居施設利用者の76.1%を占めているため、行事食として取り入れやすいと推測される。

その他の回答には「施設の創立記念日」「お寿司パーティ」「運動会」「屋台ラーメン」「収穫祭」「そうめん流し」「ハロウィン」「忘年会」などを実施し

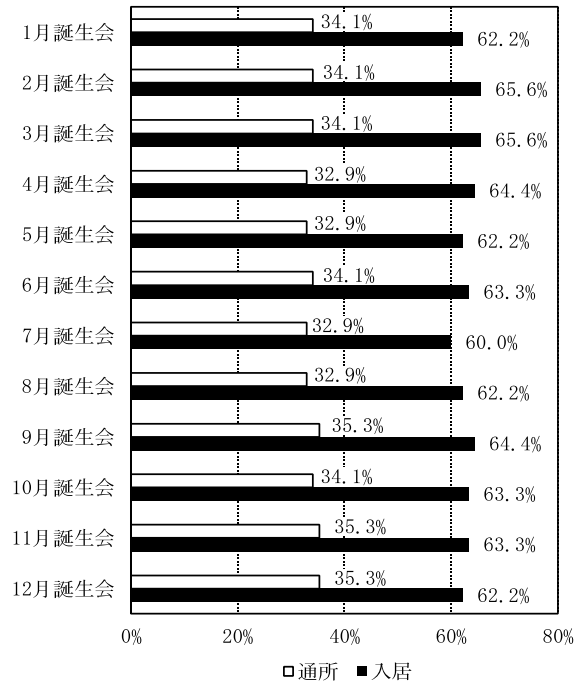


図1 誕生会の実施状況

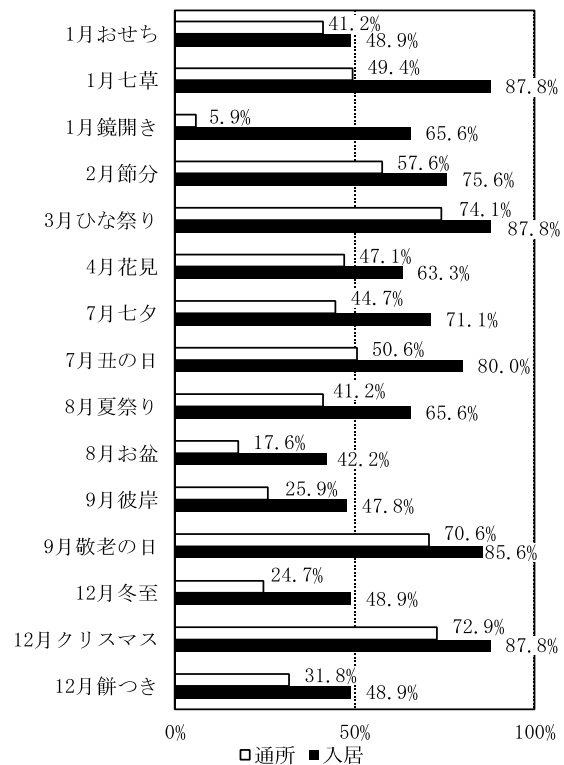


図2 行事食の実施状況 (複数回答)

ている施設もあった。自由記述欄には、「普通とは違う食事である行事食、外食、弁当が喜ばれる」「季節の行事を思わせる料理や食品を利用している」「通常の献立にカードを添える」「季節毎にちまき作り、

餅つき、あま酒作りなどを行い、季節の行事を大切にしている」など利用者側の食事満足度を上げる様々な取組がされていた。

3) 献立・栄養教育媒体の配布及び掲示

図3は、献立・栄養教育媒体の配布及び掲示の実施状況について示したものである。「1週間分の献立の配布及び掲示」の実施は、通所施設の54.1%、入居施設の73.3%であり、入居施設において高い結果が得られた。「栄養教育媒体の配布及び掲示」の実施は、通所施設の18.8%、入居施設の21.1%であった。栄養教育媒体の内容については、「栄養・食品・衛生に関する情報提供を目的とした媒体を作成し、利用者に配布と掲示を行っている」と回答が得られた。献立・栄養教育媒体の配布及び掲示により、利用者やその家族は、施設で提供している食事を把握する事ができる。施設は、高齢期に必要な栄養情報を提供することも可能であると考え、また、食べる楽しみや食事への期待感も高まると推測される。

その他の回答に通所施設では、「井の日、手作りおやつの日をお便りにてお知らせしている」「希望のある家族には、利用日に食べられた献立を連絡ノートにて伝えている」などの回答が得られた。入居施設では、「1ヵ月分の献立表を配布している」「食事のお膳を写真に撮り、家族や利用者が見えるように貼っている」「給食便りを年4回出している」などの回答が得られた。このようなきめ細かい食育取組は利用者だけでなく、その家族に対しての食育取組であると判断できる。また、これらの食育取組により、施設の様々なサービスや、食育取組への理解を利用者やその家族から得ることができると推測される。さらに、利用者とその家族とのコミュニケーションを図る機会にもなると考える。

4) 地元食材の利用状況

図4は、地元食材の使用状況を示したものである。「積極的に使用している」と回答した施設は、通所施設の29.4%、入居施設の22.2%であり、若干ではあるが通所施設において高い傾向がみられた。「なるべく使用するようになっている」と回答した施設は、

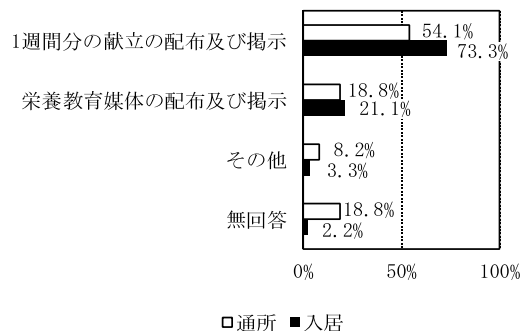


図3 献立・栄養教育媒体の配布及び掲示状況

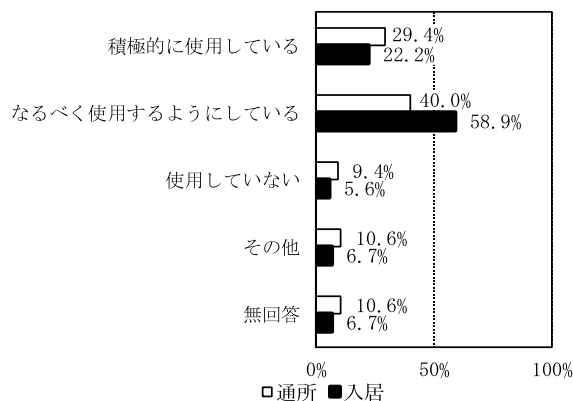


図4 地元食材の使用状況

通所施設の40.0%、入居施設の58.9%であり、入居施設において高い結果が得られた。

その他の回答に通所施設では、「季節感のある食材を提供することでコミュニケーションが広がり、介護支援の一環となると考えている」「昔ながらの食材である芋づる、乾燥そら豆、たけのこ、わらびなどの料理を提供している」「食材費や規模的な問題により、地元食材や冷凍以外の食材の使用が困難な状況である」などの回答が得られた。入居施設では、「月に一回『じげの日』を決め、鳥取地産の食材を使用したメニューを提供している」「普段から給食に使用する食材はなるべく県内産を指定し、業者に納品してもらっている」「地元業者の納品に任せている状態」「委託料の制限があるため、金額があれば使用してもらおうようになっている」など回答が得られた。

地元食材の使用や昔ながらの食材を利用することにより、利用者の食べる意欲に繋がると考えられる。また、これらは食育取組だけではなく、介護支援や

介護予防の一環として捉え、実施している施設もあった。しかし、予算や施設規模の問題、職員が少ないなど様々な問題を抱えている現状があり、地元食材の使用が難しいと回答した施設もあった。

(5) 利用者と共にいる食育取組

図5は、利用者と共にいる食育取組について示したものである。

1) 食事作りの手伝い、おやつ作り、調理実習、衛生指導、栄養指導

「食事作りの手伝い」を利用者と共にいる施設は、通所施設の24.7%、入居施設の48.9%であり、入居施設において高い結果が得られた。具体例として野菜の洗浄や皮むきが多く実施されており、通所施設と入居施設の取組内容は同じであった。「おやつ作り」を利用者と共にいる施設は、通所施設が18.8%、入居施設が33.3%であった。「調理実習」は、通所施設5.9%、入居施設16.7%であった。「おやつ作り」「調理実習」は、入居施設において高い傾向がみられた。「衛生指導」「栄養指導」は、通所・入居どちらの施設においても10%程度であった。

その他の回答に、「提供する食事の実演調理」「地域高齢者に対する調理実習及び栄養教室」「毎日の昼食のお汁を利用者に作ってもらう」などの回答が得られた。調理に関する取組は調理目的のみならず、特に指先を動かすためのリハビリを兼ねている

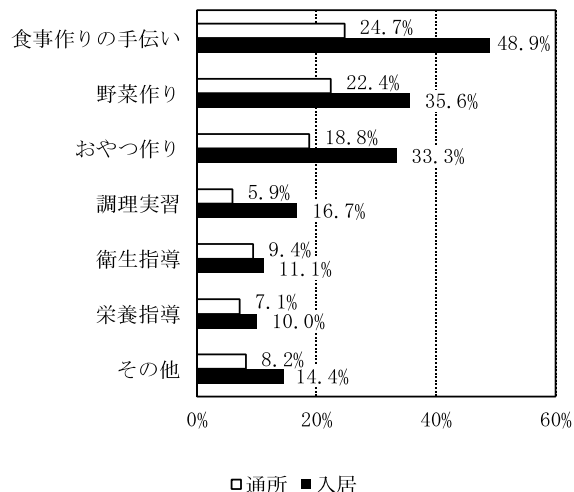


図5 利用者と共にいる食育取組（複数回答）

ため、簡単なおやつ作りや調理実習を取り入れている施設が多かった。調理実習を含んだ栄養教室などは、食事に対する関心をより高めることができ、楽しく食べることに繋がる実践的な自立支援対策の一つとして期待できると報告されている¹¹⁾。さらに調理に興味を持ち、自分で調理することは食事の満足感を高めるだけでなく、調理をすることで体を動かすことにより健康にも良い影響を与える¹²⁾。調理は日常的にしてきた生活の一部であり、生きがいを感じる大切な食育取組である。さらに職員と利用者とのコミュニケーションの増加も図ることができる。

2) 野菜作り

「野菜作り」を利用者と共にいる施設は、通所施設の22.4%、入居施設の35.6%であり、入居施設において高い結果が得られた。実施内容は、「種まき・苗植え・水やり・草取り・収穫を利用者に行ってもらう」などの回答が得られた。

その他の回答に通所施設では、「施設内で野菜作りを行い、収穫し食材として利用している」「利用者が作った野菜を提供することで、食事を残す方がない」などの回答が得られた。入居施設では、「夏野菜を春に利用者と植え、手入れに外へ出かける機会となる。夏休みに当施設を利用する子どもたちと収穫し、皆で一緒にカレーライス作りをして食べる」などの回答が得られた。第2次食育推進基本計画の食育推進目標に関する事項の中に、「農林漁業体験を経験した国民の割合の増加」が含まれている³⁾。野菜作りを通して季節を感じ、食材に感謝し、収穫した食材を食すことは、高齢期になっても必要な食育取組である。

3) その他

衛生指導は利用者に対する実施件数は少ないが、その他の回答の中に、「主に職員に対して衛生指導を実施している」と回答が得られた。その内容は、「食中毒、感染症予防・発生時の対応についての講習会」といった回答が多くあった。また、「誤嚥を起こした場合の対処方法の指導なども取り入れている」と回答した施設もあった。誤嚥や窒息など

の予防を含めた食べ方の支援については、第2次食育推進基本計画の「歯科保健活動における食育推進」に位置付けられている^{3,4,13,15}。また、80歳になっても自分の歯を20本以上保つことを目的とした「8020（ハチマル・ニイマル）運動」や、ひとくち30回以上噛むことを目標として「歯・口の健康と食育～噛ミング30（カミングサンマル）を目指して～」が公表され、各ライフステージにおける歯科保健分野からの食育を推進している^{3,4,15}。これらの食育推進の背景には、在宅や施設において長期療養中の高齢者の口腔衛生についての問題が数多く報告されていることに加えて、歯の喪失は咀嚼機能、発音障害、審美障害などさまざまな障害を引き起こし、高齢者のQOLを著しく低下させる要因とも言われている¹⁴。

衛生指導は食中毒、感染症予防・発生時の対応に限らず、誤嚥などの歯科保健分野にも着目し、また、職員だけではなく利用者やその家族にも必要な食育取組であるため、活動の内容や対象の幅を広げる必要があると考える。

利用者と共に食育取組の全てにおいて、入居施設での実施が高い結果が得られた。入居施設の利用者は通所施設の利用者より、身体機能や生活機能の状況を把握しやすく、利用者に合わせて食育内容の検討や実施が可能であることが推測される。

(6) 食育取組の問題点・課題

図6は、食育取組を実施するにあたり困っていることを理由別に示したものである。「時間的な余裕がない」と回答した施設は、通所施設の37.6%、入居施設の35.6%であり、最も高い傾向がみられた。次いで「職員が少ない」「職員の専門知識がない」の回答については、通所・入居どちらの施設においても違いはなかった。

その他の回答に通所施設では、「職員数が少なく、食育に関することは進展していない。意識を持って取組む必要がある」「食育活動の必要性を認識していない」「会社が不要なと考えている」などの回

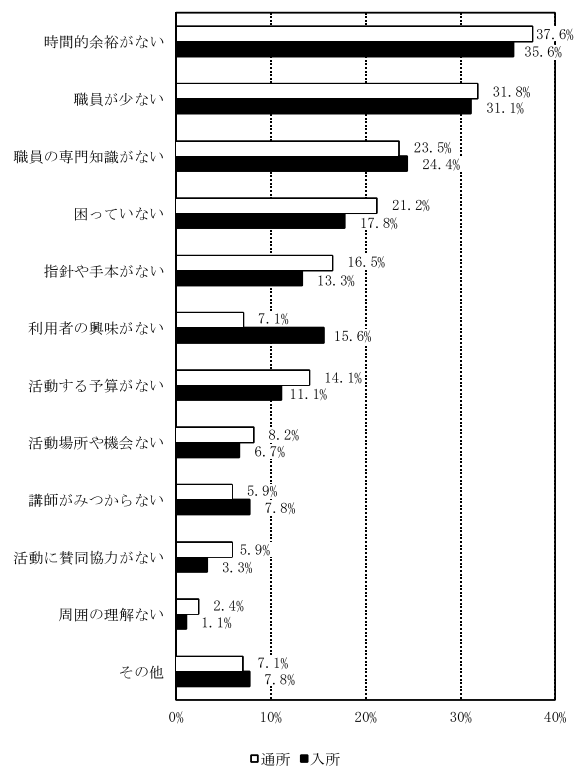


図6 食育取組を実施するにあたり困っていること（複数回答）

答が得られた。入居施設では、「認知度や病気などによる重度化に伴い、参加できる方があまりいない」「麻痺、筋力低下などによる身体の不自由や認知症があるため、思うように利用者が関われない」などの回答が得られた。

各施設では、時間的な余裕がないなどの職員側の現状や、利用者の身体機能や生活機能の個人差などの問題により、食育取組の必要性の有無を検討しなければならない施設もあった。さらに、高齢者への食育取組の必要性を認識していない施設もあった。

しかし、高齢者を取り巻く諸問題や課題は多岐にわたるため、高齢者福祉施設における具体的な食育取組の事例を発信する必要があると考える。

これらの結果から、食育取組の支援、環境整備を更に促進させる必要性が示唆された。高齢者のQOLを向上させる食育取組は急務であると考えられる。

4. まとめ

鳥取県の高齢者福祉施設で行われている食育取組の実態を調べ、高齢者の食育取組の基礎資料を得ることを目的として調査を行った。食育取組の内容は各施設で異なるが、食育の実施は通所施設の85.9%、入居施設の94.4%であった。

- 1) 誕生会の実施は、入居施設では毎月60%程度実施しており、通所施設では30%程度実施していた。
- 2) 行事食の実施は、通所施設では「ひな祭り」が最も高く、次いで「クリスマス」「敬老の日」の行事を実施していた。入居施設では、「七草」「ひな祭り」「クリスマス」の実施率が同じであり最も高かった。その他に施設独自の行事食を実施しており、利用者の食事満足度を上げる取組がされていた。
- 3) 献立・栄養教育媒体の配布及び掲示が各施設で行われており、栄養・食品・衛生に関する情報提供がされていた。
- 4) 地元食材の使用状況については、「積極的に使用している」の回答については、若干ではあるが通所施設において高い傾向がみられた。「なるべく使用するようになっている」の回答については、通所・入居どちらの施設においても高い結果が得られた。また、予算や施設規模の問題、職員が少ないなどの現状により、地元食材の使用が困難な施設もあった。
- 5) 利用者と共に食育取組については、「食事作りの手伝い」「おやつ作り」「野菜作り」「調理実習」「栄養指導」「衛生指導」が行われていた。調理に関するものは調理目的のみならず、体を動かす、特に指先を動かすためのリハビリを兼ねた簡単なおやつ作りや、調理実習を取り入れている施設が多かった。
- 6) 「野菜作り」に関しては、「種まき・苗植え・水やり・草取り・収穫を利用者に行ってもらおう」な

どの回答が得られた。

- 7) 衛生指導は利用者に対しての実施件数は少ないが、主に職員に対して実施されていた。

高齢者福祉施設において、利用者側の食事満足度を上げる様々な食育取組が行われていることがわかった。また、高齢者に対する食育取組を実施するにあたっての問題点や課題も明確となった。

本研究を行うに際し、調査にご協力いただきました皆様へ心より感謝いたします。また、御助言いただきました幼児教育保育学科 米原あき助教、鳥取短期大学附属幼稚園 田中美菜江氏に御礼申し上げます。

参考文献

- 1) 内閣府 食育基本法 平成17年6月17日法第63号
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/more/law/law.html>(2013.03.19)
- 2) 内閣府 食育推進基本計画 平成18年3月31日 食育推進会議決定
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/suisin/kihonkeikaku.html>(2013.03.19)
- 3) 内閣府 第2次食育推進基本計画 平成23年3月31日食育推進会議決定
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/about/plan/pdf/2kihonkeikaku.pdf>(2013.03.19)
- 4) 内閣府 平成24年版食育白書
<http://www8.cao.go.jp/syokuiku/data/whitepaper/index.html>(2013.3.28)
- 5) 平成21年度高齢者の日常生活に関する意識調査結果(全体版) pp.53-68
<http://www8.cao.go.jp/kourei/ishiki/h21/sougou/zentai/pdf/p53-68.pdf>(2013.3.19)
- 6) 経済産業省 地域生活インフラを支える流通のあり方研究会～地域社会とともに生きる流通～報告書概要 平成22年5月
<http://www.meti.go.jp/press/20100514004/>

- 20100514004-2.pdf(2013.03.19)
- 7) 菊谷武, 榎本麗子, 小柳津馨, 福井智子, 児玉実穂, 西脇恵子, 田村文誉, 稲葉繁, 丸山たみ「某介護老人福祉施設利用者にみられた低栄養について—血清アルブミンおよび身体測定による評価—」『老年歯科』第19巻 第2号 (2004), pp. 110-115.
 - 8) 厚生労働省 平成22年国民生活基礎調査の概要
<http://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/k-tyosa/k-tyosa10/>(2013.3.28)
 - 9) 北林蒔子, 本間健, 根ヶ山光一「施設入所高齢者の給食における食事満足度」『日本食生活学会誌』Vol. 19 NO. 3 (2008), pp. 266-272.
 - 10) 松島文子, 板倉一枝, 横山弥枝「鳥取県における行事食の認知・喫食状況および地域特性」『鳥取短期大学研究紀要』第64号 (2011), pp. 21-29.
 - 11) 和田早苗, 松尾千鶴子「高齢者の食環境と栄養管理」『兵庫大学論集』第12号 (2007), pp. 179-184.
 - 12) 河野篤子「高齢者の食生活の実態—食事満足度を用いた解析—」『京都女子大学食物學會誌』第57号 (2002.12), pp. 17-24.
 - 13) 清野富久江「食育の推進について—「周知」から「実践」へ—」『日本調理科学会誌』Vol. 45 No.1, (2012), pp. 56-61.
 - 14) 菊池雅彦「高齢者の口腔衛生と全身の健康との関連」『東北大学歯学雑誌』第25巻 第2号, (2006), pp. 51-64.
 - 15) 歯科保健と食育の在り方に関する検討会報告書「歯・口の健康と食育～嚙ミング30（カミングサンマル）を目指して～」
<http://www.mhlw.go.jp/shingi/2009/07/dl/s0713-10a.pdf>(2013.3.28)