

DR.UNO's

# ソフト ダイエット

理論と実際 「介護食」

宇野文平

編著



第一出版

# 1 章

## 介護食とは何のこと？ —その定義と目的—

### 1 欧米語に訳せないカイゴシヨク

高齢者の方で歯が悪かったり、咀嚼や嚥下に少しでも問題があると、医師、歯科医の診察前に、ほぼ自動的にキザミ食やミキサー食等の元の形態がわからない食事に切り替えられることがあるようです。やがてペースト状の食事にも困難になると、経鼻栄養や胃瘻へと進みます。

私たちはできるだけ旬の食材の形をそのままに、1つ1つの色や味や舌ざわりを感じつつ、いくつになられても食事の楽しみが保たれ、かつ栄養が確保される、キザミ食に替わる“おいしくあるべき介護食”の研究を、栄養士、調理師、介護職と、そして何よりも認知症の方々とともに続けてきました。

欧米諸国のホームや病院の院長、栄養士、調理師が使う言葉の中には、カイゴシヨクに相当するものは見当たりません。結局、“ケアを受けている人、認知症などで食べる障害のある人のための食事”で、家族と一緒に同じ料理を食べてもおいしい食事”などと説明し、やっと通じることが多かったのですが、それがそのまま後述する介護食の定義と目的の整理につながったのです。

### 1,000 種に及ぶ日本の病院食の特徴

海外の食事に比べ、日本の食事は歯ごたえ、食感、そして見た目の美しさを大切にしていると言われてきました。また、世界には四季のハッキリしない国が多いですが、日本には食材の旬を楽しむ喜びがあります。日本の料理は、細かく下ごしらえをされた、繊細な料理が多いのです。できた料理を刻むにしても、飾り包丁という板前さんの巧みな技をはぐくんできました。

日本の病院食の種類を数えると1,000種に及ぶと言われていています。多種類の介護食があるにもかかわらず、なぜ、施設や病院に、でき上がった常食を刻む風習が一般化したのでしょうか。

しかも一部の施設では、栄養士が厨房要員としての待遇であったり、調理師のつくった常食を栄養士が食事箋を見て包丁やカッターで刻む慣習を見かけます。これでは栄養士の育成も調理師のスキルアップも望めません。

### 欧米やラテンアメリカの病院食

欧米やラテンアメリカでは、施設や病院の厨房から刻んだ食事が出てくるのを見たことがありません。しかも一度つくった料理を厨房で刻むことはありえない、栄養士が厨房に入ることも考えら

れないとも管理栄養士が言っていました。老人ホームでも病院でも、ホテルなどと同じようにシェフ、グランシェフがいて、栄養士が包丁をもつことなど絶対に許しません。それには、食べやすく、美味しそうな高齢者向けソフトダイエットを提供するマイスターとしての誇りのようなものを感じます。

料理の種類は、月曜はビーフ、火曜日はスパゲッティかニョッキ、金曜は白身魚のフライなどというように1週間ごとに決まっており、入居者もそれぞれの日を楽しみにしています。全部で種類は30くらいですみ、宗教的あるいは観念的理由（たとえばベジタリアン）による禁忌にも対応できるよう、選択メニューです。これは山川草木に神々が宿るアニミズムの国と、キリスト教、ユダヤ教、イスラム教など多様な宗教の国との違いでしょうか。

## ● キザミ食の起源と介護食の始まり

キザミ食というのは、日本のお箸文化から生まれたのでしょうか。

それは昭和27(1952)年ごろ、都立梅丘病院の栄養士だった深浦京子が、重症の精神遅滞のある小児に対し、パンなどを刻み、ミルクやスープに浸して喫食率が向上したことを“愛食”（当初の学名白痴、Idiocyの頭文字をとってI食と呼んだ）として、都立病院栄養士会に発表したのが始まりでした。それを都立松沢病院の浦野芳次栄養士が聞いていて、キザミ食として全国の精神病院に広めたのです。つまり、小児の精神発達障害から起こった食事形態でした。

介護食という言葉は訳語ではなく、日本の特別養護老人ホーム潤生園という施設で、昭和58(1983)年、時田純園長が考えた言葉です。その後、キザミ食でない高齢者の食事として、手嶋登志子、椎野恵子、大越ひろらが約15年前に学術発表したのが始まりです。

## ② 食事箋からキザミ食が消える

現在使われている食事箋は、健康か病気かの2分類法です。

意外なことに介護食という種類はなく、定義づけもされていません。介護食は医療食\*（病院や介護保険施設における特別治療食や療養食）とは区別され、保険の対象でもありません。

医療食には、医療保険で加算がつくものとつかないものがあります。糖尿食、腎臓食、心臓食などは、加算対象となります。

しかし、高血圧食として食塩6g以下の食事を提供しても、それは医療食ではありますが、加算対象にはなりません。脂質コントロール食、低ナトリウム食、低カリウム食、下痢食、肥満食、ワーファリン食、流動食、その他も同様です。これらを現場では一般食と称して常食とは区別しているところもあります。

つまり、現場では加算のつく特別治療食と非加算の一般食及び常食に分かれます。

キザミ食はこれらに含まれず、ただ刻むだけで、噛む能力もチェックされずに指示されてきた食事形態です。

\*本書では、加算・非加算にかかわらず、入居者・患者の病態に配慮した食事を医療食と呼ぶことにします。