



## 訪問看護ステーションへの 栄養・食事面での管理栄養士のサポート

訪問看護ステーションは、医療依存度の高い高齢者へ心身の状態の観察や医療的ケアなどを提供する。その中には栄養・食事面での支援も含まれるが、訪問看護師のみでは対応が難しい場合もある。社会福祉法人世田谷区社会福祉事業団では、訪問看護課に管理栄養士を配置。困った時に相談できたり、同行訪問したり、学びを深める体制を取っている。その実際や効果などをレポートする。

取材・文 白取 芳樹

しらとり・よしき 編集者として各種出版物の制作、ライターとして食支援を中心に介護関連の取材・執筆に従事。

### 食支援を大切に する訪問看護

訪問看護ステーションでは、医療依存度の高い利用者に対し、バイタルチェックや観察などを通じて心身の状態を把握し、それに影響を与える生活上のことも確認のうえ、医療的ケアやリハビリを行ったりする。栄養・食事の状態の把握と対応はほかにもやるべきことがある中での一つ。とはいえ、社会福祉法人世田谷区社会福祉事業団では重要度の高いものと位置づけている。医

療的ケアやリハビリの効果を上げるうえで栄養は不可欠であり、またQOLの面からなるべく最後まで口から食べることを支援するという考えから。

「機能強化型訪問看護ステーションけやき」の訪問看護師、松島晶美さんは言う。「食事については問診が基本です。主に利用者さんご本人、ご家族。また、ケアマネジャーやヘルパーさんにも聞きます。ちゃんと食べられているか、どんなものを食べているか、最近好んで食べているものは何か、朝はパンなのか」。食欲はあるか、歯の調子が悪くないか、むせがないか、食べこぼしがないか、水分はとれているか、なども確認する。そのうえで、「ご自宅の環境も見させていただきます。可能であれば冷蔵庫の中も」(松島さん)。

「栄養・食事については、問診に加えてそれ以外の情報も併せ、総合的にみてほしいと話しています」と訪問看護課統括管理係長の片岸美佳さんはいう。「ご本人の肌ツヤなど心身の状況はもちろん、台所を見させていただいたり。それこそごみ箱から見えるレシートから食事の様子があがることがあります」

指標では体重を重視しており、計れ

る利用者は計ってBMIも算出。デイサービスを利用している場合は情報を共有してもらう。そして看護記録ソフトで経時の形にしてチェック。「フレイルから活動性が低下したり、脳血管疾患などの嚥下障害から食欲不振になり、筋力も落ちて体重が減ってくる、といったケースは結構見られます」(松島さん)。

そして、食欲が落ちてきて低栄養のリスクがある場合には、原因を分析して、栄養補助食品を提案したり、手軽にエネルギーを補える食材や調理方法を提案したりする。

ただ、訪問看護師のみで対応可能なこともあるが、難しいケースもある。同法人の特徴は、訪問看護課に管理栄養士を1名配置し、5つある法人の訪問看護ステーションが気軽に相談できたり、同行してもらう体制をとっていること。どんなときに相談することが多いのか。

「困ったらちょっとしたことでも相談を、と訪問看護師には伝えています。特に話しているのは、こだわりがある方。方法などをお伝えしても『わかっているんだけどできない』といったジレンマの中にいる方。そんなときは看護師もお話を傾聴しますが、管理栄養士とい

### お話を聞いた人



#### 片岸美佳さん

社会福祉法人世田谷区社会福祉事業団訪問看護課統括管理係長。看護師。法人の「訪問看護ステーション三軒茶屋」訪問看護師・管理者を経て現職。



#### 松島晶美さん

世田谷区社会福祉事業団「機能強化型訪問看護ステーションけやき」訪問看護師。



#### 竹内洋子さん

管理栄養士、世田谷区社会福祉事業団訪問看護課所属。機能強化型認定栄養ケア・ステーションeatcoco所属。法人では訪問看護に加え訪問介護への栄養・食支援も行う。

図表1 訪問看護ステーションへのアンケートから抜粋

◆管理栄養士からどのような情報が得られると担当ケースに役立ちますか？

- ・タンパク質補給の一環で、お金がかからず本人が好きな「牛乳」を提案してくれた。それに追加してスキムミルクも提案。手軽で安価なものを提示してくれると、納得して取り入れてくれる。
- ・「コンビニで気軽に買えるお惣菜や野菜ジュースでいいですよ」と言ってくれると高齢者は食品を新たに作らなくていいので受け入れやすい。
- ・利用者が摂取する食品の全体像をみて不足しているカロリーを具体的に提示してくれる。
- ・精神的にも金銭的にも無理をさせない指導のしかたが素晴らしいと思う。利用者はみんな病院で指導を受けているので、どうしなければいけないのか、ということはわかっている人もいる。けれどそれができないのが現実。そこを上手に本人のプライドや意識を尊重して的確な指導をしてもらえる。

◆訪問看護師と管理栄養士の連携にはどのような効果がありますか？

- ・同行訪問して利用者に説明している内容を聞いて、看護師も学ぶその学びを他の利用者に提案することができる。
- ・カタログ、試供品、どれを選んだらいいか？ 疾患に合わせて的確なものを教えてくれる。
- ・糖尿病（DM）の人に一緒にいったときに目標を書いてくれた。その目標について翌週看護師と話ができた。専門職であるがハードルを低くして利用者の目線で考え、助言をしてくれるので、利用者の受け入れもよい。
- ・いろいろな試供品を教えてくれたり、食品の効能を教えてくれる。場合によっては食品を用意して（キウイだったり、牛乳だったり）具体的に指導してくれるので、より興味深く食品について学ぶことができる。
- ・栄養や食品、栄養補助食品など新しい情報を常に提供してくれるので、看護師も最新の知識を得ることができ、利用者に情報提供できる。
- ・相談するとそれぞれの病態など個別の対応を教えてくださいるのでとても助かります。
- ・専門的な立場から助言いただけると利用者様自身も納得されると思う。
- ・疾患に対してではなく、（嗜好やその時々食べたいものなどもある）利用者個人として理解、介入してもらえる。
- ・栄養士が入ってくれることで、別の側面からのアドバイスができたり、看護師自身も勉強になります。また、いつも来る看護師ではなく栄養士が来ると、患者さんも気を引き締めたり、家族は聞きたいことをまとめておいたりするようです。

※2025年1月 社会福祉法人世田谷区社会福祉事業団  
訪問看護課管理栄養士・竹内洋子さんの調査より

う異なる専門家の視点からも悩みを分かち合ってもらおう。その方が可能な方法を一緒に考えるスタイルが、利用者の方々からは励みになるという声をいただいています」。

### 管理栄養士による相談と助言

相談件数は、「2023年度は130件。うち利用者の方のご自宅などへの同行が80件」、と管理栄養士の竹内洋子さん。相談はメールや電話で受けており、同じ建物にある機能強化型訪問看護ステーションけやきのスタッフだと直接来ることが多いという。また、事業所ごとに毎月カンファレンスも行っており、

その際に相談を受けることもある。多い内容について竹内さんはこう話す。

「一番多いのは体重が減っていて、原因として食事がとれていないというものです。その段階で相談してもらい、早めに対応できることが大切。転倒骨折、ロコモ、持病の悪化など重症化してからだとその分回復が大変になります」。ほかに、病態に沿った食事のとり方の評価と支援、摂食嚥下障害がある場合の食形態の評価と支援、過体重・過食、便秘なども多いと竹内さん。

訪問看護師が自分で解決できる場合と、相談する場合。その分岐点について聞いてみた。松島さんは次のよう

に話す。

「カロリーアップや簡単な調理方法などは伝えられます。例えば、利用者さんの家計状況や嚥下の状態にもよりますが、合いそうな栄養補助食品を提案したり、食事内容や嗜好を確認したうえで、必要に応じて糖尿病の方なら糖質よりも野菜を増やすようにアドバイスするなど」。栄養補助食品については、「竹内さんのほうで、サンプルを複数用意してくれていることが助かります」（松島さん）。

口に合っているか、カタログでの注文も含めどこで買えるか、これがないと購入・活用に繋がりにくい。「サンプルでお試しできることは大きいので、見た