進化する「嚥下食」

医療・介護職と料理人コラボも

人間にとって「食べる」行為は、生きる喜びの一つ。だが加齢や病気で、のみ込みが難しくなる人は多い。そんな中、そうした人たちにも食べやすく加工した「嚥下食」が、進化を続けている。のみ込みやすさだけでなく、味や香り、見た目にもこだわる。医療・介護職と料理人が共同開発したものまで登場した。「嚥下食の今」を見た。

神奈川県茅ケ崎市で、デイサービスなどを提供する介護事業所「松林ケアセンター」。管理栄養士の清水宏美さん(39)と宮城島宏さん(38)らが、約13年前から毎日、手作りの可愛らしいおやつを出している。春にはピンクの花をイメージした「桜モンブラン」、夏にはようかん「波打ち際」、秋は「ハロウィーンスイーツ」……。

11月3日、取材にお邪魔した際、「栗のモンブラン」を頂いた。カスタードクリームたっぷりで、口の中で自然にとろける。この日は、デイサービス利用者27人に提供した。のみ込みやすさはもちろん、季節感と彩りを大切にしているという。「介護職員さんが利用者の状態をこまめに教えてくれるので、我々も安心しておやつを作れる」と清水さんはいう。

和食・フレンチ おいしく安全に

10月24日夜、京都市にある愛生会山科病院の職員食堂に、同病院の管理栄養士や介護施設の調理師、老舗料亭の料理人ら約20人が集まった。「嚥下食プロジェクト～京料理～」の月1回の会合のためだ。これまで「中秋の名月 松花堂弁当」などを開発、お年寄りに提供してきた。

この日は、来年3月のひな祭りのイベントで、お年寄りに出すちらしずしの酢飯の試食をした。管理栄養士は酢入りの全がゆをミキサーにかけゲル化剤で固めた。料亭の料理人は、じゃこ入りのすし飯をミキサーにかけた。前者はまとまりがなく、後者はべたつきすぎ。次回までに、それぞれが改善策を考えてくることになった。

このプロジェクトは、京都府、滋賀県の医療職らでつくる「京滋摂食嚥下を考える会」（代表＝荒金英樹・愛生会山科病院消化器外科部長）が、老舗料亭が入る「日本料理アカデミー」とコラボし、2012年1月から始めた。最初の試食会で、料理人たちに病院で出している嚥下食を試食してもらうと、「食感が均一で全部食べきれない」と厳しい指摘を受けた。

同病院栄養科主任の仁田美由希さん(39)は「ショックだったが、私たちが安全面ばかり考え、味や香り、見た目を気にしていなかったことに気づかされた」と話す。例えばサケを調理する際、料理人の助言で、生臭さをとるため血合いを取り除く下処理をする、などの改善を試みたという。

また、嚥下フレンチ「スラージュ」を提供するのは、新横浜駅そばのフランス料理店「HANZOYA」。加藤英二シェフ(47)が、震災ボランティアで知り合った鶴見大学歯学部助教の飯田良平さん(45)から、嚥下障害で食べられなくなる高齢者が多いことを知り、飯田さんらの協力で開発を始めた。15年夏から正式メニューとして導入、その後もとろみ剤の量を減らし、調理温度や時間を変えるなどして、なるべく素材の良さを生かすようにしてきた。味や見た目は通常のフレンチと変わらず、家族との外食をあきらめた高齢者らの利用が相次ぐ。

レストラン協力 地域市民も支援

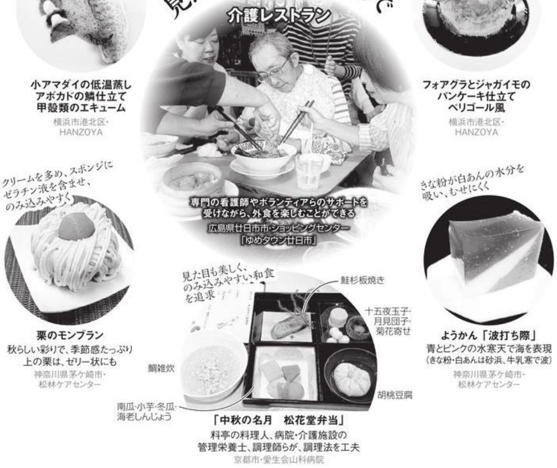
嚥下食を提供する「新しい形」を目指す動きもある。広島県廿日市市では10月3日、医療・介護職と地域住民、飲食店が一体となり、イベント「介護レストラン」を開いた。同市のショッピングセンター内のすし屋や中華料理店など4店舗が場所を提供。のみ込みが難しい在宅療養患者や家族ら8組が、久しぶりの外食を楽しんだ。

神経疾患で車いす生活を送る小早川恵美子さん(86)は、ステーキを食べた。1年ぶりの外食でビールも頼んだ。「お肉おいしい」と満面の笑み。店側は肉の柔らかめの部位を使い、スタッフはぽん酢ジュレを持参した。

この企画では、あまりレストラン側に負担をかけないよう配慮した。通常メニューのラーメンをスタッフがはさみで切るなど「少しの工夫」で食べやすくした。8組に対し、摂食嚥下専門の看護師や介護職員、市民ボランティアら計36人がサポートに回った。

取り組みの中心になったのが、広島県出身で聖ヨハネ会桜町病院医師の大井裕子さん(51)。14年から廿日市市で、市民と専門職を対象に「〈暮らしの中の看取り〉準備講座」を開き、食支援について教えてきた。その卒業生や、日本赤十字広島看護大学の迫田綾子特任教授(69)らが協力して実現させた。

（佐藤陽）



見た目も味も 楽しんで

介護レストラン

専門の看護師やボランティアらのサポートを受けながら、外食を楽しむことができる

広島県廿日市市・ショッピングセンター「ゆめタウン廿日市」

低温で長時間蒸すことで、軟らかくした

小アマダイの低温蒸し アボカドの鱗仕立て 甲殻類のエキューム

横浜市港北区・HANZOYA

ジャガイモと長芋で口どけ良く。フォアグラでしっとり感

フォアグラとジャガイモのパンケーキ仕立て ペリゴール風

横浜市港北区・HANZOYA

クリームを多め、スポンジにゼラチン液を含ませ、のみ込みやすく

栗のモンブラン

秋らしい彩りで、季節感たっぷり 上の栗は、ゼリー状にも

神奈川県茅ケ崎市・松林ケアセンター

きな粉が白あんの水分を吸い、むせにくく

ようかん「波打ち際」

青とピンクの水寒天で海を表現（きな粉・白あんは砂浜、牛乳寒で波）

神奈川県茅ケ崎市・松林ケアセンター

見た目も美しく、のみ込みやすい和食を追求

鮭杉板焼き
十五夜玉子・月見団子・菊花寄せ
鯛雑炊
胡桃豆腐
南瓜・小芋・冬瓜・海老しんじょう

「中秋の名月 松花堂弁当」

料亭の料理人、病院・介護施設の管理栄養士、調理師らが、調理法を工夫

京都市・愛生会山科病院

次回の「be report」は12月16日に掲載。「増える豪雨とダム」がテーマです。

2017年11月25日 土曜版〈be〉 記述/佐藤陽