

## 高齢者の食事と嚥下

### 確認テスト

#### 第5回 食事の姿勢や介助 食事の準備段階編

##### 問題1

座位姿勢のポイントとして（ ）内に正しい言葉を書き入れなさい。

（ ）腰かけていただき、（ ）と膝は90度になるようにします。  
足底は（ ）につくように台などで調整しましょう。  
テーブルの（ ）も、その方に合わせて調整しましょう。

##### 問題2

ベッドをギャッジアップする際に、ベッドのどの位置と体のどの位置を合わせないと、姿勢が崩れてしまうのか？

##### 問題3

食事姿勢では、首の角度も重要である。

顎があがっている状態では、どこに食べ物が入りやすくなってしまうのか？

##### 問題4

食事の環境として適さないものを選びなさい。

- ①食事前に排泄の有無を本人に聞く。
- ②食事前の嚥下体操は、筋肉の動きが良くなり安全に食べることに繋がる。
- ③スプーンは幅が口の半分くらいで平たい物を選ぶ。
- ④意識がはっきりしていないと誤嚥の危険が高くなるため前もって声をかけ覚醒を促す。
- ⑤周りが気になり食事に集中できないような注意障害がある人は誤嚥を防ぐために、必ず個室で食べていただく。

高齢者の食事と嚥下  
確認テスト（グループワーク）

第5回 食事の姿勢や介助 食事の準備段階編

グループワーク 1

良い姿勢と悪い姿勢では、どれくらい飲み込みに違いがあるのかを体感してみる。

- ①後傾した座り方（すべり座り）でお茶などを飲んでみる。
- ②正しい姿勢で飲んでみる。
- ③感想を発表

グループワーク 2

食事の姿勢や環境に問題がある利用者をあげ、改善案のカンファレンスを行う。

高齢者の食事と嚥下  
確認テスト (解答)

第5回 食事の姿勢や介助 食事の準備段階編

問題1

座位姿勢のポイントとして ( ) 内に正しい言葉を書き入れなさい。

( 深く ) 腰かけていただき、( 股関節 ) と膝は90度になるようにします。  
足底は ( 床 ) につくように台などで調整しましょう。  
テーブルの ( 高さ ) も、その方に合わせて調整しましょう。

問題2

ベッドをギャジアップする際に、ベッドのどの位置と体のどの位置を合わせないと、姿勢が崩れてしまうのか？

ベッドの可動ポイント (曲がる位置) と体の関節可動軸 (関節の曲がる位置)

問題3

食事姿勢では、首の角度も重要である。

顎があがっている状態では、どこに食べ物が入りやすくなってしまうのか？

気管

問題4

食事の環境として適さないものを選びなさい。

- ①食事前に排泄の有無を本人に聞く。
- ②食事前の嚥下体操は、筋肉の動きが良くなり安全に食べることにつながる。
- ③スプーンは幅が口の半分くらいで平たい物を選ぶ。
- ④意識がはっきりしていないと誤嚥の危険が高くなるため前もって声をかけ覚醒を促す。
- ⑤周りが気になり食事に集中できないような注意障害がある人は誤嚥を防ぐために、必ず個室で食べていただく。

⑤

注意障害がある方でも、テレビを消す・個別のテーブルを用意することで解決する場合もあるため、必ずしも個室である必要はない。本人の要望も取り入れ孤独感を持たせない配慮が必要である。