



第99回 澁川摂食嚥下研究会レポート

日時：令和8年4月7日（火）午後7時00分～
会場：澁川ほっとプラザ 4階大会議室

講演 「食べやすい自助具 ～自分で美味しく食べよう～」

講師 澁川中央病院 作業療法士 小久保 将之 氏

自助具とは、生活の様々な動作を支援する（助ける）道具ですが、「摂食嚥下研究会」なので、食べることを支援する自助具について講演していただきました。

自助具の使用で動作が楽になり、自立度が向上する効果はもちろんあるのですが、自分で食べることで「食」への楽しみが増える効果もあるとのこと。自分のペースで、自分の食べたい順番で、好きに食べることができる。自己決定ができる＝「自律」への支援にもなるのですね。

ですが、ただ自助具を使用するだけでは十分な効果は得られません。どのような動作が大変なのか評価し、合った自助具を選ぶことが大切となるのです。食事の姿勢や環境を整え、食べる動作を観察し、安全で楽に食べられるよう調整することで、「自分でできることへの喜び」につながると、教えていただきました。改めて食事とは、生命維持のためだけでなく、「楽しみ」や「心を満たすもの」であることを実感しました。

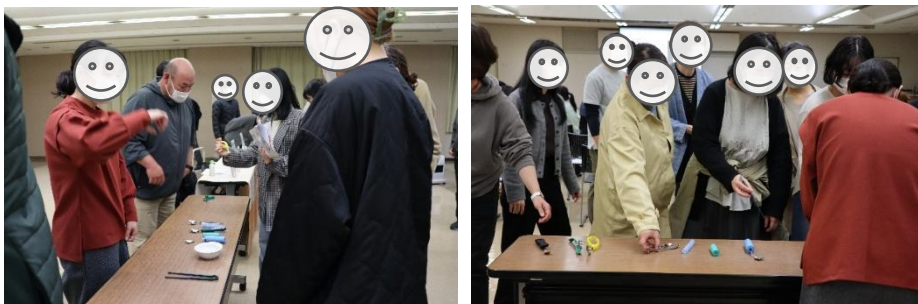


参加者内訳

職種	計
医師	2
歯科医師	6
薬剤師	1
保健師・看護師	15
歯科衛生士	2
ST・OT・PT	9
管理栄養士・栄養士	6
MSW・相談員	1
ケアマネ	2
介護職員	6
その他	3
合計人数	53



講義での自助具の紹介だけでなく、実際に自助具に触れるように準備していただいたので、どのように使用するかを手にとって確認することができました。形は様々ですが、すべての形に意味があるのです。



リハ職の皆様にも、自助具の使い方もレクチャーしていただきました。

自助具とは

- ・心身機能、身体構造上の理由から日常生活で困難をきしている動作を、可能な限り自身で容易に行えるよう補助し、**より快適に生活を送る**為に工夫された道具のこと。
- ・自身ではできないことを諦めていたり、他者に依存していたことが自助具を使うことにより可能となることで、物理的に**生活の幅が広がり、精神的にも積極性**が出てくる。
- ・動作の自立度を向上できるだけでなく、**“自律”生活を高める**効果も期待できる。

【講演資料より抜粋】

いよいよ次回は第100回！

【次回 第100回 澁川摂食嚥下研究会の予定】

開催について：6月21日（日）午前10時～／澁川市民会館 大ホール

演題：「どうする？嚥下障害 ～ノドを鍛えて肺炎をふせぐ～」

講師：西山耳鼻咽喉科 院長 西山 耕一郎 氏

※ 曜日・時間・場所がいつもと異なります。お気を付けください。