障害特性をご存じですか？『知的障害者施設での肥満への取り組みについて』

社会福祉法人いわき福音協会　指定障害者支援施設　はまなす荘　根本利江
（福祉協議会）いわき支部

当施設は、いわき市にあります知的障害者支援施設で、入所者40名、生活介護、短期入所、日中一時を行っております。障害種別としては、知的障害、発達障害、ダウン症、自閉症その中でも自閉スペクトラム症の方へ特化した支援も行っており、様々な方が利用していらっしゃいます。

障がい者の食の特性というのは、栄養士業界でも意外と知られておりません。皆様に少しでも障害の特性について知って頂けたらと思います。

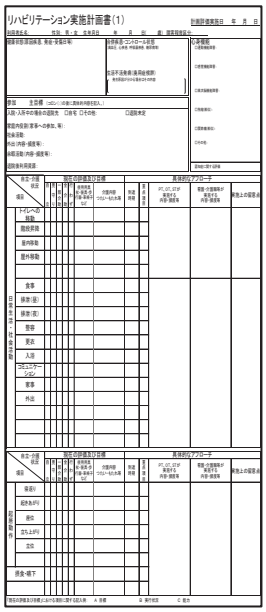
≪ハロウィンメニュー≫

発達障害の方の中には極端な偏食が見られる場合があります。それは、障害特性として感覚過敏や早食い、丸呑みの特性があるためです。例えば、柔らかい感触の食材が食べられなかったり、切り方によって薄いものが食べられなかったりと、様々な食材の舌触りや味の変化等で、感覚が過敏であるために、食べられるものが少なくなり、同じものばかりを食べるという極端な偏食になる傾向があります。また食べ方が早食い・丸呑みであるために詰まらせてしまい、その食べ物に恐怖心を覚え、段々と食べられる物が少なくなり、結果的に1品～2品しか食べられなくなってしまうということもあります。このように食べられる食材が狭まってしまうという障害特性も、意外と知られておりません。その唯一食べられる物がフライドポテト等のジャンクフードだけになってしまうと、それが肥満に繋がります。

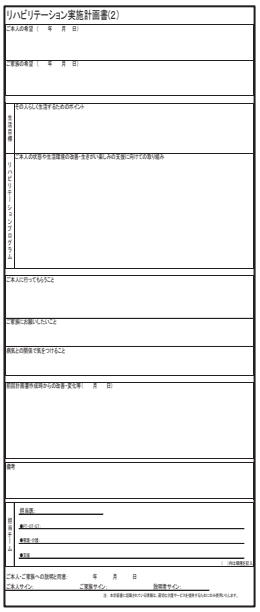
当施設を利用している在宅の利用者さんも肥満傾向にあります。利用時のみの食事提供となるため、栄養介入は難しいのですが、生活介護を利用していた自閉症の方で、入所当時86.1kg（BMI 26.0）であったのが、1年後には75.1kg（BMI 22.7）と施設での栄養管理によって適正体重に改善していく傾向があります。

当施設での肥満に対する取り組みとして、個々の栄養管理と障害特性に合わせた栄養ケアを行っております。障害特性として、早食い・丸呑みという食行動があると先に述べましたが、それが肥満や誤嚥に繋がる場合があります。そこで当施設では、早食い・丸呑み傾向のある方には、自助食器をつけて生活支援員が小分けにし、ゆっくりと食べる様に声掛けをしながら食べてもらうことにしております。それが肥満予防や誤嚥予防に繋がります。

また、肥満対象者は個々の栄養管理に合わせ、外部の理学療法士との連携によりリハビリテーション実施計画書【資料1・資料2】に沿ってリハビリ運動を取り入れております。さらに帰省する頻度が多ければ、好きな物を好きなだけ食べない様に、ご家族に帰省時の食事管理（間食も）についてアドバイスをしております。帰省時には、家族支援が必要になってきます。



【資料1】実施計画書(1)



【資料2】実施計画書(2)

当施設での事例を紹介しましたが、障害特性について、少しでも理解して頂けましたか？少しでも県民の皆様に理解して頂くことで、障害の有無に関係なく安心して暮らせる「共生社会」に一歩でも近づければ嬉しいです。