

# 健康的な食を通じた持続的な地域生活を実現するための支援システムの構築

## —働く障害者の食改善を取り掛かりとして—

人文学部 教育福祉学科 田中恵美子 / ヒューマンライフ支援センター 内野美恵

### 背景および目的

本研究の目的は、働く知的障害者（壮年期）に対し、食改善の機会及び場を通して、持続的な地域生活の実現を目指すことにある。厚生労働省\*の資料によれば、障害別の施設入所割合は知的障害者が最も高く（11%）、在宅で暮らす知的障害者の9割以上が親と同居している（92%）。すなわち、親との生活の破綻後施設入所という過程が断ち切られていない。個々の自己実現、施設から地域へという政策が目指す方向、どちらも可能になるには、一定年齢で親元を離れ、グループホーム（以下 GH）を含む地域生活が保障されるべきである。食の確保は地域生活の開始とその継続の重要な柱となる。

\*厚生労働省 『平成 28 年生活のしづらさに関する調査』及びホームページ [https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/seikatsu\\_chousa\\_b\\_h28\\_01.pdf](https://www.mhlw.go.jp/toukei/list/dl/seikatsu_chousa_b_h28_01.pdf)

### 方法

知的障害のある女性 9 名（支援者 3 名程度）と社会福祉演習（田中）履修者 16 名がバディを組み、

- ①食物摂取頻度調査 FFQg の実施
- ②3 回の食事会実施、アンケート実施
- ③最後の食事のレシピを参考に自宅で作成、感想と写真の提出を行った。

今回は②、③の報告を行う。

### 結果

食事会について、①とても楽しかった（55.6%）、②楽しかった（44.4%）。その第一の理由として①学生と一緒に食事や作業をした（55.6%）ことが挙げられた。これまで食事について②気を付けていた（33.3%）と③それほど気を付けていなかった（33.3%）。今後、食事会をきっかけに料理をしたいと①とても思う（33.3%）、②まあまあ思う（55.6%）、食事のバランスを①とても意識するようになった（44.4%）、まあまあ意識するようになった（44.4%）。

### 考察

食事会に対する満足度は高く、学生との会食が意欲向上に効果をもたらしたと考えられる。各自の感想は大変すばらしく、包丁やガスの使用を禁じられている人はキッチンばさみやホットプレートを使用するなど工夫もみられた。また支援者の手を借りながら GH 全員の食事を用意するなど、意欲的に取り組む例もあった。この試行によって、食を意識するようになった人も多く、自らの力で食事作りを楽しんで行う素地ができたと考える。

### 今後の展望

今後は調理実習、GH での食事調査を実施し、個人・GH 向けレシピの考案を行う。

食事会は3回行い、最後の会に食べたものを自宅で作ってみるという課題を行った。

2018年10月6日 第1回食事会



2018年12月8日 第3回食事会

