

栄養パトローラーによる地域での役割

気仙沼栄養パトロール
芳賀 広子

気仙沼での栄養パトロール誕生のきっかけは、東日本大震災後、支援のために訪れた古屋医師と奥村管理栄養士との出会いです。震災後、被災した高齢者の生活基盤が崩壊し、地域資源の欠乏とコミュニティが崩壊し、住み慣れた土地から離れたことによる食べる意欲の低下や低栄養など食環境は悪化しました。このことに自覚なく生活している環境の中で、課題を見つけ自立した生活を支えたい。そうした思いから勇美記念財団の助成を受け「気仙沼栄養パトロール」は創られ、スタートしました。

栄養パトロールとは、栄養士らが地域に出向いて、食や栄養を切り口にその方が望む暮らしや、地域と人をつないで支援する仕組みのことです。1ヶ月に一度戸別訪問を重ね、食事状況や体調をお聞きし、そこから低栄養と重症化予防に資することが目的です。孤独・抑うつ・食欲低下・社会的孤立・寂しさなどの心理的負担や悩みごと、目に見えない栄養状態を漏らさず拾い上げていきます。活動する栄養士ら食の専門職を「栄養パトローラー」と呼び、現在は栄養士のみならず、医師、歯科衛生士、ケアマネジャー、作業療法士など活動に賛同した方々が活動しております。そして、栄養パトローラー一人ひとりが高齢者と対話し、実態を把握し、自分の生き方や希望、暮らしている中での困りごとなどの解決方法を、一緒に考え共有します。気持ちの変化に寄り添い、何度でも思いを繰り返し聞きます。

気仙沼では市から了解を得られた災害公営住宅を対象とし実施しています。まずは、全戸へスクリーニング用のアンケートを配布し、栄養やフレイルの状態を把握します。その後戸別訪問によるアンケート回収時に、体重・血圧測定、栄養相談、悩みや相談ごとなど直接対話し傾聴します。また、その時、口腔内の状態や、呂律障害の有無、歩行や動作、呼吸、浮腫や皮膚の状態などの身体機能や生活環境も合わせて確認していきます。アンケート結果から得られる客観的評価から食生活アセスメント課題を栄養パトローラーで共有、検討します。食欲低下や体重減少など栄養状態や口腔内の環境問題、日常生活に懸念がある方を中心に定期的に訪問します。何度も訪問を重ねるうちに信頼関係が構築され、訪問を心待ちにしている方や、心のうちを話してくれる方も少なくありません。この活動は多職種でおこなうことにより、相談者のニーズに沿った専門職が自宅へ訪問することができます。また栄養パトローラー間で情報交換を行うことにより適切な専門的アセスメントが可能となり、かかりつけ医や地域包括支援センターと迅速に連携し、然るべきところへつなげることができています。

何度か訪問していくうちに、それだけで元気になっていただいたり、心のどこかにあった寂しさや不安を少しずつ言葉にしていだいたり、楽しみに待っていたりと、関わるうちにお互い身近な存在になっていました。この出会いや経験は栄養パトローラーにとっても、逆に元気をいただき、我々自身が訪問を楽しみに充実した時間でした。しかし、コロナ禍の影響により直接会いに行くことが難しくなり2020年3月から活動は一時中断してしまいました。活動できないことへの焦り、心配は膨らみ、何とか再開できないか活動方法を検討しました。そして、2020年9月スクリーニングアンケートをポストへ投函、回収の方法で再開しました。その後の戸別訪問は難しいのではと判断し、アンケートへ連絡先の記入欄を設けました。当初は電話番号を記入してもらうことはハードルが高いのではと考えていましたが、回収アンケートには多くの方が電話番号を記入していました。そして、2021年から電話等での栄養パトロールを再開しています。電話越しの声のトーンは以前と変わらないように感じますが、やはり直接実際に顔の表情や生活環境を観察することで、小さな気づきから、点と点を線にしやすいのだと痛感しています。

コロナ禍の今では高齢者に限らず全世代に健康を維持・促進するとともに孤立を防ぐための仕組みはますます重要になってきます。気仙沼地域全体で連携し、人がつながり、支えあう栄養パトロールの活動定着と、訪問先拡大に向け一緒に活動するメンバーを増やしていきたいと考えています。また、新しい取り組みとして現在、オンラインを活用した遠隔での栄養指導・食支援方法を県外の医師と管理栄養士とで検討しています。今後はどこからでも地域と専門職がつながることができるコミュニティの構築を目指していきます。訪問が再開できる日まで微力ながら活動を継続し、声なき声を拾い上げ栄養パトローラーとして、食で出会う人々の望む暮らしや健康を支え、地域づくりに貢献していきます。

