

## 報告

# 知的障がいのある高校生への栄養ケア・マネジメント

宮谷秀一<sup>†</sup>, 木下明美

大阪府立大学大学院総合リハビリテーション学研究科  
583-8555 大阪府羽曳野市はびきの3-7-30

受付: 2011年11月1日, 受理: 2011年11月11日

## Nutritional care management for high school students with mental retardation

Shuichi MIYATANI<sup>†</sup> and Akemi KINOSHITA

Graduate School of Comprehensive Rehabilitation, Osaka Prefecture University, 3-7-30 Habikino, Habikino-shi 583-8555, Japan

Received 1 November 2011; accepted 11 November 2011

**Key words:** mental retardation (知的障がい); nutritional education (食育); nutritional care and management (栄養ケア・マネジメント)

### 1 はじめに

知的障がいのある子どもたちの肥満者の割合は、小学校では健常児との差がないが、中学時代になると女子の肥満者が増え始め、高校では男女ともにさらに増加することが報告されている<sup>1-3</sup>。健常児に対する食育や生活習慣病予防対策が進むなか、知的障がいのある子どもたちに対して更なる対策が必要と思われるが、この子どもたちの健康管理に関する研究はまだ少なく、また具体的な支援活動も十分ではない<sup>4</sup>。

ところで、大阪府では2000年から全国に先駆けて知的障がいのある生徒の生活活動支援を目的として府立高等学校への受け入れを制度化している。筆者らは2006年から本制度を活用して高校に通う知的障がいのある生徒の健康づくりに貢献することを目的として食生活と健康に関する学習会を行ってきた。このような関係の中で保護者の要望により知的障がいのある生徒に栄養ケア・マネジメントを試みたので反省点などを述べてみたい。

### 2 方法

#### 2.1 対象者

本研究は2009年度に大阪府立謀高等学校に通う知的障がいのある生徒3名(A生徒, B生徒, C生徒)を対象

とした。

#### 2.2 インフォームドコンセント

高等学校教員会議の同意を得た後、担当教員・担任教員による生徒・保護者および知的障がいのある生徒支援のボランティア活動を行う同級生への説明会を実施し、そこでの同意を得て、学校教育の一部として行った。

#### 2.3 栄養ケア・マネジメント

栄養ケア・マネジメントはFig. 1の手順で行った<sup>5</sup>。

#### 2.4 栄養アセスメント

対象者について、主観的包括的栄養評価、身長、体重の測定、2日間の食事摂取状況調査、万歩計による活動

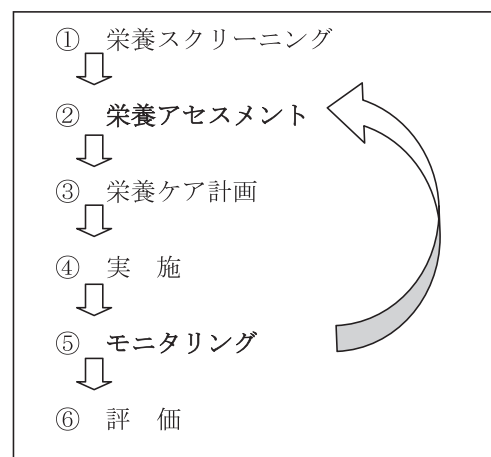


Fig. 1 栄養ケア・マネジメントの流れ  
(文献7を改編)

<sup>†</sup>連絡著者 E-mail: miyatani@rehab.osakafu-u.ac.jp

状況調査を行った。本食事状況調査は足立らの開発したスケッチ法を用いた<sup>6)</sup>。

## 2.5 栄養ケア計画

栄養アセスメントの後、調査結果をもとに本人と保護者に改善点について解説を行い、実際的な改善方法について意見を交換することにした。その後、野菜の写真を見せ名称に対する知識を調べるとともに、1日に取りたい野菜の量(350 g/日)についての学習会を計画した。それから約1ヵ月後に、初回と同じ食事と活動状況の調査(モニタリング)を計画した。

## 3 結果

### 主観的包括的栄養評価

3名とも、これまでに特別な病気もなくいずれも健康状態は良好と考えられた。3名ともバス通学で、運動クラブなどの活動も行っていないため日常の活動量は普通より低いと考えられた。

### 身長、体重

身長と体重は、A生徒169.7 cm, 74.3 kg, B生徒168.6 cm, 71.3 kg, C生徒170.7 cm, 61.7 kgで、体格指数BMIは順に25.8, 25.1, 25.1で前者2名が肥満傾向であった。

A生徒の摂取食材料量のバランス評価は豆類、小魚・海藻類、その他の野菜・果物の摂取がなく、評価点は67で「少し注意」となった。

B生徒の摂取食材料量のバランス評価は小魚・海藻類、緑黄色野菜、イモ類、乳類の摂取がなく評価点は51で「注意を要す」となった。

C生徒の摂取食材料量のバランス評価は小魚・海藻類、その他の野菜・果物、乳類の摂取がなく、評価点は59で「注意を要す」となった。

モニタリングとして行う予定であった2回目の食事調査の協力は得られなかった。

万歩計の利用は全くできなかった。

対象者生徒も支援ボランティア生徒も学習会での取組は熱心であった。野菜の名称についての知識は支援ボランティア生徒ではほぼ全問正解であったが、対象生徒の知識はほとんどなかった。

1日に取りたい野菜の量350 gの感覚はいずれの生徒も全く正確ではなかった。

## 4 考察

栄養ケア・マネジメントは本人や家族のニーズがあって始められるものであり、本ケースの場合は生徒の母

親からの要望を受けて行った。栄養ケア計画は当初順調に進んだ。栄養アセスメントや食事調査結果によると、A, B生徒はBMI値が25以上で洋風献立が好みでこのままではさらに肥満が進行しそうに思われた。摂取食品には好き嫌いが目立った。特に小魚・海藻類や特定の野菜類は全く摂取していなかった。

生活活動を知るための万歩計装着は対象者全員が装着忘れが多く正確なデータを得ることが出来なかった。今後はポケットに入れるだけで測定できるタイプの万歩計の利用を考えてみたい。

生活活動状態の数値化には失敗したが、保護者や教員あるいは友達生徒の情報では、A, B, C生徒ともあまり活動的ではなかった。今後は運動習慣をつけるための対策が必要と考えられた。

栄養ケアが始まって約1ヵ月後に栄養摂取状況をモニタリングするための食事調査をお願いしたが、2度目の食事調査用紙の提出はされなかった。モニタリングへの協力を得られなかった原因として、母親の気持ちと家族間には大変大きなギャップが存在すること、仕事を抱える母親にとって食事内容の記録は思った以上に負荷の大きい作業であった、などが考えられた。また、本調査では研究倫理の考え方に基づき文書によるインフォームドコンセントに加え、家庭訪問により説明も十分行い実施したが、「同意していてもいつでもやめられる」ことを強調しすぎたことも影響したかもしれない。対象生徒自身はいずれも身体的には健康で、食生活の改善の必要性を全く感じていない「無関心期」であり、食生活に関する知識がかなり乏しいためよりよい食生活のあり方を目指すように教育することは大変難しい。また家族の中には食事をたっぷり食べることは良いことで、特に若者はたくさん食べることが健康の証と考えている方もいた。さらに自宅周辺の人々もたっぷり食べることを褒め、おやつをくれるケースもしばしばあるようであった。2002年の三浦らの食活調査によると、知的障がい者は食品購入で健康を意識して自己選択することが少なく、嗜好が偏っているが、これは食物を選択するための支援不足に問題があると指摘している<sup>7)</sup>。三浦らの報告から7年後の調査においても、在宅で生活する知的障がい者は健常者に比較して、男性では20歳代、女性では30歳代でメタボリックシンドロームの危険因子を有する者の割合が多いといわれ、知的障がいのある人々への食生活と健康の改善に関する支援の手はまだ届いていない<sup>8)</sup>。

知的障がいのある生徒たちは地域の人々とつきあい

ながら暮らしてゆくことを考えると、本例に見る学内の支援ボランティア生徒約15名の存在は大きいと考える。したがって彼らに健康づくりには食生活改善が重要であることを十分認識してもらい、これらの人々を巻き込んだ学内や地域全体における食生活と健康に関する意識の向上を目指すいわゆるポピュレーションアプローチ法を導入することが障がいのある生徒が地域で健康に暮らすためには重要と思われた。

## 5 まとめ

知的障がい者の食生活は中高生時代に悪い方向に進みやすく、生徒や家族のみによる改善は甚だ難しい。それ故、対象生徒とその家族への食生活改善指導に加え、将来の地域住民となる支援ボランティア生徒に食育を行い、地域全体に支援の輪を広げる手法が重要ではないかと思われた。

## 謝辞

本栄養ケア・マネジメントの実施にご協力いただきました皆様に深く感謝いたします。

## 文献

- 1 有馬正高 (2000) 発達障がい医学の進歩12, “知的障がいにみる健康障がいの問題点” (有馬正高編), 診断と治療社, 東京, pp. 1-9.
- 2 中佳久, 小谷裕実 (2003) 近畿地方における知的障がい児の肥満実態調査および肥満指導に関する一考察 第一報. 小児保健研究, 62:17-25.
- 3 中佳久, 小谷裕実 (2003) 近畿地方における知的障がい児の肥満実態調査および肥満指導に関する一考察 第二報. 小児保健研究, 62:26-33.
- 4 丸山里枝子, 曾我部夏子, 祓川摩有, ほか (2009) 知的障がい児の食事摂取状況について. 小児保健研究, 68:717-724.
- 5 川西秀徳, 川西秀徳, 池谷昌枝, ほか (2003) 栄養マネジメントの流れ, “栄養ケア・マネジメントマニュアル” (川西秀徳編), 医歯薬出版, 東京, p. 1.
- 6 安立己幸, 松下佳代 (2004) “65歳からの食卓”, NHK出版, 東京, pp. 22-33.
- 7 三浦昌代, 安井友康 (2002) 知的障がい者の食生活に関する研究. 北海道教育大学附属教育実践総合センター紀要, 3:243-248.
- 8 作田はるみ, 坂本薫, 小泉弥栄, ほか (2009) 在宅で生活する知的障がい者の肥満とメタボリックシンドロームの状況—年齢群間による比較—. 肥満研究, 15:53-58.