

介護福祉士養成教育における家政学実習の効果 —訪問介護での食生活援助から—

On the Effects of Educational Contents in Home Economics Laboratory
for Care Worker

角 間 陽 子
Yoko KAKUMA

I. はじめに

家政学概論および家政学実習は介護福祉士養成過程における資格取得のための必修科目として位置づけられており、個別のライフスタイルに対応した科学的論拠に基づく総合的な生活支援力の育成において重要な意義を有している。しかし学外実習における施設やホームヘルプサービスといった介護の現場では、生活援助のために必要とされる基礎的な知識や技術が不十分であるなどの指摘¹⁾がなされている。それはまた介護福祉士養成の教育現場においても同様で、家政学関連科目の担当者自身が認識している問題²⁾、³⁾でもある。さらに家政学概論が介護技術や介護概論、老人福祉論などに比して「現場に役に立つ」科目とする学生の意識が低い⁴⁾一方で、居宅介護実習については「家事の経験が少ない」ことから「家事援助」を「不安である」と感じる学生が多く、特に「調理」でその傾向が顕著である⁵⁾とも報告されている。これは学生の生活経験が全体的に希薄化し、個々の差はより顕著となっていることを裏づけている。そこで、訪問介護実習での食生活援助の実態を明らかにし、介護福祉士養成における家政学関連科目研究の基礎的資料を得ることを目的とした調査を実施した。本報は在宅での食生活援助に最も関連する授業として、家政学実習 I を中心に授業内容の検討を行う。

II. 本学における家政学関連科目（食生活分野）の取り組み

松本短期大学介護福祉学科では家政学概論を1年次に学年単位で、家政学実習を2年次前期にクラス単位で受講するカリキュラムとなっている。それぞれの授業では衣食住および家庭生活に関する基礎的な知識・技術の習得を目的とするばかりではなく、それらを関連させながら生活を認識することを意図している。加えて、限られた授業時間数では学習内容の精選や効率的な授業展開を常に考慮する必要があるため、そのための一方法として高等学校家庭科と家政学概論を、また食生活分野を主たる内容とした家政学概論 I と家政学実習 I とを連携させることで、よりシステマティックに学習できる授業内容を構成している。その基盤として「食」が単に「食べられる側」としての存在、すなわち「栄養素」や「食品」あるいは「その時」の「食事（献立）」に限定されないことを理解する必要がある。食は生活の一部であり、その中心は「食べる側」としての「人間」である。高齢者の場合は特にこれまでの生活の影響を強く反映しているため、「今そこにある状態」に着目するだけではその人のライフスタイルに基づく生活支援を行うことはできない。生育歴や社会状況との関連を踏まえて把握する必要があるため、それがなければ現在の生活を理解することにはつながらない。

家政学実習Ⅰでは生活援助の実際により対応できることを目的として、家政学概論Ⅰで学習した知識に基づき、モデルケースにおける段階的な食生活改善の提案や訪問介護での事例から限定食材を活用した多様な献立作成などの学習内容を導入して実践力の向上を図っている。さらに食材からの調理実習を可能な限り多く設定するばかりでなく、衛生上の配慮や調理器具の取り扱いと片づけなどをも重視して指導している。

表1に本年度の家政学実習Ⅰにおける授業構成を示す。

表1 家政学実習Ⅰ 授業構成（平成16年度）

回	内容
①	授業のねらい、年間計画、食事調査に基づく献立作成 調理方法のバリエーション、塩分量計算
②	味覚チェック 実習の班分け、心得、持ち物、当番、調理室準備
③	調理1) 無塩食
④	調理2) 豆腐の混ぜご飯、落とし卵と青菜の味噌汁、他2品
⑤	調理3) 全がゆ、白身魚のかぶら蒸し状態別2種、他2品
⑥	調理4) 月見とろろ、牛肉とごぼうの炒め煮、他3品
⑦	調理5) 小田巻き蒸し、いわしの梅煮、他2品 食中毒
⑧	調理5.5) ソフト食 課題献立内容説明
Ⅲ期実習	
⑨	調理6) おろし納豆スパゲティ、野菜の白みそスープ、他2品
⑩	調理7) 成人食（高齢者向けに応用可能）3品
⑪	調理8) 五目混ぜご飯、厚焼き卵状態別2種、他3品
⑫	ユニバーサルデザインフード テスト（調理の基本、調理技術）
⑬	調理9) 課題献立 ユニバーサルデザインフードの試食
⑭	班別での課題献立まとめ
⑮	期末試験（レポート）

また授業ではほぼ毎回レポートを課しており、その課題は以下の通りである。

- ① 食事調査
- ② ①の栄養バランスを補足する献立の作成
- ③ 食材の調理方法バリエーション
- ④ 1食の塩分量計算
- ⑤ 減塩が必要なモデルケースによる、本人の同意を得て行う献立変更のシミュレーション
- ⑥ 各回の調理実習における献立の食品群分析および実習の反省
- ⑦ 課題献立（班で1部のレポートを共同作成する）
- ⑧ ユニバーサルデザインフードを購入し、表示や利用方法、試食結果をまとめる

Ⅲ. 調査方法

調査は本学介護福祉学科に在籍する2年生97名を対象として、地域福祉実習（Ⅴ期実習）終了後の実習指導の時間に行った。調査用紙の配布および回収は授業担当者に依頼した。有効回

答率は87.6%であった。主たる調査内容は、実施した生活援助の全体と学生の担当，食生活に関わる生活援助で指導者やヘルパーの方から受けた注意や助言，家政学実習Ⅰでの学習で役に立ったこと，家政学実習Ⅰで学習していればよかったと感じたことなどである。

IV. 結果

1) 訪問介護での食生活援助

地域福祉実習において学生は平均して8.3件の訪問介護を行っており，生活援助は4.8件で実施されていた（訪問介護実習を行わなかった学生1名を除く）。生活援助を食生活（調理）と食生活以外（掃除，洗濯など）に分類した場合，食生活の援助に携わらなかったと明確に回答した学生は7名（8.3%）で，91.7%の学生が食生活に関する何らかの援助を行っていた。

① 援助の全体と学生の担当内容

食にかかわる生活援助は家にある食材で1食または2食分を調理するというものがほとんどであった。実際に学生が担当した内容を分析すると「調理準備」を含む「非加熱調理」が大半を占めており，なかでも「切る・刻む」が多かった。献立にもよるが「加熱調理」では「炒める・炒る」と「焼く」を担当していた。部分的な調理段階ではなく献立名で「味噌汁」や「サラダ」，「煮物」を作ったという回答もあり，この場合はその1品を完成させるために必要な調理を全て行ったと推察される。また「調理，味つけとも指導者や利用者に確認しながら自分だけで担当した」，「調理は1人で行った」との学生が4名いた一方で「ちらし寿司の素を混ぜた」や「卵を割って溶いた」，「味噌汁に味噌を溶いただけ」といった回答もあり，食生活援助での「調理」に携わった機会と程度に差が認められた（表2）。

② 指導者やヘルパーからの注意や助言

食生活援助において実習の指導者やヘルパーから注意や助言を受けたと回答した学生は43名（55.8%）であった。その内容は「煮物の作り方」や「食材を切る大きさ」，「固い食材の下処理」といった調理方法や調理技術に関することばかりでなく，献立作成の場合においても「栄養のバランス」や「塩分への配慮」以外に「冷蔵庫の食材を確認する」ことや「既にある食材を活用」したり「温めなおしてすぐに食べることの可能なものを考慮する」など多様である。さらには「作った食事のラップの上に日付を記入する」のような食中毒予防対策や「使ったものは全て元の場所に戻す」など後片づけにも言及している。

注意や助言は特に調理操作段階においては「野菜の切り方」や「卵を焼く際の調理器具の扱い方」などのように，学生の技術や行動そのものに対して行われている。また，「献立は既にある食材を活用する」や「手はしっかり洗う」などのように訪問介護における食生活援助でなくとも，食事作りで一般的なことや調理では当然行われるべきことに対する内容もある。しかし，調理操作であっても「皮ごと食べられる場合でも皮をむく」，「煮るときのやわらかさは確認しながら行う」，「本人に確認して味をつける」など「利用者に応じた調理の違い」を意識した内容の方が，学生に対して行われたものよりも多くみられた（表3）。

2) 家政学実習Ⅰとの関連

① 授業での学習で役に立ったこと

食生活にかかわる生活援助の際に家政学実習Ⅰでの学習が役に立ったかを質問したところ，「役に立ったことがあった」と回答した学生は49名（63.6%）であった。その内容で最も多か

ったのは「包丁の扱い方」であり、日常の食生活において調理の機会が少ないことを反映していると同時に、訪問介護での食生活援助における学生の担当が影響した結果でもある。また「栄養バランス」や「嗜好に合わせて塩分量や糖分量を配慮し、疾病に合わせて調理する」などの科学的論拠に基づく献立作成あるいは食事内容の分析ができたとの回答は、家政学実習Ⅰの学習による効果といえる(表4)。一方で、調理に携わったが「役に立ったことはなかった」という学生が21名(27.3%)いた。

②授業で学習していればよかったと感じたこと

家政学実習Ⅰの授業で「学習していればよかったことはなかった」と答えた学生が47名(61.0%)いたのに対し、「学習していればよかったことがあった」との回答は28名(36.4%)であった。具体的な内容としては、これまでの結果と同様に「包丁の扱い方」があげられている。しかし、それ以上に多くみられた回答は「限定された食材や時間内での献立作成や調理」であった(表5)。

また、訪問介護での生活援助全般についての感想にも同様の既述が多く認められた。

表2 学生が担当した食生活援助(複数回答)

非加熱調理	洗う・研ぐ	8	米研ぎ(6), 野菜, 食材
	量る	1	米を量った
	混ぜる	2	ちらし寿司の素, 卵を割って溶く
	切る・刻む	41	野菜(21), 食材(12), 果物(3), 漬け物(4), 魚
	むく	10	野菜の皮(9), 桃の皮
	おろす・する	6	大根をおろした(4), りんごをすった(2)
	つぶす	1	かぼちゃ
	成形する	3	かぼちゃ, おにぎり, 海苔巻き
加熱調理	ゆでる	3	そうめん(2), 野菜
	炊く	4	炊飯(2), おかゆ(2)
	蒸す・ふかす	1	さつまいも
	炒める・炒る	6	野菜炒め(2), マグロ炒め, 炒り卵
	焼く	6	卵焼き(3), オムレツ, 魚を焼く(2)
	揚げる	2	さつまいも, 天ぷら
	温める	7	残り粥, カレー, 作り置きのお食事
	電子レンジ加熱	1	
仕上げ	調味	6	味噌汁(3), 酢の物
	味見	1	煮付け
食卓準備	お茶だし	1	
	盛りつけ	8	
	用意	2	食器(2)
	配膳	1	並べる
片づけ	洗い物	9	食器(5)
	片づけ	4	食器(3)
献立		31	味噌汁(9), サラダ(3), 煮物(3), ポテトサラダ(2), 酢の物(2), おひたし(2), カレー, なすの鉄火, いんげんの甘味噌和え, ハンバーグ, 肉じゃが, きゅうりのかすもみ, 牛乳かん, すいとん, うどんのつゆ
担当		4	調理・味付けとも指導者に確認しながら自分だけで担当した, ヘルパーと利用者に確認しながら全て自分で担当した, ある程度自分で調理した, 調理は1人で行ったので焼き魚, みそ汁, 酢の物, 卵焼き, オクラ, ねぎ
その他		6	食事介助(2), 食材の購入, お湯を沸かす, 水くみ, 取りに行って届ける

表3 食生活援助に関わる指導者からの注意・助言（複数回答）

調理	方法	2	煮物の作り方, 利用者に応じた調理の違い
	切り方	11	野菜の切り方(2), 食材を切る大きさ(6), 入れ歯使用のため細かく切る, 皮ごと食べられる食材でも皮をむく, 歯がない方には皮をむく
	固さ	5	固い食材の下処理, ゆで時間を長めにし, 細かく切る, オクラのゆで加減, 薄味でやわらかく煮る, 煮るときのやわらかさは確認しながら行う
分量		2	作る量に気をつける, 1食分の分量を考える
味つけ		7	好みの味つけにする(2), その家庭の味につくる, 本人に確認して味をつける(3), 糖尿病なので味つけに注意する
献立	内容	5	嗜好に合った物を作る, できるだけ希望に沿った献立を作る, 好き嫌いを把握する(2), 利用者の好み, 状態
	栄養	1	栄養のバランス
	塩分	5	塩分に配慮する(3), 最初は薄味に作っておいて調節する, 塩分を考えて1品だけ味を濃くする
献立作成上の注意		3	献立は既にある食材を活用する, 献立は温めなおしてすぐに食べることの可能なものを考慮する, 1週間分の買い物で1週間分の献立を考える
温度		2	熱い物は少し冷ましてから提供する, 味噌汁などの温度
食材の活用		4	冷蔵庫内の食材を確認し, 食材を整理すること(3), 残り物を使って調理する
調理器具などの扱い		6	使ったものは全て元の場所に戻す(3), ガスの元栓を閉める, 卵焼きを焦がさないためにはフライパンを十分に熱する, まな板は台ふきをしいてたてかけるとすべらない
食中毒予防		4	食材の賞味期限や腐った物がないか確認する, 作った食事のラップの上に日付を記入する, 手はしっかり洗う, 手を拭くものはできるだけ使い捨てにする
食材の購入		2	食材の購入は冷蔵庫内を確認してから, バランスに注意して購入する
金銭取り扱いの注意		1	買い物には金銭が関わるので管理や計算をしっかり
食事の介助		3	食事介助の注意点, 右麻痺なので左におかずなどを置く, 糖尿病なので栄養バランスを考え, 順序を変えて食べていただく
その他		4	時間がないのでできばき行う, 利用者のやり方に注意して頼まれたことだけをやる, 言葉遣い

表4 家政学実習 I での学習が役に立ったこと (複数回答)

調理技術	包丁の扱い方	27	包丁の使い方(5), 野菜の切り方(12), 野菜の切り方と名称が一致した, 食材の切り方(6), 利用者が食べやすい大きさにする(2), 魚の切り方
	スキルアップ	2	普段家でも料理をするのでほとんどできたが, ならわないとできないこともあった
調理	調理の工夫	6	残り物での調理・作り方の順番など, 作り方を家政学実習 I で行った通りにしたらほめられた, 作る際に参考になった
	調理方法	6	出汁のとり方(2), 灰汁のとり方, ゆで方, 卵焼き, 寒天の利用
	盛りつけ	3	
	配膳・食器の配置	2	
	味つけ	2	塩分を考えてみそ汁の味付けができた
献立	内容分析	7	栄養バランス(3), 塩分を考えた食事バランス, 嗜好に合わせて塩分量や糖分量を配慮し, 疾病に合わせて調理する, おおよそのカロリー計算, バランスのとれるメニュー作り・塩分計算
	作成	2	レシピを考えること, 料理の幅が広がった
	片づけ	1	手際よく食器が洗えた
	食材購入	2	食材購入時の食材選び, 食品購入の際, 必要量を考えることができた

表5 家政学実習 I で学習していればよかったこと (複数回答)

献立	9	家にある物を使った料理(4), 限られた食材での料理, 余り物など少量の食材を使った料理, 30分以内で簡単に作れる料理, 料理のレパートリーを増やす, 嚥下障害に対応した調理
包丁の扱い方	7	野菜の切り方(2), かぼちゃなど固い物の皮のむき方・切り方, 包丁さばき, 細かい包丁の使い方, サンマの内臓の取り方, その献立に対する切り方
調理法	10	煮物(3), 魚の煮付け, 炒め煮, 和食, 煮物など伝統的献立の基本的味付け, 出汁のとり方, 灰汁の抜き方
盛りつけ	1	
配膳	1	
その他	2	コミュニケーション, 家庭ゴミの分別

V. 考察

調査結果から明らかになった地域福祉実習での訪問介護における学生の食生活援助の実態および問題点は以下の通りである。

- ① ほとんどの学生が食生活援助を行っているが、携わらなかった学生もいる。施設実習に比べて訪問介護実習は回数・期間ともに少ないため、体験を補う機会が得られにくい。
- ② 訪問介護の内容がそれぞれのケースで異なるため、食生活援助を実施した場合でも学生が担当した援助内容には差がある。
- ③ 訪問介護の内容がそれぞれのケースで異なるため、食生活援助での指導者やヘルパーからの注意や助言の内容が異なる。
- ④ 訪問介護の内容がそれぞれのケースで異なるため、訪問介護の現場で家政学実習Ⅰの学習効果が期待できにくい場合がある。

訪問介護は利用者の生活を援助する目的で、それぞれのライフスタイルを尊重して行うことが求められる。生活観や生活習慣、訪問介護の内容が違うのは当然であり、いかに個別のニーズに対応できるかが重要となる。しかし介護福祉士養成のためのカリキュラムとして訪問介護実習が位置づけられている以上、内容の格差は望ましいことではない。本調査でも「家政学実習Ⅰで学習したことが活かせなかった」という回答もあった。その後の授業への関心や学習意欲への影響が懸念されることから、これを補う機会を設定する必要がある。

また既に述べたとおり、家政学実習Ⅰの授業には食材の調理方法バリエーションを課題としたレポートや限定食材での課題献立、調理実習での時間制限などを導入している。それでも「料理の発想のなさに愕然とした」、「急に言われたらすぐに調理できなかった」などの記述から、訪問介護現場での食生活援助に直面したことで現実感を伴って強く意識されたことがうかがえる。授業内容をこれまで以上に実践場面を意図して検討する必要があると同時に、学内での授業だけでは十分な学習効果の向上が困難であることもより明確になった。

学生からの家政学実習Ⅰに対する授業評価は決して低くない。前年度ではレポートの多さがマイナスにつながったこともあったが、本年度はむしろ「提出物が遅れてしまうことがあった」といった学生自身の反省すべき点としてあげられており、学習に対する意識の高さとしてみることができる。さらに「学べたことがたくさんあった」や「レポートを力を入れてできた」など授業や学習への満足感も認められた。また先行研究からホームヘルパーによる在宅高齢者への食事援助の現状調査の結果、ヘルパーが十分に行えていないことは「栄養バランス」であった⁹⁾が、本調査では授業での学習で「役に立ったこと」として回答されている。しかし、授業では調理が6人から7人のグループ単位で行われることから、「誰かに任せてしまった」や「もっと積極的にやればよかった」などの反省点もある。訪問介護での食生活援助でも「調理に自信がなく、自分から積極的にかかわることができなかった」との感想がみられることから、実習での役割分担などを工夫する必要がある。

また、本調査結果で着目すべきこととして、学習した知識や情報がそれぞれ個別な「点」としてとどまっており、それらを相互に「線」で結びつけていくことができない傾向が明らかとなった。学生は食べる人の状態に食材の大きさや固さを合わせる必要性を学習で認識しており、指導者からも助言を受けている。しかし授業で「固い食材の下処理」を目的として「牛肉とごぼうの炒め煮」の実習をしても、食生活援助で調理する「固い食材」が「人参」であれば

対応できなくなってしまう。ひとつの献立で基本の切り方を学ぶと、それ以外の方法は「間違っている」と捉えてしまうこともある。それでは固さや味つけを利用者に応じて調理することに相反する。不十分な生活経験を補い、栄養バランスのよい献立の調理を第一義とした実習内容を再構成し、知識に基づいた実践力、応用力を向上させるための授業を検討する必要がある。

これらの示唆に基づき、今後の家政学実習 I においては①訪問介護での食生活援助場面の実際により近い状況でのシミュレーション実習を導入する、②訪問介護実習に対する要望、指導者との連携を密にすることで学生が行う食生活援助内容の差を緩和するなどの授業実践をおこなう。

VI. 結び

2003年5月、日本家政学会第55回大会において全国養成校の教員を対象としたアンケート結果の報告がなされた後、フロアからの強い要望によりその場で「介護福祉士養成教育における家政学教員ネットワークの構築」が提案された（同年10月には第1回の授業実践報告会が開催された）。介護福祉士養成教育における家政学の再構築は介護福祉現場からも教育現場からも、家政学関連科目の内外からも必要とされているとともに、その意義を重要とする認識も高い。

日本家政学会での研究数も2002年には2テーマ、2003年には4テーマに増加し、2004年は研究分野の広がりや多様なアプローチでの発表もみられるようになった。しかし、これまでの家政学あるいは家政教育においては新しい分野であることや情報や知見の共有がされにくく、結果として担当者による独自の努力に依拠されてきたことなどから介護福祉のための家政学の発展には困難を伴っていた。今後は前述のネットワークや「介護福祉のための家政学」教科書⁷⁾を活用した授業実践や教材研究を通して、家政学概論も含めた介護福祉士養成教育における家政学関連科目を充実させていきたいと考える。

文献

- 1) 田崎裕美：介護福祉士養成教育における家政学と介護系科目との連携に関する一考察. 静岡福祉情報短期大学紀要12. 109-120. (2004)
- 2) 一番ヶ瀬康子：序章 介護福祉士の育成と課題. 日本介護福祉学会編：介護福祉士これでいいか. ミネルヴァ書房. 12-24. (1998)
- 3) 奥田郁子, 中川英子, 倉田あゆ子, 嶋崎東子, 石川周子, 熊本裕子：介護福祉士養成における家政学教育の現状と課題—全国養成校の教員アンケートから—. 介護福祉士養成教育のための家政学を考える会調査報告書. 1-12. (2003)
- 4) 神部順子, 奥田郁子, 熊本裕子, 倉田あゆ子, 嶋崎東子, 中川英子：介護福祉士養成教育のための「家政学」関連科目のありかた—学生意識調査結果からの授業内容の検討—. 日本家政学会誌54(6). 501-510. (2003)
- 5) 桂木奈巳, 中川英子, 百田裕子, 松田佳奈：介護福祉士養成における家政系科目の授業内容の検討2—居宅介護実習に関する学生アンケートから—. 日本家政学会第55回大会発表要旨集. 252. (2003)
- 6) 橋本多美子, 本郷澄子：ホームヘルパーによる在宅高齢者への食事援助の現状. 日本家政学会第56回大会発表要旨集. 123. (2004)
- 7) 中川英子編著：介護福祉のための家政学. 建帛社. (2004)