

## 講演Ⅰ 高齢者のコミュニケーション・ 聴こえに対する支援について

講師 一般社団法人 大阪府言語聴覚士会  
理事 坂本 武 氏



管理栄養士・栄養士と関  
わりの多い言語聴覚士の視  
点から、高齢者のコミュニ  
ケーションの支援に関する  
課題と、取り組む姿勢を学  
べる講義であった。

言語聴覚士とは、Speech-  
Language-Hearing-  
Therapist の略である。言語聴覚士法の「定義」  
の中には言語訓練が記され、医師の指示は必要  
ではない。PT・OTの訓練では医師の指示は必要  
であるため、大きな違いがある。一方、摂食  
嚥下訓練は「業務」の中に位置し、医師又は歯  
科医師の指示の下に行えるとされている。業務  
内容は8領域と多岐に渡り、小児・成人領域の  
双方に携わる。年によって違いはあるが、「言語  
障害」「高次脳機能障害」「嚥下障害」いずれも  
成人で関わる事が多い業務となっている。

言語聴覚士国家試験合格者数は累計2024年  
時点で41,657名。その内、現場で業務につい  
ている者は30,000名台後半位と推測されてい  
る。年齢構成は40歳台以降の年代が急増して  
いる。要因としては、国家資格化と養成校の増  
加が考えられる。また、女性の割合も高く女性  
の活躍できる職種ではないかと考えられる。勤  
務先としては「医療」「医療/介護」で8割近  
くを占めている。地域で活躍している言語聴覚  
士は少ないがゼロではない。コミュニケーション  
とは、相手がいる人間の伝達手段であり、共  
同作業である。伝え手と受け手の間に、伝えよ  
う、理解しようという共有認識がないと機能し  
ない。また、バーバル（言語的）コミュニケーション：音声言語・文字言語・手話、ノンバー  
バル（非言語的）コミュニケーション：表情・  
身振り・手振り等の二つに分けられる。この両  
方がその時の状況や、相手によって比率を変え  
て機能している。お互いの伝達手段の一つでも  
問題が生じるとコミュニケーションは成立しな

い。

高齢者におけるコミュニケーションでは、  
耳・脳・肺・呼吸筋・腹筋・咽頭・口腔等上半  
身全体に問題が多く発生する。その中で一番に  
直面するのは「加齢性難聴」である。個人差は  
あるが、聴力は40歳台頃から徐々に低下を始  
める。言葉の聞き間違い、高音域の聴力低下が  
著しく、中・低音域は比較的保たれる。原則は  
左右対称、加齢とともに進行する。男女差がみ  
られ、男性の方に聴力低下が大きくみられる。  
難聴の度合いは高齢になるほど個人差がみられ  
る。聴こえは、耳の外耳道から蝸牛神経を  
経て、脳に伝わり成立する。その過程で音の周波  
数を感じる「有毛細胞」は一度傷つくと再生せ  
ず、加齢により進行し聴力低下の原因となる。  
80歳台になると70dB（電話のベル程度）の音  
が聞こえづらくなり、会話の中の子音が聞き取  
りにくくなり、会話がうまくいかなくなる。80  
歳台男性では84.3%、女性では73.3%が加齢性  
難聴を患っており、その点を認識しておく必要  
がある。

聴覚機能の低下によって引き起こされる身体  
の衰の一種を「ヒアリングフレイル」という概  
念が提唱された。放置すると、認知症やうつ病  
のリスクが高まり、社会的孤立や心理的ストレ  
スを引き起こすきっかけとなる。ヒアリングフ  
レイルを疑った時は、耳鼻科で検査等しかるべ  
き対処を行う必要がある。それ以外に近年「聴  
覚情報処理障害（APD）」が言われるようにな  
った。音は聴こえており、通常の検査では正常  
であるが、人の言葉が聞き取れず、生活に支障  
をきたしている状態。騒がしい場所、複数の人  
が同時に話す時等、聞き取れない状況が限られ  
ている場合もある。加齢性難聴と共通する事も  
あり、違いは検査をしないと判断できない。高  
齢者とのコミュニケーションの基本姿勢として  
「人格を尊重する」事が重要である。相手の理  
解を確認しながら、ゆっくりとやや大きめの声

で話す。一音ずつしっかり音を出し、母音や子音をはっきり発音することを心掛ける。また、時には待つ、状況に応じて視覚的な提示も併用する。会話中腹式呼吸に変えることで、緊張が和らぎ力が抜ける。しっかりと口を動かし、間をおく練習をすることも有効である。最後に、地域で活躍する言語聴覚士の事例と医療での展望が示された。

事例①通常メニューに加え、栄養面に配慮したメニュー、嚥下調整食のメニューを提供：岐阜県の近石病院の「認定栄養ケア・ステーションかいし」を中核に、地域密着型のコミュニ

テースペース「カムカムスワロー」歯科・口腔外科の医師、管理栄養士、言語聴覚士が中心となっている。

事例②ご主人の実家が経営している食堂で「やわらかメニュー」を提供。

オンラインの食支援相談室、インクルーシブツッキング、研修会や講演会の開催を行っている。病院においても「リハビリテーション栄養口腔連携体制加算」が創設され、多職種連携がこれまで以上に重要視されるようになるのではないかと展望を語られた。

(文責 福祉 今森貴子)

---

## 講演Ⅱ 地域で暮らす高齢者の栄養支援活動について

講師 特定非営利活動法人 はみんぐ南河内  
機能強化型認定栄養ケアステーションからふる 代表 時岡 菜穂子氏



はみんぐ南河内は2013年に発足。管理栄養士の他に、医療・リハビリ関連の専門職も在籍し、機能強化型認定栄養ケアステーションからふる（以下栄養CS）や食に関する地域支援事業を展開している。

南河内地域は2020～2040年にかけて、65才以上の人口は約7000人増加する一方、15～64才の生産年齢人口は約11万人の減少が見込まれている。これは、高齢者支援のニーズが高まるものの、少子高齢化によって困難が予測されることを示す。この背景から、誰もが行う栄養摂取に問題が生じた場合、身近な相談窓口が無いことが開業のきっかけとなった。

機能強化型認定栄養CSは、高齢者等の低栄養状態の改善・療養食支援に必要な栄養管理を担う拠点である。多くの件数を占める訪問栄養食事指導の他に、契約している医療機関での栄養指導も実施し、介護予防期～終末期の栄養課題に対応している。特に訪問栄養指導の際には、対象者にとって実現可能な調理や買い物に配慮した実践的なアプローチが重要である。

事業の1つ「オナカマ食堂」は、地域高齢者が共食できる場である。栄養講話や相談会、体力測定等も実施している。健康支援型配食サービスを利用するため、参加者が普段の食事と比較し見直すための教材にもなりうる。このような気づきを通じて栄養意識を高め、適切なセルフケアが期待できる。食を通じた交流が多幸福感につながる根拠として、口から食べることでエンドルフィン等のホルモンが分泌されるという知見も紹介された。

多世代や地元企業を支援する事業が「オナカマ食べようプロジェクト」である。例えば家庭で余った食品や企業等からの寄付品を無償配布する「フードパントリー」の利用者へ、必要に応じて多職種が連携して適切な対応につなげている。また、こども食堂を実施しているが食材調達が課題であり、オナカマ食堂と世代間交流を図るとともに、寄付を募る仕組み作りをしている。

最後に「食や栄養の支援には栄養士だけでなく、多職種連携と地域資源を生かすことが望ましい。事業件数を示して実績を「見える化」にすることが栄養士への信頼につながる」と締めくくられた。

(文責 福祉 北川麻衣子)