



2025年問題が目前に迫り、少子高齢化が確実に進んでいます。私達は健康寿命の延伸や誤嚥性肺炎予防等の社会課題解決の一助になればとの思いから、POTTプロジェクトの活動を進めております。そして何よりも“食べるよろこび”を、確かな知識と技術とケアリングマインドでもって支え合いたいと願っています。

POTT（ぽっと）とは、ポジショニングで(P)食べる(T)喜びを伝える(T)プログラムの愛称で、技術と教育方法で構成しています。お陰様で、プロジェクトを組織し6年目を迎えることができました。発足当時10数名からのスタートでしたが、多職種が全国で活動を広げ現在38都道府県に伝承することが叶いました。その背景には、新たなケア技術であるPOTTプログラムを学習し伝承した人達が、学び合い成長した証のようにも思います

POTTスキルは食事前・中・後のポジショニングと食事介助で構成しています。根拠のある安全で安楽姿勢は、食べる喜びにつながっています。笑顔を引き出し食事の自立や食事時間の短縮、介護負担の軽減など、食事環境を変える力があります。どなたでもトレーニングすれば短時間で自分のスキルになります。そしてケアする人もOK、される人もOKのケアリング関係ができています。口腔ケアや嚥下評価の基本姿勢としても活用していただいています。研修会後の振り返りや感想では、本当にたくさんの意見をいただきます。〈多い意見〉

- ・ポジショニングは自信を持っていたが、間違っていたことに気付いた。
- ・不良姿勢では食べられないことがわかった。患者さんにつらい思いをさせていた。
- ・背抜きは気持ちがいい、バスタオルは万能品。安楽な姿勢がわかった。
- ・ポジショニングしてあげたい患者さんが一杯浮かんできた・・・。
- ・病棟や施設で取り組みたい。明日すぐみんなに伝えたい・・・。

ポジティブな意見もあれば逆もあります。どのように広げたらいいのか、時間が無い、直ぐに元に戻ってしまう、周りの理解がない・・・など、悩みも多くあります。だからこそPOTTプロジェクトの存在が必要なのかなとも思います。新たな技術を職場に導入するには、3年は必要ともいわれます。POTTスキルは直ぐに効果がでますので、一人ずつ患者さんの“食べるよろこび”に至る成功体験を重ねることからスタートです。迷ったり困った時は、プロジェクトメンバーらが執筆した以下の書籍を参考にしてみてください。

「誤嚥予防,食事のためのポジショニングPOTTプログラム[Web 動画付]（医学書院）、  
「食べるよろこびを伝えるPOTTプログラム」WOC Nursing#109医学出版」

事例紹介では、ポジショニングやケアのプロセスとゴールがイキイキと表現されています。執筆者らは、迷いながら前に進んできました。ゴールはひとり一人が違っており、そこに想像力や技術力、チーム力が必要であり、POTTスキルは根底を支えます。

POTTプロジェクトでは、主に以下の活動をしています

1. POTTプログラムの技術伝承と支援（研修会や道場開催・全国6ブロック支援）
2. オンライン学習会（年3回程度） 会員は無料参加、交流会あり
3. POTTスキル認定制度 実践者レベル・指導者レベル認定
4. ポジショニングや食事ケア用品開発 UIクッションやテーブルなど（購入特典あり）
5. 情報発信、共有等（MCS利用）など

食事ケアに関わる方々と現実に真摯に向き合いつつ、社会課題を解決できるプロジェクトでありたいと思います。出会いに感謝し人の輪を広げます！引き続きご支援とご協力の程、よろしくお願い申し上げます。

2024年7月 迫田綾子



写真：福島県で初  
POTT研修が実現！  
POTTポーズで！

