

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 中播磨健康福祉事務所

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<ul style="list-style-type: none"><li>・当所管内は県平均より高齢化率が高く、平均寿命と健康寿命の差も大きい地域があることから、健康寿命の延伸に向けた高齢者の低栄養対策の推進が重要である</li><li>・管内各町における介護予防事業では、栄養に関する取組みに格差がみられる。(運動、社会参加に焦点をあてた集いの場の方が多い)</li><li>・フレイルに対する認知度が低い傾向にあるため、低栄養予防の重要性について地域住民への普及啓発の推進が必要である。</li><li>・高齢者の多様な暮らし方を支援するため、食支援の分野でも関係者を中心に医療・介護・在宅の連携が求められている。</li></ul>
今年度の推進方策	<ul style="list-style-type: none"><li>・高齢者の多様な暮らし方を支援するため、管内食育関係機関・団体と行政が連携、協力して低栄養・フレイル対策を推進する。</li><li>・食支援に携わる介護職等を対象にフレイル対策への理解を深めるとともに、「栄養指導連携ツール食事形態一覧表」の周知と活用を促す。</li></ul>
成果	<ul style="list-style-type: none"><li>・管内いずみ会との連携により食育実践活動を行うことができた。今回の活動でフレイルの認知度が低い傾向が窺え、管内各町や食育関係団体等で低栄養・フレイル対策における課題を情報共有し、地域で一体的に取り組む必要性を再確認できた。</li><li>・高齢者の介助者(ホームヘルパー等)に向けて、フレイル予防に向けた基礎知識や栄養的に配慮した食事を調理するための調理技術の習得、栄養指導連携ツール(食事形態一覧表)の活用について周知することができた。</li></ul>
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none"><li>・管内食育関係機関、団体の連携体制のより一層の充実を図る。</li><li>・住民が生涯を通じて健康的な生活が実践できるよう、関係機関が連携して地域特性に合わせた食育を展開する。</li><li>・栄養指導連携ツール(食事形態一覧表)の医療・介護・在宅への活用の促進</li></ul>

### 2 会議の開催状況

実施日時	令和5年2月17日(金) 13:00~14:30
参集者 (団体数 及び人数)	12機関・19人
協議内容	※栄養・歯科保健対策推進会議として開催 (1) 令和4年度実践活動の報告 (2) 各機関の取組み報告・意見交換
今後の方策	引き続き、地域課題の解決に向けて各機関・団体の連携による取組みを進める。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

### 3 食育実践活動の結果

テーマ	地域・職種連携で取組む低栄養・フレイル予防		
対象及び参加者数	① 地域住民 67人 ② 訪問介護事業所 3機関・4人 ③ 訪問介護事業所 3機関・3人		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	11月14日(月) 10:00~12:00 管内スーパー マーケット	①低栄養・フレイル予防のための 普及啓発活動 (1)フレイルチェック (2)パネル展示、食事相談 (3)啓発用リーフレット配布	(スタッフ) 各町いずみ会 健康福祉事務所
	2月6日(月) 14:00~15:30 中播磨健康福 祉事務所	②訪問介護ヘルパー等を対象とした 食事支援スキルアップ研修会(第1回) (1)講話 (2)情報交換	(講師) 管理栄養士 塚本真弓氏 (スタッフ) 健康福祉事務所
	2月20日(月) 14:00~15:30 中播磨健康福 祉事務所	③訪問介護ヘルパー等を対象とした 食事支援スキルアップ研修会(第2回) (1)講話 (2)調理デモ、試食 (3)情報交換・情報提供	(講師) 管理栄養士 塚本真弓氏 (スタッフ) 健康福祉事務所
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・昨年度、当事業でフレイル対策についての理解を深めたいずみ会との連携により、地域で食育活動を実践することができた。 また、活動を通じて地域課題も窺え、いずみ会活動で今後取組む方向性を見出すことができた。</li> <li>・地域高齢者をサポートする介護職員等に向けて、低栄養・フレイル対策の必要性と実践的な食支援の方法について理解を深めてもらうことができた。 また、栄養指導連携ツール(食事形態一覧表)の活用方法等について周知できた。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <p>○高齢者の低栄養・フレイル対策の推進に向けた食育関係団体との連携 連携機関・団体：管内3町いずみ会(神河町、市川町、福崎町) スーパーマーケット1店舗</p> <p>○高齢者の食支援に関わる介護職員等の理解度、 (第1回)・高齢者の低栄養・フレイル予防の必要性を理解した 4人/4人中 〈参加者の声〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・体重減少が高齢者にとってリスクがあることが理解できた。</li> <li>・他事業所の食事提供時の工夫や献立内容を知ることができて良かった。</li> <li>・毎日調理する食事で栄養(特にたんぱく質)が摂取できるよう、献立を工夫しようと思った。</li> </ul> <p>(第2回) 〈参加者の声〉</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・介護食のポイント、認知症の食行動へのアプローチ方法が参考になった。</li> <li>・ヘルパー業務従事時に活用できる時短メニューのデモンストレーション、試食が大変参考になった。</li> </ul>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・管内の低栄養・フレイル対策の継続(関係機関・団体との連携の促進)</li> <li>・栄養指導連携ツールの地域での活用体制の確保と促進</li> <li>・訪問介護事業所が参加しやすい研修方法の検討</li> </ul>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

# 令和4年度 健やか食育プロジェクト事業 ～高齢者の低栄養・フレイル対策～

## ■今年度の推進方策

高齢者の多様な暮らし方を支援するため、行政と地域の食育関係機関が連携・協力しながら、低栄養・フレイル対策を展開しました。

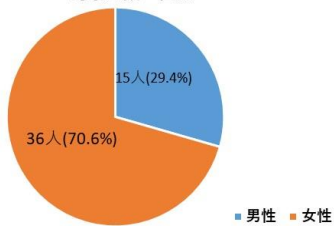
## 低栄養・フレイル予防のための普及啓発活動

- 日時: 令和4年 11月14日(月)10:00～12:00
- 場所: 銀ビルストアー ボンマルシェ
- 協力: 管内3町いずみ会(神河町・市川町・福崎町)
- 内容: (1)フレイルチェック(県作成 ショート版)の実施  
(2)パネル展示、食事相談  
(3)啓発用リーフレットの配布

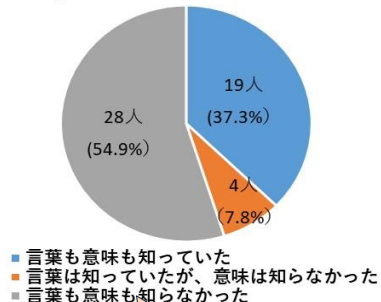


## ～フレイルチェックの結果～

対象人数・性別



「フレイル」という言葉と意味を知っていますか



「フレイル」チェック項目 (8項目)



『フレイル』という言葉も意味も知らなかった』と回答した人は約 55%

↓  
食育活動でフレイル予防の普及啓発がさらに必要!

最近あてはまる「フレイルチェック項目」としては、歩く速度や筋力・口腔機能の低下へのチェックが多かった。

# ホームヘルパー等を対象とした食事支援スキルアップ研修会

## 第1回

- 日時:令和5年2月6日(月)14:00~15:30
- 場所:中播磨健康福祉事務所 大会議室
- 内容:(1)講話「高齢者の健康と栄養  
～低栄養・フレイル対策を中心に～」  
講師:かみひめ栄養士会・管理栄養士 塚本 真弓 氏
- (2)質疑応答・情報交換
- 参加者:3機関・4人(ホームヘルパー、グループホーム介護職員)

### —参加者の声—

- ・体重減少が高齢者にとってリスクがあることが理解できた。
- ・他事業所の食事の工夫や献立内容を知ることができて良かった。
- ・毎日調理する食事で栄養(特にたんぱく質)がしっかり摂れるよう献立を工夫しようと思った。



## 第2回

- 日時:令和5年2月20日(月)14:00~15:30
- 場所:中播磨健康福祉事務所 大会議室
- 内容:(1)講話「介護食の基礎とポイント  
～献立作成、嚥下状況に応じた食事形態等について～」  
講師:かみひめ栄養士会・管理栄養士 塚本 真弓 氏
- (2)情報提供
  - ・栄養補助食品等の活用について
  - ・栄養指導連携ツール「食事形態一覧」の活用について
- (3)質疑応答・情報交換

区分	名称	内容	備考
食料	栄養補助食品	...	...
	...	...	...
調理	...	...	...
	...	...	...
献立	...	...	...
	...	...	...

### —参加者の声—

- ・介護食のポイント、認知症の食行動へのアプローチ方法が参考になった。
- ・ヘルパー業務従事時に活用できる時短メニューのデモンストレーション、試食が大変参考になった。

