

(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 豊岡健康福祉事務所

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	県内でも特に高齢化率の高い但馬地域において、高齢者の孤立や閉じこもりは低栄養が深刻化する大きなリスクである。そのため、地域全体で高齢者を支え、社会参加を促すことで低栄養予防に繋がるような食支援体制の構築が必要である。
今年度の推進方策	香美町村岡区をモデル地区として、以下2つのテーマを掲げ3年をかけて取組みを進める。 ①高齢者自身へのアプローチ ②高齢者の食支援体制の構築  <今年度の目標と推進方策> ・高齢者の食支援について関係機関が共通の認識をもつ →高齢者の食支援サービス関係者へ低栄養予防に関する研修の実施 ・低栄養に繋がりうる高齢者の食・栄養面の課題把握 →高齢者の栄養状態や食生活・食習慣の実態把握調査の実施 ・高齢者が食に関する知識をもち、低栄養に配慮した食行動への関心が高まる →自助グループでの低栄養予防のための食育実践事例の検討
成果	・モデル地区の栄養状態・食生活に関する実態把握調査から、高齢者の低栄養に繋がりうる食生活上の課題が見えてきた。  ・モデル地区の高齢者の食支援サービスに関わる関係機関や地区に住む高齢者が低栄養予防の必要性を認識し、取組み意欲が高まった。
今後の方向性	モデル地区の実態把握調査から約18%の人がBMI20未満の低栄養傾向にあることや地域の食支援サービスの見直しの必要性が課題として見えてきた。推進方策の2つのテーマに沿って今後の方向性を以下に示す。 ①高齢者自身へのアプローチ <u>低栄養予防のための食生活上のポイントをまとめた啓発資材の作成</u> (市町食育主管課と協働) ②高齢者の食支援体制の構築 <u>配食事業者と協働し、食事内容や実施体制の見直し行う</u>

## 2 会議の開催状況

実施日時	平成29年8月29日 14:30～16:00	平成30年2月28日 14:00～15:30
参集者 (団体数 及び人 数)	香美町福祉課 〃 健康課 香美町社会福祉協議会 村岡区高齢者サロン世話役 いずみ会  (8団体、19人)	豊岡市健康増進課 香美町福祉課 〃 健康課 新温泉町地域包括支援センター 香美町社会福祉協議会 いずみ会  (6団体、15名)
協議内容	①事業説明(当事業および香美町の 関連事業「生活支援体制整備事 業」について) ②高齢者の低栄養予防に関する研 修会 ③意見交換「地域における高齢者の 食生活の課題について」	①今年度の事業報告 ②意見交換「地域における高齢者の 低栄養予防に関する取組状況に ついて」 ③情報提供「市町食育推進計画の改 定状況について」
今後の 方策	高齢者の生活支援に関わる関係者 から収集したモデル地区の高齢者 の食課題を今年度事業に反映させ る。	会議で共有した課題、方向性を基に モデル地区の関係者と次年度事業 の調整を行う。また、管内市町と高 齢者を対象にした取組みや食育推 進状況について情報共有を行う。

※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	食を通じた高齢者の低栄養予防（モデル地区：香美町村岡区）		
対象及び参加者数	村岡区在住の高齢者、食支援サービス関係機関 ↳アンケート調査参加数75名、健康教室参加者数44名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	H29年8月29日 14:30～16:00 【村岡区中央公民館】	『高齢期の低栄養予防に関する研修会』 医学的な立場から高齢期の低栄養の原因や対策についての講義と、参加者で地域の高齢者の食・栄養に関する課題について意見交換を行った。	講師 公立村岡病院 石田長次院長  スタッフ 豊岡健康福祉事務所
	H29年9月15日 12:50～13:30 【村岡区老人福祉センター】、 9月26日13:30～ 14:30【野々上公会堂】、9月29日14:00～15:00 【市原集会所】	『食生活アンケート調査』 高齢者の栄養状態や食生活・食習慣の実態把握調査を、村岡区の一人暮らし高齢者の集いと2カ所のサロンで実施した。 【方法】自記式アンケートで設問ごとに説明をしながら進行した。介助の必要な方はスタッフや民生委員がサポートした。	スタッフ 香美町社協職員 香美町栄養士（健康課） 民生委員 豊岡健康福祉事務所
	H29年11月17日 10:00～13:00 【市原集会所】、 11月28日9:30～ 13:30【野々上公会堂】	『健康教室の開催』 アンケートに回答した2カ所のサロンでアンケート結果返却および調査結果から見えた低栄養予防のための食生活上のポイントについて健康教室を行った。 また、いずみ会と協働し、調理実習と共食の場を設けた。	スタッフ 香美町社協職員（生活支援コーディネーター） 香美町栄養士（健康課） いずみ会 豊岡健康福祉事務所
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者の食支援サービスに関わる関係者や地区に住む高齢者自身が低栄養予防の必要性を認識し取組み意欲が高まった。 （生活支援コーディネーターの聞き取りから）</li> <li>・ 実態把握調査から、高齢者の低栄養に繋がりうる食生活上の課題が把握できた。</li> <li>・ サロン等、高齢者の集いの場を活用した共食の機会の設定のモデルを示すことができた。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】※次年度以降の評価。要検討。</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・ 高齢者の食品多様性スコアの向上</li> <li>・ 高齢者の体重把握の機会の増加</li> <li>・ 高齢者の適切な栄養管理に配慮したサービスを行う配食事業者の増加</li> <li>・ 配食内容の食品多様性スコアの向上</li> <li>・ 高齢者の共食の機会の増加</li> </ul>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 食支援サービスの内容、実施体制の見直し（実態把握調査結果より）</li> <li>・ 集いの場に出てこられないようなハイリスクの状態にある人々のスクリーニング方法と必要なサービスに繋げる体制の検討</li> </ul> <p>※モデル地区の高齢者は比較的健康的で、低栄養に繋がるリスクを有する人は少なかった。</p>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

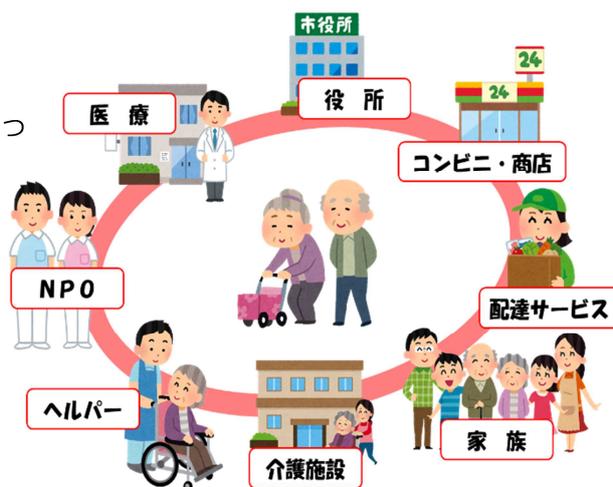
# 平成 29 年度 健やか食育プロジェクト事業 食を通じた、高齢者の低栄養予防

豊岡健康福祉事務所

高齢者にとって、生活習慣病とあわせて注意が必要なのが**低栄養**です。平成 28 年度国民健康・栄養調査では、65 歳以上男女の 18.4 %が低栄養傾向（BMI $\leq$ 20 kg/m<sup>2</sup>）にあることが分かっています。高齢者の孤立や閉じこもりは低栄養の大きなリスクとなります。

## 豊岡健康福祉事務所の取組み

但馬地域の高齢化率は県平均を大きく上回っています。各市町では、高齢者が住み慣れた地域で健やかに暮らせるよう行政や地域のボランティア、企業といった様々なマンパワーを活用して高齢者の生活を包括的に支える仕組みづくりが進められています。その仕組みを食・栄養の視点から見直し、課題やニーズを考えていきます。



### 食育推進会議 & 低栄養予防に 関する研修会

地域の食支援サービスに関わる関係者が集まり、高齢者の食を支えるための課題を共有しました。

高齢期からは“メタボ”より  
低栄養に要注意。  
必要な栄養をとり、体力をつ  
けることで予防できます！

- ・事業説明
- ・研修会

「高齢期の低栄養予防について」

講師：公立村岡病院 石田長次院長

- ・意見交換「地域の高齢者の食生活の課題について」
- ・参加機関：町役場、社会福祉施設協議会、いずみ会、サロン



## 食生活 アンケート

地域に暮らす高齢者の栄養状態、食生活の特徴は？

サロンや一人暮らし高齢者の集いに参加された方にアンケートにご協力いただきました。

### アンケートの主な結果

- ★全体の約 18%の人が低栄養傾向 (BMI $\leq$ 20 kg/m<sup>2</sup>)
- ★1日の中で多様な食品を食われていない人が全体の約 40%いる
- ★全体の約 30%の人が食支援サービスを利用している
- ★定期的に体重を測る人は適正体重の人が多い



アンケートの結果をお返しし、一人ひとりが自分の食生活を見つめなおす機会となりました。教室後には食事会をひらき、みんなで「共食」の大切さを共有しました。

### サロンで 健康教室



アンケートの結果返却と食事会を行いました。盛付け・配膳、会場づくりはみんなで協力！

いずみ会の方々と一緒に  
昼食づくり♪



## 今後の方針 ～アンケートの結果から～

### 低栄養予防の啓発

アンケートから見た食生活の課題について、啓発資材を作成します

### 食支援体制の整備

配食等、地域の食支援サービスの内容・実施体制の見直しを行います