

【事業内容】（方法、実施体制、連携機関など）

1 北播磨圏域研修会

日時：令和5年10月6日（金）

場所：加西市健康福祉会館「ラビィかさい」 加西市北条町古坂 1072-14

参加者：39人（対象：北播磨圏域栄養士）

内容：テーマ「兵庫県版フレイルチェックアプリを活用した栄養指導手法」

講師：北播磨圏域代表 栄養士

- ・MNAプラスからLiNQ-Paletteへの変更点を説明。
- ・令和4年度栄養ケア・ステーション事業の実施報告
- ・令和5年度（11月25日）イベント内容について説明。



2 兵庫県版フレイルチェックアプリを活用した栄養指導

日時：令和5年11月25日（土）10:00～15:00

場所：イオン社店 加東市社 1126-1

参加者：25人

内容：フレイルチェックを実施し、結果説明ならびに個別相談

フレイル予防レシピ集資料配布：150人



【結果及び効果】

- ・中年層の方でも、フレイルに興味を持たれている方もあり、真剣に質問される様子が印象的であり、若い方への周知も必要であると感じました。
- ・立ち寄られた方は真剣に話を聞いてくださるので、意識が高いと感じました。握力計を準備していましたが、あまり活用できませんでした。
- ・フレイルチェックはしないが、資料は受け取ってくださる方も多くあり、レシピ集などを、袋に一包化しておいたのは良かったと思います。
- ・フレイルチェックは兵庫県版をしようとすると同じ質問もあるため、簡素化できればと思います。また、アプリ内のチェックをどこまでするのか分かりにくく感じました。
- ・今回は、結果表の打ち出しが出来ない都合上、タブレット画面と配布資料を使用した結果説明となりました。
- ・今回のような不特定多数で事前情報なしの方と接する難しさを体感し、話しやすい雰囲気づくりや解りやすく説明するための言葉選びや知識はまだまだ勉強不足で、改めて今後の課題だと痛感しました。

【モデル事業のポイント】（他の地域が参考にできるポイント）

- ・フレイルチェックは、兵庫県版も入っており、イベントではどこまで入力が必要か事前に確認しておく必要があると思われます。
- ・配布資料を事前に一包化しておき、フレイルチェックを体験する時間はないが、食やフレイルに関心のある方へ、すぐに資料を渡せたことは良かったと思います。