

(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 朝来

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<p>(1) 管内の高齢化率は養父市40%、朝来市37%と、県や国より高い。 (R4.2.1時点、兵庫県高齢者保健福祉関係資料より)</p> <p>(2) 要介護認定率は養父市21.8%、朝来市21.7%と県内市町で上位(4,5位)に位置している。介護度別認定者数の構成比をみると、養父市では、国、県と比較し要支援の割合は大幅に低く、要介護(とくに重度)の割合が高くなっている。朝来市では、要支援の割合が国より高く、フレイル予防と要介護度の重症化予防が必要と言える。 (参考)各市高齢者保健福祉計画及び第8期介護保険事業計画</p> <p>(3) 令和元年度、朝来市のいきいき百歳体操参加者60名を対象にした調査ではBMIや体重減少の視点から2割で低栄養傾向のリスクがあり、体重測定の際は2割以上の方が月1回未満だった。 また、令和2年度研修会に参加した訪問介護員(以下、ヘルパー)13名中7名が研修まで「フレイル」という言葉を認識していなかった。</p> <p>(4) 養父市ではシルバー人材センターの人材を活用した通いの場での栄養・運動・社会参加プログラムを実施し、平成29年度時点ではフレイルやその予備軍に該当する人の割合は24.2%(H29.7第2回養父市高齢者健康調査)となっている。ヘルパーやケアマネジャーの低栄養予防の重要性に対する意識や取組の実態等は把握できていない。</p>
今年度の推進方策	<p>高齢者自身及び高齢者の生活を支える関係者が下記ポイントを中心に低栄養予防の視点を持ち、フレイル予防につながる食生活を実践するように働きかける。令和3年度までは朝来市を対象に実施していたため、令和4年度は取組地域を養父市に拡大する。</p> <ul style="list-style-type: none">・フレイルの概念の理解・たんぱく質摂取不足の予防・定期的な体重測定と経過観察による低栄養の早期発見
成果	<ul style="list-style-type: none">・ヘルパーや住民等にフレイルの概念や低栄養予防の重要性が周知された。・市や栄養士会等と当所のこれまでの取組や地域の高齢者の健康課題を共有でき、今後事業を計画していく上で連携がとりやすくなった。
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none">・市や関係機関の取組内容をふまえ、保健所の役割を検討する。・食環境整備の視点から、高齢者施設には給食施設指導等の既存事業を活用して継続的な取組を検討する。

2 会議の開催状況

実施日時	令和5年3月8日(水)14:00~15:30
参集者 (団体数 及び人数)	※豊岡健康福祉事務所共催 但馬圏域内病院 栄養士(管内対象者2名) 但馬圏域内市町 栄養士(管内対象者3名) 但馬地域栄養ケアステーション(管内対象者1名)
協議内容	<ul style="list-style-type: none">・情報共有 「各職域での高齢者への取り組み」・意見交換 「但馬地域の高齢者の食課題とその対策について」
今後の方策	市町からは気になる人を病院につなげにくい状況がみられ、病院栄養士からは重症化する前にもっと早くから介入したいという声があり双方の思いが共有された。事前の市へのヒアリングではフレイルハイリスク者のフォローを担う専門職の確保や低栄養のハイリスク者への介入が難しい状況も伺えたため、職域を超えた協力体制の構築を検討する。

※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	高齢者がフレイル予防につながる食生活を実践するための啓発		
対象及び参加者数	①管内訪問介護事業所所属 ヘルパー 75名 ②一般住民33名+④養父市ケーブルテレビ放送閲覧者(不特定多数) ③養父市内ケアマネジャー 30名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	①令和4年11月 養父市・朝来市訪問介護事業所 (結果還元)令和5年2月2日	・調査ヘルパーの意識等に関するアンケート ・資料配布「高齢者に必要な食分量について」	朝来健康福祉事務所 地域保健課員
	②令和4年12月15日10:00~13:00 たじまんま和田山	※但馬圏域栄養ケアステーション事業に参画 ・栄養相談 ・クイズ ・フレイルチェック、アプリ紹介	但馬地域栄養士会員 朝来健康福祉事務所 地域保健課員
	③令和5年1月19日10:00~10:30 養父市役所本庁舎	情報提供「当所の取組と低栄養の視点を持ったアセスメントの重要性について」	朝来健康福祉事務所 地域保健課員
	④令和5年2月11日~ 養父市ケーブルテレビ(15分)	情報提供「低栄養予防の3つのポイント」	朝来健康福祉事務所 地域保健課員 南但いずみ会員
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> 市や関係機関と当所の取組みや実践活動内容を事前に相談し、住民や関係者に広く周知することが出来た。 養父市でヘルパーが市栄養士に相談できるルートが作られた。 ケアマネ情報提供時「(コロナ禍前まであった)病院の訪問栄養指導がなくなり、病院栄養士に相談しにくくなった」等の声があり、ヘルパーへのアンケートでは「高齢者や病態に応じた簡単料理を教えて欲しい」等の意見がみられ、今後市町や病院、地域栄養士と地域における栄養士の役割や連携を検討する必要性が分かった。 <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> フレイルという言葉を知っているヘルパーの割合 <ul style="list-style-type: none"> <目標:R2研修前53.8%(n=13)より増加 現状値:93.3%(n=75)> ※昨年度チラシ配布事業所に絞ると94.5%(n=36) 高齢者の低栄養予防の重要度について5点中3点以下を選択する人の減少 <ul style="list-style-type: none"> <目標:R2研修前7.7%(n=13)より減少 現状値:4%(n=75)> ※昨年度チラシ配布事業所に絞ると現状値:0%(n=36) 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ケアマネジャー・ヘルパーと病院栄養士・栄養ケアステーションとが、栄養状態で気になる人がいるときに相談しやすい関係づくりを検討する。 市において高齢者事業が広がっていく中で、市の取組み内容をふまえながら、保健所としての役割を検討する必要がある。 		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

元気な高齢者を減らさないために～フレイル予防に向けて～

背景

- ① 高齢化率が県・国より高い。
（養父市 約 40%、朝来市 約 37%）
- ② 要介護認定率が県内市町の中でも上位に位置。
介護度別認定者数の構成比をみると、養父市は県・国と比較し要介護(とくに重度)の割合が高い。朝来市は要支援の割合が国より高いもののH27年より減少。



これまでの取り組みと課題

令和元年度 **フレイル対策をテーマに住民の食生活の課題を検討**

- モデル地域いきいき百歳体操参加者を対象に実態調査・啓発(調査対象者数 60名)
<課題>
 - ・ 自立した日常生活を送っているいきいき百歳体操参加者でも BMI や体重減少の視点から 2 割で低栄養傾向のリスクがある。
 - ・ 体重測定頻度は 2 割以上の人が月 1 回未満。
 - ・ 食品摂取多様性スコアでは 3 割以上の人が 6 点以下。

フレイル予防につながる食生活を実践するためのポイント

- ① フレイルの概念を理解する
- ② たんぱく質の不足を防ぐ
- ③ 定期的に体重をはかり経過を観察する

令和2年度 **上記ポイントをふまえ、高齢者自身、高齢者の生活を支える関係者の両方の視点から取り組む**

- 令和元年度調査対象者への再調査と啓発（調査対象者数 58 名）
- 令和元年度調査結果やリハビリテーション栄養について、ヘルパー、ケアマネジャー、いずみ会向けに研修会を実施
<課題>
 - ・ BMI や体重減少の視点から低栄養傾向のリスクがある人は 27%と前年度より悪化
 - ・ 研修に参加したヘルパー13名のうち「フレイル」について知っていたのは約半数の7名。

令和3年度 **対象者にあわせた情報提供（朝来市で先行実施）**

- ケアマネジャー向け
低栄養の視点をもったアセスメントの充実
（BMI や体重変動、食事摂取量等でみた低栄養リスクの判断と対応）
- 訪問介護員（ヘルパー）向け
フレイルの理解、高齢期に必要な食事量の理解とたんぱく質を補充する工夫の紹介
- 一般住民向け
体重の経過観察、たんぱく質の充足を意識した食事の促進

令和4年度は養父市での活動を展開

令和4年度の取組みについて

訪問介護員(ヘルパー)への調査・啓発



ヘルパーの意識等をアンケート調査するとともに、高齢者に必要な食事量等を伝える啓発チラシを配布しました。



【結果概要】

- ・フレイルの言葉も意味も理解している人 73%
 - ・訪問時に低栄養予防を意識している人 89%
- 服薬状況の把握や十分な水分摂取への働きかけはほとんどのヘルパーが実施。利用者の日常的な食事摂取量を把握しているのは約半数で、BMIを積極的に把握している人は3%にとどまった。
- ・食事量の少ない方にも十分に栄養素を確保してもらう方法、簡単な時短料理を教えてほしいというヘルパーの要望があった。

ケアマネジャーへの情報提供

ケアマネジャーの方々が集まる連絡会で情報提供をしました。

- ①当所のこれまでの取組報告とヘルパーへの調査結果報告
- ②低栄養の視点をもったアセスメントの重要性について

結果の共有



住民向け

ケーブルテレビでの発信

市のケーブルテレビで、住民向けに筋肉を維持するための低栄養予防のポイントやその根拠となるデータを紹介しました。



スーパーでのイベント

但馬圏域栄養ケアステーション事業に加わり、来場者へ栄養相談やフレイルチェック、クイズを実施しました。



◆その他

但馬圏域全体、保健所、市町、病院、栄養ケアステーションで在宅高齢者の課題や今後必要な取組について意見交換を行いました。各域職域の取組を知り、病院につなぎにくいという市町の声と重症化する前に早く介入したいという病院の声が聞かれました。