

(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 洲本健康福祉事務所

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<p>淡路圏域の高齢者の栄養摂取状況には偏りが見られ（H28年ひょうご栄養・食生活実態調査）、栄養バランスの乱れから低栄養に陥るリスクがある。淡路圏域の高齢化率は県下でも特に高く（38.1%、県内圏域別1位）、高齢者の低栄養対策は急務である。</p> <p>R1年から当所では、高齢者の低栄養予防に資する「バランスのよい食生活」を地域で普及するための取組を進めている。高齢者の食生活は様々な支援・サービスから成り立っていることから、本事業では、①通所介護施設および②地域の通いの場等における食育プログラムの普及、③配食を通じた高齢者の健康支援の普及を進め、地域高齢者を取りまく食環境の整備を目指す。</p>
今年度の推進方策	<p>(1) 通所介護施設における食育指導媒体のさらなる普及 （R1,2年にモデル施設で実践した食育プログラムの普及）</p> <p>(2) 地域のいきいき100歳体操や通いの場等における低栄養予防の啓発、食育指導媒体の普及</p> <p>(3) 配食事業者に向けて低栄養予防やバランスのよい食生活に関する啓発を行い、利用者の健康管理に関する意識向上につなげる</p>
成果	<p>当所作成の食育指導媒体や県版フレイル予防プログラムを地域で広く普及でき、地域の通いの場では新たな活用事例も報告された。コロナ禍で高齢者が集う機会は減少しているが、コロナ禍こそ高齢者の健康支援に対する支援者側の意識は高く、支援策の一つとして今後さらなる活用が期待される。</p> <p>また、通いの場等における「配食事業者と連携したフレイル予防教室」はコロナのため実施されず、配食事業者への普及啓発の機会をもつことは難しいが、今年度は配食事業者への資料提供により管内の事業者へ広く情報発信ができた。</p>
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none">・食育指導媒体や県版フレイル予防プログラムのさらなる普及・配食事業者と連携したフレイル予防教室の実施に向けた支援

2 会議の開催状況

実施日時	令和4年3月 ※書面開催
参集者 (団体数 及び人数)	各市高齢福祉・食育所管課職員 ※書面開催
協議内容	<p>(1) 健やか食育プロジェクト事業の取組報告</p> <p>(2) 各市における高齢者の低栄養・フレイル予防の取組状況、評価</p> <p>(3) フレイルハイリスク者へのアプローチ強化事業に関する情報提供</p>
今後の方策	各市におけるフレイル対策に資する情報提供、支援を継続する（市町栄養業務強化推進事業等を活用）

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

食育実践活動の結果

テーマ	高齢者の低栄養予防に資する地域の食環境づくり		
対象及び参加者数	<input type="checkbox"/> 配食事業者・・・11社 <input type="checkbox"/> いきいき100歳体操・通いの場等の世話人・・・92名 <input type="checkbox"/> 通所介護事業所・地域包括支援センター職員、いずみ会員、市高齢福祉・食育所管課職員・・・32名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	令和3年7～8月	高齢者の配食事業に関する好事例の収集 (前年度のアンケート結果から、特に高齢者の健康に配慮した食事提供を行う事業者へインタビュー調査を実施)	HWO栄養士 配食事業者
	令和3年11月	配食事業者向け「食育だより」の発行 【内容】 ・低栄養予防やバランスの良い食事に関する啓発 ・管内事業者の好事例(インタビュー結果)の共有	HWO栄養士
	令和3年10～11月	いきいき100歳体操や通いの場世話人に向けた食育指導媒体、県版フレイル予防プログラムの普及(連絡会等を通じた情報提供)	市高齢福祉所管課 HWO栄養士
	令和3年12月7日	栄養管理研修会の開催 【対象】 通所介護事業所・地域包括支援センター職員、いずみ会員、市高齢福祉・食育所管課職員等	(講演講師) 在宅訪問管理栄養士 厚美 美枝氏
成 果	【成果】 ・当所作成の食育指導媒体について、管内の通所介護施設やいきいき100歳体操・通いの場等のスタッフ向けに広く周知できた。通いの場のレクレーションで新たに活用し始めた事例も報告された。 ・管内の配食事業へのインタビューを通じて実態把握が進み、今後の「健康支援型配食サービス」の普及に向けた課題も見いだせた。 ・研修会は高齢者の食支援に関わる関係者を広く参集。研修にはパッキングの調理デモを取り入れ、参加者アンケートでは「高齢者の生活支援に役立つ実践的なアドバイスでよかった」と好評であった。 【評価指標と目標値及び達成状況】 <input type="checkbox"/> 食育推進会議への行政関係者の参加率(※書面開催のため未評価) <input type="checkbox"/> 管内の通所介護事業所の研修会参加率 (目標：40%、達成状況：14%(7/50施設)) <input type="checkbox"/> 配食事業者への普及啓発実施率 (目標：管内配食事業者11社への資料配付、達成状況：100%)		
今後の課題	・通所介護施設や通いの場での食育が継続的に行われるよう、専門職のフォローが必要である。 ・管内の配食事業者は専門職(栄養士等)の関わりがないものが多く、高齢者の健康支援に対する意識づけは引き続き課題である。		

令和3年度健やか食育プロジェクト

～淡路島内の高齢者低栄養予防を目指して～

淡路圏域の栄養課題

- R1 年国民健康・栄養調査より、65 歳以上の高齢者の約2割は低栄養傾向 ($BMI \leq 20 \text{kg/m}^2$)
- 淡路圏域の高齢化率は 38.1% (R3.2 月時点) と高く、圏域別で見ると県下1位である。
- 淡路圏域の高齢者の栄養摂取状況に偏りが見られた (H28 ひょうご食生活実態調査結果)。
- 栄養バランスの乱れは低栄養やフレイルに繋がりをリスクであり、高齢者の多い淡路島においてその対策は急務である。



プロジェクトのねらい

高齢期の低栄養予防に資する地域の食環境整備

～バランスの良い食生活を目指して～

取組1

通所介護事業所等における食育プログラムの普及

R1、2年に当所では「10の食品点検表」を活用した食育指導媒体を作成し、モデル施設で指導媒体を用いた食育プログラムを実践しました。

今年度は、管内の他事業所へ食育プログラムを広めるとともに、高齢期の低栄養予防の普及啓発を進めるため、スタッフ向けの「栄養管理研修会」を開催しました。



会場とWEBのハイブリッド型研修会。
パッキングのデモ配信は大好評でした!

講師：在宅訪問管理栄養士 厚美美枝氏

取組2

いきいき100歳体操や通いの場等における食育指導媒体の普及

「10の食品点検表」を活用した食育指導媒体や「県版フレイル予防プログラム」をいきいき100歳体操の世話人連絡会やいずみ会役員会等で紹介しました。

また、通所介護事業所スタッフと合同で高齢期の栄養管理研修会を開催し、高齢者の食支援に関わる方々に広く参加いただきました。



取組 3

配食 を通じた高齢者の健康支援の普及

昨年当所では、管内の配食事業者の実態調査を行い、事業者一覧表を作成しました。今年度は実態調査の結果を踏まえ、特に高齢者の健康に配慮した食事提供に取り組む事業者へインタビュー調査を行い、各社の特色ある取組を紙面にまとめ管内の配食事業者へ紹介しました。

各社の弁当の内容やサービスの工夫、配達時のコミュニケーションを通じた体調確認の方法など、「健康支援型配食サービス」を普及するためのヒントがたくさん得られました。

～インタビュー調査から～

- ・肉や魚は 60～80g 使用し、エネルギーやたんぱく質をたっぷり!
- ・主食は嚥下機能にあわせて軟飯や全粥へ変更可
- ・1食の弁当を複数回に分けて食べる方もあり、栄養状態が心配
- ▶地域のフレイル予防教室へ配食を実施（コロナ禍では休止中）

食育推進会議の開催



管内の高齢福祉や食育に関わる機関・団体の連携強化、情報共有を目的として「食育推進会議」を開催しました（書面開催）

<内容>

- ・ R1～3年度 健やか食育プロジェクト事業の取組について
- ・ 各市における高齢者の低栄養予防事業の取組、評価
- ・ 兵庫県フレイルハイリスク者へのアプローチ強化事業について（情報共有）

～今後の課題～

- 通所介護施設や通いの場での食育が継続的に行われるよう、専門職のフォローが必要
- 管内の配食事業者は専門職（栄養士等）の関わりがないものが多く、高齢者の健康支援に対する意識づけは引き続き課題