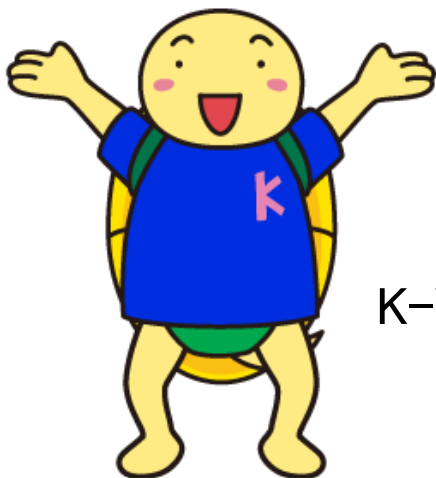


2020.2.29

# 令和元年度栄養ケア活動支援整備事業

管理栄養士・栄養士による  
健康支援型配食サービス事業の拡大事業

---



K-WORKER認定栄養ケア・ステーション

管理栄養士 安田淑子

**KWORKER**

—ひとりでも多くの笑顔のために—

## ❖ 事業参加の動機

2019年9月に認定栄養cs開設

- ・行政、社協、地域包括支援センター等と連携できるきっかけを作る
- ・地域への認定栄養csのPR。

### 1 自治体

#### ①アプローチ先

新宿区福祉部地域包括ケア推進課、  
新宿区健康部健康づくり課

四谷高齢者総合相談センター(地域包括支援センター)

### 2 配食事業所

#### ①アプローチ先

ライフデリ

## ①開催形式 → 基本型を新設

### ・配食事業者の決定 → ライフデリ

以前、配食サービスガイドライン活用を確認した事業所  
(区の65歳以上独居、高齢世帯を対象とした保険外サービスを担当)

### ・場所の決定 → 東京在宅サービス会議室

「新宿区地域支え合いのための空きスペース  
有効活用促進事業」を利用

### ・参加者の募集方法

(ちらし配布) 高齢者地域交流館 20か所

300枚 高齢者くらぶ 80か所

地域ささえあい館 1か所

四谷高齢者総合相談センター 1か所

(ポスター掲示) 栄養CS、デイサービス

## ②配食事業者とのかかわり

- ・開催事前

  - ガイドラインの確認、試食評価

- ・開催日

  - 配膳、献立説明、利用者との意見交換

  - 3日目の弁当種類の変更

## ③栄養士の準備内容

- ・スタッフ確保

  - 地域の管理栄養士の協力要請

  - 特養、デイサービス、薬局、認定栄養csより1名ずつ

- ・栄養評価内容の検討

  - MNA-sf、食べるデイトテスト等の評価方法の事前確認



## ①タイムスケジュール

10時 会場準備

11時 利用者集合、身体計測、  
食べるデイトスト、アンケート聞き取り等

11時45分 ミニ講座 ①フレイル・サルコペニアとは  
②なぜ栄養が大切なのか？  
③バランスの良い食事とは？

12時10分 配食事業者から献立説明  
食事開始

12時45分 まとめ  
次回のご案内

13時 終了  
片付け



## ②使用媒体

### 冊子（クリニコ）

- ・フレイル・サルコペニア予防のための食事と運動

### リーフレット（新宿区健康部）

- ・元気のもととは毎日の食事から
- ・データで知る新宿区のシニア世代の健康
- ・楽しく歌って、動かして、食べる幸せいつまでも

### 食べるデイトスト（新宿食支援研究会）

- ・栄養評価
- ・摂食機能テスト
- ・体力測定



## 配食弁当栄養量

|       |        |          |
|-------|--------|----------|
| 12/24 | スマイル御膳 | (ご飯150g) |
| 1/7   | スマイル御膳 | (ご飯150g) |
| 1/14  | ハッピー御膳 | (ご飯150g) |



| 実施日   | エネルギー<br>(kcal) | たんぱく質<br>(g) | 塩分<br>(g) | 野菜の量<br>(g) |
|-------|-----------------|--------------|-----------|-------------|
| 12/24 | 485             | 14.0         | 2.0       | 60          |
| 1/7   | 460             | 12.5         | 1.9       | 90          |
| 1/14  | 612             | 19.2         | 1.8       | 120         |



## ③参加人数

| 実施日   | 参加者数 | スタッフ数 |
|-------|------|-------|
| 12/24 | 2名   | 3名    |
| 1/7   | 5名   | 3名    |
| 1/14  | 5名   | 3名    |

## 参加者内訳

| 名前  | 性別 | 年齢 | BMI  | 必要E量 | 必要P量 |
|-----|----|----|------|------|------|
| S-o | 男  | 73 | 16.9 | 1800 | 65   |
| K-a | 男  | 77 | 21.8 | 1800 | 65   |
| M-a | 男  | 83 | 24.2 | 1450 | 60   |
| K-o | 女  | 74 | 25.9 | 1500 | 50   |
| M-u | 男  | 79 | 27.0 | 1650 | 60   |
| S-a | 男  | 62 | 28.2 | 1900 | 64   |
| K-n | 女  | 65 | 27.0 | 1500 | 55   |

## ④当日の声

- ・品数が多くて良い
- ・自分ではこんなにできない
- ・容器がきれい
- ・レモン味が珍しくておいしい
- ・味噌汁の具が硬い
- ・温かい方がおいしい
- ・料理を教えてもらいたい
- ・丁寧に説明して良かった
- ・メンタルの問題について、栄養面のサポートを受けたい
- ・システムとして、良いサービスがありますね
- ・栄養のあるメニュー
- ・コミュニケーションの大事さを知った





## ①配食事業者とのかかわり

アンケート、弁当内容改善項目確認  
ガイドラインに沿った配食事業の検討

## ②参加者への意識づけ

身体計測等、具体的な数値をしめして、  
管理栄養士が個別対応したことにより、  
参加者自身が客観的な視点で食生活の  
振り返りが可能

食べるデイトラスト結果

**摂食機能**  
せんべいテスト (最新テスト時点 2018/3/23) | 水飲みテスト (最新テスト時点 2018/3/23)  
噛んだ回数 20回 評価 ○ | 評価 ○

**栄養評価**  
随時栄養状態評価 (最新テスト時点 2018/3/23)  
スクリーニング値 10ポイント 評価 低栄養のおそれあり

**体力測定**  
体重測定 (最新テスト時点 2018/3/23) | 握力測定 (最新テスト時点 2018/3/23)  
体重 70kg BMI 26.3 | 右 15kg 左 13kg  
椅子からの立ち上がり (最新テスト時点 2018/3/23) | 5メートル歩行 (最新テスト時点 2018/3/23)  
評価 3 = 介助が必要 秒数 12秒  
片足立ち時間 (最新テスト時点 2018/3/23)  
評価 2 = 何かにつかまってできる

**総合判定** C | コメント (C) 要介護1-家族やケアマネジャーとも情報共有し、必要であれば医療関係者(医師や管理栄養士など)にも介入してもらいましょう

要注  
意  
です

## ③行政との繋がり

認定栄養csの役割、運営方針の理解

## ①新たなサービスの創出

- ・介護事業所(デイサービス等)とコラボした健康支援型配食サービス
- ・会食会を主催している食事ボランティア団体をバックアップする事業

## ②配食事業者との協働

- ・介護事業所や個人と配食業者のマッチング

## ①ニーズの把握、集客方法

社会参加が難しい方に情報をとどけるには、栄養パトロール方式で、出向いて連れ出す？

→安否確認にとどまらない配食サービス



## ②提供配食弁当内容の充実

大手の配食事業者が通常提供している配食とは対象・目的が違う

→一日必要栄養量の40%を目安とする

栄養教育媒体となり得る内容

高タンパク質、野菜使用量130g以上





**KWORKER**

ケーワーカー

ひとりでも多くの  
笑顔のために・・・

通所

## ご清聴 ありがとうございました

ポート！！

ーション：1店舗  
ポート)：1店舗

新宿区で唯一のトータルサポートが  
ケーワーカーでは行えます！

普段の様子は、Instagramにて公開中！ 

住まいる  
サポート  
(なんでも屋)

訪問介護

訪問看護・リハビリ



@kworkersns



ホームページ



公式キャラクター  
かめ太