

(1) 低栄養予防の取組み

目的

地域で自立した生活を送る高齢者(65歳~)から、「低栄養リスク者」をスクリーニングし、**栄養相談**を行うことで**要介護状態への移行予防、QOLの向上**を目指す。

R5対象者基準と抽出元 ※低栄養傾向(BMI20以下)の者を対象

- ①「R4介護予防アンケート」(65歳以上、BMI18.5未満かつ体重減少2-3kg以上/半年)
- ②「R4長寿健診」(75歳以上、BMI18.5未満かつ体重減少2-3kg以上/半年)
- (参考)「R4介護予防アンケート」(75歳以上、BMI20以下かつ体重減少2-3kg以上/半年)

R5対象者 477名 ※初回相談成立者 271名(成立率 56.8%) ⇒ 特に高リスクの後期高齢者で高い

リスク別内訳	高リスク			早期予防
	① 18.5未満	② 18.5未満	③ 18.5未満	(参考)20以下
BMI区分	① 18.5未満	② 18.5未満	③ 18.5未満	(参考)20以下
体重減少	体重減少2-3kg以上/半年	質問票⑥※	質問票⑥※	質問票⑥※
年齢	75歳以上	65-74歳	75歳以上	75歳以上
対象者数	266名	129名	82名	303名
初回相談成立	157名 (59.0%)	65名 (50.3%)	49名 (59.8%)	30名 (10.0%)

※後期高齢者の質問票⑥(6か月間で2-3kg以上の体重減少がありましたか)「はい」に該当

- ・ 6か月 / 1クール
- ・ 訪問または電話3回

訪問

※約8割訪問で対応

初回

R5. 4~7月

- 体重、体重減少の理由、食事内容、**生活変化**等の聞き取り
- 栄養状態・食事内容、生活状況の課題把握
- 栄養相談と目標立案(評価基準、行動目標)、栄養改善計画作成

電話

※電話で対応(7割)、必要者・希望者は窓口や訪問で対応(3割)

3か月後

R5. 7~11月

- 行動目標の実行状況確認(状況により目標の再設定)

訪問

6か月後

R5. 10~
R6. 2月

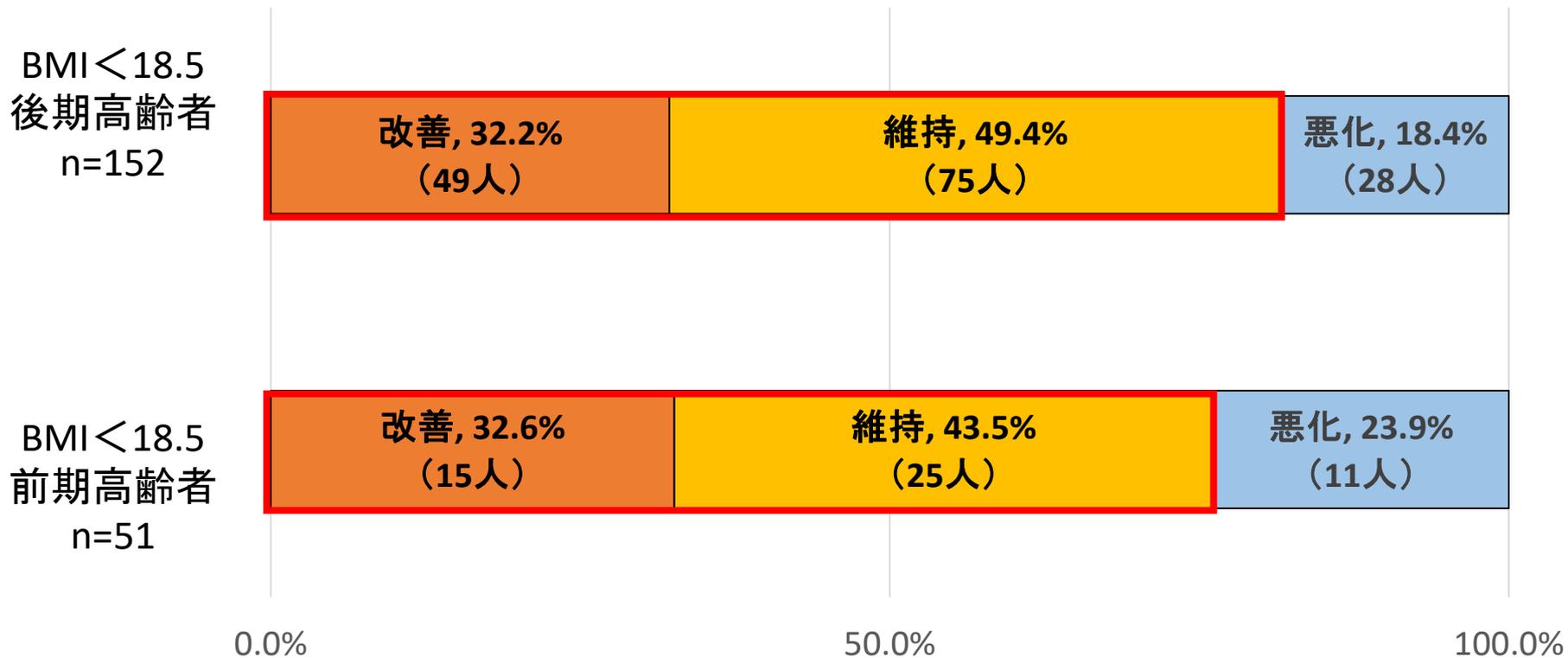
- 行動目標の達成状況評価
体重(BMI)、食事摂取量、活動量(外出頻度、運動量)等
- 今後の支援について検討

体重減少の主な原因		主な支援内容
疾患等由来 (105名)	消化器疾患、骨折、がん治療、呼吸器疾患	<ul style="list-style-type: none"> ● 疾患に応じた栄養相談 ● 受診勧奨
	生活習慣病による食事量調整	
	口腔乾燥、義歯不具合	
	認知機能低下、うつ症状、不眠	
生活 (25名)	家族の介護・看病、死亡、 近所づきあいによるストレス	<ul style="list-style-type: none"> ● 傾聴、ストレス発散方法 ● 社会資源の紹介(包括、相談窓口等)
食欲低下 (26名)	加齢や夏の暑さ、活動不足に伴う食欲低下	<ul style="list-style-type: none"> ● 嗜好等を加味した 摂取エネルギー・たんぱく質量 増加の提案 ● 栄養補助食品や健康支援型配 食の提案
消費量増大 (14名)	趣味や運動の再開、仕事・家事等	
嗜好・食習慣 (51名)	偏った食事、主菜・主食量少ない	
知識不足 (27名)	適正体重の誤認、周囲の誤った指摘 栄養知識の偏り(野菜摂取過剰)	<ul style="list-style-type: none"> ● 知識の是正 ● 定期的な体重測定の実行
自然な減少 (18名)	体重減少に気づかない、元々やせ型	<ul style="list-style-type: none"> ● フレイルのリスク啓発 ● 適正な食事摂取量等の提示

結果2

約8割が体重維持・改善

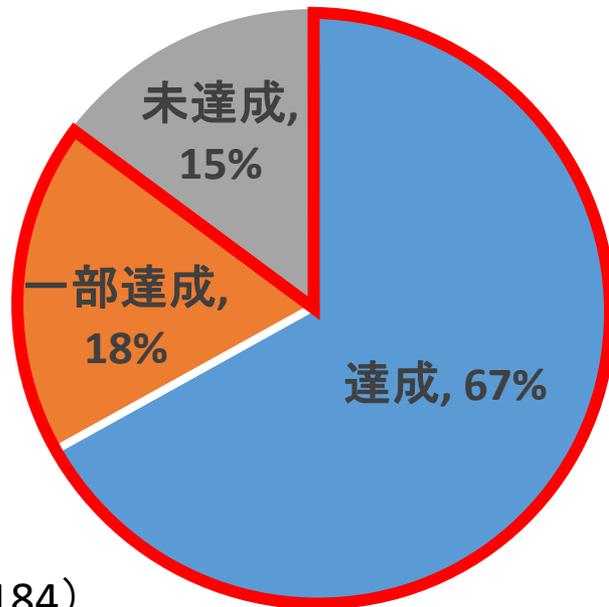
改善: 体重1kg以上増加 維持: 体重変動1kg未満 悪化: 体重1kg以上減少



約8割に行動変容あり(目標達成*)

*初回相談時に、本人と管理栄養士とで定めた体重等の最終目標

評価基準達成状況



評価基準(例)

◎体重維持～3 kg増加／6か月

- ・血糖コントロール維持
- ・体重測定の実践化
- ・運動習慣の継続

評価基準達成のための行動目標(例)

- ・1日3食しっかり食べる
- ・主食を1口ずつ増やす
- ・毎食たんぱく質を片手の半分摂取する
- ・間食にチーズやヨーグルトを食べる
- ・家でストレッチや体操を10分行う
- ・毎日の散歩を続ける
- ・体重を毎朝測定

その他の情報提供(件数)

地域包括支援センター **11**件, 人生100年推進課 **7**件, 健康支援型配食サービス **12**件
サービスC **9**件, 受診勧奨 **10**件, ミニサロン **3**件, 緊急通報サービス **2**件, 生活援護課 **2**件

介入者の**3割**に情報提供やサービス接続ができた(重複あり)

低栄養予防のまとめ

- 例年のように、**約8割の体重を維持・改善。**
- **訪問と電話相談を併用。地域資源へ接続**しながら栄養改善及び生活全般の困り事を解消。

【R6年度に向けて】

- ICT活用として、栄養相談予約の電子申請開始。
- 体重減少した者には男性や閉じこもり・うつ傾向がみられ、他部門と連携した切れ目のない支援が必要。
- 長期的な視点での効果検証が必要（介護等）