

# 地域高齢者に対する 低栄養予防の取り組み

神奈川県大和市役所 栄養活動アドバイザー  
田中 和美（管理栄養士）



# 大和市について

東京から約40km圏内

人口：約240,000人

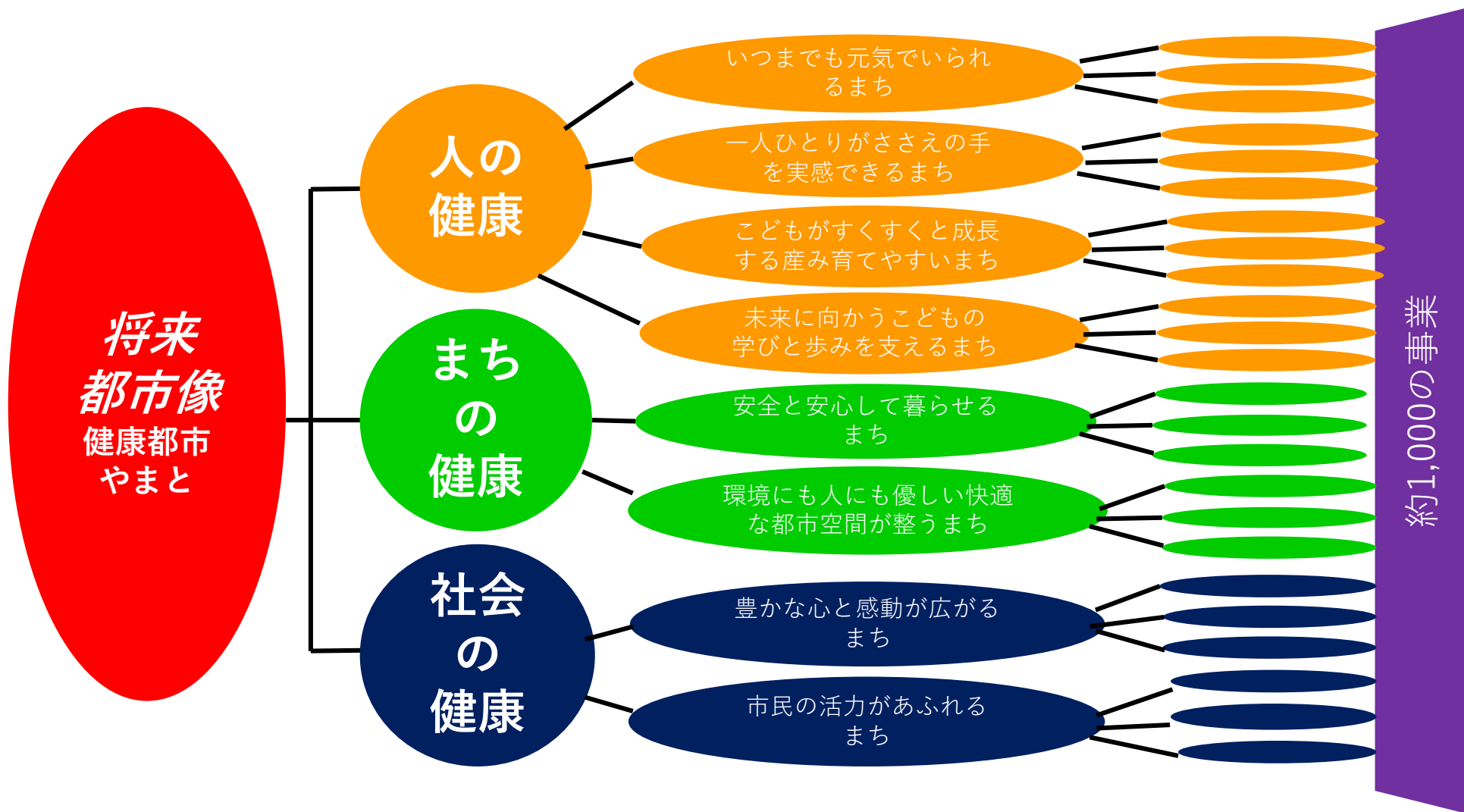
交通：鉄道3路線 8駅（市域の大部分が15分の徒歩圏）

面積：約27 km<sup>2</sup>

65歳以上人口率：約24%  
（高齢化率）



# 大和市について



# 地域高齢者の 低栄養予防における 取組みの実際

2013~



大和市文化創造拠点  
”シリウス”



健康都市図書館

約3年で1,000万人が来館

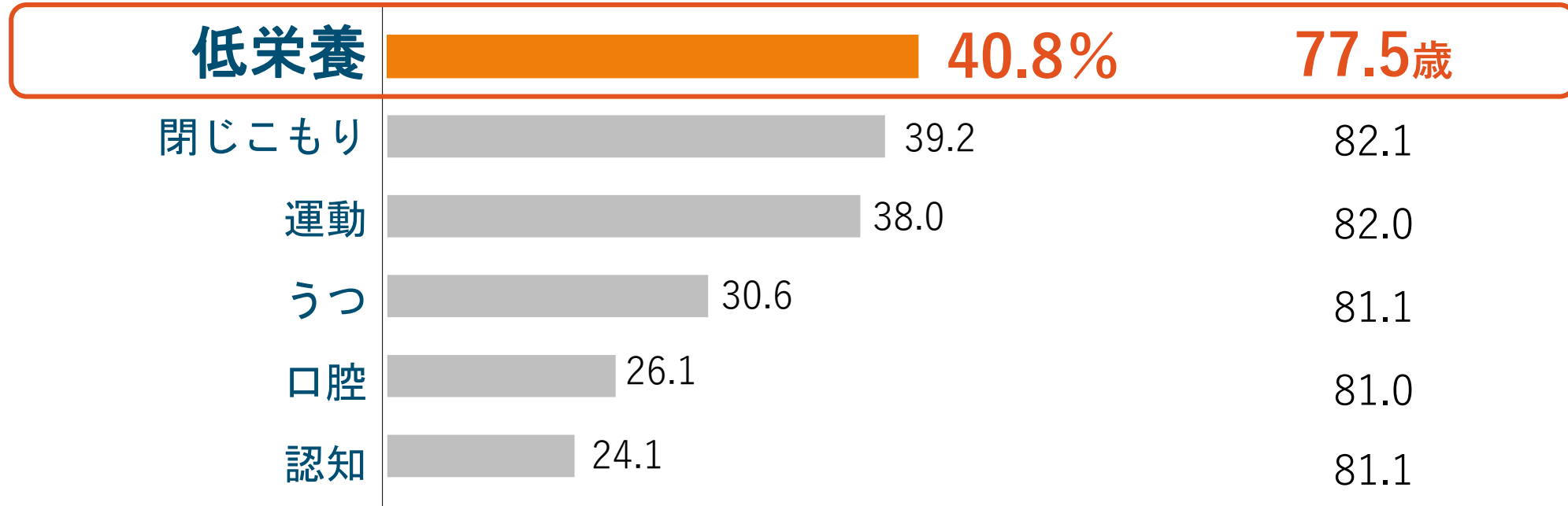


# 低栄養の予防は最優先課題

アンケートで  
把握された課題

3年後  
要介護・死亡率

要介護・死亡者  
平均年齢



# 健康部門の管理栄養士による栄養相談

## 目的

地域高齢者の健康増進、要介護状態への移行阻止、QOLの向上

65歳以上人口 57,932人

健診受診 20,758人

対象者 436人

栄養相談  
実施  
320人

### 健診より抽出

体重2kg以上減少/6か月

BMI ≤ 20

### 栄養相談の手順

#### 初回 相談

現状把握、課題の抽出  
栄養ケアプラン作成  
行動目標の設定

#### 3か月後

行動目標の実行状況確認  
目標の見直し

#### 6か月後

行動目標の達成状況、体重等の評価  
支援継続の要否を判定



管理栄養士

# 個人の栄養課題に応じた支援



## 栄養

摂取エネルギー増加の工夫  
適正な食事摂取量の提示  
疾患に応じた食事のポイントを助言

## 活動

社会・身体活動量増加の工夫  
通いの場の紹介

## その他

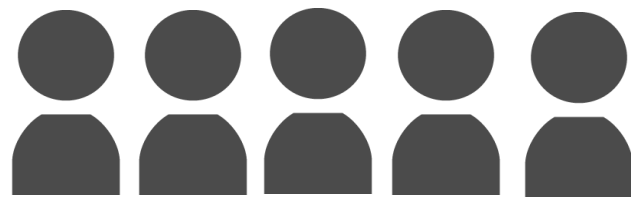
傾聴によるストレス緩和  
市資源の紹介  
知識の是正

本人が達成可能な目標の提案

# 約8割が体重を維持・増加

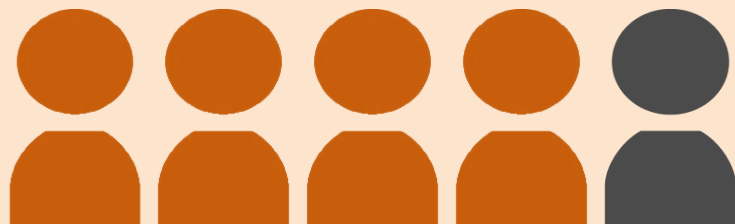
対象者

低栄養傾向



栄養相談

体重増加・維持 76.8%



\* 維持：体重変化 $< \pm 1\text{kg}$



管理栄養士

## 対象者の変化

体調・体力の改善

精神面の改善

社会的活動の活発化

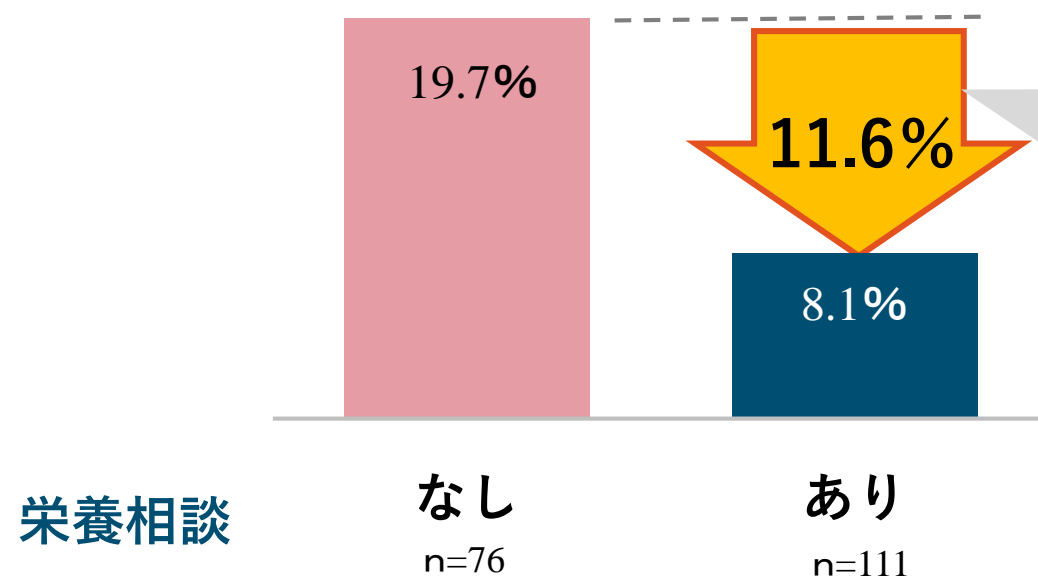




# 重症化を回避 社会保障費の抑制 (試算)

2021年

## 要介護・死亡率



要介護・死亡 回避 **13人**

×  
大和市平均介護給費 **112万円/人/年**  
(\$10,200)

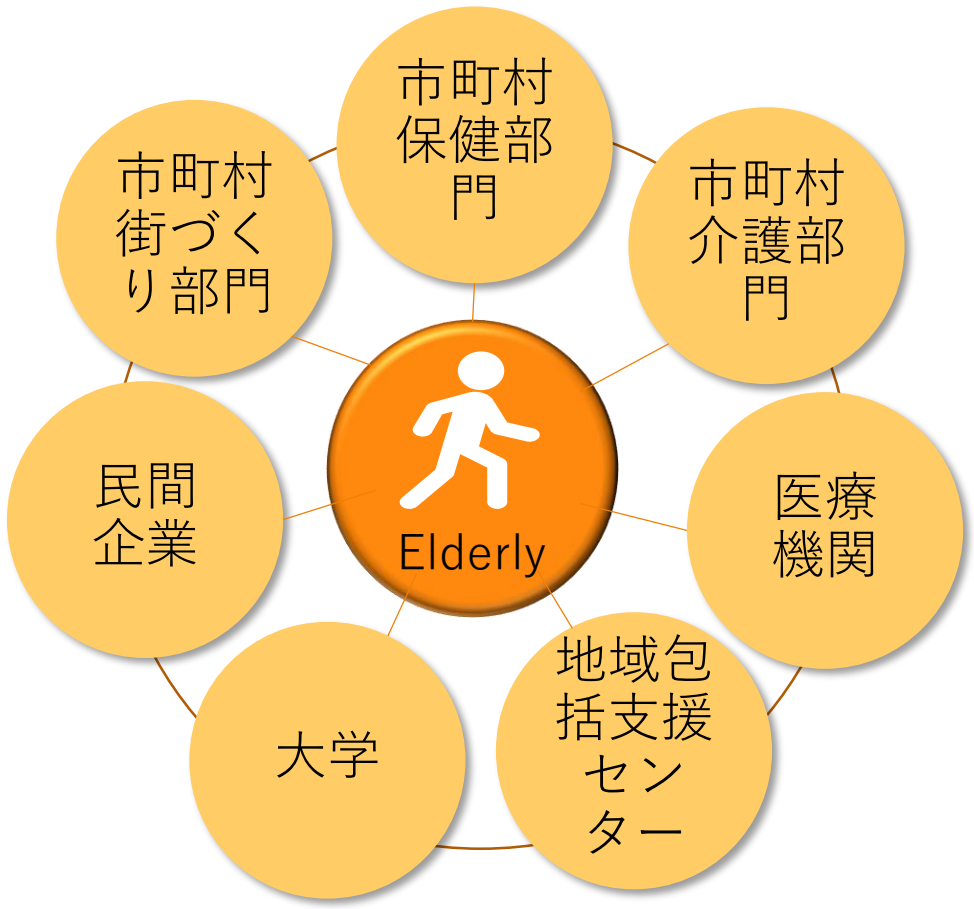
1USD=110JPY

(介護給付費) **約1,450万円/年**  
(\$132,000)

**減**



# このような栄養政策を全国の自治体で推進していく



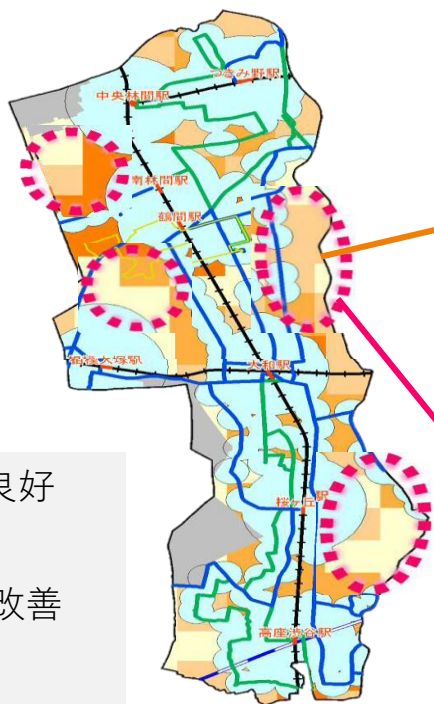
2018年 第6回  
経済財政諮問会議



高齢者のADLや医療的側面に配慮しながら、  
本人が望む暮らしをできるように支援する  
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施

# 地域による栄養関連課題の特性

## ～交通の部門とも連携～



栄養的視点

要介護、死亡  
に至りやすい地区

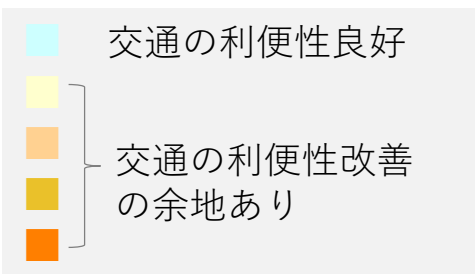
≡

食料店が少ない  
坂が多い

交通施策の視点

交通の利便性向上を促進すべき地域

コミュニティバスの導入により解消



健康以外の部門との連携も重要

# 誰一人取り残さない栄養政策を推進



栄養政策は  
少なくとも12ゴールに寄与



自治体の管理栄養士は幅広く貢献できる

～栄養障害の二重負荷を解消～

ご清聴ありがとうございました

