

地域包括ケアシステム構築に向けた高齢者の栄養・食生活普及の取組

○飯干麻子、崎田栞、木下明美、茂三枝、瀧口俊一（延岡保健所）

1 はじめに

宮崎県では、地域包括ケアシステムの構築に向け様々な施策を展開し、市町村単位で取組が始まっているが、管内の高齢化率は既に 32.5%（平成 30 年 3 月 1 日現在）で、体制整備は喫緊の課題となっている。

高齢者にとって「食えること」は生活の基本で自立した暮らしの基盤となり、低栄養予防、更にはフレイル（虚弱）の予防になることから、より良い食生活や栄養管理を支援する管理栄養士は重要な役割を担う。

しかし、県内では、管理栄養士が在宅訪問栄養指導を行っている医療機関はほとんどなく¹⁾、介護事業所等との関わりも薄く、在宅療養・介護で栄養ケアを行う体制は十分ではない。広域的な調整を行う役割がある行政管理栄養士の関わりも、疾病予防や健康増進事業に手をとられ十分とは言えず²⁾、日頃から介護予防分野において、地域で「栄養・食生活」が重要な存在であるという認識が薄いと感じている。

また、管理栄養士が高齢者を対象に栄養指導を行う際に、低栄養予防や摂食・嚥下に関する媒体が少なく困ったという事例を聞く。

そこで、県が推進している健康長寿プロジェクトを鑑み、平成 26 年度から「高齢者の低栄養予防」をテーマに取り組み、「見える化」し普及させるための媒体を作成したので報告する。

2 方法

(1) 実態把握

平成 27 年度の延岡市在宅介護支援事業者連絡会において、居宅介護支援事業所・地域包括支援センター等の約 90 事業所ケアマネ等参加者 130 名を対象に、「地域栄養ケア」に関する簡易のアンケートを実施した。

(2) 人材育成

当保健所で例年行っている管内栄養担当者会において、市管理栄養士及び在宅管理栄養士（対象 15 名程度）に対し、平成 26 年度から年 4 回程度のうち 1 回は地域包括ケア・在宅栄養ケアに関する研修会を実施した。

(3) 媒体作成

(2)で知識習得と意識の統一を行い、平成 28 年度から対象者を介護度の低い要支援者に絞り、予防的な視点で、管理栄養士間で分野毎に栄養指導媒体を分担して作成した。その後、担当者会当日やメール等で確認・修正を繰り返した。

平成 29 年度は、各管理栄養士から介護者が作りやすく共に食べやすいレシピ（嚥下調整食分類 2013 の分類³⁾の 3~4 の固さ）を集めて試作を行い、レシピを作成した。

3 結果

(1) 実態把握

回答を得た 81 名（回答率 62.3%）のうち、施設外の管理栄養士・栄養士の関わりがあると回答したのは 6 名(7.4%)であった。困っている点は、低栄養を予防するための方法、在宅での食事制限、摂食・嚥下状態に見合った食事の提供方法、栄養指導が必要だと思っても栄養についての相談をどこにすれば良いかわからない等があった。

また、在宅訪問栄養指導が行えるようになれば良い、栄養士の派遣があれば在宅栄養管理が向上するのではないかとの意見もあった。

(2) 人材育成

表のとおり 3 か年で実施した。講師は、延岡市内外の地域で実践活動をしている在宅栄養士等に依頼し、参加者は毎回 10 名程度であった。

表 人材育成「延岡保健所管内栄養担当者会」の取組

＜研修会＞	
年度	取組内容
平成26年度	在宅訪問栄養指導～栄養アセスメント・指導の方法～ 講師 地域活動管理栄養士
平成27年度	包括ケアシステムと在宅医療・介護連携について 講師 延岡市高齢福祉課職員
平成28年度	①診療報酬改定に伴う嚥下調整食学会分類2013について 嚥下調整食試作・市販嚥下食品試食 講師 地域活動管理栄養士 ②「地域包括ケアにおける地域栄養指導を考える」 講師 地域活動管理栄養士

(3) 媒体作成

内容は、①低栄養予防全般（セルフチェック）、②献立作成・食べ方の工夫、③摂食・嚥下機能低下者の食事介助・調理工夫・食品選択法、④既製品利用で栄養バランスをとる方法、⑤ホームフリージング・1日の望ましい目安量、⑥作りやすく食べやすい嚥下食レシピで6種類が完成し、A4又はA3両面カラーで印刷できるようにした。

平成 29 年度には、栄養士のいない施設の調理従事者に媒体を紹介した。

4 考察とまとめ

アンケートから、栄養士の絶対的なマンパワー不足、栄養に関する相談窓口が不明、食生活・栄養に関する情報が少ない等の課題が考えられる。

対策として、管理栄養士が市介護保険部門に配置されるよう、日頃から市管理栄養士配置部署と高齢福祉・介護保険部署との連携が密になるよう支援していく必要がある。

地域包括ケアシステムの構築には様々な専門職種とその関係機関の連携・協力が不可欠である。そのため、地域包括ケアシステム担当の保健所及び市の保健師・担当職員と市管理栄養士との連携を通して、関係機関への更なる「栄養」への理解の周知、協力の獲得に努めなければならない。

施設栄養士については、以前から「栄養管理情報提供書」活用の普及を図り、施設間・地域間で活用、情報共有を促すよう取り組んで来た⁴⁾。人材不足の環境改善は困難なため、更なる栄養管理の情報ネットワークの強化、特に在宅訪問栄養指導の実現、栄養相談窓口の明確化が重要となる。地域包括ケアに対する役割の意識と栄養指導技術統一のため、市管理栄養士を中心に地域管理栄養士も含めた栄養士全体の人材育成に努めたい。

今回、「高齢者の低栄養予防」をテーマに、「見える化」の一步として栄養指導媒体が作成できた意義は大きいと考える。管理栄養士らが自ら作成に関わったことで、地域活動への意欲が高まった。

まずは、通所介護事業所等に媒体の周知、活用を促すとともに管理栄養士の講師活用の周知を行い、介護事業所等から健康教育の依頼があった場合は市に繋げ、市の講師派遣制度も利用して出前講座を行っていく等の活動を支援する予定である。また、当保健所ホームページに媒体を PDF で掲載し、広く活用できるよう周知していく。

地域包括ケアシステムの中の高齢者の栄養・食生活の重要性の周知は緒に就いたばかりである。普及活動を通して高齢者の健康長寿に繋がるよう体制整備を行っていきたい。

＜参考文献＞

- 1) 宮崎県：平成 29 年度栄養管理報告書・栄養給与状況報告書
- 2) 日本公衆衛生協会：地域包括ケアシステムの構築における行政管理栄養士等の役割に関する研究報告書(2017.3)
- 3) 日本摂食・嚥下リハビリテーション学会：嚥下調整食分類 2013（日摂食嚥下リハ会紙 17(3)255-267）
- 4) 飯干麻子：地域連携栄養改善の取組の評価～人材育成と栄養管理情報提供書を活用した体制整備～（第 26 回宮崎県地域健康推進研究会）
- 5) 在宅チーム医療栄養管理研究会：在宅高齢者食事ケアガイド.(2014.5)
- 6) 東京都健康長寿医療センター：健康長寿新ガイドライン エビデンスブック.(2018.1)