

## 会員投稿

### みぎわ認定栄養ケア・ステーション ～栄養ケア活動の地域拠点をつくる～

白鷗内科病院 白 鷗 豊

2019年10月13日（日曜）に第33回日本臨床内科学会が広島市で開催され口演として会員発表の機会をいただいた。当日台風19号の影響のため、東日本からの参加は交通機関が動かず困難な状況で、参加者は少なかった。本県からのご参加も少なかったと思われる。当日の発表演題につき、報告する。

栄養ケアは、生活習慣病対策のみならず、介護予防（低栄養予防）や自律支援（独居高齢者への食支援）においても重要である。また、脳血管障害、咀嚼機能の低下した患者の増加に伴い誤嚥性肺炎が増加しており、嚥下障害対策として口腔ケア、嚥下機能評価、摂食嚥下リハビリテーションとともに、栄養食事指導（低栄養状態からの回復、維持、嚥下食指導）はその重要性を増す。栄養指導に関する制度の変遷を俯瞰すると、2000年に始まった介護保険では、在宅訪問栄養食事指導（居宅療養管理指導）があつたが、2006年改正から介護予防（地域支援事業）として低栄養改善が医療保険に先行して取り上げられた（図1）。医療保険では、高血圧、糖尿病、高脂血症の生活習慣病に対して入院、外来、在宅での栄養指導が可能だった。これに加え、2016年からは、低栄養、摂食嚥下障害、がん患者への食事指導がようやく認められ、医療保険、介護保険とともに全てのステージで栄養ケアが重要であることが示された。このような状況では、地域包括ケアシステム実現のため栄養ケア活動の地域拠点が必要であると考えられる。

2012年開設した地域密着型特別養護老人ホーム「みぎわほーむ」では、地域との連携、地域の福祉サービスの拠点となることを理念のなかで語っている。その理念に合致する活動として、簡単にできる介護食（嚥下食）の料理教室「楽樂！おいしか介護食」を2014年10月より毎月第4木曜に開催してきた（図2-4）。開催回数は合計45回、参加人数は合計321人（2019年3月迄）（図5）。参加人数は平均7.1人だったが、2019年度に入り10.8人に増加した。参加者は、デイサービス利用者、嚥下食を作る介護者、ホームヘルパー等で、2名の管理栄養士が指導し、調理、会食、そして談話のひと時を楽しんでいた。2015年から2019年3月までの嚥下食料理教室でのアンケートを集計した（図6～10）。年齢は80代の参加が多かった。参加者からは、参加して楽しかった、実習は役に立った、メニューは参考になったとの評価だった。身边にある食材を使っての料理が参加になる、樂しい一時を過ごす事ができた、生活する張りがでたなど参加者のQOL向上にもつながった。

一方、栄養ケア・ステーションは、日本栄養士会が認定する栄養ケアを提供する地域密着型の拠点である。都道府県栄養士会の栄養ケア・ステーションに加え、2015年度には全国44か所に認定ケア・ステーションモデル事業が開始され、2018年認定制度が正式に発足された（図11）。栄養ケア活動の地域拠点として住民へのアクセスを拡充し、住民がアウトリーチを受けやすくなることが設置の目的である。当施設は、「楽樂！おいしか介護食」の実績により2017年度のモデル事業から参加し、2018年には九州で唯一の認定栄養ケア・ステーションになった（図12）。みぎわ認定栄養ケア・ステーションは、介護食料理教室「楽々！おいしか介護食」に加え、個別栄養相談や住民対象の講話を実施し地域の栄養ケアの総合相談窓口としての機能をはたしていく所存である。また医療と介護をつなぐ掛け橋として、そして栄養相談の保険請求が介護保険制度で介護施設でもでき独立採算制の事業所へなるよう実践を積み重ねていきたい。

- 26 -

### 栄養指導に関する制度の変遷



図2 「楽樂！おいしか介護食」毎月第4木曜 開催  
簡単にできる介護食(嚥下食)の料理教室  
(2014年10月開始)



- 27 -

図3

### メニュー実例 楽樂！おいしか介護食 2016/11/24



図4

- ・菜の花の手まり寿司
- ・空也蒸し
- ・苺ピスケットケーキ



- 28 -

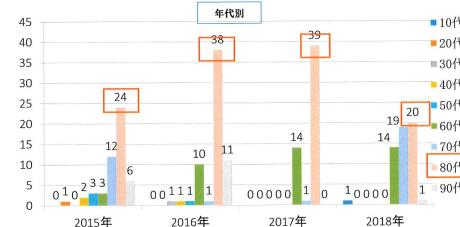
図5

### 楽々おいしか介護食 開催状況

2014年10月から介護食教室開始	
※開催回数	合計 45回
2014年度	5回
2015年度	10回
2016年度	10回
2017年度	10回
2018年度	10回 (8、12月は休み)
※参加人数	合計 321人
2014年度	40人
2015年度	60人 平均7.1人
2016年度	68人 (2019年度に入り10.8人)
2017年度	59人
2018年度	94人 (2019年3月迄)

図6

### 楽々!!おいしか介護食のアンケートより 「何歳ですか？」



- 29 -

図7

楽楽!!おいしか介護食のアンケートより  
「参加して楽しかったですか?」

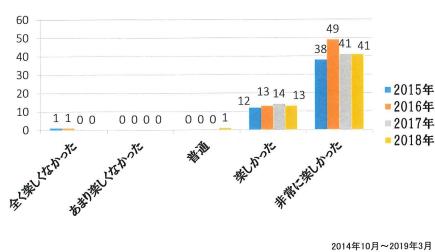
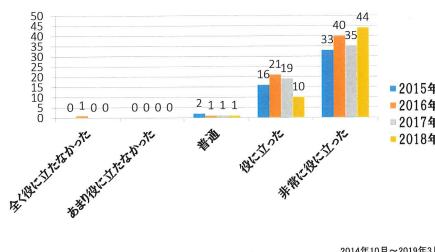


図8

楽楽!!おいしか介護食のアンケートより  
「今日の実習は役に立ちましたか?」



- 30 -

図9

楽楽!!おいしか介護食のアンケートより  
「今日のメニューは参考になりましたか?」

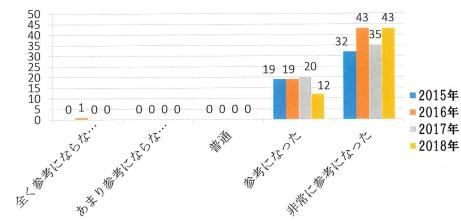


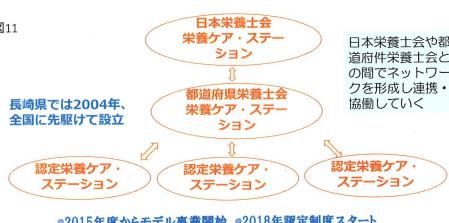
図10

楽楽!!おいしか介護食のアンケートより  
「その他質問内容などがあれば書いて下さい」

- いつも身近にある材料を使っての品々に大変参考になります
- 自分でも簡単にできそうなメニューでとても美味しいです
- 久しいに楽しい一時を過ごす事ができました
- 参加してよかったです・家庭的で楽しかった・皆さんの愛情こもったお料理で美味しいかったです
- 直後のおしゃべりも楽しかったです
- ぜひ家庭でも作りたいです
- 生活する張りがきました
- 食後のおしゃべりもごちらそのうち
- 作る過程からおしゃべりで食事もはずみ、時の立つのも忘れました
- 寿司のこ初めて使いましにこれからも家で大活躍です
- 割と簡単に出来るものばかりでとても参考になります・材料も手軽に入るものがかりでよかったです
- 皆様とお話を楽しんで役に立つことが多數ありました
- いろいろと新しいアイデア料理ご指導ありがとうございます
- 我が家のお定番メニューにします

- 31 -

図11



(栄養ケア・ステーション業務内容)

(1) 栄養管理：

栄養相談、特定保健指導、医療保険や介護保険に関する栄養管理、食事管理および栄養食事指導の実施、栄養改善・食生活改善に関する地域貢献活動

(2) 食事管理：

献立調整、栄養価計算、調理指導、栄養改善・食生活改善に関する地域貢献活動

図12

みぎわ認定栄養ケア・ステーション



- 32 -