



高齢者の保健事業と介護予防の「一体的実施」について

(公社)長崎県栄養士会
会長 山口 佳代子

今後、日本の総人口が減少に転じていく中、2040年には、高齢者の人口の伸びは落ち着き、現役世代(担い手)が急減するため、国は、より少ない人手でも回る医療・福祉の現場を実現することを目指しています。このために国は「多様な就労・社会参加」「健康長寿の延伸」「医療・福祉サービス改革」の3本の柱を立て、誰もがより元気に活躍できる社会の実現を目指そうとしています。この中の「健康寿命の延伸」の中の◆介護予防・フレイル対策、認知症予防対策の一つの項目に「高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施」(以下一体的実施)があります。私たちの医療保険は年齢によって異なり、74歳以下の方は、健保組合や協会けんぽや国民健康保険に加入して医療や保健事業の提供を受けていますが、75歳以上になると、すべての人が後期高齢者医療の加入となり、また、これとは別に65歳以上の人は介護保険の介護予防事業の対象となります。(図1参照)このような、生活習慣病対策・フレイル対策(医療保険)と介護予防(介護保険)が別々に展開されていること、医療保険の保健事業が75歳を境に保険者・保健事業が異なることから生じる弊害の改善のために、医療保険や介護保険の枠を超えて高齢者の健康寿命の延伸を目指す事業が「一体的実施」です。(図2参照)一体的実施は令和2年度からスタートで、令和6年度までに全ての市町での事業実施を目指しています。長崎県では、令和4年度は長崎市、佐世保市、諫早市、小値賀町を除く17市町で実施されています。

一体的実施のメニューは低栄養・口腔・服薬等様々ですが、長崎県ではこの中の「糖尿病性腎症の重症化予防」を必須項目としていて、栄養士会が県の委託を受けて実施している「国保ヘルスアップ支援事業」もこの一体的実施の一つで、県下各市町の保健指導の充実を図るために栄養士の登録・派遣を行っています。「一体的実施」で検索すると、厚生労働省のホームページに好事例を含めた多くの情報が掲載されていますので一度チェックしてみてください。

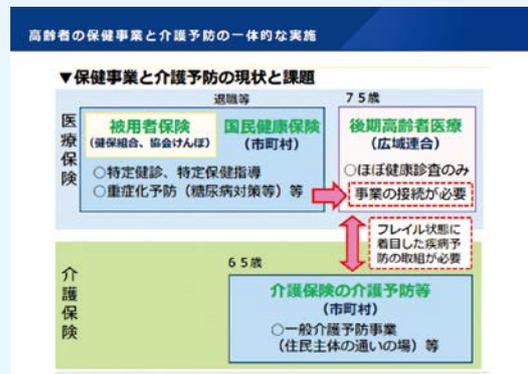


図1. 厚生労働省資料：高齢者の保健事業基礎資料より

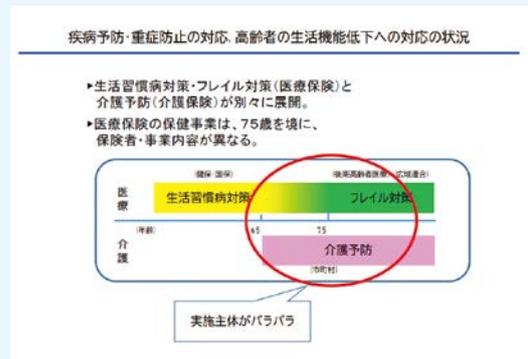


図2. 厚生労働省資料：高齢者の保健事業基礎資料より

▶▶▶ このコーナーは最前線で働く栄養士のコーナーです。

長崎支部・福祉協議会
 医療法人清潮会 介護老人保健施設 みどりの里 山口 空良さん

私は介護老人保健施設に勤務して2年目になります。福祉の現場で働くようになったきっかけは、私自身が嚥下障害により飲食が全く出来なくなった経験があるからです。治療を行い症状が改善した時にご飯を食べる事が出来た時のあの感動は一生忘れる事が出来ません。この体験を活かし自分に何ができると考えた時に、嚥下機能が低下して食事を摂る事が億劫おっくうと感じている人に少しでもご飯を食べる幸せを感じ続けて欲しいと思い福祉への道を選びました。



節分常食

実際の現場には、嚥下機能の低下している方の他に、義歯が合わず咀嚼ができていない、認知が進み誤嚥するリスクが高いなどを理由に嚥下調整食を食べている方もいらっしゃいます。必ずしも嚥下機能の低下だけが原因で食事を摂れなくなるわけではないという事が分かりました。また、嚥下調整食は常食よりも栄養量が落ちてしまうことがあり低栄養になるリスクもあります。施設に入所される時点で低栄養状態の方もいらっしゃるため、状態が悪化しないよう個人に合わせた食事形態や食事量、栄養量を検討することは大変だと

感じています。しかし施設に入所されたばかりの頃はあまり食べられなかった方がどんどん食事摂取量が上がっていき栄養状態が改善した時は安心と同時にやりがいを感じます。

福祉施設の管理栄養士としてスキルアップしていくために、先日福祉協議会の研修に参加しました。現在ハイブリット型の研修が多く、いつもwebでの参加をしていましたが、初めて会場へ参加しました。他の施設の管理栄養士の方と直接お話できる機会がありとても有意義な時間を過ごすことが出来ました。web研修での参加では自ら発言することは全くありませんでしたが、会場参加だと自然に発言する事が出来ました。発言する事によって私の理解度も深まったので、今後はweb研修でも積極的な発言をしたいなと思いました。また研修会で得た事を日々の業務で活かしていきたいと思えます。そして、施設の療養者様全員を食事笑顔に出来る管理栄養士になりたいと思えます。



節分嚥下調整食

令和4年度

第2回栄養学術研修会・ 第21回長崎県栄養改善学会

開催日 令和5年2月11日(土)

会場 長崎国際大学

※会場とWEB (Zoom) でのハイブリッド開催

令和5年2月11日(土)長崎国際大学にて、第2回長崎栄養学術研修会・第21回長崎県栄養改善学会が開催されました。ハイブリットオンライン配信 (Zoom) で参加は延べ会場69名WEB28名でした。

学術研修会では、長崎国際大学薬学部薬学科助教 大久保 伸哉先生

に「薬剤の多剤服用の影響について」講演していただきました。先生には事前に寄せられた会員からの質問「多剤における副作用で食欲低下や便秘などの症状があり、栄養管理が難しい」や「加齢に伴い薬の効き方が変化すると聞いたことがあるが具体的にはどのような変化があるのか」、「多剤服用と精神疾患との関連性」などを中心に、「高齢者に多い薬の副作用について」「薬物動態と薬力学の加齢変化について」「薬剤起因性老年症候群と主な原因薬剤」などのお話をしていただき、多剤を防ぐための多職種連携、ポリファーマシー対策の進め方、その中で管理栄養士に求められる役割 (食欲、嗜好の調査、摂取量、食形態の確認、栄養状態の変化の評価) など事例、症例紹介を交えながら研修いたしました。

長崎栄養改善学会では6つの演題が発表されました。フロアーからも活発な質問があり盛り込みの多いものとなりました。フォトギャラリーも開催され、在宅栄養士についてや、保育園の食事、災害時食～食物アレルギー編～、災害時食～学童編～、健康寿命延伸レシピコンテスト、行事食を自分たちの手で作ってみようといった会員の方々の日々の取り組みが伝わるすばらしい内容でした。また、会場では賛助会員5社の展示会もあり新商品などの情報提供もありました。

今回の講演や演題発表、フォトギャラリーなど皆様の心に響かれたことを日々の業務に生かしていただけたらとおもいます。



Nutritionist * Dietician 学生

おいしい! 簡単! レシピコンテストにご応募いただきありがとうございました。

(公社)長崎県栄養士会は、これからの社会を担っていく若い世代に対する健康づくりに配慮した食生活への取り組みの一環として、レシピコンテストを実施しています。
 今年度の募集テーマは“朝食を食べて朝活しよう!”で、若い世代(20代)のための主食・主菜・副菜の揃った1食分のレシピ(ワンプレートでも可)を募集しました。
 13作品の応募があり、創造性、普及性、見栄え、バランスなどの観点から審査を実施致しました。審査の結果、会長賞、アイデア賞、ヘルシー賞の各1作品を決定致しました。
 受賞された皆様おめでとうございます。次年度も実施予定ですので、皆様の応募をお待ちしています!!
 受賞された3作品は長崎県栄養士会のホームページで紹介しています。



会長賞



たっぷり野菜のオートミールリゾット
 レンチンオムレツ、みかん

応募者 長崎県立大学3年 横山 結希 さん

1人分の栄養価

エネルギー 368kcal たんぱく質 25.2g
 脂質 16.5g 食塩相当量 1.9g



アピールポイント

- 冷凍野菜を使い、カットする手間を省き洗い物も少なくすむ。
- リゾットもオムレツも一つの容器で簡単に作ることができる。
- 1食で4.0mgの鉄を摂ることができる。

お知らせ掲示板

第12回 定時総会について

日時 令和5年5月27日(土)
 会場 長崎ブリックホール 国際会議場

栄養の日のイベントについて

日時 令和5年8月6日(日)
 イベント会場 長崎市浜町ベルナード観光通り

賛助会員について

入会 株式会社Fujitaka (フジタカ)
 退会 九州東邦株式会社

ながさき栄養ケアステーションへ登録しませんか

長崎県栄養士会では、ケア・ステーションに登録して活動する会員さんを求めています。登録方法は、長崎県栄養士会のホームページをご覧ください。

令和5年度 研修会開催予定について

研修会	日時	会場・担当支部等
第1回栄養学術研修会	5/27(土)	長崎ブリックホール国際会議場 WEB配信あり
第2回栄養学術研修会	10/21(土)	担当支部：島原 WEB配信あり
第3回栄養学術研修会 第22回栄養改善学会	未定	担当支部：西彼 WEB配信あり
生涯学習研修会	7/8(土)・7/9(日) 8/19(土)・8/20(日) 9/10(日)	栄養士会事務局 WEB配信あり
第3回災害支援スタッフ養成研修会	9/9(土)	長崎市
第4回災害支援スタッフ養成研修会	12/9(土)	長崎市
新人研修会	10/14(土)	長崎市
プラチナ研修会	11/11(土)	長崎市

管理栄養士国家試験に合格された会員の方へ

会員登録事項の変更をしますので、免許番号を「会員登録事項変更届」によりお知らせください。

事務局からのお知らせ

- 1 令和5年度会費(15,500円)の納入をお願いします。
- 2 氏名・住所・勤務先などの変更は「会員登録事項変更届」により、15日以内に事務局へご提出ください。
- 3 一人でも多くの管理栄養士・栄養士の方が本会へご入会いただけるよう職場等、お知り合いの方で未入会の方がおられましたらご紹介ください。入会案内書をお送りしますので事務局へご連絡ください。
- 4 令和4年度長崎県栄養士会の会員数は965名(内新入会員は64名)です。(令和5年3月1日現在)