

高齢者のフレイル対策への栄養面からのアプローチ ～施設、病院、地域をつなぐ食の体系化～

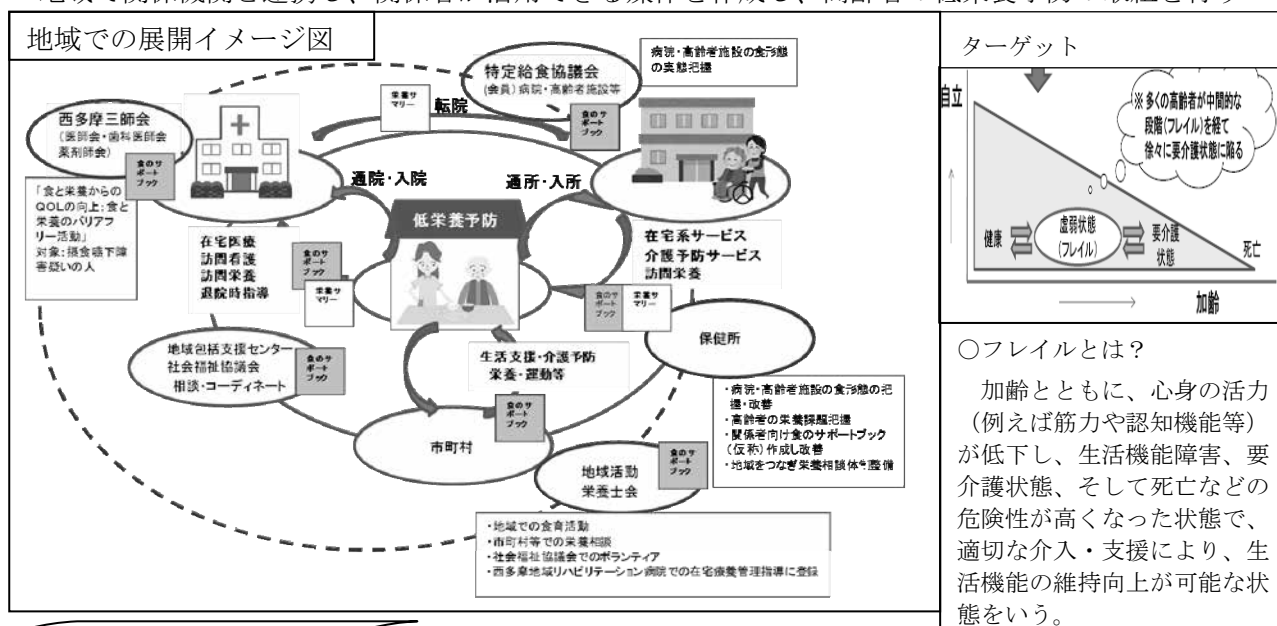
西多摩保健医療圏

実施年度	開始 平成28年度 終了（予定） 平成29年度
背景	西多摩管内の高齢化率は、平成26年は24.9%で都全体に比べ高く、平成37(2025)年には31.6%と予想されている。 また、高齢者のフレイル対策には栄養ケアが重要といわれ、管内の65歳以上でフレイルの可能性は11,761人（98,253人中）と推定される。しかし、管内では管理栄養士等の専門職職員が少なく、慢性期の病院・高齢者施設が多いなどの地域特性がある。 高齢者施設や病院では高齢者の食形態の名称などが施設独自のものであり、全国的にも統一化されていないのが現状である。そのため施設利用者が他の施設・病院・在宅に移る際に食形態について適切な情報共有が出来ず、特に在宅では低栄養になり再び施設や病院に戻るなどの問題がある。
目標	・高齢者施設や病院の実態調査に基づいた、食形態の見える化、体系化を行うことで、退院や施設間の移動時に、高齢者の食形態等の情報が専門職種間でスムーズに伝達され、個人の栄養改善につなげる。 ・施設や病院で培った低栄養予防のノウハウをまとめて、事例集等の啓発用媒体を作成し、介護職員や介助する家族などに活用してもらうことで、地域全体の高齢者の低栄養予防につなげる。
事業内容	（平成28年度） 管内の高齢者施設・病院の食形態等の実態把握と地域における高齢者の食の課題を明確にするために、以下の調査等を実施した。 1 関係機関対象の調査（市町村の高齢主管課・健康主管課・社会福祉協議会） 2 専門職（介護支援専門員・ヘルパー等）対象の調査（管内地域包括支援センター、居宅介護支援事業所、訪問看護ステーション、訪問介護事業所） 3 高齢者施設・病院の食形態実態調査 4 給食施設代表者等との検討会実施 5 調査結果報告及び報告書作成 市町村連絡会、保健福祉部会等保健所各種会議で報告、西多摩三師会主催研修会で報告、施設対象栄養管理講習会実施 （平成29年度） 在宅高齢者の低栄養予防のために活用できる以下の媒体を作成し、研修やホームページで情報提供する。 1 介護事業所関係者向け食の冊子「食のサポートブック（仮称）」 2 施設間移動や在宅に戻る際に活用できる食形態の目安などの情報を集めた栄養担当者向け「優良事例・連携ブック（仮称）」
評価	【高齢者の食の課題の明確化】 ・管内8市町村及び介護・看護関連事業所、高齢者施設など関係機関を対象にした調査で高齢者の食の取組と課題を明らかにした。 【関係機関との連携強化】 ・管内8市町村、特定給食研究会などの意見を参考に調査を実施した。市町村、社会福祉協議会、地域包括支援センターや介護及び看護事業所、特定給食施設などから「食のサポートブック（仮称）」等の媒体への意見を伺うことができた。
問い合わせ先	西多摩保健所 生活環境安全課 保健栄養推進担当 電話 0428-22-6141 ファクシミリ 0428-23-3987 E-mail S0000341@section.metro.tokyo.jp

「高齢者のフレイル対策への栄養面からのアプローチ」平成 28 年度実施報告

I 本事業でめざすもの

地域で関係機関と連携し、関係者が活用できる媒体を作成し、高齢者の低栄養予防の取組を行う



II 実施体制

1 所内体制

生活環境安全課長、地域保健推進担当課長、歯科保健担当課長、生活環境安全課、保健対策課、企画調整課職員 9 名による所内 PT を設置した。（歯科医師、保健師、管理栄養士、事務で構成）

2 検討会の設置

所内 PT 委員の他、外部委員として、学識委員で医学（西多摩医師会）と栄養学の専門委員と、給食施設の代表メンバーで検討会を設置し、調査方法等の検討を行った。

3 食形態検討会の実施

管内の 3 地区の給食施設研究会の代表からなる委員（管理栄養士・専門調理師）とした食形態検討会を設置し、食形態の調査内容の検討を行った。

III 調査概要

1 調査の目的

地域の在宅高齢者の食の課題を明確にするため、管内の関係機関や介護支援専門員等の専門職へのアンケート調査と高齢者施設・病院の給食施設への食形態等の実態調査を実施した。

2 調査時期

(1) 高齢者の食の課題と取組に関するアンケート調査【関係機関対象の調査】

アンケート調査：平成 28 年 9 月

聞き取り調査：平成 28 年 11 月～12 月（市町村高齢主管課のみ）

(2) 在宅高齢者の食の課題と取組に関する調査【専門職対象の調査】

アンケート調査：平成 28 年 9 月

聞き取り調査：平成 28 年 11 月～12 月（地域包括支援センターのみ）

(3) 給食施設における高齢者の食形態の実態と食の取組に関する調査【食形態実態調査】

アンケート調査：平成 28 年 11 月

3 調査の内容

(1) 高齢者の食の課題と取組に関するアンケート調査【関係機関対象の調査】

調査対象：管内市町村の高齢主管課(8)、健康主管課(8)、社会福祉協議会(8) 計 24

内 容：在宅高齢者への栄養・食事サービス提供実態、栄養状態の把握状況、配食サービス等の実施状況、連携状況、栄養・食生活支援上の課題、介護者の食事に関する困りごと、フレイルについての認知、栄養管理への意識、在宅高齢者への栄養・食事サービス提供での課題、食のサポートブック（仮称）に掲載してほしい内容等

調査方法：郵送によるアンケート調査、聞き取り調査実施

(2) 在宅高齢者の食の課題と取組に関する調査【専門職対象の調査】

調査対象：管内地域包括支援センター(13)、居宅介護支援事業所(96)、訪問看護ステーション(28)、訪問介護事業所(57) 計 194

介護支援専門員(97)、看護師(30)、訪問介護員(41)に調査

内 容：利用者の状況、栄養・食生活支援上の課題、相談先、本人家族からの栄養・食支援に関する要望、フレイルについての認知、栄養管理への意識、食のサポートブック（仮称）に掲載してほしい内容、在宅高齢者の栄養・食生活支援体制の充実を図るための取組等

調査方法：郵送によるアンケート調査、聞き取り調査実施

(3) 給食施設における高齢者の食形態の実態と食の取組に関する調査【食形態実態調査】

調査対象：管内病院(31)、介護老人保健施設(12)、老人福祉施設(78)、その他高齢者施設(14) 計 135

内 容：利用者の状況、要介護者の食事・栄養の課題、栄養相談体制、多職種の連携状況、提供している食の形態【日本歯科大学の様式使用】、濃厚流動食の利用やとろみ剤の使用状況、転院時の資料、退院時の食事の説明や指導及び指導媒体と課題、栄養情報の提供、食のサポートブック（仮称）に掲載してほしい内容等

調査方法：郵送によるアンケート調査

4 結果の概要

(1) 高齢者の食の課題と取組に関するアンケート調査【関係機関対象の調査】＊回収率 100%

○在宅高齢者のうち、二次予防対象者の 16.9%にやせ（BMI18.5 未満）が見られた。（表 1）

高齢者のやせは、低栄養の疑いがあり、死亡の危険度が増加すると言われている。しかし、やせの方の人数に比べて、栄養改善プログラムの実施人数が少ないことがわかった。

○管内 8 市町村の高齢主管課では、配食サービスを実施しているが、治療食は 4 市町村、食形態は 1 市町村で対応がなく、栄養状態についても 2 市町村が把握していなかった。

○家庭で介護する方は、食事づくりに困っている。

在宅高齢者の介護側の課題は、「メニューを考えるのが大変」「何を食べさせたらよいかわからない」「栄養が足りているのかわからない」「食事を作るのが大変」などであった。

表 1 管内市町村の二次予防対象者のBMI 18.5未満（やせ）の状況

	対象者 (平成 27 年度末)	BMI 18.5 未満	BMI 18.5 未満の割合 (%)
A	5,426	875	16.1
B	2,227	260	11.7
C	2,049	637	31.1
D	3,349	387	11.6
E	1,527	174	11.4
F	705	261	37.0
G	100	4	4.0
H	21	2	9.5
合 計	15,404	2,600	16.9

* 二次予防対象者：介護保険の第 1 号被保険者で、要支援・要介護の認定を受けていないが、生活機能の低下があるため、要支援・要介護になるおそれがあるとされる高齢者

(2) 在宅高齢者の食の課題と取組に関する調査【専門職対象の調査】*回収率 73.2%

○栄養・食生活支援上の課題

- ・介護・看護事業所の 90%以上が食形態、食事療法、適切な水分摂取量、食欲不振への対応等の課題があると回答があった。
- ・栄養・食生活支援で、半数近くの事業所や約 7 割の介護支援専門員、看護師が困ったことがあると回答し、その内、悩んだときに相談先がない介護支援専門員は約 3 割であった。(図 1～3)
- ・介護度が上がるとともに摂食・嚥下の課題が発生し、食形態の配慮が必要となり、「誤嚥・窒息に配慮した適切な食事形態への対応」や「糖尿病などの食事療法への対応」、「栄養状態の評価」、「食欲不振への対応について」などの情報が、介護や看護の現場で求められていた。
- ・在宅栄養管理の必要性は、介護支援専門員と訪問介護員の約 7 割、看護師の約 8 割が必要と回答していた。(図 4)

図 1 栄養・食生活支援を実施する際に困ったこと

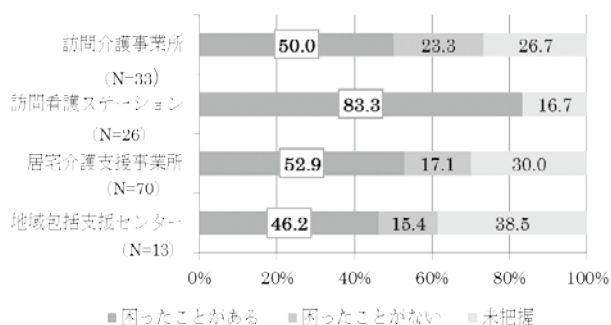


図 2 困っていること有

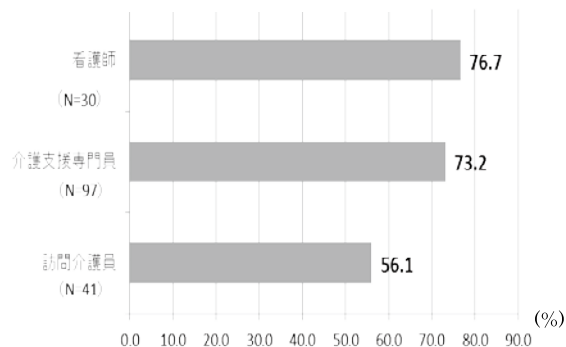


図 3 栄養・食生活支援で対応に悩んだときの相談先

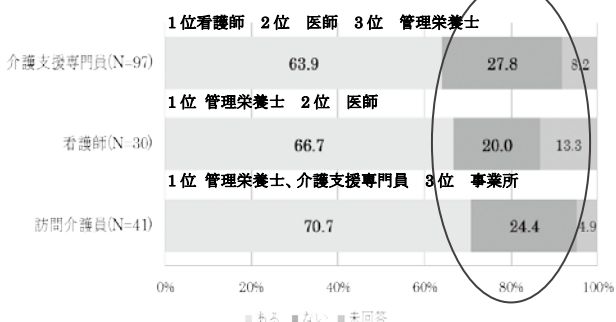
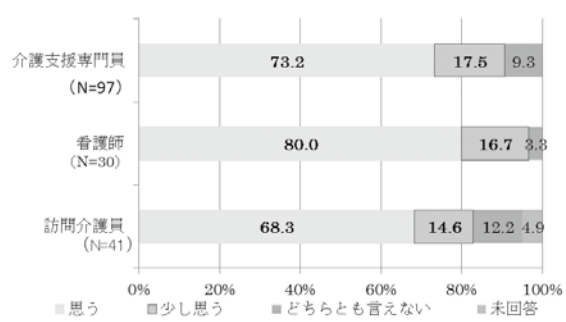


図 4 在宅栄養管理の必要性



○利用者本人又は家族からの栄養・食生活に関する要望

- ・低価格でおいしく、食べやすさとともに、治療食対応などの配食サービスの情報を求めている。
また、できるだけ費用負担の少ない、バランスのとれた食事、減塩食や食形態にあった作り方の情報を求めている。

○在宅での栄養・食生活支援体制の充実を図るために、今後必要と思われる取組

- ・「栄養・食生活に関する相談窓口の設置」、「在宅訪問栄養指導」、「多職種連携」、「配食サービスの充実」、「誰かと一緒に食事ができる場所」などが挙げられた。

(3) 給食施設における高齢者の食形態の実態と食の取組に関する調査【食形態実態調査】

*回収率 87.0%

○病院・高齢者施設の食形態について

- ・食形態の変更決定は、医師の指示が 54.2%で最も多く、何等かの検査で食形態の変更を決定している施設は 31.8%、観察で決定している施設は 21.5%であった。
- ・嚥下調整食の基準を持っていない施設が多く、厚生労働省が勧めている「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(学会分類 2013)」を基準にした施設は、26 施設 (21.7%) であった。
- ・89.2%の施設が、「誤嚥・窒息に配慮した適切な食事形態への対応」、「食欲不振への対応」「低栄養への対応」等栄養・食生活支援上の課題があると回答があった。
- ・食形態は、各施設でさまざまな呼称が使用され、各形態にまたがり同一名称が使用されているものもあった。また、利用者が他施設に移動する際に自施設独自の食形態呼称を用いて伝達している施設が多く(56.7%)、誤嚥などにつながるリスクがあることが示唆された。施設間の移動の際には、厚生労働省が推奨している「学会分類 2013」を使用し、統一の名称で情報のやり取りをする必要があることがわかった。(表 2)

表 2 他施設に移動する際に行う食形態に関する情報提供の基準

(複数回答有)

	自施設独自の食形態呼称 (割合%)	学会分類 2013 (割合%)	嚥下ピラミッド (割合%)	スマイルケア食 (割合%)	その他 (割合%)	施設として情報提供 (割合%)	情報提供していない (割合%)
病院(29)	19(65.5)	1(3.4)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	13(44.8)	1 (3.4)
介護老人保健施設(12)	7(58.3)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	6(50.0)	0 (0.0)
老人福祉施設(70)	39(55.7)	0(0.0)	1(1.4)	0(0.0)	2(2.9)	19(27.1)	9(12.9)
その他高齢者施設 (9)	3(33.3)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	0(0.0)	6(66.7)	0 (0.0)
合計(120)	68(56.7)	1(0.8)	1(0.8)	0(0.0)	2(1.7)	44(36.7)	10(8.3)

◎ 西多摩地域の高齢者（在宅及び療養者）の食の取組や課題を明らかにすることができた。



検討会の様子



食形態検討会の様子

◎ 調査用紙は、栄養士だけでなく色々な職種からの視点で作成できた。

Ⅳ 調査結果の報告

1 研修会で報告

平成 29 年 2 月研修会（栄養管理講習会）にて、調査結果を報告した。また、平成 29 年 3 月に、特定給食協議会や三師会の研修会等においても調査結果の報告を行った。

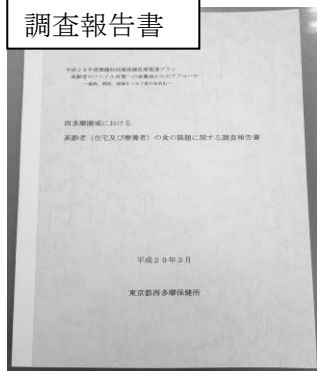
2 保健所各種会議で報告

管内 8 市町村と保健所の連絡会、歯科基盤整備検討会、在宅療養西多摩圏域意見交換会、摂食嚥下機能支援協議会、地域保健医療協議会（保健福祉部会、生活衛生部会）で事業説明及び調査結果を報告した。

3 報告書の作成と配布

平成 29 年 3 月にご協力いただいた管内市町村、事業所、病院・高齢者施設等に報告書を配布した。

調査報告書



研修会での報告の様子



◎ 管内市町村、地域包括支援センター、社会福祉協議会、看護・介護事業所、病院、特別養護老人ホーム、医師会、歯科医師会、薬剤師会等広く調査結果を周知し、課題等を共有した。

Ⅴ 今後の展開

本調査では、西多摩保健所管内の在宅高齢者の摂食・栄養状態、在宅高齢者への栄養・食事サービスの提供実態、栄養・食生活支援上の課題、在宅高齢者の食事の介護側の課題、食環境の実態を明らかにした。

この結果をもとに、来年度、在宅高齢者の低栄養予防のために活用できる介護事業所関係者向け冊子「食のサポートブック（仮称）」や、施設間移動や在宅に戻る際に活用できる食形態の目安や優良な取組などの情報を集めた栄養担当者向け「優良事例・連携ブック（仮称）」を作成し、研修や保健所ホームページで情報提供する予定である。