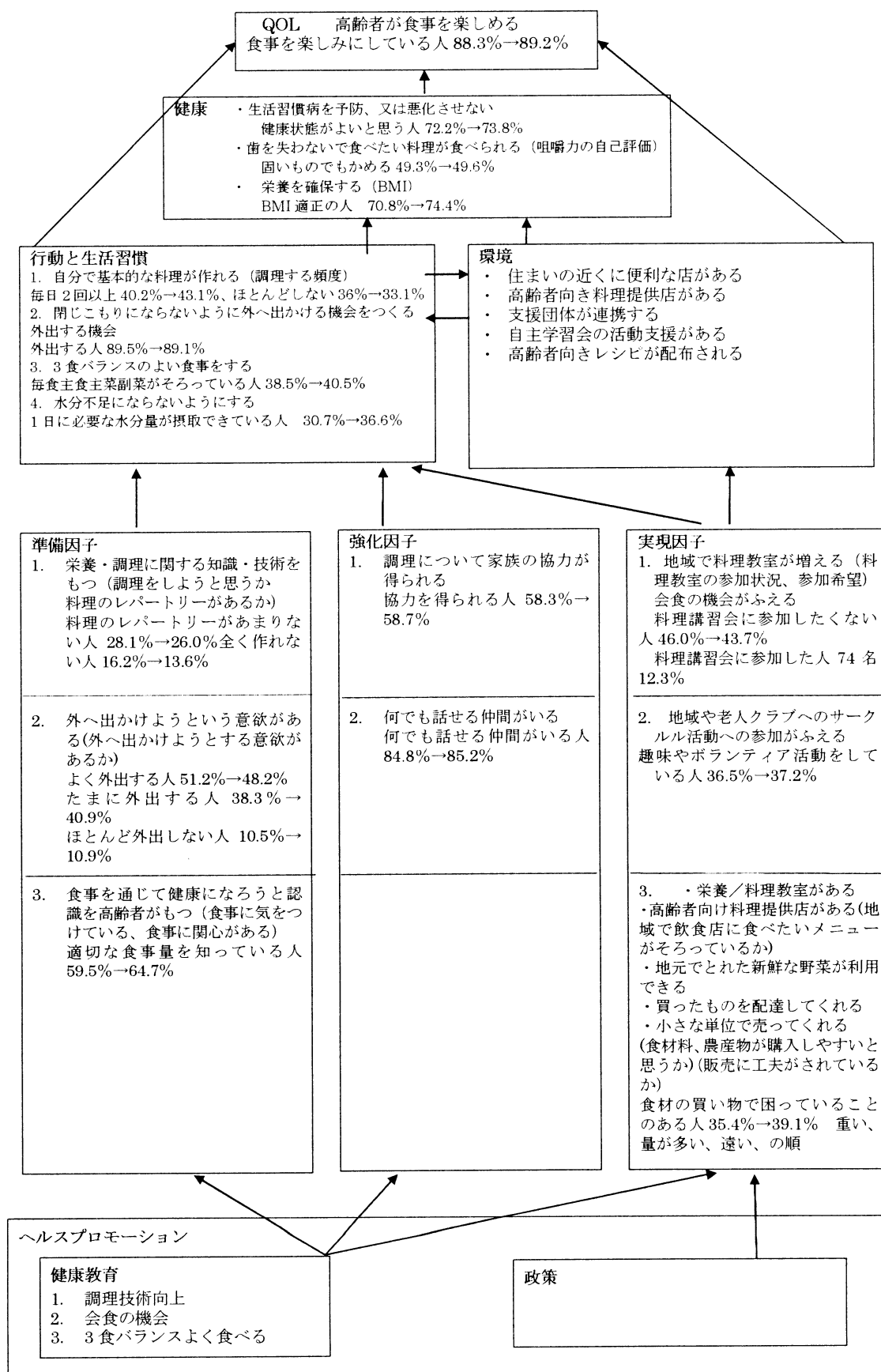


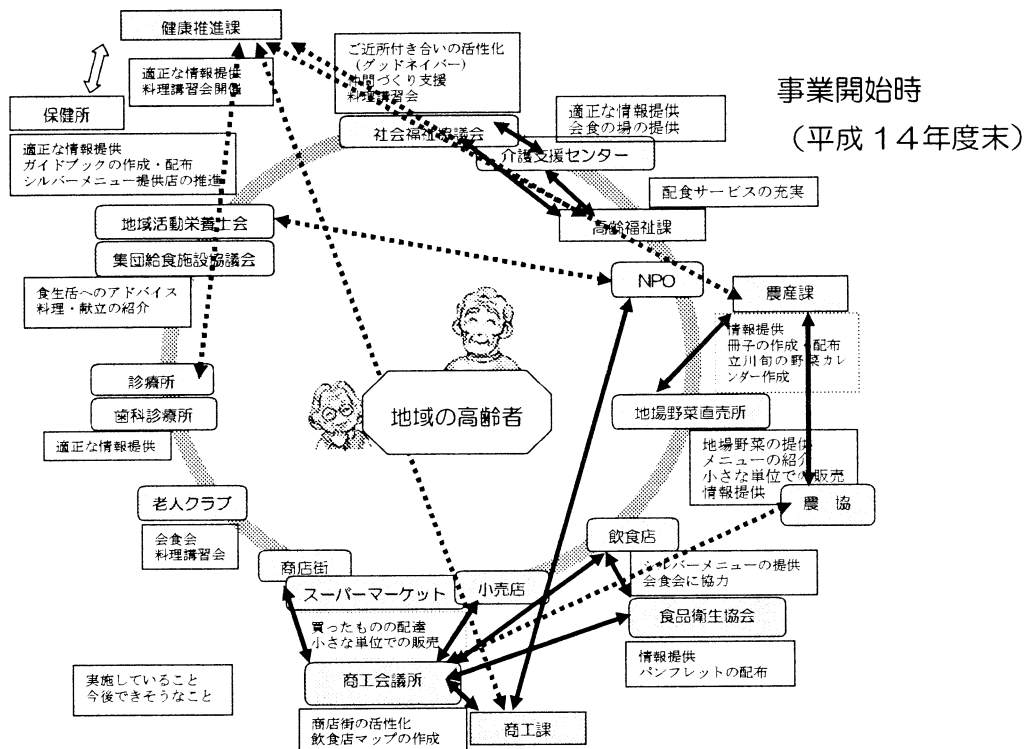
高齢者の食生活を支える地域の仕組みづくり	
北多摩西部保健医療圏	
実施年度	開始 平成14年度 終了 平成16年度
背景	都において、高齢者のうち要介護者等は2002年度278千人から2007年度には408千人に増加することが予測され、これを支える社会的負担の増大が懸念されている。 高齢者は、食欲や調理意欲の減少、歯の喪失や咀嚼力低下等による偏食や栄養不足から低栄養の状態に陥りやすく、在宅高齢者の30%に低栄養がみられるとの報告もある。そこで、健康寿命を延ばし、高齢者の生活の質を維持・向上するためには、地域全体で高齢者の食生活を支援する体制を整備する必要がある。
目標	関係機関・団体が企画立案の段階から調査・研究に協働で取り組み、高齢者の食改善を図るとともに、地域において高齢者の食生活を支援する体制を整備する。 1 高齢者自身及び高齢者の食支援関係者の知識や技術の向上を支援する。 2 関係機関・団体と共に、高齢者を取り巻く食環境整備に努める。 3 高齢者の食生活を支える地域のネットワークを形成する。
事業内容	食生活の環境整備に焦点をあて、ヘルスプロモーション活動を推進する手法(PRECEDE-PROCEED Model)を用い、立川市をモデルに3ヵ年にわたり展開した。 1 検討会の開催(構成：市(健康推進課・高齢福祉課・産業振興課)、社会福祉協議会、在宅介護支援センター、老人クラブ、商工会議所、NPO、食品衛生協会、農協、施設給食協議会、地域活動栄養士会、保健所)(14年度から継続) 2 評価のための高齢者の食生活実態調査の実施(モデル地域：栄町)【別添1】 3 高齢者へのアプローチ 料理講習会1回、茶話会(講話と試食)2回、健康フェア等への参加2回、リーフレットの配布 4 食環境へのアプローチ ヘルパー向け研修会の実施、「高齢者にやさしい健康づくり協力店」の認定・普及
評価	1 モデル地域において評価のための調査を実施したところ、「適切な食事量を知っている人」「1日に必要な水分量が摂取できている人」が増加し、成果がみられた。高齢者の食支援関係者の支援という点では、マニュアルの作成や配布研修会の開催ができ、研修会のアンケート結果では9割が「良かった」と回答した。 2 関係機関・団体と実態把握、目標設定を一緒に行い、「それぞれができること」を一緒に考えて、協働で高齢者を取り巻く食環境整備に努めてきた結果、配食サービスの多様化が実現し、高齢者にやさしい飲食店ができるなど、取組内容が量的にも質的にも充実した。 3 事業検討会を継続して開催し、随時共通理解を図りながら取り組んできたことで、地域のネットワークの基盤を整備することができた。【別添2】
問い合わせ先	多摩立川保健所 生活環境安全課 保健栄養係 電 話 042-524-5171 ファクシミリ 042-524-7813 E-Mail S0200165@section.metro.tokyo.jp

評価のための高齢者の食生活実態調査結果

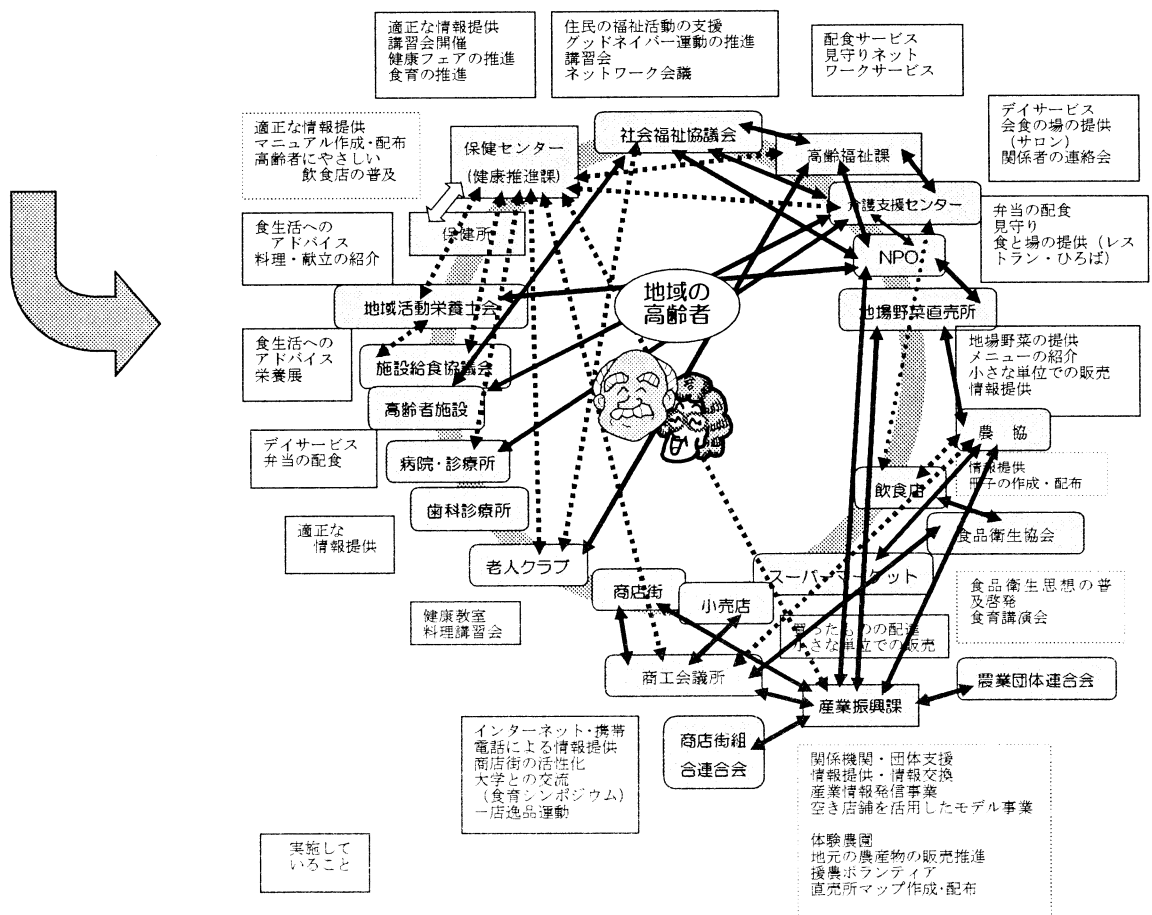
「高齢者の食生活」PRECEDE-PROCEED Modelの展開図 元気高齢者



ネットワーク図の比較



事業終了時
(平成16年度末)



高齢者を取りまく状況

- ・ 高齢社会の進展
- ・ 要介護者の増加
- ・ 在宅介護者の約3割に、低栄養がみられる
- ・ 食生活において、栄養不足や偏食の傾向に陥りやすい

そこで・・・

高齢期になっても

楽しく、バランスのよい食事を
食べられることを目的に・・・

→高齢者がいきいきと暮らせるよう

地域全体で、高齢者の食生活を支援
する体制をつくることになりました

地域住民の期待寿命の延伸・0.0L
の向上を目指しています

事業目標

「高齢者が食事を楽しめる」よう、関係機関・団体が企画立案の段階から調査・研究に協働で取り組み、地域において高齢者の食生活を支援する体制を整備する。

- 1 高齢者自身及び高齢者の食支援関係者の知識や技術の向上を支援する。
- 2 関係機関・団体と共に、高齢者を取り巻く食環境整備に努める。
- 3 高齢者の食生活を支える地域のネットワークを形成する。

事業の実施体制

(1) 所内体制

① 所内プロジェクトチーム

(2) モデル地区(立川市)内の体制

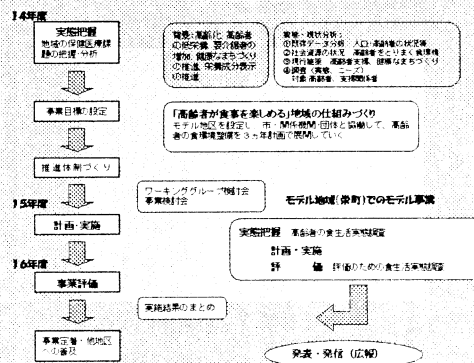
① ワーキンググループ

② 事業検討会

検討会の様子



事業概要



立川市栄町のモデル事業の内容(1) 高齢者へのアプローチ

- 料理講習会 4回
- 茶話会（講話と試食） 2回
- 自治会敬老会への参加（講話） 1回
- 在宅支援センターの介護予防教室（講話） 1回
- さかえ会館まつりへの参加 1回
- 栄町健康フェアへの参加 2回
- 「高齢者食生活ガイド」「お手軽レシピ」「高齢者の食生活に関する問い合わせ先」等の配布

グットネイバーとの料理講習会



健康フェア



さかえ会館まつり



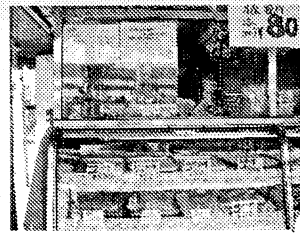
グットネイバーとの茶話会



立川市栄町のモデル事業の内容(2) 食環境へのアプローチ

- ポスター「さかえ」の作成・掲示
(自治会掲示板、歯科医院、さかえ会館) 65カ所
- 多摩立川保健所「高齢者にやさしい健康づくり協力店」の認定・普及 6件
- 「立川地場野菜のカレンダー」
「地場野菜売り場マップ」の掲示 11カ所
- グッドネイバーをすすめる会の会報 3回

高齢者にやさしい健康づくり協力店



当店で、健康に配慮したサービスをしています。
お気軽にお申し付けください。

☆量を少なめに
☆めんを柔らかく

〇〇 屋



活動の評価



(1) 高齢者と高齢者の食支援関係者の変化

高齢者自身及び高齢者の食支援関係者の知識や技術の向上を支援する。

① 高齢者の変化(結果評価)

- ◆適切な食事量を知っている人 59.6% ⇒ 64.7%
- ◆1日に必要な水分量が摂取できている人 30.7% ⇒ 36.6%

② 高齢者の食支援関係者の変化

- ◇ヘルパーのための「高齢者食支援マニュアル」の作成・配布
- ◇高齢者栄養研修会の開催 (平成16年2月、平成16年)
- ◇アンケート結果 9割が「良かった」

- ◆低栄養と脱水を防ぐ大切さがよくわかった。
- ◆今後は「咀嚼力・嚥下力に合わせた料理の基準」の表を利用して同じサービスを提供して いきたい。
- ◆食事観察ノートを事業所として利用して情報をうまく伝えていきたい。

(2) 食環境整備(プロセス評価)

関係機関・団体と共に、高齢者を取り巻く食環境整備に努める。

- ◇地域での料理講習会の開催が増えた。
- ◇高齢者向けリーフレットが提供された。
- ◇立川地場野菜カレンダーやレシピが提供された。
- ◇「高齢者にやさしい健康づくり」協力店ができた。
- ◇市が行っている配食サービスのメニューが単一のものから選択制になった。

(3) 地域のネットワークづくり(プロセス評価)

高齢者の食生活を支える地域のネットワークを形成する。

- ◇NPO法人が行っている配食サービスに地域活動栄養士会が栄養に関する一言メッセージを提供。
- ◇市健康推進課と自治会が実施している健康フェアに、社会福祉協議会、在宅介護支援センター、施設給食協議会、地域活動栄養士会、保健所が参加。

高齢者の食生活を支える地域の 仕組みづくりをすすめるには

《 成功のカギ 》

- 地域のキーパーソンとパートナーとなる。
- 住民団体と課題を共有し、ともに活動に取り組む。
- 地域のネットワークをつくる。

(継続的な取り組み)