令和２年度　厚生労働省補助事業

令和２年度栄養ケア活動支援整備事業

管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業

報告書

一般社団法人 管理栄養士地位向上協会

目次

Ⅰ　はじめに 1
Ⅱ 事業の目的 2
Ⅲ 事業の概要 3
１．実施体制 3
２．倫理的配慮 3
３．実施にあたっての経緯・取り組みの流れ 4
Ⅳ　事業の内容と結果 5
1.地域高齢者へのアセスメント 10
2.医院や歯科医院との連携 14
3.配食事業者への栄養教育 14
4.地域高齢者への栄養教育 14
5.自治体からの情報提供及び自治体との本事業終了後の展開の調整 14
モデル事業取り組み内容の展開 39
事業評価委員会 45
健康支援型配食サービス普及のためのホームページ作成 72
健康支援型配食サービス体制の検証 73
3-1 基本情報アセスメント・簡易栄養状態評価表(MNA) 73
3-2 利用者アンケート 82
3-3 配食事業者用アンケート集計結果 93
Ⅴ　今後の課題 101
「健康支援型配食サービス」実施における地方自治体連携調査 102
医院や歯科医院との連携方法研修会資料 117
配食事業者へのレクチャー方法研修会資料 118
地域高齢者への栄養教育方法研修会 126
自治体へのヒアリング方法研修会資料 141
健康支援型配食サービス　ヒアリングシート 143
名簿 149

Ⅰ　はじめに

超高齢社会のわが国では、将来、在宅療養者・居宅要介護者が増加し、これらの者に対する栄養ケアサービスの需要も増大することが予想されています。在宅療養者・居宅要介護者は、食事に関する心配事や困り事として「食事内容」や「食事の準備や料理」をあげる人が多く、現在の栄養ケアの担い手である医療機関、介護保険施設等の管理栄養士等の数では、今後の栄養ケアの需要増大に対応できないと考えられます。厚生労働省では、「ニッポン一億総活躍プラン」において、「配食を利用する高齢者等が適切な栄養管理を行えるよう、事業者向けのガイドラインを作成し、2017 年度からそれに即した配食の普及を図る」としています。また、健康寿命延伸プランでは、①健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進、②地域・保険者間の格差の解消に向け、「自然に健康になれる環境づくり」や「行動変容を促す仕掛け」など「新たな手法」も活用し、次世代を含めたすべての人の健やかな生活習慣形成等・疾病予防・重症化予防・介護予防・フレイル対策、認知症予防に取り組むことが示されています。介護予防・フレイル対策、認知症予防の取り組みとしては、以下の目標が挙げられています。

・「通いの場」の更なる拡充（2020 年度末までに介護予防に資する通いの場への参加率を 6%に）
・高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施（2024 年度までに全市区町村で展開）
・健康支援型配食サービスの推進等（2022 年度までに 25%の市区町村で展開等）

2019 年度、(一社)管理栄養士地位向上協会では、認定栄養ケア・ステーション ファンスタディとして、(公社)日本栄養士会が実施した厚生労働省の栄養ケア活動支援整備事業・管理栄養士･栄養士による健康支援型配食サービス事業の拡充事業にモデル事業として参画しました。この結果、健康支援型配食サービスの普及が必務であることを実感するとともに、普及のための課題が見つかりました。その課題を踏まえ、2020 年度、(一社)管理栄養士地位向上協会では、厚生労働省の栄養ケア活動支援整備事業として全国にいる弊社の会員管理栄養士を活用し、適切な栄養管理に基づく配食サービス普及を行う人材を確保・育成し、地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドラインを活用しながら、地域高齢者等の個々の住まいや地域の共食の場において適切な栄養管理に基づく配食サービスの普及が進むよう、仕組みづくりを実施しました。また、その利用者、配食事業者へのアンケート調査や利用者の栄養状態の実態調査を行いました。また、本事業修了後の展開（経費の確保、事業化）について検討をすべく、自治体等との調整のためのヒアリングを実施しました。その結果を報告するとともに、健康支援型配食サービスの特設サイトを開設し、事業紹介の動画等を掲載するなど事業の拡充を図るという内容で構成しました。

最後に本調査研究実施に当たり多大なるご協力をいただいた管理栄養士、ご指導いただいた委員の皆さまに深く感謝申し上げます。

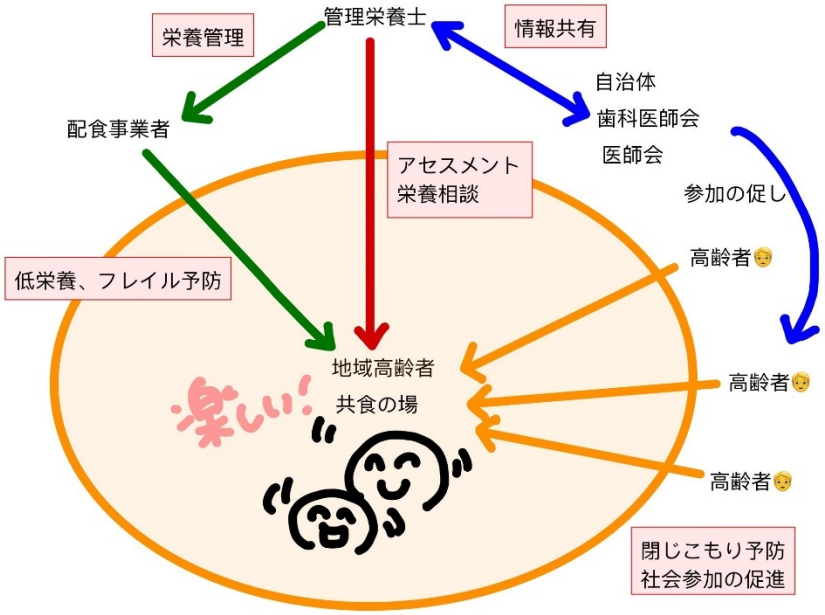
2021 年 3 月（令和 3 年）

一般社団法人 管理栄養士地位向上協会　代表理事
認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ代表 長井彩子

Ⅱ　事業の目的

全国にいる弊社の会員管理栄養士を活用し、適切な栄養管理に基づく配食サービス普及を行う人材を確保・育成し、地域高齢者等の個々の住まいや地域の共食の場において適切な栄養管理に基づく配食サービスの普及が進むよう、仕組みづくりを行う。その結果、以下の効果を得る。
・地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドラインを配食事業者に対して周知させることができる。
・地域高齢者が食べる配食弁当がより栄養管理されたものになる。
・共食の場を提供することで、地域高齢者のひきこもり防止や、フレイル予防にもなる。
・管理栄養士が関わったことの効果を数値化し、その後の事業化や他地域へ普及させる際の PR 材料にする。
・複数の地域において展開することで、地域比較が可能となるため、今後、他地域に普及するに当たって、地域の特性別に導入モデルを提案できるようにする。

また、新型コロナウイルスの影響で共食の場を設けることの難しさとも直面をした。そこで事業の実施を進めながら感染症の流行時でも地域高齢者の健康増進を図る方法を探ることも事業の目的に加えた。



III 事業の概要

１．実施体制

実施するにあたり、事業評価委員会、事業検討委員会を設け体制整備をした。その構成は以下の通りである。

・事業評価委員会（第 1 回 2020.10.27、第 2 回 2021.1.19、第 3 回 2021.3 月）
当該事業全体の評価役として必要な者で構成した。
→モデル事業として参画した管理栄養士、各モデル事業先の配食事業者、駒沢女子大学准教授、本会代表理事

・事業検討委員会（第 1 回 2020.10.19、第 2 回 2021.1.12、第 3 回 2021.3 月）
当該事業の継続を検討するための助言役として必要な者で構成した。
→長門市医師会会長、長門市歯科医師会会長、山口県栄養士会会長、長門市市民福祉部審議官、株式会社 CREIN 代表取締役、駒沢女子大学准教授、本会代表理事

２．倫理的配慮

本事業は駒沢女子大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。
本研究に関与する者は、対象者の募集の時点から、「個人情報の保護に関する法律」等の関連法規を参照し、「ヘルシンキ宣言」の精神に則り、「臨床研究に関する倫理指針」に従い個人のプライバシーの保護に関する取り扱いに十分配慮するものとする。
また、研究に関与する者は、対象者同意書、研究結果報告書、生データ等の取り扱いおよびデータの公表に際して、対象者のプライバシー保護について十分配慮するものとする。対象者の同定は、対象者番号を用いて行い、氏名など第三者が直接識別できる情報が開示されることは無い。

３．実施にあたっての経緯・取り組みの流れ

実施にあたっての経緯・スケジュールは以下の通りである。

2020 年	7 月 7 日	健発 0707 第 3 号令和 2 年度 7 月 7 日付　審査結果受理
	7 月 17 日	打ち合わせ会
	8 月 26 日	当該事業の説明会
	8 月 27 日	説明会不参加者を対象に説明会内容をオンデマンド配信
	8 月 31 日	モデル事業実施申し込み締め切り
	9 月 1 日	モデル事業スタート(1 月末まで)
	9 月 15 日	事業実施前研修会(モデル事業対象)
	10 月 10 日	配食事業者へのレクチャー方法研修会(モデル事業対象)
	10 月 18 日	地域高齢者への栄養教育方法研修会(モデル事業対象)
	10 月 19 日	第 1 回事業検討委員会
	10 月 27 日	第 1 回事業評価委員会
	11 月 14 日	自治体や医師会との連携方法研修会(モデル事業対象)
2021 年	1 月 12 日	第 2 回事業検討委員会
	1 月 19 日	第 2 回事業評価委員会
	1 月 19 日	自治体との本事業終了後の展開に向けての調整方法会議
	1 月 21 日	自治体へのヒアリング資料作成会議
	1 月 25 日	健康支援型配食サービスの仕組みづくりについての会議
	1 月 26 日	特設サイトの開設と事業紹介の動画制作についての会議
	2 月 1 日	自治体へのヒアリング方法研修会(モデル事業対象)
	2 月 4 日	各地域での自治体へのヒアリング結果のまとめ方について会議
	2 月 13 日	事業紹介の動画撮影

Ⅳ　事業の内容と結果

・委託先の管理栄養士の選定のための説明会を実施

健康支援型配食サービス事業にこれから取り組むことも検討の上、本事業に参加いただける管理栄養士を対象に事前説明会を Web により実施した。

日時：2020 年 8 月 26 日 21:00～ ※オンデマンド配信 8 月 27 日～(31 日まで) 内容：1.挨拶 2.事業概要説明 3.取り組みに関して 4.事業費に関して 5.質疑応答

当日 Web へアクセス出来ない方のために、説明会の録画をオンデマンド配信し、多くの管理栄養士への周知を図った。また、Web 説明会当日、前後の質問については Q&A としてまとめ、あわせて周知した。

Web 説明会参加管理栄養士：20 人

オンデマンド配信対象管理栄養士：105 人

Web 説明会後、手挙げされた 8 人の管理栄養士に対し、開催要項および実施の手引き(P8)により、取り組みを開始した。なお、1 人については怪我により、もう 1 人については新型コロナウイルスの影響により辞退、もう 1 人については事業計画の提出はされたものの、取り組みには至らなかった。したがって、次の 5 ヶ所の管理栄養士における取り組みとなった。(P17)

・吉田順子　IBK 茨城管理栄養士
・萩野祐子　youeat
・宇野さとみ　合資会社　ティーユープランニング
・榊原未来　eiyo-salonMIRAI
・藤原払路未　藤原米穀店 CoiCoi
・白木志乃　認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ

令和２年度栄養ケア活動支援整備事業
管理栄養士・栄養士による健康支援型配食サービス事業の拡充事業】

１．趣旨
管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業では、全国にいる弊社の会員管理栄養士を活用し、適切な栄養管理に基づく配食サービス普及を行う人材を確保・育成し、地域高齢者等の個々の住まいや地域の共食の場において適切な栄養管理に基づく配食サービスの普及が進むよう、仕組みづくりを行う。

事業の目的は、以下の３つである。
1.共食の場（オンラインも含む）を設け、介護予防を担える管理栄養士の育成
2.地域高齢者の介護予防
3.配食事業による配食弁当のクオリティUP
「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」の普及
なお、取り組みによるシステムのモデルを全国へ横展開し、地域包括ケアシステムの拡充を図る。

２．主催
一般社団法人 管理栄養士地位向上協会

３． 開催地
47 都道府県内

４．開催期日
2020 年 9 月～2021 年 1 月末

５． 対 象者
地域高齢者（要介護や要支援者といった、すでに介護認定を受けている介護報酬の対象者は、今回の事業の対象とならない）

６．参加人員
１か所　数名～　（人数に制限はありません）

７．事業内容（例）
配食事業者（管理栄養士未配置）に管理栄養士を供給、参画させ、利用者の状況把握、配食を活用した健康管理支援、配食事業の栄養管理等を行う。

８．対象経費
管理栄養士によるコーディネータ賃金、交通費、資料作成のための印刷費

９． 実施計画の提出について
実施計画書をLINEまたはメール（info@eiyousi.net）にて提出してください。

１０．個人情報について

提出いただくアセスメントシートやアンケートは、集計や解析といった目的以外にご提供いただいた個人情報を使用することはありませんので、予めご了承ください。

１１．経費について

支給額

賃金・交通費・消耗品費として、上限 40 万円とします。
※配食の弁当代、施設への謝礼等は対象外。

経費の交付

原則として事業報告書受理後、指定の口座へ（一社）管理栄養士地位向上協会からお振り込みいたします。
対象経費の支払い関しては、経費規定に準じた処理をお願いいたします。

＜賃金について＞

経費規定を参考にお支払いください。

※ 賃金の支払いにあたっては、出勤簿管理の上、月額表の税額（月末締め処理の場合） となりますので、ご確認ください。
https://www.nta.go.jp/publication/pamph/gensen/zeigakuhyo2018/data/01-07.pdf

＜旅費について＞

経費規定に準じてお支払いください。
本事業に関わる打ち合わせ等を開催した際の交通費の支払いに関しては、簡単な議事録（報告）を添えてください。
駐車場代は原則的に対象外となります。

＜消耗品費について＞

領収書について、明細を添付してください。スーパー・コンビニ等で購入の場合、レシートの提出をお願いします。

＜通信運搬費について＞

通信費として切手・宅配便を利用された場合、領収書および、送付先リストを添付してください。

＜印刷費について＞

指導媒体の作成のためのコピー代、印刷用紙代のご請求には、該当する紙面を添付の上、領収書（単価×枚数がわかるように）を提出してください。

１２．事業報告書等の提出について

提出期限

－ 2021 年1 月10 日（日）までに、下記の提出書類①～④を info@eiyousi.net 宛てに提出してください。

提出書類

①事業報告書
様式枠は、適宜調整してください。

②経費精算報告書および領収書のコピー
別途領収書の画像を添付してください。
③写真データ
配食弁当写真、開催風景を撮影いただき、10.連絡・問い合わせ先の e メールアドレス宛に提出してください。

１３．進め方

●地域高齢者
１）本研究実施の概要を知らせ、協力者を募る。了承を得られた方に、担当管理栄養士によるアセスメントを、対面もしくはオンラインで個別インタビュー調査により行う(様式1.2)。アセスメントの結果から、必要な場合は医院・歯科医院を紹介し、連携する。
２）事前アセスメント内容を踏まえた上で配食の内容を決定し、配食事業者と調整をする。
３）月１回ペースを目途に、3 か月間、共食の場を設け、管理栄養士によるオンライン又は対面を活用した栄養教育を行う。栄養教育終了後は地域高齢者に対しアンケート調査を行う。(様式3)
４）地域高齢者に対し事後アンケート調査・インタビュー調査を行う。(様式2)

●担当管理栄養士
１）本研究実施の概要を知らせ、協力者を募る。
２）担当管理栄養士は地域高齢者に対する栄養教育を月１回ペースを目途に、3 か月間、共食の場を設け、行う。栄養教育の内容は、地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドラインに基づいたものとする。

●配食事業者
１）本研究実施の概要を知らせ、協力者を募る。了承を得られた配食者に、事前アンケート調査を行う（様式4）。
２）担当管理栄養士と地域高齢者に提供する配食弁当の内容を考える。
３）終了後、事後アンケート調査を行う。（様式4）

１４．連絡・問い合わせ先

info@eiyousi.net

本事業に対する質疑応答内容（Q＆A）

Q.共食の場をオンラインで設けることは、それを使いこなせるようになるまでのツールからフォローするのか？
A.フォローも必要になる。

Q.参加人数の決まりはあるか？
A.ない、何人でも OK。

Q.開催期間は？
A.10、11、12 月で 3 回実施が理想。

Q.事業説明をするための概要はガイドラインをもとに各自で作成するのか？
A.たたき台は管理栄養士地位向上協会が作成する。

Q.地域包括支援センターも利用するのはどうか？
A.地域包括支援センターとの連携もお勧め、実施例を増やしていくのが目的。

Q.配食事業者はどうやって見つけるのか？
A.市役所に問い合わせて配食事業者のリストをもらって、配食事業者に電話して介入依頼など。事業者ごとに方法を変えることが必要になることもある。その方法も管理栄養士同士で共有しながら最適なところを探りたい。

Q.集客はどうするのか？
A.公民館の高齢者のクラブなど。オンラインの場合、長門市はスマホ教室をターゲットにしてみようと思う。

Q.弁当代の設定は決まっているか？
A.配食事業者と相談して各自が決定で OK。長門市の場合は 700～800 円。

Q.配食事業者に参加者の集客を手伝ってもらうのはいいか？
A.良い。連携が取れるのは望ましい。

1.地域高齢者へのアセスメント

①基本情報アセスメント（1 回目の栄養教育前にて実施）

様式1

基本情報

居住形態	□単身　□高齢夫婦世帯　□高齢世帯　□その他			
要介護認定	□なし　□申請中　□申請したが非該当			
(要支援)	□要支援1　□要支援2　□要介護(　　)			
日常生活動作 ADL	□自力　　□部分介助が必要　　□その他			
手段的日常生活動作 IADL	□自力　　□部分介助が必要　　□その他 参考:電話、買い物、食事の準備、家事、洗濯、移送の形式、服薬管理、金銭の取り扱い			
身体状況	主な疾患	□なし	□あり(疾患名: 年前から)	具体的に
	医師・管理栄養士などによる食事指導有無	□なし	□あり	
	食物アレルギーの有無	□なし	□あり	
	服薬の有無	□なし	□あり	
摂食・嚥下機能 (咀嚼・歯・義歯などの状態)	半年前に比べて硬いものが食べにくくなった	□いいえ	□はい	
	口の渇きが気になる	□いいえ	□はい	
	お茶や汁物でむせる	□いいえ	□はい	
調理・買い物の状況	買い物や食事の準備における支障の有無	□なし	□あり	
	食欲はありますか	□ある	□ふつう	□ない
	食事の回数と外食や総菜の購入頻度	食事回数(　　)回		
	総菜の購入や外食・配食サービスの利用頻度	総菜(週に　)回	外食(週に　)回	配食(週に　)回
社会参加の状況	週に何回外出しますか	(　　)回		
	昨年と比べて外出の機会は減っていますか	□かわらない	□減った	□増えた
			(理由　　)	(理由　　)
	地域の活動や仕事をしていますか	□している (週に　　)回		□していない
共食・ソーシャルサポート	一緒に食事を食べる人はいますか	□いる	□時々食べる	□いない
	困りごとがあるときに、家族を含めた周りのひとからサポートを受けることができますか	□はい	□いいえ	
主観的な健康観	□健康だと思う　□どちらかというと健康だとおもう　□どちらともいえない　□健康だと思わない			

②簡易栄養状態評価表(MNA)（1 回目と最終日の栄養教育前にて実施）

簡易栄養状態評価表
Mini Nutritional Assessment-Short Form
MNA®

Nestlé Nutrition Institute

氏名:

性別: 年齢: 体重: kg 身長: cm 調査日:

下の□欄に適切な数値を記入し、それらを加算してスクリーニング値を算出する。

スクリーニング

A 過去 3 ヶ月間で食欲不振、消化器系の問題、そしゃく・嚥下困難などで食事量が減少しましたか？
0 = 著しい食事量の減少
1 = 中等度の食事量の減少
2 = 食事量の減少なし □

B 過去 3 ヶ月間で体重の減少がありましたか？
0 = 3 kg 以上の減少
1 = わからない
2 = 1～3 kg の減少
3 = 体重減少なし □

C 自力で歩けますか？
0 = 寝たきりまたは車椅子を常時使用
1 = ベッドや車椅子を離れられるが、歩いて外出はできない
2 = 自由に歩いて外出できる □

D 過去 3 ヶ月間で精神的ストレスや急性疾患を経験しましたか？
0 = はい 2 = いいえ □

E 神経・精神的問題の有無
0 = 強度認知症またはうつ状態
1 = 中程度の認知症
2 = 精神的問題なし □

F1 BMI 体重(kg)÷[身長(m)]² □
0 = BMI が 19 未満
1 = BMI が 19 以上、21 未満
2 = BMI が 21 以上、23 未満
3 = BMI が 23 以上 □

BMI が測定できない方は、F1 の代わりに F2 に回答してください。
BMI が測定できる方は、F1 のみに回答し、F2 には記入しないでください。

F2 ふくらはぎの周囲長(cm) : CC
0 = 31cm未満
3 = 31cm以上 □

スクリーニング値 □□
(最大 : 14ポイント)

12-14 ポイント: □ 栄養状態良好
8-11 ポイント: □ 低栄養のおそれあり (At risk)
0-7 ポイント: □ 低栄養

Ref. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. *Overview of the MNA® - Its History and Challenges.* J Nutr Health Aging 2006;10:456-465.
Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A, Guigoz Y, Vellas B. *Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF).* J. Geront 2001;56A: M366-377.
Guigoz Y. *The Mini-Nutritional Assessment (MNA®) Review of the Literature - What does it tell us?* J Nutr Health Aging 2006; 10:466-487.
Kaiser MJ, Bauer JM, Ramsch C, et al. *Validation of the Mini Nutritional Assessment Short-Form (MNA®-SF): A practical tool for identification of nutritional status.* J Nutr Health Aging 2009; 13:782-788.

® Société des Produits Nestlé, S.A., Vevey, Switzerland, Trademark Owners
© Nestlé, 1994, Revision 2009. N67200 12/99 10M

さらに詳しい情報をお知りになりたい方は、www.mna-elderly.com にアクセスしてください。

③利用者アンケート（毎回栄養教育後に実施）

様式3

アンケート

担当管理栄養名

あてはまるものに☑を入れてください。

1. 配食サービスを試すのは、今回が初めてですか？	□はい	□いいえ
2. 配食サービスが自らの健康管理に役立っていると感じますか？	□はい	□いいえ

3. （2.はい　と回答の方）

役立っていると思う理由を下記より選択してください。（複数回答）

□ １日の食事を配食に頼っている

□ 食事の分量が理解できる

□ 栄養の重要性が理解できる

□ 栄養バランスの考え方が理解できる

□ 家での食事のとり方の参考にできる

□ その他

（　　）

4. 配食サービスを利用した感想を教えてください。

a. 食べやすかった	□はい	□いいえ	□どちらともいえない
b. やわらかさ、硬さが自分にあっていた	□はい	□いいえ	□どちらともいえない
c. 家での食事のとり方にも活かしたい	□はい	□いいえ	□どちらともいえない
d.今後も定期的に配食サービスを利用したい	□はい	□いいえ	□どちらともいえない
e. 今後も管理栄養士・栄養士に会いたい	□はい	□いいえ	□どちらともいえない

5. 本日の感想をスケールに〇で示して下さい。

とてもよかった　　ふつう　　よくなかった

6. 配食サービスへの要望をお聞かせください。

7. 管理栄養士・栄養士へのご要望をお聞かせください。

ご協力ありがとうございました。

④配食事業者アンケート（事業前後に実施）

様式4

配食業者用アンケート

	担当管理栄養士名
□①今回の事業に参加前 □②管理栄養士と連携した配食の取組後	配食事業者名

配食形態	1. □主食・主菜・副菜　2. □主食なし(おかずのみ) 3. □その他(内容　　)
食事内容	1. □栄養素等調整食　2. □物性等調整食　3. □該当せず
献立作成者	1. □管理栄養士　2. □栄養士　3. □調理師 4. □その他(　　)
献立作成について	1. □利用者の特性に合わせた献立　2. □既存の献立を使用
食種 (献立内容が違う)	1. □1 種類　2. □2 種類　3. □3 種類　4. □4 種類 5. □その他（　　種類)
給与目安量について	1. □400kcal　2. □450kcal　3. □500kcal　4. □550kcal 5. □その他（　　)
献立作成基準 あてはまるものにすべて○をつける	1. □栄養価　2. □食品構成　3. □料理構成　4. □調理法 5. □その他（　　)
献立作成基準の見直し	1. □定期的(頻度　　月ごと)　2. □不定期
栄養価のばらつきの管理	1. □定期的(頻度　　)　2. □不定期
メニューサイクル設定	1. □数字を記載　　日サイクル
栄養素等調整への対応	1. □主食量または種類で調整 2. □主食以外の量または種類で調整 3. □1，2を組み合わせた調整
物性等調整食への対応	1. □あり　2. □なし
1．ありと答えた方	1. □嚥下調整食分類 2013 に対応　2. □刻み食対応 3. □その他(具体的内容　　)
配食注文時のアセスメント	1. □把握している　2. □把握していない
1.把握していると回答した事業者 →把握している情報	別紙「基本情報」より**項目番号を記載**
配食継続時のフォローアップ	1. □している　2. □していない
1.していると回答した事業者 →把握している情報	別紙「基本情報」より**項目番号を記載**
利用者への健康支援	1. □あり　2. □なし
1．ありと回答した事業者	具体的に
栄養の視点を配食に盛込む必要性	1. □とてもそう思う　2. □まあまあ思う　3. □思わない
今回の事業に参加しての感想を、スケールに○で示して下さい。 とてもよかった　ふつう　よくなかった	
具体的感想：	

2.医院や歯科医院との連携
研修会名称：医院や歯科医院との連携方法研修会
日時：2020 年 11 月 14 日　19:00～20:00
場所：Web 会議室 zoom
出席者数：5 名
内容：健康支援型配食サービスの説明資料、具体的な連携方法

3.配食事業者への栄養教育
研修会名称：配食事業者へのレクチャー方法研修会
日時：2020 年 10 月 10 日　10:00～11:00
場所：Web 会議室 zoom
出席者数：5 名
内容：地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドラインの紹介、栄養バランスについて、配食業者との打ち合わせの流れ、具体的な実践練習、今後の展開

4.地域高齢者への栄養教育
研修会名称：地域高齢者への栄養教育方法研修会
日時：2020 年 10 月 18 日　20:00～21:00
場所：Web 会議室 zoom
出席者数：5 名
内容：当日の流れ、案内のためのチラシの共有、自己紹介の方法、第 1 回～第 3 回までの配食弁当を活用した栄養教育の方法（フレイル予防)、家に帰ってからの生かし方

5.自治体からの情報提供及び自治体との本事業終了後の展開の調整
研修会名称：自治体へのヒアリング方法研修会
日時：2021 年 2 月 1 日　19:00～20:00
場所：Web 会議室 zoom
出席者数：5 名
内容：アポイントメント方法、説明用資料について、ヒアリング内容とヒアリングシート

モデル事業実施報告

吉田順子　IBK 茨城管理栄養士　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	おぬま食堂		
2	対象団体名	すいふサロン		
3	実施日	①　2020/11/16 ②　2020/12/21		
4	実施回数	2回		
5	介入地域（市区町村名）	茨城県水戸市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・おかずは肉、魚、卵と複数のたんぱく源がとれるようにする。 ・フルーツのライチは誤嚥が心配なのでパイナップルに変更。 【2回目提案内容】 ・クリスマスらしいお弁当にしてほしい。→ミートローフ ・茨城県で減塩の取り組みが始まったので、減塩調味料などを取り入れ薄味に。 ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、肉、魚、卵といろいろな種類のおかずを取り入れた。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	地区の代表の方にお声かけ、2回に分け、フレイルをテーマにスライドを用いて栄養講座を1時間実施。70、80代の方が多いため1度に詰め込み過ぎず小分けにし、また参加型となるようにクイズを取り入れた。自身の状態がフレイルに該当しないか健康状態のチェック、BMIの把握、バランスのよい食事にするために講座の資料も配布し持ち帰ってからも振り返れるようにした。 また、弁当がフレイルを含め栄養について学びの教材になるようにした。弁当内容についても説明
	4 その他	・サロンで毎月行われているリハビリ体操の後に実施。コロナ禍を考慮し、持ち帰りも可能にした。 事前にサロンのみなさんが会場の消毒をしてくれた。当日は検温、消毒、換気、席の配置にも配慮して実施した。		
	5 指導媒体	配食弁当、スライド（配布）、レシピ		
7	連携した職種	調理士1名		職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	特になし		

9	課題	・管理栄養士の配食業者への介入、資料の作成、栄養講座などの費用を捻出するのが難しい。 ・継続のために市や栄養士会、医師会などとどのように連携していくかが課題。
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービスなど今ある計画の一部に絡めて実施できるように、市へ働きかけを行う。今回の講座が好評で、すでに次回の講座の依頼をいただいている。（緊急事態宣言発令のため保留になった） ・地域サロンへ介入することはこの事業の理想形だと感じたので、まずはすいふサロンでの継続を目指し、今後は他の地域のサロンでも実施できるようにしていきたい。

吉田順子　IBK 茨城管理栄養士　実施報告②

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	おぬま食堂		
2	対象団体名	塔ケ崎敬老会		
3	実施日	①　2020/11/29 ②　2020/12/28		
4	実施回数	2回		
5	介入地域（市区町村名）	茨城県鉾田市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・おかずは肉、魚、卵と複数のたんぱく源がとれるようにする。 ・フルーツのライチは誤嚥が心配なのでパイナップルに変更。 【2回目提案内容】 ・茨城県で減塩の取り組みが始まったので、減塩調味料などを取り入れ薄味に。 ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、肉、魚、卵といろいろな種類のおかずを取り入れた。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	地区の代表の方にお声かけし、地区の公民館で開催予定だったが、コロナの影響でZOOMに変更し、フレイルについて1時間の講座を開催。お弁当は次の日に配達してもらった。健康状態のチェックや基本情報アセスメントやアンケートの記入のため後日訪問
	4 その他	地区での会合や掃除の日などに合わせて開催する予定だったが、コロナ感染者が増えたことで一度保留になってしまった。地区の方と相談して、参加できる人だけでZOOMでの開催になった。感染対策の心配もなく、自宅から参加できることは高齢者の方からも高評価であった。		
	5 指導媒体	スライド(画面共有)、資料、お弁当(資料・お弁当は後日配布)		
7	連携した職種	調理士1名		職種名(●人)として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	ZOOMの設定のため、高齢者の方は息子さんにサポートしてもらっていた。		

9	課題	・管理栄養士の配食業者への介入、資料の作成、栄養講座などの費用を捻出するのが難しい。 ・継続のために市へアプローチはできたので、今後は栄養士会、医師会などとどのように連携していくかが課題。
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービスなど今ある計画の一部に絡めて実施するために、さらに市の介護福祉課や社会福祉協議会へアプローチをする コロナが落ち着いたら、生で講座を開催する予定。 ・地区の敬老会や地域サロンへ介入することはこの事業の理想形だと感じたので、まずは塔ケ崎敬老会での継続を目指し、今後は他の地域のサロンでも実施できるようにしていきたい。

萩野祐子　youeat　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	社会福祉法人たすけあい泉 食事サービスはな		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	社会福祉法人 であいの会 横浜市上矢部地域ケアプラザ		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	①　11/12(木) ②　11/26(木)		
4	実施回数	2回		
5	介入地域(市区町村名)	横浜市戸塚区(団体) 横浜市泉区(配食)		
6	配食サービス事業者との関わり(※□へ✔を入れてください)			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】・切り干し大根のサラダの歯ごたえを残すようにした。 【2回目提案内容】・野菜のピクルスの歯ごたえを残すようにした。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。ふくらはぎ測定に31cm紐を準備した。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2回目】・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	継続して2回とも参加できる方を条件に参加者を募集。1回目は体操教室とコラボ。2回に分け、フレイルをテーマにスライドを用いて栄養講座を1回目45分2回目1時間実施。70、80代の方が多いため、マイクを使い、ゆっくりと大きなこえて話すことを意識した。また、発言、挙手など参加型となるように工夫した。自身の状態がフレイルに該当しないか健康状態のチェック、BMIの把握、ふくらはぎの周囲計測、食品摂取状況のスコアチェック、バランスよい食事にするためにクイズ形式で講座を開催した。講座の資料も配布し持ち帰ってからも振り返れるようにした。 また、弁当がフレイルを含め栄養について学びの教材になるようにした。弁当内容についても丁寧に説明するとともに、その献立のレシピも毎回配布し家庭での食事作りに活かせるようにした。

	4 その他	1回目・9:30受付開始 、10:00～11:00体操教室 、11:00～11:15休憩 11:15～12:00講座開講 2回目・9:30受付開始、10:00～11:00講座開講 コロナ禍を考慮し、持ち帰り。入室前の手洗い、検温、消毒、換気、席の配置にも配慮して実施した。
	5 指導媒体	配食弁当、スライド（配布）、レシピ
7	連携した職種	調理士1名、看護師1名、介護福祉士1名 職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・コロナ禍で共食の場を設けることができず、教材の理解、楽しさなどを講座のみで感じていただけるようにする点。 ・先方の都合で「1ヶ月に1度全3回」の計画とならず「1ヶ月で2回」となってしまった点。
9	課題	・事業を継続的に実施するだけの予算がない。配食事業者、利用者ともに管理栄養士の人件費を負担していただくのは難しい。 ・配食業者に管理栄養士の必要性を感じていただくこと。 ・今回多くの地域包括センターに問い合わせをしたが、管理栄養士の需要がとてもあると感じた。ただ自治体とセンターとの連携がうまく行かず実施に至らなかったところもあった。より継続的に地域包括センターで行うには自治体との連携が課題と感じる。
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービス事業として事業費を補助していただけないか市町村に働きかけを行う。 ・他の地域包括センターへの更なる働きかけを行う。 （上矢部ケアプラザは引き続き講座開催予定）

萩野祐子　youeat　実施報告②

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	福祉クラブ生協 港北食事サービスW.Co　ほっと		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	社会福祉法人秀峰会 横浜市城郷小机地域ケアプラザ		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	①　11/16 ②　12/21		
4	実施回数	2回		
5	介入地域(市区町村名)	横浜市港北区		
6	配食サービス事業者との関わり(※□へ✔を入れてください)			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等)
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。ふくらはぎ測定に31cm紐を準備した。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】・利用者アンケート【3回目】・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	月1回の民生委員定例会議内にて開催。2回に分け、フレイルをテーマにスライドを用いて栄養講座を45分実施。1日目は会場の定員の関係で同じ内容を2チームに分けて開催。2日目は広い会場で1度に開催。発言、挙手など参加型となるように工夫した。自身の状態がフレイルに該当しないか健康状態のチェック、BMIの把握、ふくらはぎの周囲計測、食品摂取状況のスコアチェック、バランスよい食事にするためにクイズ形式で講座を開催した。民生委員として地域の高齢者支援にも活かしていただけるよう意識して伝えた。講座の資料も配布し持ち帰ってからも振り返れるようにした。 また、弁当がフレイルを含め栄養について学びの教材になるようにした。弁当内容についても丁寧に説明するとともに、献立のレシピも毎回配布し家庭での食事作りに活かせるようにした。配食業者担当者も同席し配食について伝えていただいた。

	4 その他	1回目・13:30受付開始 、14:00～14:45①講座開催 、15:00～15:45②講座開催 2回目・13:30受付開始 、14:00～14:45講座開催 コロナ禍を考慮し、弁当持ち帰り。検温、消毒、換気、席の配置にも配慮して実施した。	
	5 指導媒体	配食弁当、スライド（配布）、レシピ	
7	連携した職種	社会福祉士1名、保健師1名	職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・コロナ禍で共食の場を設けることができず、教材の理解、楽しさなどを講座のみで感じていただけるようにする点。 ・先方の都合で「1ヶ月に1度全3回」の計画とならず「全2回」となってしまった点。 ・配食業者の選定。・既存の献立に対するアドバイス。	
9	課題	・事業を継続的に実施するだけの予算がない。配食事業者、利用者ともに管理栄養士の人件費を負担していただくのは難しい。 ・今回多くの地域包括センターに問い合わせをしたが、管理栄養士の需要がとてもあると感じた。ただ自治体とセンターとの連携がうまく行かず実施に至らなかったところもあった。より継続的に地域包括センターで行うには自治体との連携が課題と感じる。	
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービス事業として事業費を補助していただけないか市町村に働きかけを行う。 ・地域包括センターへの更なる働きかけを行う。	

宇野さとみ　合資会社　ティーユープランニング　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	割烹宇乃		
2	対象団体名	スタジオきらら		
3	実施日	①　2020/11/13 ②　2020/11/27 ③　2020/12/18		3日間で参加者異なる
4	実施回数	3回		
5	介入地域（市区町村名）	岐阜市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例：焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・ご飯の量がやや多めだったので200g→180g 【2回目提案内容】 ・野菜補うために白ごはん→大根ごはん ・たんぱく質の不足を補うために魚フライプラス。 【3回目提案内容】 ・食物繊維補うために雑穀ごはん ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、たんぱく質がしっかり摂れる献立とした。 ・田楽味噌の分量が多かったのでかける量を減らすよう依頼。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	□	
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	フレイルをテーマにスライドを用いて栄養講座を実施。 フィットネスクラブに通っている方々は健康にとても関心あり、参加者が、比較的若い(50~70歳代)ため今後必ず身に降りかかることを感じてもらいながら今自分でできる対策を伝えた。 テーマに合って、具体的にできる取り組みとして簡単レシピを添えて持ち帰ってもらった。 実食することで目で見て味わって日頃の食事内容を見直してもらうきっかけとなった 。
	4 その他	・12:00集合・準備、12：30受付開始 、13:00ランチ交流会、13：30講義開始とした。 コロナ禍を考慮し、検温、消毒、換気、会場を広く活用し、席の配置にも配慮して実施した。 食事以外はマスク着用を徹底。		
	5 指導媒体	配食弁当、スライド(配布)、レシピ		

7	連携した職種	調理師1名	職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・フィットネスクラブの会員の方に参加していただこうと思いつくまでにはかなり集客に苦労した。 ・コロナ禍のため、会場の配慮、会食の有無など日ごとに状況が変わっていったので一つ考えることが増えた。 ・3回継続して参加していただくための日程調整（ある程度の人数が必要且つ全ての都合を合わせる必要がある）。	
9	課題	・参加者から依頼を受けても費用はどこが負担するのか、お弁当代にプラスすることは難しい。 ・飲食を禁止している公共の施設が多い（公民館など）。民間の施設となると賃貸料が高くつく。 ・集客方法として広報、広告チラシなどもあるが、広告費も捻出しないといけない。	
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービス事業として事業費を補助していただけないか市町村に働きかけを行う。 （栄養講座を行っている岐阜県栄養士会と取り組むことができると理想的） 栄養講座の代金が県、市からの支給がある。	

宇野さとみ　合資会社　ティーユープランニング　実施報告②

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	割烹宇乃		
2	対象団体名	MOA		
3	実施日	①　2020/11/30 ②　2020/12/8 ③ 2020/12/22		
4	実施回数	3回		
5	介入地域（市区町村名）	岐阜市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・ご飯の量がやや多めだったので200g→180g 【2回目提案内容】 ・食物繊維補うために雑穀ごはん ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、たんぱく質がしっかり摂れる献立とした。 ・田楽味噌の分量が多かったのでかける量を減らすよう依頼。 【3回目提案内容】 ・おかずは白御飯と味わって食べたいとの参加者からの希望により、白ごはんに変更
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・利用者アンケート 【3回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	70、80歳代を対象に3回に分けてスライド、お弁当を使ってのフレイルについて、その 予防までの講義をした。 都度、疑問点や意見などを聞きながら会を進めた。 また、今後も習得したことを生かせるように実食したお弁当のおかずの作り方を 伝えたり、応用が出来るように写真付きのレシピを毎回配布した。
	4 その他	・10:30集合・準備、11:00受付開始　、11:15講義開始、12:15ランチ交流会とした。 コロナ禍を考慮し、検温、消毒、換気、会場を広く活用し、席の配置にも配慮して実施した。 食事以外はマスク着用を徹底。		
	5 指導媒体	配食弁当、スライド(配布)、レシピ		

7	連携した職種	調理師1名	職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・日頃から食に対して勉強をされているサークルへの集客、高齢者が大勢メンバーにいらっしゃる、定期的に勉強会を開催しているのでその一環としてやらせていただいた。 ・この団体へのアプローチは容易だったが、自分を知ってもらってない、地元で活動してないとなかなか集客まで結びつかない	
9	課題	・参加者から依頼を受けても人件費などの費用はどこが負担するのか、お弁当代にプラスすることは難しい。 ・共食の場を設けて栄養の勉強ができるのが理想だが、高齢者（とくに独居）が3食食べることができているかも重要。 （栄養士会訪問時での話題） ・多くの配食事業者が参加できるといい、その開拓もする必要がある ・配食事業者と提携するにあたって、管理栄養士の重要性をもっと感じてもらわなければならない。 ・この企画の良さを知ってもらうには回数重ねる必要がある。	
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービス事業として事業費を補助していただけないか行政に働きかけを行う。 （栄養講座を行っている岐阜県栄養士会と取り組むことができると理想的） 今現在、栄養士会が委託されている栄養講座の人件費は県、市からの支給がある。	

榊原未来　eiyo-salonMIRAI　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	岩佐商店		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	一般集客		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	①11月19日 ②12月17日		
4	実施回数	2回		
5	介入地域（市区町村名）	愛知県豊川市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	(1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・春雨サラダをわかめとちくわの酢の物に変更 ・野菜量を確保のため、煮物のこんにゃくを小さくし、大根にんじん量を増加 ・たんぱく質は予定よりはるかに多く摂れていたので、1/2程度に減らすよう提言 【2回目提案内容】 ・小鉢をたくさん詰めたメニューがお店の売りなので採用 ・肉と魚両方を提供するが、メニューが季節と合っていないため差し替え(豚しゃぶ→塩こうじ焼き) ・脂質量を抑えてたんぱく質確保のためにさば＋10g ・大きめに野菜をカットすることで噛み応えを出す
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・利用者アンケート 【3回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	同じ対象者への継続した参加を促すことはできませんでした。両日とも65歳以下の参加者が多かったので、メタボ対策からフレイル対策への移行や、対応方法の違いをお伝え。
	4 その他	15:30会場準備　15:50検温・体調確認・受付　16:00講座開始 コロナ禍を考慮し、希望される方にはお弁当の持ち帰りを提案		
	5 指導媒体	eメールもしくは郵送にて提出してください		

7	連携した職種	調理師1名	職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	高齢者サロンや地域包括支援センターへの案内配布が思うように進まず、まとまった集客を得ることがとても大変でした。SNSや店頭での口コミ、ラジオ放送など、一般公募をしての集客となりました。	
9	課題	65歳以上へのアプローチ方法	
10	今後の予定	65歳以上の方への継続支援をしていくためには、高齢者サロンなどの集まりをうまく活用していく必要があると感じた。お弁当付き栄養勉強会に興味を示してくれる方がいることが分かったため、今後も継続して開催できるようにしていきたい。高齢者サロンなどから、お店に来てもらうなど、継続してサポートすることも視野に入れていきたい。	

榊原未来　eiyo-salonMIRAI　実施報告②

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	ケイフードサービス		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	認定栄養CS ぴんぴんキラリ☆会員		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	①11月24日(火) ②12月14日(月) ③1月22日(金)		
4	実施回数	3回		
5	介入地域(市区町村名)	愛知県豊川市		
6	配食サービス事業者との関わり(※□へ✔を入れてください)			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	(1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 たんぱく質強化のため、鯖26g→たら50gに変更 脂質の不足分はマヨネーズで補う 【2回目提案内容】 レンコンが大きすぎるので一口大にカット 鶏の照り焼きは時間が経つと固くなってしまうので、塩こうじ焼きに変更 サラダにミックスビーンズ追加でたんぱく質強化
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・利用者アンケート 【3回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	同じ対象者へ3回の継続支援ができました。お弁当を見ながら、これより食べている。これが少ない等、普段の食事内容と比較している姿が見受けられました。
	4 その他	①②回目　10:00会場準備　10:50検温・体調確認・受付　11:00講座開始 ③回目　10:00お弁当受け渡し　11:00ZOOMにて講座開催		
	5 指導媒体	eメールもしくは郵送にて提出してください		

7	連携した職種		職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	③回目実施が、緊急事態宣言下であったこともあり、会場の使用許可が下りませんでした。そのため、お弁当を参加者の元へ届ける手はずを組むのが大変でした。	
9	課題	配食事業者から参加者へ会場型の時は一か所への配布のためお弁当配達が可能でしたが、オンライン開催だと自宅へお届けになるため、配送範囲外になることが分かり、今後オンライン開催を視野に入れたときにどのように対応していくかが課題となると考える。	
10	今後の予定	豊川市内の地域包括支援センターでオンラインを活用したサロン運営の試みをしていると情報がありましたので、そちらに参加し、配食支援サービスを導入できるかを相談していきたいと考えています。	

白木志乃　認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	肉バルnikot		
2	対象団体名	長門市中央公民館 友愛会メンバー		
3	実施日	①　2020/10/30 ②　2020/11/26 ③　2020/12/18		
4	実施回数	3回		
5	介入地域（市区町村名）	長門市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4) かみごたえのある食品が入っていること(例:焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等) 【1回目提案内容】 ・副菜2品にトマト味の重複があったため、1品副菜を醤油味のものに変更。 ・たんぱく質の不足を補うために主菜の魚60→70gへ増量。 ・たんぱく質の不足を補うためチーズ入り卵焼きを追加。 【2回目提案内容】 ・副菜2品にマヨネーズ味の重複があったため、1品を酢の味付けに変更。 ・たんぱく質の不足を補うためにハンバーグをチーズインハンバーグに変更。 【3回目提案内容】 ・食材の調理法、栄養管理を改めて色々と考えさせられてとてもいい勉強になった。 ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、たんぱく質がしっかり摂れる献立とした。 ・試食で塩味が強かった料理は塩を控えてもらうよう依頼。 ・よく噛める食材を使う、また、大きめにカットしたり硬めにボイルしてよく噛めるようにした。
		(2)栄養素等調整食への提言	☐	
		(3)物性等調整食への提言	☐	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	☑	【1回目】アセスメントシート等共通様式を使用 ・基本情報アセスメント ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート 体重計・身長計を準備し、不明な方は測定してもらい実施。
		(2)配食継続時のフォローアップ	☑	【2.回目】 ・利用者アンケート 【3回目】 ・簡易栄養状態評価表(MNA) ・利用者アンケート
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		☑	継続して3回とも参加できる方を条件に参加者を募集。3回に分け、フレイルをテーマにスライドを用いて栄養講座を1時間実施。70、80代の方が多いため1度に詰め込み過ぎず小分けにし、また参加型となるように工夫した。自身の状態がフレイルに該当しないか健康状態のチェック、BMIの把握、食品摂取状況のスコアチェック、バランスよい食事にするためにクイズ形式で講座を開催した。講座の資料も配布し持ち帰ってからも振り返れるようにした。 また、弁当がフレイルを含め栄養について学びの教材になるようにした。弁当内容についても丁寧に説明するとともに、その献立のレシピも毎回3品分配布し家庭での食事作りに活かせるようにした。
	4 その他	・10:30受付開始 、11:00講座開始 、12:10ランチ交流会とした。コロナ禍を考慮し、持ち帰りも可能にした。検温、消毒、換気、席の配置にも配慮して実施した。		
	5 指導媒体	配食弁当、スライド(配布)、レシピ		

7	連携した職種	調理士1名	職種名(●人)として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・今年で地域事業に介入して3年目となる。その為、今回の集客は以前から健康意識が高く講座に参加していただいている、長門市中央公民館友愛会メンバーに直接声掛けを行いスムーズに参加者を募ることができた。しかし、このような団体が多くあるわけではなく、集客がいつも課題となる。	
9	課題	・事業を継続的に実施するだけの予算がない。配食事業者、利用者ともに管理栄養士の人件費も負担していただくのは難しい。 ・参加者の募集やチラシ作り、会場決めや会場設営、参加者の把握に時間と労力を要する。配食事業者への提案や栄養講話の資料作り等専門性の作業に時間を使いたい。 ・お弁当10個以上でなければ配食サービス事業者の利幅がない。個別配送も輸送コストの面から難しいため、10人以上の共食の場を継続的に設けたい。	
10	今後の予定	・介護予防・生活支援サービス事業として事業費を補助していただけないか市町村に働きかけを行う。 ・中高年や高齢者が集う既存の組織に介入する。例えば、サロンや農協・漁協婦人部の活動、仏婦の会、サークルなどに介入することで集客や会場探しの作業が不要となる。まずは社協を通じてこの活動を各サロンに周知していただき、介入の要望をいただき10人以上参加者が見込まれるサロンから介入していきたい。	

藤原払路未　藤原米穀店 CoiCoi　実施報告①

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	Coopどうもん店 藤原米穀店CoiCoi		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	なごみの会		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	なし		新型コロナウイルスの収束をまっての開催を調整していたが、感染拡大に伴い中止
4	実施回数	0回		
5	介入地域（市区町村名）	山口県山口市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	□	
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	□	
		(2)配食継続時のフォローアップ	□	
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		□	
	4 その他			
	5 指導媒体			
7	連携した職種			職種名（●人）として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・事業の実施期間について、新型コロナウイルスの影響が大きく大幅に予定を変更する場合に実施できなくなる可能性が高かった。事業者との打ち合わせが進んでいても、対象団体の会が中止となるなど、双方の日程調整が難しい。		

9	課題	・事業者については、弁当事業を通して売り上げにつなげたいという思いがある。また、対象団体には、日頃行なっていないアンケート記入などがあるため、何の為に行なうか、情報の管理等について丁寧に分かりやすく説明し協力を請う必要がある。 ・管理栄養士の希望ばかりが通るわけではなく、事業者と対象団体のことを1番に配慮しながら事業を進める必要がある。理想に実態を当てはめようとするのではなく、実態を受け止めて何ができるか、事業の形を考えていく必要がある。 ・管理栄養士と事業本部の連携が密に出来るようになると良い。
10	今後の予定	・今回は中止となったが、今後同じように協力できることがあれば声がけをしてください、とのお言葉を事業者、対象団体からいただいている。今回出来たつながりを、次年度の事業へ続けていきたい。

藤原払路未　藤原米穀店 CoiCoi　実施報告②

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	café＆pub Kirikou（キリク）		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	65歳以上4名でオンラインで開催		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	なし		新型コロナウイルスの収束をまっての開催を調整していたが、感染拡大に伴い中止
4	実施回数	0回		
5	介入地域（市区町村名）	山口県山口市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4)お店の持ち味を生かしたメニュー内容であること 【1回目試作提案内容】 ・主食、主菜、副菜の種類が多かったため、3回の開催に合わせメニューを3つの弁当に分けることを提案した。また、主菜に該当するメニューが多く、量を減らすとともに副菜の量を増やすようお願いした。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	□	
		(2)配食継続時のフォローアップ	□	
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		□	
	4 その他			
	5 指導媒体			
7	連携した職種			職種名(●人)として、人数もあわせて記載してください
8	苦労した点	・一般飲食店の場合、新型コロナウイルス感染拡大に伴う自粛により売り上げに不安を感じており、本業の立て直しが優先であるため、余裕を持って本事業に参加することが難しいという声があった。		

9	課題	・事業者については、弁当事業を通して売り上げにつなげたいという思いがある。また、対象団体には、日頃行なっていないアンケート記入などがあるため、何の為に行なうか、情報の管理等について丁寧に分かりやすく説明し協力を請う必要がある。 ・オンライン開催までに参加者へオンライン会議のやり方等についての周知が必要となる。周知の仕方について対面で説明が難しい場合、どのように説明するか、全員が理解し参加できるか、など課題が残った。 ・管理栄養士の希望ばかりが通るわけではなく、事業者と対象団体のことを1番に配慮しながら事業を進める必要がある。理想に実態を当てはめようとするのではなく、実態を受け止めて何ができるか、事業の形を考えていく必要がある。 ・管理栄養士と事業本部の連携が密に出来るようになると良い。
10	今後の予定	・今回は中止となったが、今後同じように協力できることがあれば声がけをしてください、とのお言葉を事業者からいただいている。今回出来たつながりを、次年度の事業へ続けていきたい。

藤原払路未　藤原米穀店 CoiCoi　実施報告③

No.	項目	記入欄		備考
1	配食サービス事業者名	NPO法人 ほほえみの郷トイトイ		複数ある場合には、事業者毎にシートをコピーしてください
2	対象団体名	既存の配食利用者		複数ある場合には、シートをコピーしてください
3	実施日	なし		新型コロナウイルスの収束をまっての開催を調整していたが、感染拡大に伴い中止
4	実施回数	0回		
5	介入地域（市区町村名）	山口県山口市		
6	配食サービス事業者との関わり（※□へ✔を入れてください）			↓具体的な介入内容を記載してください
	1 商品管理	(1)献立作成への提言	☑	・弁当作成条件 (1) 主食(ごはん)・主菜1品以上、副菜2品以上がそろった食事であること。 (2) 野菜を100g以上使用していること。 (3) 主菜には、(魚60g以上)または(肉50g以上)を使用していること。 (4)既存のメニューを生かした内容で作業に負担がかからないこと 【1回目試作提案内容】 ・初回の事業者との打ち合わせで、毎日の大まかな献立内容を聞き、上記の条件に当てはまる日の献立をメールにて送っていただけるようにお願いした。 →何度か献立をメールしてもらえるか確認の連絡をとったが、事業者との都合がつかず献立を確認するまでに至らなかった。
		(2)栄養素等調整食への提言	□	
		(3)物性等調整食への提言	□	
	2 利用者の状況把握等	(1)配食注文時のアセスメント	□	
		(2)配食継続時のフォローアップ	□	
	3 利用者に対する配食を活用した健康管理支援等		□	
	4 その他			
	5 指導媒体			
7	連携した職種			職種名(●人)として、人数もあわせて記載してください

8	苦労した点	・僻地で配食を行なっている団体の場合、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、事業者は利用者である高齢者への感染の危険性や医療機関が近くにない地域のリスクなどを気にしておられた。また、対象者も感染へのリスクがあるため、なかなか事業への参加の協力を得ることが難しかった。
9	課題	・事業者は献立の打ち合わせなどの時間的余裕がなく、また距離もあるため、より丁寧な確認の連絡が必要と感じた。また、対象者には、日頃行なっていないアンケート記入などがあるため、何の為に行なうか、情報の管理等について丁寧に分かりやすく説明し協力を請う必要がある。 ・管理栄養士の希望ばかりが通るわけではなく、事業者と対象団体のことを1番に配慮しながら事業を進める必要がある。理想に実態を当てはめようとするのではなく、実態を受け止めて何ができるか、事業の形を考えていく必要がある。 ・管理栄養士と事業本部の連携が密に出来るようになると良い。
10	今後の予定	・今回は中止となったが、トイトイさんに関しては今後同じような事業で協力できることがあればまた是非声がけをしてください、とかなり前向きなお言葉をいただいている。僻地であり、医療体制が手薄な地域での本事業の実施の必要性を事業者本人が強く感じておられた。想いや方向性の共有は出来ているが、人手不足が課題となっている。課題を事業者と管理栄養士と事業本部が共にクリアし、今回出来たつながりをうまく次年度の事業へ続けていきたい。

モデル事業取り組み内容の展開

各地域での取り組みを下記の流れでパワーポイント 10 枚に整理することとした。作成にあたっては、本事業修了後の展開（経費の確保、事業化）について検討をすることを念頭に、各ポイントとなる箇所や各地域の独自性の部分を強調して作成することとした。特に自治体等との調整においては、新規事業として健康支援型配食サービスを立ち上げることはハードルが高いため、自治体の現在のフレイル予防につながる取り組みを洗い出し、それにコラボする形で具体的に検討をし、問題点を洗い出し、最終的に来年度の展開を選択できるような流れとした。

	スライドの内容
1	所在地 名称 普段の事業
2	事業実施内容
3	事業のアプローチ先といただいた声
4	ヒアリングの開催日やメンバー
5	自治体の現在のフレイル予防につながる取り組みと管理栄養士が介入した時のメリットや問題点
6	
7	
8	
9	
10	自治体への提案と検討結果のまとめ それに基づく今後の企画

検討委員会

本研究事業の実施にあたり、検討委員会を設置した。委員の構成については、配食サービス事業に精通する有識者、医療従事者、配食事業者、自治体関係者、認定栄養ケア・ステーションから構成した。

検討委員会の体制（全委員 7 名　敬称略・五十音順）

氏名	所属・職位
大下将史	株式会社 CREIN　代表取締役
工藤美香	駒沢女子大学人間健康学部健康栄養学科　准教授
田中克典	長門市歯科医師会　会長
○長井彩子	認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ代表
中谷昌子	公益社団法人　山口県栄養士会　会長
半田哲朗	長門市医師会　会長
堀隆人	長門市市民福祉部　審議官

※○は委員長

本研究事業を遂行するにあたり、検討委員会を計 3 回実施した。
検討委員会の開催状況は以下のとおりである。

検討委員会開催時期及び議題

回	日時	議題
第 1 回	2020 年 10 月 19 日（火） 20：00～21：00	本事業の趣旨、実施方法、スケジュールの確認、健康支援型配食サービス事業の問題点と展望、配食弁当の試食
第 2 回	2021 年 1 月 12 日（火） 20：00～21：00	健康支援型配食サービス事業の問題点と検討案 研究事業の経過及び結果報告
第 3 回	2021 年 3 月	報告書（案）の検討 ※第 3 回検討委員会は、メール等により資料の共有、内容の検討等を行った。

第 1 回事業検討会

日時　2020 年 10 月 19 日（火）20：00～21：00
場所　Web 会議室（委員の勤務先又は自宅等）

健康支援型配食サービス事業における問題点と展望（期待する点）

メンバー	問題点	展望（期待する点）
山口県栄養士会会長 中谷昌子	・地域での繋がりが見えてこない。 ・対象者を抽出する人をある程度固定した方が良いのではないか。	
長門市医師会会長 半田哲朗	・この活動を医師会に知ってもらうのが先ではないか。 ・医師会から、この活動に参加する患者の紹介は難しい。 ・この事業において栄養アセスメントを実施して、医師の診療が必要な場合は居宅への訪問は難しい。（居宅へ訪問診療できる医師を探さないといけない。） ・栄養管理は医師会が乗り気にならないのではないか？	・説明資料を作成し医師会の事務局に提出すれば配布可能である。
長門市市民福祉部 審議官 堀隆人	・国の事業ではないので、自治体が実施していくことが難しい。 ・事業の具体性がないと予算がつけられない。→そのため、市民応援補助金を勧められたと思う。 ・市として実施している既存の配食サービスとの調整が課題である。 ・ウォーキング教室や食改は健康増進課が担当している。食生活改善事業は予算立てして実施しているので、途中介入は難しい。 ・健康診断の個々人データとのリンクは難しい。 ・1 回のみのイベント的に開催するのか？同じ人に継続的に支援するのか？ →イベント的に行うのは良いが、継続的にするのは難しい。サロンの方が継続性がある。	・健康増進課として単発的だが健康増進事業(イベント)を認定栄養ケアステーション　ファンスタディと一緒に活動してきた実績あり。今後もフレイル予防を一緒に取り組みたい。事業継続についても一緒に考えていく。 ・健康増進課の管理栄養士との連携を検討する。 ・サロン、社会福祉協議会に繋げる。 ・市の広報での周知は検討の余地あり。情報を発信することはできると思う。
株式会社 CREIN 代表取締役 大下将史	・参加者の移動手段が問題である。デマンド交通(地域内交通)を活用してサロン実施案あり。そこに介入する視野も必要。（美祢市） ・事業の確立？調査事業？検証事業？どれに	・市の取り組みを把握したうえで提案していく。 ・市と連携して企画書を作成する。 ・どことどうつながって、誰が何をす

	当てはまるかによってアプローチがかわってくる。→去年が調査事業、今年が検証事業？ ・利用者の掘り起こしは民生委員？サロンの運営者？医者？→だれがとういうことをしていて、誰に依頼するのがいいか洗い出しを行うとよい。 ・弁当の単価が低いからビジネス的に持っていくのは難しい。 →病院側の患者確保、地域貢献として病院負担はどうか？ ・基礎としてフレイルを周知することが大事。→対象者ばかりに目を向けるのでなく、それを見つけてくれる民生委員などにもまずはフレイルを知ってもらう。	るのか果たすべき役割を明確化。連携事業案をつくる。 ・継続的な活動をするために、ビジネス目線が必要。
駒沢女子大学准教授 工藤美香	・地域の仕組みづくりが課題である。 →今ある既存の介護予防事業等を利用していったらどうか。	・長門市（HP に掲載）の事業から対象者のピックアップをする。 ・健康アプリを対象者の抽出として利用できないか。（健康講座でフレイルのチェックシートでアセスメントする。） ・地域のボランティアをサポーターとして巻き込む。（民生委員、食生活改善推進員の協力が得られないか。） ・対象者（単発か継続か）は市町村の継続できる仕組み作りに合わせたらいいのではないか。 ・事業を確立するための検証事業とし、長門市の実施が全国のモデル、見本となればよいのではないか。

第 2 回事業検討会

日時　2021 年 1 月 12 日（火）20：00～21：00
場所　Web 会議室（委員の勤務先又は自宅等）

健康支援型配食サービス事業における問題点と展望（期待する点）

メンバー	問題点	検討案
長門市歯科医師会会長 田中克典	・マンパワーが絶対的に足りない。 ・健康支援型配食サービスの利用をすすめる窓口だけでなく、事例ごとのシステム作りをする。	・サロンで実施するといいのではないか？ ・ケアマネが口腔の問題を見つけた時には中村歯科の中村先生が窓口と決まっている。それと同様に栄養に関しては認定栄養ケア・ステーションファンスタディという形をつくる。 ・医療費削減が大きな目的。（地域包括支援の目的） ・DVD や食事記録、カウンセリングで在宅でもフォローアップできるようにする。
長門市市民福祉部審議官 堀隆人	・利用者のピックアップ：長門市の総合事業、地域ケア会議に上がった人のルートの確立は難しい。（個人情報の観点から市からの働きかけは難しい。） ・団体の紹介はいくらでもできるが個々人への働きかけは難しい。集客については広告・宣伝が主になる。 ・既存の配食事業との調整。（配食弁当には非課税世帯には 350 円/食の補助あり。）	・共食してその場だけで終わりにしない。在宅への食事作り、教育の場に繋げる。（社会参加してもらうことが効果。）
株式会社 CREIN 代表取締役　大下将史	・課題が具体的でないので、課題を明確化する。メリット、デメリットをまとめる。 ・取り組みはとてもいい、でも効果はどうか？効果を見える化する。無理なことを仮説構築していく。	・医療サービスとして顧客獲得に繋げる。 ・未病、健康が大切。引きこもり防止の効果。そのツールの 1 つが配食サービス。主観的な健康度に目を向ける。
駒沢女子大学 准教授　工藤美香	・この短期間での効果の検証は難しい。 →健康支援型配食サービスを実施することによっての問題点をあげるだけでもいい。問題点の検証をする。ダメだっ	・医師には無償にならないように栄養指導として診療報酬の収入にする。（歯科にはない） ・配食事業者は共食の場に配達。個別は

	たら他の方法もあるという検証や提案をしていく。 ・栄養はすぐに効果が出にくいのでエビデンスが少ない。（メタボ健診も同様。）	難しい。いろんな配食事業者があれば参加者の楽しみも増える、楽しみの要素も大事。コロナで売り上げが減少している中、配食が事業者にもメリットがあるのではないか。 ・コロナで共食は難しい、持ち帰りの時のサポート体制の検討をする。オンラインも視野に入れる（地域性もある） ・参加者が自発的に動けるような支援。 ・健康支援型配食サービスを地域総合事業の 1 つとして予算立てできるようにするとよいのではないか。

事業評価委員会

本研究事業の実施にあたり、事業評価委員会を設置した。委員の構成については、配食サービス事業に精通する有識者、配食事業者、認定栄養ケア・ステーションから構成した。

事業評価委員会の体制（全委員 8 名　敬称略・五十音順）

氏名	所属・職位
宇野さとみ	合資会社　ティーユープランニング
萩野祐子	youeat
○工藤美香	駒沢女子大学准教授
榊原未来	eiyo-salonMIRAI
白木志乃	認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ
長井彩子	認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ
藤原払路未	藤原米穀店 CoiCoi
吉田順子	IBK 茨城管理栄養士

※○は委員長

配食サービス実施事業所（全 11 事業所　敬称略・順不同）

事業所名	地域
社会福祉法人たすけあい泉　食事サービスはな 福祉クラブ生協　港北食事サービス W.Co　ほっと	神奈川県横浜市
おぬま食堂	茨城県鉾田市
割烹宇乃	岐阜県岐阜市
ケイフードサービス 岩佐商店	愛知県豊川市
藤原米穀店 CoiCoi コープ　どうもん店 café＆pub Kirikou（キリク） NPO 法人ほほえみの郷トイトイ	山口県山口市
Nikot	山口県長門市

本研究事業を遂行するにあたり、事業評価委員会を計 3 回実施した。事業評価委員会の開催状況は以下のとおりである。

事業評価委員会開催時期及び議題

回	日時	議題
第 1 回	2020 年 10 月 27 日（火） 20：00～21：00	本事業の趣旨、実施方法、スケジュールの確認、健康支援型配食サービス事業に参画するメリットとデメリット
第 2 回	2021 年 1 月 19 日（火） 20：00～21：00	健康支援型配食サービス事業実施の経過及び結果報告
第 3 回	2021 年 3 月	報告書（案）の検討 ※第 3 回事業評価委員会は、メール等により資料の共有、内容の検討等を行った。

第 1 回事業評価委員会

日時　2020 年 10 月 27 日（火）20：00～21：00

場所　Web 会議室 zoom（委員の勤務先又は自宅等）

健康支援型配食サービス事業に参画することのメリット、デメリットについて。

メンバー	メリット	デメリット
認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ 長井彩子 白木志乃	・収益になることを地域性の違いから見つけ提案したい。 ・地域でどのようにできるかが課題である。	・お弁当は利幅がない。飲料が出ないと収入にならない。お酒が出ないと収益が出ない体制は健康とは真逆な発想。この解決につながらないか？
Nikot 伊藤 山口県長門市		・管理栄養士と協働のお弁当は野菜もしっかり入れたバランスの良い弁当を作って好評。普段は肉バル店として営業している為、お店のメニューは野菜料理が少なくお弁当内容とのギャップがある。
駒沢女子大学准教授 工藤美香	・管理栄養士と連携しているという質の担保。 ・他の事業者との差別化。 ・新規顧客の獲得。 ・この事業を通じて地域が盛り上がっていくとよいのではないか。 ・地域で管理栄養士監修の配食弁当を提供できる拠点がある →冷凍ではない配食弁当が増える。 ・自宅での食事作りにも繋げたい。	
Youeat 萩野祐子	・評価委員に参加して他の配食業者との横のつながりができ、他の状況を知ることができる。 ・コロナで試食会などが中止の中、PR の場として活用できる。 ・ガイドラインの情報を知ることができてよかった（今の最新の情報）。 ・配食を利用する人を抽出できる。	
社会福祉法人たすけあい泉　食事サービス はな	・栄養価の確認ができる。 ・配食を知ってもらう機会になる。 ・新たな情報を得ることができる。	

神奈川県横浜市	・試食後の感想が聞ける。 ・新たな販売ルートに繋がる。	
福祉クラブ生協　港北 食事サービス W.Co ほっと 神奈川県横浜市	・配食の認知度が上がる。 ・自社のアピールになる。 ・新たな販売ルートに繋がる。 ・グループ内の会議で発表ができる。 ・新たな情報を得ることができる。 ・試食後の感想が聞ける。	
IBK 茨城管理栄養士 吉田順子	・食堂を営業しているがコロナでお客さんが減っている →新しい販売経路になる。 ・管理栄養士がプロデュースすることで、人に選んでもらいやすくなる。 ・サロンなど市として共食の場がある。おぬま食堂はそれに介入している。（刻み食など、社会福祉協議会の食形態など要望にも対応している。）	
おぬま食堂 茨城県鉾田市	・栄養や食生活について勉強になる。 ・お店としての評価が上がる。 ・他店との差別化になる。 ・今までお店を知らなかった方にアピールができる。 ・地域に貢献できる。 ・民生委員をやっていて、要介護になる手前の方を拾える。（地域の人との交流があり、地域の人に提供をする機会があった。 ・1 人暮らしの高齢者をみると、偏っているものを食べている現状があった、家族もたまにかえってくるのみで助けてくれる人も少ないことを体感していた） ・勉強、地域貢献の観点から参加した。 ・揚げ物を使わずに、野菜、肉・魚を入れたお弁当をもともと作っていた。	・単発的な開催の場合は個数が少ないと食材にロスが出てしまう。
合資会社　ティーユープランニング 宇野さとみ	・医療系の会社に対するお弁当の実績あり（医師へのお弁当は毎日作っている)、糖尿病のつどいの会にお弁当を提供することがあった（スポット的)。	

	・地域の高齢者の方の役に立ちたいという気持ちがあった。 ・割烹料理店の PR にもなる。管理栄養士監修をうたい文句として、高齢者のみではなく他に対しても売り出すことができる。	
割烹宇乃 宇野 岐阜県岐阜市	・妻ががんばっているから参画させてもらった。 ・普段は栄養面よりも味と見た目から考えて作っている、栄養面を考えて作ることができることが 1 番のメリット。 ・糖尿病の集いで 10 分程度作り方を講話することもある。DM の方も安心して食べられる、そして美味がウリ。	・栄養ケアの食事よりハレの日のお弁当に該当する。
eiyo-salonMIRAI 榊原未来	・中小の配食事業者の場合、専属で管理栄養士が付いているところが少ない、栄養価計算をするだけではなく、栄養のバランスなどに配慮できるようになることがメリット。	
ケイフードサービス 栗田 愛知県豊川市	・創業 11 年目、愛知中小企業経済団体に入っていたことがきっかけに声をかけてもらった。600 円弁当 200 食、ハレの日弁当、スーパーに惣菜をおろしている。 ・管理栄養士の付加価値が付くのはありがたい。調理師の方が献立を作っている、そのサポートになる。	・高齢者向けとうたっているわけではないので参画に戸惑った。 ・まとまった数を配達することを前提で、個人宅への配食の収益モデルは作っていない。(1 件デイサービスには配達している。) ・600 円で全て手作り、200 食作るのが限界。増えすぎるのも対応できない。 ・愛知県は 400 円代のお弁当が主流、価格帯での競争には負ける。 ・コロナの前では、毎月自治会がしている高齢者サロンでの喫食の場はあったが、今はゼロ。
岩佐商店 伊藤 愛知県豊川市	・今までもこだわって全て手作り、揚げ物は 1～2 種類に抑えられている。高齢者を対象に考えてこなかったが、高齢者に対応したお弁当内容であることが分かった。	・色々な食材を美味しく食べられる地域、でも、お弁当の単価が低い。全て手作りにこだわっているので 300 から 400 円では出来ない。 ・米を作っている人が多いので、おかずだけのテイクアウトも多い。
藤原払路未	・co-op であっても店舗で色を出したい	・3 回実施するのが難しい。

藤原米穀店 CoiCoi	ところがあった。 ・日頃の配食弁当を分析してほしい（栄養価をみてみたい） ・配食事業者、お客様両方への食育になる。	・ネット環境が悪い田舎にあるためオンライン開催が難しい。 ・山口市の市役所に相談に行ったら、大手のお弁当屋さんがあるから、個人の配食事業は需要が無いと言われた。配食弁当で完結せず、自炊を促したい意図もある。
藤原米穀店 CoiCoi 山口県山口市	・管理栄養士とは？という部分が少し分かってきた。 ・高齢者に対する接し方も学ぶところがあった。 ・管理栄養士とつながっている事への安心感あるのがいい。	・コロナで街の賑わいがない、今までの街に戻れるのかなという不安感がある
生活協同組合コープやまぐち ここと　どうもん店 山口県山口市	・地域の方々にお役立ちできること、地域に貢献できること。	・供給した食材が合わなかったなどといった何らかの不具合が発生する可能性があること。
café&pub-kirikou (キクリ) 山口県山口市	・閑散期に今回のような事業に参画できると良い。 ・普段のターゲット層とはまた違ったユーザーへお店の認知を上げることができる。 ・料理の幅が広がる。 ・栄養価計算をすることで提供している料理の栄養価を認識することができる。	・忙しい時期に重なると事業への参画が難しい。 ・献立や試作などの作業に時間がかかる（慣れていないため）。 ・お弁当のみの注文になると薄利になってしまう（お店も利用してもらえるようになると良い、お弁当が主力商品ではない場合）。
ほほえみの郷 トイトイ 山口県山口市	・日頃提供している弁当や総菜の栄養価を知ることで、評価できる点や改善点が見つかり食事の質を上げることが出来る。	・デメリットというかは分からないが、懸念されることとして、食事を楽しむ視点が弱くなることは避けたいと思っている。高齢者の方は、日々の食事をとても楽しみにされているし、高齢になってまで健康的な食事はそこまで必要なく美味しい食事を食べたいと思っていらっしゃる方が多い。美味しいものと栄養バランスのとれたものという比重が重要になってくる。

第 2 回事業評価委員会

日時　2021 年 1 月 19 日（火）20：00～21：00
場所　Web 会議室 zoom（委員の勤務先又は自宅等）

健康支援型配食サービス事業実施の経過及び結果報告

メンバー	問題点	良かった点
認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ 長井彩子・白木志乃	・集客が難しい、チラシ作り、会場準備、集計などの負担感。→継続的な開催を実施するなら、サロンと関わっていければ良いのではないか。 ・実施前のアンケートの精査が必要。(配食を継続したいか？→共食の場での配食サービスは利用したい、自宅への配布サービスは自炊できる間は頼りたくない。)	・今まで地域活動をしていた成果があり、集客や弁当内容の決定もスムーズに実施できた。 ・お弁当は持ち帰りができるのでコロナ禍でも開催できる。コロナをきっかけに予防の 1 つの方法として良い方法になるのではないか。
Nikot 伊藤 山口県長門市	・この事業のためだけにお弁当を作っている状態なので、1 回あたり 10 個くらいないと利幅がない。	・今までファンスタディと協働で地域活動の弁当も作った経験があるので、試食 1 回だけで変更点も少ない。Nikot 側の学習の成果。 ・今後も依頼を頂けたら協働したい。
駒沢女子大学准教授 工藤美香		・ネットワークは地域でそれぞれの取り組みがあって良い、いろんなパターンがあるという事例を報告したい。
宇野さとみ 合資会社　ティーユープランニング	・3 回同じ人に継続して実施するのが難しい。 ・フィットネスクラブは代表者が集めてくれた。年齢層が下がった。1 度の講座のためボリュームがあったが､50～70 代のため理解度はよかった。→工藤：元気なうちからフォーカスするのもいい。	・フィットネスクラブの代表が食育に興味があり、管理栄養士が関わることへの信頼性があったので良かった。 ･50～70 代の人が参加者だが健康意識が高く、フィットネスクラブに売り込む利点になり今後に繋がりそう。
割烹宇乃 宇野 岐阜県岐阜市	・割烹なので、普段出している弁当と価格帯がかけ離れると難しい。お弁当 1,500 円で実施（いつものお弁当より安い)。 ・割烹の繁忙期は受けることができない。それ以外は利用者のニーズに合わせて頻度は対応できる。	・勉強になるということが利点。

Youeat 萩野祐子	【配食事業者：はな】 ・コロナで開催日、開催の方法の決定が難しかった。1ヶ月に2回のイレギュラーで開催。すべてお弁当は持ち帰り。 ・年齢層が 80 代と高いが、体操教室に参加する方なので元気。 ・配食のお世話にはなりたくないという意見は予想外。 【配食事業者：ほっと】 ・管理栄養士がいる配食事業者で既に献立管理されている。 ・お弁当代のすり合わせが難しい。 配食業者：金額をもう少し上げたい。 （無添加、産地、だしから取るようなこだわりがある、塩分低め、栄養管理◎をウリにはしている） 高齢者：高い 今回の開催費用は会費から出して参加者の手出しはなし。(民生委員の旅行、体操教室の参加費から捻出、それでも高いという印象)	・地域包括センターがしている場所＝ケアプラザで実施できた。 ・民生委員が毎月会議をするので、そこで開催できたのがよかった。 ・お弁当で配らず配膳サービスの形態。チェーンの幹部会で報告してもらった。 ・理想形：民生委員(65 歳以上)を介したルートが築けたのが良かった→広がりがある、自身あるいは見回りで生かせる、顧客になる可能性がある、配食業者さんも民生委員さんとのつながりも喜んだ（配食が広がる)。
社会福祉法人たすけあい泉　食事サービス はな 神奈川県横浜市		・今後も連絡いただいたタイミングでいつでも管理栄養士への介入を依頼したい。
福祉クラブ生協　港北食事サービス W.Co ほっと 神奈川県横浜市		・元々献立作成には管理栄養士が関わっている為、献立以外の部分で今回のような関わり方ならまた是非依頼したい。他のチェーン店でも機会があればお願いしたい。
吉田順子 IBK 茨城管理栄養士	【水戸市水府町】 ・とても高齢だが畑仕事をしているような元気な方。 ・できる間は頼らず自分で自炊したい、配食サービスのニーズは低い。 【鉾田市塔ケ崎】 ・コロナで開催方法の検討が大変だった→ZOOM を活用。	【水戸市水府町】 ・自治会長を介しての紹介(地区の繋がりが強い)で開催できた。毎週月曜日の脳トレ教室などを利用する。 ・超高齢化社会の現状を体感できた。 【おぬま食堂】 ・民生委員をされていただけあり、使命感も高い。 ・個数にはよるが、月に 1 回くらいの

		ペースで新しいメニューを考えて実施できそう。 ･ZOOM開催が大きな成果→孫とのコミュニケーションへ繋げたいと喜ばれた。 ・お弁当についての教育は講座の中で学んだうえで、持ち帰って食べてもらう。持ち帰りでも弁当が学びの教材にはなっている（リーフレットなども弁当につけることを今後検討)。
おぬま食堂 茨城県鉾田市		・福祉施設への出入りがあったので栄養士さんはつながりがあったが、今回、初めて管理栄養士とのつながりができた。近所に管理栄養士さんがいることが分かれば直接依頼できるので助かる。 ・メニューの作成時に使ってほしい食材・味付け、バランスなど具体的に指示を出してもらったほうが、その後の修正がなく効率的に作ることができる。 ・定期的に注文があるのであれば個数が少なくても対応できる。 ・地域性として安くボリュームのあるお弁当が良いとされているが、ヘルシーなお弁当の評価を高め、それを提供できる事業者であることをアピールできる。 ・普段自分の作ったお弁当の評価をしてもらえることがほとんどないので、それを知ることができる点においてもありがたい。
eiyo-salonMIRAI 榊原未来	・会場開催をしない場合、弁当の受け渡しが課題。	・栄養ケア・ステーション　ぴんぴんキラリ☆と協働できた。zoom の使い方講座をしているので、zoom 開催ができた。
ケイフードサービス 栗田 愛知県豊川市	・貧困などに対する社会貢献にも視野を入れて 600 円で実施。価格帯を上げるつもりはない。この価格帯で事業を実施で	・商工会議所でプレスを打ってもらった、豊田市 2300 社以上にニュース、PR できた。

	きるシステム作りをしたい。 ・管理栄養士が関わることによりマージンが発生するなら？→直接1対1のマージンをペイする考えはない。ノウハウの共有を全国レベルで出来ることを期待する（サブスク、低価格、裾の尾を広げるようなもの)。	豊川市の自治会、区長さんがふれあいサロンのお弁当の予算を組んで企画しているので、そこにマッチさせたい。 ・今回の事業でフレイルを知った。 ・クックチル（真空）システムを導入している。→夜も配食を希望される声につなげ、全国宅配も考えている。そこに管理栄養士とも関わりたい。販路を拡大したい。→工藤：50床程度の特養などの紹介につなげる策もある。
岩佐商店 伊藤 愛知県豊川市	・継続していきたい気持ちはあるが、メニューを限定されると難しい。価格もメニューも普段出しているものに合わせる方がやりやすい。→工藤：毎回細かいメニューの検討はせずに、大まかな食品構成だけを決めていればいいのではないか。	・発信が大事：動画作成、チラシ配布、ラジオ放送、SNSといろんな方法を駆使して周知した。 ・中年層の意識が高いことを知れたことがメリット。これから健康に気を遣っている方に対して介入を続けたい。 高齢者の方：まだまだ大丈夫な感覚。 それより低年齢：興味が高い。病気の時に管理栄養士の話は聞けるけど、健康な時に話を聞ける機会がない。フレイルという言葉と馴染みがなかった、響くWordだった。
生活協同組合コープやまぐち ここと　どうもん店 山口県山口市		・管理栄養士への依頼は、基本的にはお任せしたい。できるだけご希望に添えるようにしたい。
café&pub-kirikou (キクリ) 山口県山口市		・今回のような企画としてやるときに管理栄養士へ依頼したい（お店の嗜好に合わせて栄養満点セットや体脂肪を減らす食事セットなど)。
ほほえみの郷 トイトイ 山口県山口市		・今現在は運動のプログラムも地域の高齢者の方に対して行なっている。運動と食事はセットと考えているため、この筋肉を付けるためにはこんな栄養素が必要などの話を専門家からしてもらえると良いと思う。 ・今後考えているプログラムとして、日々の食事を写真等で記録してもらい、その記録をもとに不足している栄

		養素を補う食事の提供や提案を行なっていきたいと思っている。記録の分析の際に、管理栄養士へ依頼したいこともでてくると思う。

茨城県鉾田市
IBK　茨城管理栄養士　吉田　順子

●地域活動
- 地元企業での栄養講座・社員栄養相談
- 航空自衛隊隊員への栄養指導
- 小学校での食育教室
- スポーツ栄養講座
- 清真学園ラグビー部栄養サポート

●管理栄養士国家試験対策

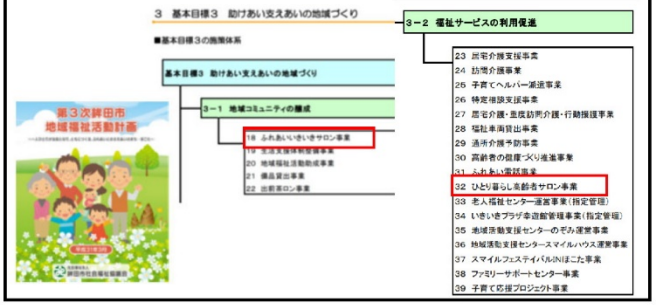
事業実施内容

実施日 （配食事業者）	2021/11/16 （おねま食堂）	2021/12/21 （おねま食堂）	2021/11/29 （おねま食堂）	2021/12/28 （おねま食堂）
募集方法	すいふサロン代表にお声かけ		塔ケ崎敬老会の会員さまにお声かけ	
場所の選定	水戸市水府町　水府地区第２公民館		ZOOM	
配食事業者との関わり	以前勤務していた職場の売店でお弁当を販売していた市内の食堂			
タイムスケジュール	１０：３０準備・受付 １１：００講座開始 １２：００昼食準備 １２：１０食事会スタート（持ち帰りもOK） １３：００片づけ		１６：４５　ZOOM入室・接続確認 １７：００　講座開始 １８：００　講座終了 次の日にお弁当を配達してもらった 後日アンケートなど書類の記入のため訪問	
参加人数（スタッフ）	20(1)	20(1)	2(1)	2(1)
参加者の声 （満足度の高いポイント）	・とてもおいしかった ・薄味につくられている ・おかずたっぷり ・参加するのが楽しみになるお弁当	・栄養計算が参考になる ・食の話が良かった ・声が大きくてよい ・お米がおいしかった ・たんぱく質の取り方がわかりやすかった ・今後も栄養について学びたい	・食事内容の話を楽しく聞けるのがよい ・コロナ対策になり安心	・魚がおいしかった ・ＺＯＯＭで孫の顔を見ることができるようになった ・直接会って話をききたい
配食事業者の声 （満足度の高いポイント・他）	・高齢年代の嗜好を知る機会になった ・たんぱく質の大切さが分かった ・減塩についても勉強になった			

事業のアプローチ先といただいた声

事業のアプローチ先	日付	声
水戸市議会議員 萩谷慎一	11/16・ 12/21	食事会参加
水戸市福祉部介護保険課 大内　寿施	10/28	周知のみ
鉾田市長 岸田　一夫	12/25	茨城初の取り組みに興味あり。市としてもフレイル予防に取り組みたい
鉾田市議会議員 高野　衛	12/25	市長・市関係者への面会の段取りをしてくれた
鉾田市　福祉保健部　介護保険課 高野　克男	12/25	来年度からの介護福祉計画の取り組みに絡めて実施できるか検討しますとのこと
鉾田市社会福祉協議会　事務局長 菅谷　英男	12/25	管理栄養士としてセミナーなどでもご協力いただきたいとのこと
水戸経済新聞社	11/16	Twitter、Facebook、Yahoo!ニュースやスマートニュースなどへ配信してくれた

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み



自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

32

施策・事業	ひとり暮らし高齢者サロン事業
事業概要	在宅のひとり暮らし高齢者等に対して、孤立感の解消や健康の保持増進、自立した日常生活の確保を図るとともに、安否の確認を行うことを目的とし実施します。
現況・課題	旭・鉾田・大洋地区において、介護保険サービス利用者以外の高齢者に対し事業を実施しています。送迎や調理ボランティアの減少から会食サービスの運営について、充分な調整が必要です。
今後の方向性	ひとり暮らし高齢者の安否確認、また会食型にすることで会話を楽しみながら集うことができているため、引き続き、仲間づくり・孤独感の解消を図る事業として実施していきます。
最終年次目標	満足度　95%
計画年度	2019 / 2020 / 2021 / 2022 / 2023　継続

ひとり暮らし高齢者サロン事業

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
食事は市の管理栄養士がメニューを考え、調理ボランティアさんが準備。現在はコロナの影響で市内飲食店のお弁当を食べている。市の管理栄養士が担当しているので直接かかわることは難しいが、お弁当を納入する飲食店へのメニュー提案や栄養計算などで関わることはできると思う。調理ボランティアさんへの栄養講座の提案をいただいた。ただし、送迎、調理などのスタッフはすべてボランティア。管理栄養士に人件費を出すことが難しい。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

方向性

地域の絆を大切にし、いざという時に助けあえる環境を整備するため、市民はもとより、地域の核として活動する行政区などの多様な主体の活動や連携を支援します。

施策・事業

18

施策・事業	ふれあいいきいきサロン事業
事業概要	主に地域の高齢者を対象として、地域の住民及びボランティアが協働することにより、高齢者の生きがいづくりと地域での支える力を高めることを目的とします。
現況・課題	地域の公民館などを拠点にサロン活動を展開し、近所に気軽に集える場所づくりを展開している。地域のコミュニティの再生に努めます。
今後の方向性	地域で高齢者が孤立しないよう、ふれあえる場所の提供を図り、高齢者の健康増進、引きこもりの解消に努めます。
最終年次目標	実施件数　47件
計画年度	2019 / 2020 / 2021 / 2022 / 2023　継続

ふれあいいきいきサロン事業

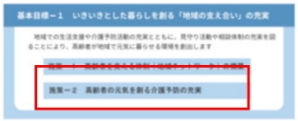
この事業に管理栄養士が介入するとしたら…

地域の公民館などで開催し、高齢者の健康増進、引きこもりの解消に努める。という点が健康支援型配食サービスの趣旨に合っている感じる。管理栄養士の介入はまだない事業なので栄養講座や栄養相談などを実施し、リスクがある人を保健センターや医療機関へとつないでいきたい。
ただし、地域住民やボランティアがスタッフで運営している点から管理栄養士に人件費を出すことが難しいと思われる。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

施策の構成

1．施策の体系



2．施策の内容

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

令和2年度　鉾田市高齢者支援事業

令和2年度鉾田市では、新型コロナウィルス感染症により行動が制限されている高齢者の方に、フレイル予防を目的とするリーフレットや食事券を配布し、心理的、経済的負担を軽減するとともに、市内飲食店を応援いたします。

事業内容

鉾田市在住の70歳以上の方に**フレイル予防リーフレット**及び市内登録飲食店等（店内での飲食、出前、テイクアウト可）で利用できる**食事券（2,000円分）**を配布します。対象となる方には、10月中旬に特定記録郵便によりお配りしました。

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・

７０歳以上の高齢者・フレイル予防を目的としている点が健康支援型配食サービスの趣旨に合っていると思う。
管理栄養士は飲食店へのアドバイスやメニューの栄養計算で介入できる。既存のリーフレットを活用すれば教育媒体の費用をおさえることができ、食事券を使えば高齢者の方は自己負担なしでお弁当を購入することができる。
そのお弁当を素材にした栄養講座にZOOMを活用できるが、共食の場を設けることができなくなってしまう。
管理栄養士の人件費がやはり課題になる

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

介護予防・日常生活支援総合事業

一般介護予防事業

65歳以上のすべての高齢者が参加できる事業

ぴんぴんしゃきっと教室（大洋地区）

【内容】地区公民館において、合唱療法、作業療法、運動指導、健康相談などを行います。
【対象者】概ね65歳以上の高齢者
【問合せ先】大洋保健センター TEL 39－4865（直通）

さんていきいきクラブ・さわやかフィットネス

【内容】年齢による身体機能の衰えを予防し、膝、腰などの痛み、不安を軽減するための体操を行います。誰にでもできる簡単な体操です。
【対象者】概ね65歳以上の高齢者
【問合せ先】とっぷ・さんて大洋 TEL 39－6500

ふれあいほっとタイム（旭地区）

【内容】地区公民館において、音楽療法、作業療法、運動指導、健康相談などを行います。
【対象者】概ね65歳以上の高齢者
【問合せ先】旭保健センター TEL 37－1411（直通）

さんて元気教室

【内容】指導員等が保健センター、ともえ荘、地区公民館に出張し、血圧、体脂肪、体力測定を行います。
【対象者】市内の老人会及び地区在住の高齢者
【問合せ先】とっぷ・さんて大洋 TEL 39－6500

この事業に管理栄養士が介入するとしたら…
すでに活動しているので、場所の確保や集客の心配が少ない。管理栄養士の介入はまだない事業なので栄養講座や栄養相談などを実施し、リスクがある人を保健センターや医療機関へとつないでいきたい。地区公民館に出向いて行うというのは健康支援型配食サービスの趣旨に合っている。
広域な鉾田市で市中心部より離れた地区に高齢者が多く住んでいる鉾田市では、地区公民館で開催するというのは理想的。ただし、地域住民やボランティアがスタッフで運営している点から管理栄養士に人件費を出すことが難しいと思われる。

自治体への提案と検討結果

自治体の事業	介入の方	メリット	問題点
ひとり暮らし高齢者サロン事業	昼食の弁当納入業者への教育	フレイル予防が必要な人に直接届く 配食弁当の改善	弁当納入業者の協力が必要。市管理栄養士とのかかわり方も気になる。
ふれあいいきいきサロン事業	昼食の弁当を提供 参加者に講話	地区公民館へ出向くことで高齢者がより参加しやすくなる。フレイルになる前の元気な人に届く	参加者の負担額が大きくなる。
調理ボランティアさん・食生活改善推進員への料理教室や栄養講座	料理教室の講師 参加者に講話	フレイルになる前の元気な人に届く フレイル予防の情報を広めてもらえる	配食弁当の利用がないので趣旨とずれる。
鉾田市高齢者支援事業	市内飲食店への教育 ZOOMを活用しての栄養講座	メニューの改善 ＺＯＯＭを使うことでコロナウイルス感染症予防対策になる	配食事業者が協力してくれるか、共食の場の構築にはつながらない
一般介護予防事業	昼食のお弁当を追加 参加者に講話	フレイルになる前の元気な人に届く 活動団体へのアプローチになるので、集客や場所の確保の心配がない	参加者の負担額が大きくなる。

●今後の企画
サロン代表、一般介護予防事業の各教室の代表、区長、民生委員の方などが集まる時に健康支援型配食サービスを知ってもらうために共食の場を提供する。各地区に出向いて地域の活性化につながるような活動を目指したい。

神奈川県横浜市
youeat 萩野祐子

- 地域活動
  地域ケアプラザでの介護予防講座
  自治体栄養講座セミナー講師
- 健康経営
  企業向け各種セミナー
  糖尿病予防プロジェクト
- 管理栄養士国家試験対策セミナー講師
- 管理栄養士合格後の知識アップデートサポート
- スポーツ栄養士育成

事業実施内容

実施日（配食事業者）	2020/11/12(はな)	2020/11/26(はな)	2020/11/16(ほっと)	2020/12/21(ほっと)
事業方法	広報かみやべ		毎月開催される会議内での開催のため事業なし	
場所の選定	上矢部ケアプラザ会議室で開催		戦闘小前ケアプラザ会議室で開催	
配食事業者との関わり	ネット検索		ネット検索	
タイムスケジュール	9:30事会・受付開始 10:00体験設定内容 11:00講座開始 11:40講座終了 12:00片づけ	9:30事会受付開始 10:00講座開始 11:00講座終了 11:30片づけ	13:30事会 14:00講座開始 15:00講座終了弁当配布 メンバー入れ替え 15:30講座開始 16:30講座終了 17:00会議内容 17:30弁当配布片づけ	13:30事会受付開始 14:00講座開始 15:00講座終了 15:30会議内容 16:00片づけ弁当配布
参加人数（スタッフ）	10名（2名）	9名（2名）	22名（2名）	29名（2名）
参加者の声 （満足度の高いポイント）	・受給者のある食事がいいですね。 ・大根サラダがとても食べやすく美味しかった ・いずれ先に配食のお話話になりたい	・大変制限になりました。例g円カロリーとかこれからは取わったことを参考に取り入れたいと思いました。 ・勉強になりました。味付けが特に参考になりました。 ・自分で出来なくなっても安心できると感じました。 ・ご飯がおいしかった。 ・参考にしようと思う。 ・お魚大変おいしくいただきました。	・毎食の食事の献立をもう少し考え分量を気にかけなくてはいけないと感じました。 ・「食べる」という事が体（健康）に繋がっていることに実感しました。 ・ご飯が美味しかった ・とても役にたつ事が沢山ありました。 ・また機会がありましたら勉強会を開いていただきたいです。	・冬至にかぼちゃのいとこにがあって良かったと思う。 ・海軍だが健康には良いと思います。 ・高齢者の栄養、食事改善に事業者と連携して取り組まれていることは良難らしいと思います。 ・たんぱく質の重要性を理解できました。 ・講座は関手取りやすく内容も良かったと思います。 ・ご飯の焼きもちょうど良くおかずも良かったです。 ・食事の用意ができなくなったら配食サービスを利用したいと思う。
配食事業者の声 （満足度の高いポイント・他）	・栄養職やバランスがわかって良かった ・配食ガイドラインを初めて知れたので良かった ・日々作っているものが適量だとわかって良かった		・コロナで試食会ができない中、このような機会はありがたい ・皆さんの政応が参考になる ・同じ配食グループの会議で発表ができて良かった ・このような機会があればまた参加したい	

事業のアプローチ先といただいた声

事業のアプローチ先	日付	声
都筑区福祉保健センター高齢障害支援課 高齢支援担当 担当部長	5/16	上司にも出け合ったが今年度、 都筑区内で実施は難しい。 大切な事業なのは理解する。
横浜市会議員 くさま勲様	11/25	今後に繋げて行くには立場をあげることが課題。 協力はするからと言っていただいた。
社会福祉法人であいの会 事務局次長　沢藤様	11/21	周知のみ
社会福祉法人秀峰会地域包括支援センター 主任ケアマネージャー　増田様	10/4	今後もこのような取組があると良い。
横浜市鶴が谷地域包括支援センター 業課長　池田様	10/1	周知のみ
横浜市上矢部地域包括支援センター 生活支援コーディネーター　上書様	9/24	今後もこのような取組があると良い
横浜市上矢部地域包括支援センター 業課長　小林様	9/24	今後もこのような取組があると良い
池北初開	11/25	周知のみ

健康支援型配食サービス
（厚生労働省 令和２年度栄養ケア活動支援整備事業）
ヒアリング（メールでの回答含む）不可

電話・メールにて連絡
横浜市健康福祉局健康安全部保険事業課　鈴木礼子様
（メールCc）
健康福祉局保健事業課　係長　春日様
横浜市健康福祉局健康安全部保険事業課　石山千珠様

萩野　祐子

ヒアリング不可の理由

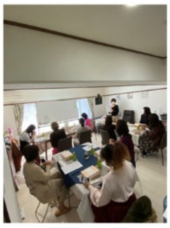
・今回の事業が「地域単位」であること。
・拠点が山口県であること。
・協会の規模などに疑問
（神奈川県栄養士会からのヒアリングなら受ける。）
・横浜市は規模が大きくすぐに検討できるものではない。
（「高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施や地域支援事業等」については、検討中で来年度も実施予定なし）
・地域の栄養士不足もなく広がりがあまりない。
・コロナ対応で時間が取れない。
・厚労省にヒアリングについて確認
（自治体の判断に任せるとの回答）

岐阜県岐阜市
（資）ティーユープランニング

- 割烹宇乃 経営
- 地域活動
  岐阜市内クリニックへの外来栄養食事指導
  岐阜県栄養士会、岐阜県栄養ケアステーションの委託業務
  （原稿作成　栄養アドバイス　講師）
- 在宅にてアプリを使用しての特定保健指導業務
- ホームメイドクッキングにてパン、ケーキ講師

事業実施内容

実施日（配食事業者）	2020/11/13	2020/11/27	2020/12/18	2020/11/30	2020/12/8	2020/12/22
募集方法	フィットネスクラブの代表に声かけして、会員に声がけ依頼			食に興味のある団体の責任者に依頼し、サークルに声がけ		
場所の選定	the polestar(1回目)　フィットネスクラブきらら（2,3回目）			サークルが行われるMOA会館		
配食事業者との関わり	勤務先(家業)			勤務先(家業)		
タイムスケジュール	12:00 集合・準備 12:30 受付開始 13:00ランチ交流会（運動終了後のため先に） 並行して研究の説明 13:30講義開始 15:00片付け			10:30 集合　準備 11:00受付開始 11:15 講義開始 12:15ランチ交流会 13:00片付け		
参加人数（スタッフ）	8人（2人）	10人（2人）	8人（2人）	14人（1人）	14人（1人）	15人（1人）
参加者の声 （満足度の高いポイント）	・絶季ないものがいい ・食事の分量が理解できた	・栄養のとり方がわかった ・大変よく理解でき、たんぱく質のとり方を変えていかなくてはいけないと思った ・レシピを知りたい	・将来的に配食サービスを利用してもいいかなと思った ・食べ過ぎの主人の食の制限、アイデアを知りたい ・美味しかった ・バランス良く見習いたい ・良いお話ありがとうございます ・一人暮らしになると面倒になり惣菜を買ったり、配食サービスを利用する機会が増えます。バランスの良いお弁当が利用できるとありがたい ・また参加したい ・実際に食べられてお話聞くのが一番いいですね。 ・よかったです。	・食の関心のない人にも健康になる食事をとってもらえるのは良いサービス ・初めての体験で勉強になった ・美味しかったです ・特に食事は大切。体のためになる余生活を進めたい ・大変美味しく彩も綺麗 ・大変わかりやすいお話でした ・次回もよろしくお願いします	・日頃の食生活をチェックするためにも年に2回くらいアドバイスいただきたい ・美味しいことが大変よい。意識が変わる ・健康の意識が高まる努力が大変。意識が変わる参加型がいいと思う。 ・こんなに美味しいお弁当が食べたい	・いろんな味が味わえて美味しかった ・今後も定期的に学びたい ・家では一人なので大勢で食事をすることは楽しい ・またよろしくお願いします ・食事習慣は月日がたつと偏りがちになる。年に1回はこんなセミナーがあるといい
配食事業者の声 （満足度の高いポイント・他）	・彩りよくバランス良く仕上げると栄養価はほぼ理想的になる ・味噌は醤油並みに塩分が高いことがわかった ・今までの当店のお弁当と角度を変えての献立作成は今後につながるのでないか ・定番商品にはならないかもしれないが、このような企画があれば対応したい（栄養価計算したお弁当は作れるかと問合せあり） ・たんぱく質がテーマのお弁当は考えたことがなかったので勉強になった ・依頼されたお弁当に仕上げることに加えて原価も合わせていかないといけないので要望にすべては応じることができない場合もでてくる					



@The polestar

@スタジオきらら

@MOA会館

事業のアプローチ先といただいた声

事業先のアプローチ先	日付	声
岐阜市包括支援センター中央北	9/29	周知のみ
岐阜県知事　古田肇氏	11/15	周知・健康増進課へのアプローチを勧められた
岐阜県医師会　理事　戸谷医師	11/15	周知
岐阜県健康増進課　牧村　森	11/19	周知
岐阜県栄養士会　深川　後藤　立石	12/4	周知・取組はとても良いが、栄養の話より先に食べているかいないかが問題

健康支援型配食サービス ヒアリングシート
（厚生労働省 令和２年度栄養ケア活動支援整備事業）
令和3年２月９日　９：００～10：00

岐阜県　健康福祉部　保険医療課　健康推進室　係長　　牧村　潤一　様
岐阜県　健康福祉部　保険医療課　健康増進係　技術主査　　森　千夏　様
（資）ティーユープランニング　　宇野　さとみ

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

県は栄養士会へ事業を委託している。
栄養士会へ事業委託位しているのは他に岐阜市。
他の市町村は独自で大学、企業と連携し、事業を委託している。
また、配食事業者と連携をし、フレイル予防教室を行なっている町村がある（輪之内町）

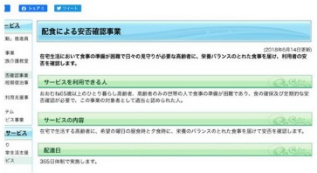
この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★県からの委託事業として、岐阜県栄養士会が行っており、既に管理栄養士は介入済み。
予算内で配食事業者と連携をとることができれば可能。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

県は年に一度リーフレット作成。
高齢者対象の家庭訪問等の機会を通じて配布。
栄養士会にも配布し、教室などに活用依頼。

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★作成に参加、共食講座などに活用することは出来るが、今現在では、直接的に配食事業と結びつきにくい。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み



ヒヤリングで得た情報を元にHPで検索したのみ

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
この取り組みは岐阜市独自のもの。
今回は県にヒアリングしたので岐阜市の情報はこのレベル。
岐阜市は保健所政令都市のため、事業は県と同等レベルで行なってる。（県の管轄とは外れる）

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★補助を受けた事業者と組んで配食事業者と連携をとれば可能性はある？！参加者はお弁当代は実費。
配食事業者との打ち合わせの資金が捻出できない。

自治体への提案と検討結果

自治体の事業	介入の方	メリット	問題点
アクティブシニア事業	弁当を提供 参加者に講話	フレイル予防が必要な人に直接届く	参加者へ弁当代負担
フレイル予防リーフレット		フレイル予防の重要性の認識	主旨からズレる
配食による安否確認事業	配食事業者へ弁当指導	安否確認に加え、個々にあった弁当へ改善	配食事業者の協力が得られるか
住民主体型デイサービス事業補助金	講話	補助金の活用	参加者弁当代負担

●今後の企画

アクティブシニア事業に申し込んだ団体に健康支援型配食サービスにて共食の場を提供する。
（栄養士会で許可を得ることができれば）

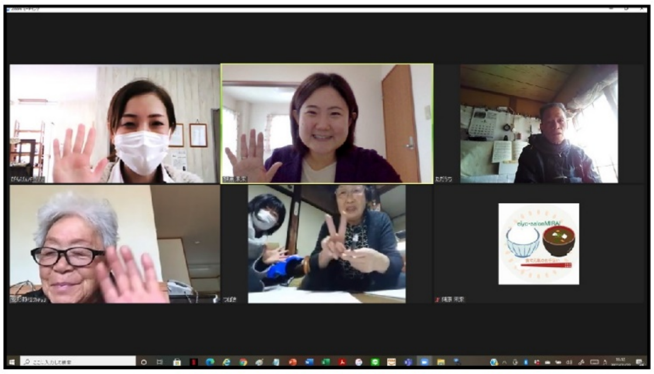
自己紹介

- 榊原　未来
  - eiyo-salonMIRAI代表
  - 管理栄養士
  - 健康食育シニアマスター
  - 食アスリートシニアインストラクター

- 特定保健指導
- 専門学校非常勤講師
- Ｖ２リーグ　大同特殊鋼レッドスター

事業実施内容

実施日（配食事業者）	11/19(木) （岩佐商店）	12/17(木) （岩佐商店）	11/24(火) （ケイフードサービス）	12/14(月) （ケイフードサービス）	1/22(金) （ケイフードサービス）
募集方法	チラシ配布・ラジオ放送		ぴんぴんキラリ☆会員様へ直接案内		
場所の選定	食堂cafeまんざいらく		認定栄養CSぴんぴんキラリ☆		
配食事業者との関わり	別途イベントで知り合った		(株)トーアスさま紹介		
タイムスケジュール	16:00　講師紹介 16:10　自分の身体を知る 16:30　フレイルについて学ぼう！ 17:00　休憩 17:10　お弁当を使って栄養バランスについて学ぶ 17:30　お食事タイム 17:50　個別栄養相談＆質疑応答 18:00　終了		11:00　講師紹介 11:10　自分の身体を知る 11:30　フレイルについて学ぼう！ 12:00　休憩 12:10　お弁当を使って栄養バランスについて学ぶ 12:30　お食事タイム 12:50　個別栄養相談＆質疑応答 13:00　終了	11:00　講師紹介 11:10　前回の復習 11:30　フレイルについて学ぼう！ 12:00　休憩 12:10　お弁当を使って栄養バランスについて学ぶ 12:30　お食事タイム 12:50　個別栄養相談＆質疑応答 13:00　終了	11:00　講師紹介 11:10　自分の身体を知る 11:30　フレイルについて学ぼう！ 12:00　休憩 12:10　お弁当を使って栄養バランスについて学ぶ 12:30　お食事タイム 12:50　個別栄養相談＆質疑応答 13:00　終了
参加人数（スタッフ）	8名（2名）	5名（2名）	3名（3名）	3名（3名）	3名（3名）
参加者の声 （満足度の高いポイント）	・洋食のお弁当メニューカロリー栄養を知りたいです ・とても分かりやすく理解できました。頑張ってください。 ・70.80代になった時、まごころ給食が充実したものになっていてほしい。 ・お店が選べるなど、選択肢がたくさんあり、自分に合った栄養量が摂取できるなど	・高齢者施設勤務のため、高齢者施設への配達もしてくれたらうれしいです。 ・楽しかったです。 ・すごくいい笑顔で楽しかったです。 ・またこのような機会があったら参加したいです。 ・2人分なので何時位に配達できるのか ・胃の手術をしているので量が少なく回数をとっている	・ご苦労様でした ・大変役に立ちます ・ご飯の量が多い ・果物が欲しい ・食材の利用方法（栄養を損なわないような調理方法等）	・家の料理の参考にしたい ・調味料の量を教えてほしいです ・野菜の栄養の一覧を教えてほしいです ・温かいもの ・保存の方法（食材）	未知の世界なので戸惑っています。日常生活に取り入れたいと注意すべき料理の仕方などありましたらお話しください 本当に毎日食事に頭を悩まされます。今回の勉強で栄養の必要さと取り方について少しわかりました。 まだまだ知りたいことがたくさんありますので、このような勉強は大変役に立ちます。ぜひ続けてほしいと思います。
配食事業者の声 （満足度の高いポイント・他）	・いつものお弁当でバランスがとれているのが驚き ・もっと若い世代へ伝えたい	・彩が自然に良くなるのを感じた ・今後も継続開催していきたい		・器を変えるだけでも見栄えが変わるのが驚き	



事業のアプローチ先といただいた声

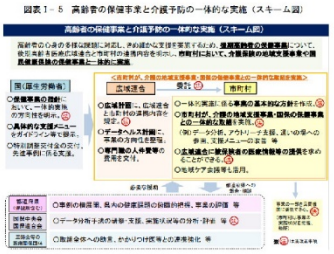
事業先のアプローチ先	日付	声
愛知県栄養士会（上原副会長）		市町村の取り組み内容等を調べ、NPO法人・認定栄養CSを立ちあげるなど、連携できる形を作ることが必要と考える
豊川市医師会		豊川市医師会→我々（医者ではなく、事務職員のみなので）では対応できない→社会福祉協議会を勧められた
豊川保健所管内栄養士会（自主グループ）		話問・説明・資料配布等→認知度向上・制限確保について相談!豊川市栄養士団体へのアプローチをしてくれるかも？
地域医療支援センター豊川蒲郡		開始
豊川市福祉部介護福祉課	2/18(木)9:30～10:30	ヒアリングシート送付済み
愛知県保険医療協議会医療広域協会		情報提供のみ～実際の取り組みは各市町村が行う
保健所長考察	2/8(月) 13:00～13:30	一海部市保健センターせんが様が担当0533-67-1151
海部市保健センター健康推進課		来年度配食サービスの立ち上げに向けて名古屋学芸大学に要託をお願いするための予算取りをしているところ
豊川市介護保険関係事業者連絡協議会	2/17(水)13:00	ＺＯＯＭｍｉｇ参加

健康支援型配食サービス ヒアリングシート
（厚生労働省 令和２年度栄養ケア活動支援整備事業）

令和3年　2月8日　13:00～13:30
愛知県蒲郡市　保健医療センター　健康推進課　管理栄養士　せんが様

令和3年　2月18日　9:30～10:30
豊川市役所福祉部　保険年金課国保給付係　保健師　舟橋純子　様
豊川市福祉部介護高齢課　高齢支援係　保健師　加藤華代　様

愛知県後期高齢者広域連合会からの情報提供



介護予防への取り組みを行うための基本的な方針は厚生労働省の方から出ているが、実際に活動を行うのは市町村である。ですが、現実的にはどこの自治体が何をどのように行うかまで明確なものがなく、全体を把握しきれていない。
今後、健康支援型配食サービスを市町村と連携して行うとしたら、この取り組みを活用する方法はあるかもしれない。

参考資料：高齢者の特性を踏まえた保険事業ガイドライン　第２版

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

高齢者の皆さんが、健康で元気に過ごすために知っているとよいことを毎年テーマを決めて講演会を開催しています。

- 平成３０年度介護予防講演会
  介護予防講演会「コグニサイズで認知症予防」の結果と参加者の声
- 令和元年度介護予防講演会
  テーマ「お口から健康を作ろう」　講演1　歯周病と全身疾患との関係/講演2　お口のケアとフレイル予防」
- 令和２年度介護予防講演会は中止となりました
- テーマ「高齢期も健康に過ごすために」講演1　お薬の安全な飲み方と管理について/講演2　お口や義歯の手入れと管理について

参考資料：蒲郡市保健医療センター

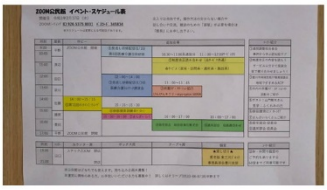
この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★参加者への栄養相談や栄養講座などの開催によるフレイル予防の取り組みを行うことが可能なではないかと考える

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

参考資料：高齢者の保健事業について

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★現在、蒲郡市は厚労省が推進する高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施も積極的に取り組み、ポピュレーションアプローチを行っている。次なる段階として配食支援サービス事業への展開を考えているため、配食事業者への栄養教育への管理栄養士の介入を考える

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み



参考資料：豊川市介護保険関係事業者連絡会

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★ＺＯＯＭ公民館は現在、ケアマネなど介護保険関係者にむけて開催しているＺＯＯＭサークルなので、配食支援サービス事業についてアプローチをして、連携できるところを探すことができると考える

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

２０２０年度は新型コロナウイルス完成拡大防止の観点から開店休業状態となっているが、通常だと市内数か所で定期開催を行っている

参考資料：豊川市認知症カフェ

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★ランチタイムに食事をしながら、認知症予防や介護相談などを行う場があるが、場の提供をしているだけで、栄養価計算をされたものを出しているわけではないため、食事内容という形で監修に入る余地があるように感じた

認知所カフェ　紙媒体資料

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

自宅でできる介護予防へのアプローチを

動画配信で行っている

参考資料：豊川市お家でできる介護予防をしよう

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★動画作成だと一方的なアプローチになるが、高齢世帯にもオンラインを導入することができれば、オンライン上での共食の場を作ることができるので、その中で栄養相談することが可能なのではないかと考える

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

管理栄養士が行う介護予防事業

動画を作成し、HP内で共有をしている

介護予防教室担当の専任管理栄養士が１名在籍

予防教室内で日常生活の中で気になる方の自宅へ訪問し、三カ月未満で買い物付き添いなどサポートを行っている

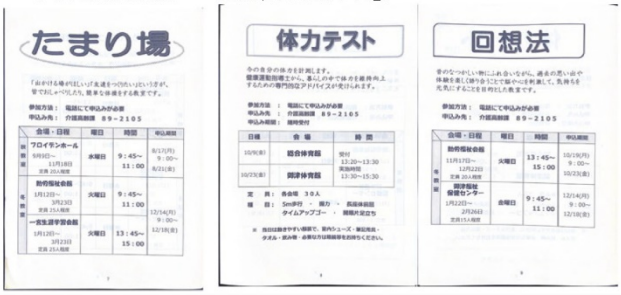
参考資料：豊川市元気応援隊

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★配食支援サービス事業の導入により、お弁当の質の向上、栄養講話の開催が期待できる。民間へ委託する際の予算の捻出が課題となる

元気応援隊　紙媒体資料①

元気応援隊　紙媒体資料②

元気応援隊　紙媒体資料③



自治体への提案と検討結果

自治体の事業	介入の方法	メリット	問題点
認知症カフェ	昼食の弁当を変更 参加者に講話	フレイル予防が必要な人に直接届く	自治体がカフェ運営内容には関与がない
お家でできる介護予防をしよう	ＺＯＯＭで参加者に講話	フレイルになる前の元気な人に届く	オンラインというハードルが高い
元気応援隊	昼食の弁当を変更 参加者に講話	フレイル予防が必要な人に直接届く	本当に届けたい世代が現役で、参加率が低い
配食支援サービス（蒲郡市・予算取り段階）	配食事業者への教育	配食弁当の改善	配食事業者が協力してくれるか、共食の場の構築にはつながらない
ＺＯＯＭ公民館	介護関係者へのアプローチ	配食支援サービス事業の認知度の向上を見込める	その後の連携方法等

山口県長門市
認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ

- 地域活動
  桑原医院への外来栄養食事指導
  地域ケア会議での講師
  健幸ながと21委員
  長門市総合計画委員
  長門市市民のちから応援補助金を活用したオンライン食育事業
- 管理栄養士国家試験対策
- 管理栄養士合格後の知識アップデートサポート

事業実施内容

実施日（配食事業者）	2020/10/30（肉パルnikot）	2020/11/26（肉パルnikot）	2020/12/18（肉パルnikot）
募集方法	長門市中央公民館友愛会メンバーに直接声掛け		
場所の選定	誰もが良く知る長門市中央公民館で開催		
タイムスケジュール	10:00集合・準備 10:30受付開始 11:00講座開始 12:00食事準備開始 12:10ランチ交流会（持ち帰りも可） 13:00片づけ		
参加人数（スタッフ）	16人（2人）	13人（2人）	14人（2人）
参加者の声 （満足度の高いポイント）	・とても美味しかった。 ・献立の参考になる。 ・こうした会には加したい。 ・またいろいろなことを教えてほしい。 ・今後もこういう機会をお願いしたい。 ・説明を聞きとても納得できた。とても勉強になった。 ・大変よく研究されており、こうした会を広げてほしい。	・ためになるお話を聞けて良かった、次回も楽しみ。 ・主人と好みが通うので苦労する、主人にも栄養士の方に聞いたと言って納得させます。 ・いつも栄養のお話がとてもいい。 ・弁当はバランスが良くてとてもいい、家ではなかなかできなくて参考になる。 ・人との出会いも頭の体操、リフレッシュできる。 ・年老いても暫いに行きたいのはお料理。 ・美味しくて、栄養について考えるヒントもいっぱいで大満足。	・よく噛むことを食事に取り入れないといけないと思った。 ・毎日のことで忘れがちになるので、自覚のためにも栄養の話を聞かないといけないと思った。 ・とても分かりやすく話されていたので良かった。 ・これからも機会があれば参加したい。 ・次回も楽しみ。 ・3回とも参加して自身の食生活を見直すとてもいい機会になった。 ・食材の組み合わせ、調味料など固定観念を外して色々チャレンジしたい。 ・バランスの良い弁当だった。 ・参考になった。 ・この勉強会を続けてほしい。
配食事業者の声 （満足度の高いポイント・他）	・副菜2品にトマト味の重複があったため、1品副菜を醤油味のものに変更。 ・たんぱく質の不足を補うために主菜に魚60→70ｇへ増量。 ・たんぱく質の不足を補うためチーズ入り卵焼きを追加。	・副菜2品にマヨネーズ味の重複があったため、1品を酢の味付けに変更。 ・たんぱく質の不足を補うためにハンバーグをチーズインハンバーグに変更。	・食材の調理法、栄養管理を改めて色々と考えさせられてとてもいい勉強になった。 ・たんぱく質摂取がテーマ内容のため、たんぱく質がしっかり摂れる献立とした。 ・試食で塩味が強かった料理は塩を控えてもらうよう依頼。 ・よく噛める食材を使う、また、大きめカットしたり硬めにボイルしてよく噛めるようにした。

事業のアプローチ先といただいた声

事業のアプローチ先	日付	声
長門市医師会会長　半田哲朗	9/24	医師会の医師に周知をすることは可能
長門市歯科医師会会長　田中克典	9/24	歯科医師に周知をすることは可能
長門市市民福祉部審議官　堀隆人	9/24	現在の高齢福祉課の取り組みと拮抗しなければ実現可能性はある。 介護保険を使用したメニューが既にあるなら実現可能性は高い。
株式会社 CREIN代表取締役　大下将史	9/24	配食事業者が収益を得ることが一番の課題。
山口県知事	10/27	周知のみ
健康ながと21委員	10/27	周知のみ
山口県健康福祉部長寿社会課	11/16	原田さんを通じて周知のみ
山口県健康福祉部健康増進課主査・古谷 主任管理栄養士・原田	11/16	まずは料金表を作成すると良いとアドバイスをいただいた
男子厨房に入る会・廣田睦男	11/17	周知のみ
長門市老人クラブ連合会油谷支部・横田健 夫婦	11/17	周知のみ
FMアクア出演	11/25	周知のみ
はっちゃテレビ長門人出演	12/1	周知のみ

健康支援型配食サービス ヒアリングシート
（厚生労働省 令和２年度栄養ケア活動支援整備事業）
令和3年　2月4日　10：30～12：00

長門市　市民福祉部　審議監　堀隆人　様
長門市　市民福祉部　高齢福祉課　課長　松尾　様
長門市　市民福祉部　高齢福祉課　地域包括ケア推進室　主査　上野丘恵　様
株式会社クレイン代表　大下将史　様
認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ　長井彩子
認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ　白木志乃

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

●地域版デイサービス

利用頻度	対象	利用料（表示は1割分）
週１回利用	事業対象者 要支援１・２	264円/回 ＋ 実費（食事代）

※利用料は介護保険負担割合証に基づき、１割か２割となります

	事業所名	会場	提供地域						
			通	仙崎	深川	俵山	三隅	日置	油谷
1	社会福祉協議会	仙崎人工島多目的集会所		○					
2	社会福祉協議会	深川老人憩いの家			○				
3	NPO法人ゆうゆうグリーン俵山	俵山生きがいの館				○			
4	社会福祉協議会　三隅支所	三隅保健センター					○		
5	NPO法人むかつく	バタ屋（油谷白木）						○	○

※健康支援型配食サービスが本当に必要な人に届く。対象者の抽出を連携できる。

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★地域版デイサービスに介入した場合、弁当代の実費に管理栄養士の人件費を上乗せすることに利用者の理解が得られるか。(弁当代が現在400円くらい。800円の弁当になることで、弁当と利用料を含めて、現在700～800円→1200～1300円になってしまう。）地域版デイサービスの事業所に負担してもらうのは難しい。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

- **ふれあい・いきいきサロンとは？**
  「仲間づくり」「出会いの場づくり」を図る活動です。声をかけ合って「気軽に」「無理なく」「自由に」「楽しく」過ごせる場を地域に！サロンはその一つです。
- **目的**
  サロンに参加することで「ふれあい」「交流」の輪が地域に広がります。
  地域での「支え合い」「助け合い」意識によって、豊かで安心できる暮らしのための第一歩です。
- **サロンのチカラ**
  - 生きがいづくり
  - 地域交流
  - 情報提供・情報交換
  - 困りごと・心配ごとの把握
  - 孤立・閉じこもりの防止

地域の福祉力を高めます！！！

- **方法**

参加者	高齢者、障害者、子ども　など誰でも
担い手	民生児童委員、福祉員、自治会役員、婦人会、ボランティア　など
会場	公民館、集会所、お寺、個人の自宅、空き家　など集まりやすい場所
利用料	個々のサロンによって異なります

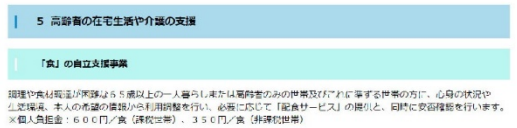
- **サロン活動の応援**
  - サロン助成金 ※年間5,000円
  - サロン保険加入手続き
  - レクリエーショングッズの貸出
  - 社協の車両貸出
  - サロン担い手養成研修の開催
- **長門市内のサロン紹介**
  三隅地区のサロン（16か所）
  長門地区のサロン（40か所）
  日置地区のサロン（16か所）
  油谷地区のサロン（16か所）

ふれあい・いきいきサロンについてもっと聞いてみたい！
長門市社会福祉協議会　事務局・各支所までお問い合わせください。【お問合せ】

※健康支援型配食サービスを介護予防に早い段階でつなげられる。
サロンの後継者の高齢化が問題になっている。

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★サロンの担い手をつくる事業を高齢福祉課が社協に依頼している。栄養士に講師料を払って講話依頼(出前講座)することは可能。サロンの代表者に月1回代表者会議（各4つの地区でやる、4地区全体でやるときもある。）を行っている、そこで健康支援型配食サービスを行う方法もある。来年度は各サロンに地域包括支援センターの保健師が出向き、スクリーニングを行いリスクがある人は地域版デイサービスに繋ぐ予定。本格的なデイサービスに進まないように介入する予定。（サロンへの出前講座に管理栄養士は出向けていない、保健師のみ。）

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

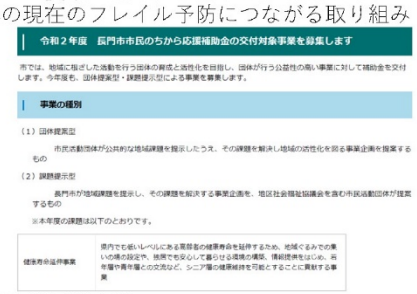


この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
「食の自立支援事業」の配食サービスは、管理栄養士が不在の配食事業者によって行われているところもある。栄養管理の整った弁当であることが条件になっているが、実際は管理栄養士不在の配食事業者の弁当の内容は栄養管理が整っているとは言えない部分もある。まずは「食の自立支援事業」の配食サービスを行う配食事業者に栄養についての学びを提供するなど、「食の自立支援事業」の配食サービスとの兼ね合いも考えた上で仕組み化していくのも方法の1つである。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み

この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
社協に対して委託をする、社協から管理栄養士に講師料が入る流れとなる。自治体としては社協に委託をする方が新しい事業者に委託をするよりハードルは低い。

自治体への提案のためにヒアリングしたこと
自治体の現在のフレイル予防につながる取り組み



この事業に管理栄養士が介入するとしたら・・・
★同じ事業での申請は連続して3年までしか補助金は取得できない。自分たちで集客する形、公益性がないでは継続して補助を出すのは難しいため、3年後を考える必要は出てくる。

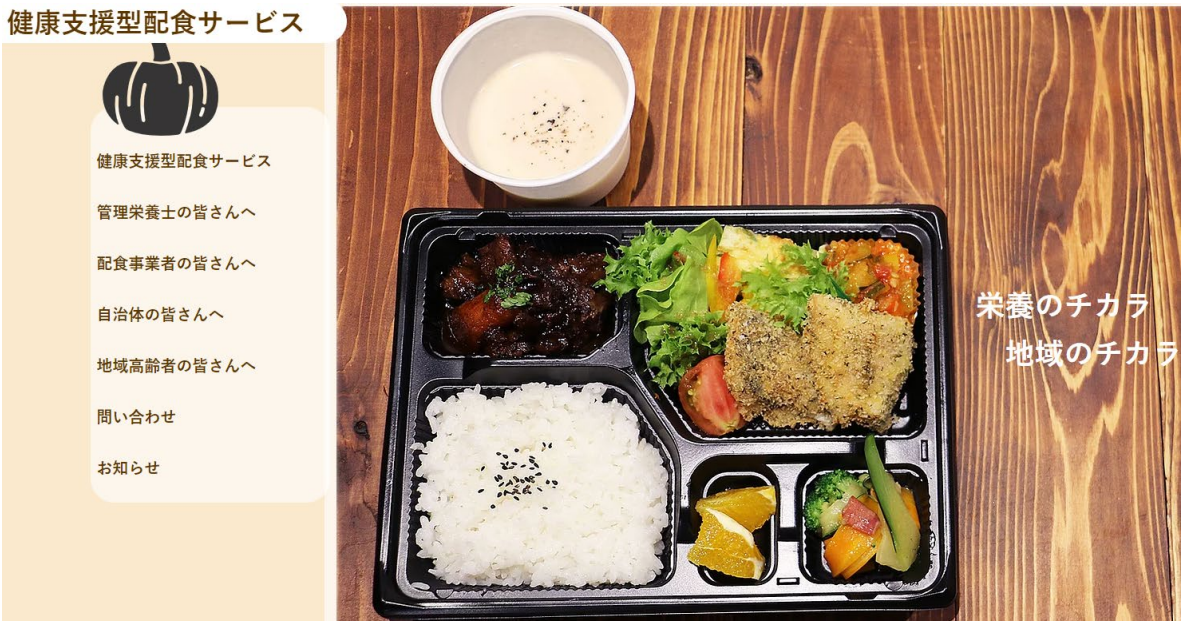
自治体への提案と検討結果

自治体の事業	介入の方	メリット	問題点
地域版デイサービス	昼食の弁当を変更 参加者に講話	フレイル予防が必要な人に直接届く	参加者の負担増
サロン参加者	昼食の弁当を変更 参加者に講話	フレイルになる前の元気な人に届く	イベントとして単発で終わる可能性が高い
サロンの代表者	弁当を使った教育	フレイルになる前の元気な人に届く さらにサロンの参加者に情報を届けられる	特になし
食の自立支援事業	配食事業者への教育	配食弁当の改善	配食事業者が協力してくれるか、共食の場の構築にはつながらない
男性の料理教室	料理教室の講師	フレイルになる前の元気な人に届く 男性に情報を届ける機会	配食弁当を利用しないので、趣旨とズレる
市民のちから応援補助金	弁当を使った教育 企画～集客まで	補助金を活用できる	将来的に自治体が介入する準備をしにくい

●今後の企画
サロンの代表者の方の代表者会議の後などの機会を使い、健康支援型配食サービスにて共食の場を提供する。
希望するサロンでの開催にもつなげていく。

健康支援型配食サービス普及のためのホームページ作成

健康支援型配食サービスを普及させるため、以下を掲載したホームページを立ち上げた。
・健康支援型配食サービスとは
・管理栄養士の皆さんへ
・配食事業者の皆さんへ
・自治体の皆さんへ
・地域高齢者の皆さんへ
・お問合せ
・お知らせ



https://www.kenkouhaishoku.jp/

健康支援型配食サービスを提供する側、利用する側をつなぐプラットフォームの役割を果たすものとして育てていきたい。
また、普及のためには SNS は欠かせないと考え、インスタグラムも開設。各地における管理栄養士により、インスタグラムを稼働させ、その情報がホームページにも反映されるように設定をした。
【ホームページへの管理栄養士インタビュー動画掲載】
飲食店を経営していたり、フリーランスとして特定保健指導をしていたり、今回の事業に参加した各地の管理栄養士の背景は異なる。管理栄養士にインタビューを実施し、以下のようにまとめた。
・つながる仲間たち
・事業を実施してみて
・事業上の課題
・地域と健康
健康支援型配食サービスを普及させるために情報を届けやすいのは管理栄養士である。興味を持った管理栄養士がこの動画を見て行動に移すように仕掛けたい。

健康支援型配食サービス体制の検証

3-1 基本情報アセスメント・簡易栄養状態評価表(MNA)

全対象者(=実数)：

今回の事業参加者の平均年齢は男性 67.4 歳(22 名)、女性 69.6 歳(110 名)、合計 69.3 歳(132 名)であった。男性は 38 歳～88 歳、中央値は 70.0 歳であった。女性は 28 歳～88 歳、中央値は 72.0 歳であった。男女比は 1:5 という状況であった。

年齢 **記載のあるデータの集計**

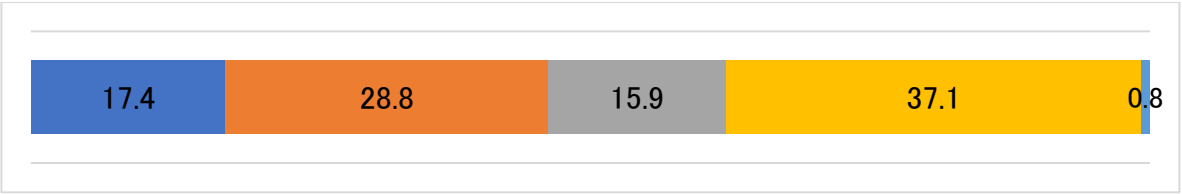
性別	度数	平均値	最小値	最大値	中央値
男性	22 名	67.4 歳	38.0 歳	88.0 歳	70.0 歳
女性	110 名	69.6 歳	28.0 歳	88.0 歳	72.0 歳
合計	132 名	69.3 歳	28.0 歳	88.0 歳	71.5 歳

基本情報

1. 居住形態：

単身者は 17.4%(23 名)、高齢夫婦のみの世帯が 28.8%(38 名)、高齢者のいる世帯が 15.9%(21 名)であった。複数の家族や若い世代がいる世帯は 37.1%(49 名)と最も多かった。

	単身	高齢夫婦世帯	高齢世帯	その他	無回答
人数(人)	23	38	21	49	1
割合(%)	17.4	28.8	15.9	37.1	0.8



3. 日常生活動作　ADL：

自立の方は 97.0%(128 名)、部分介助を必要とする方は 0.8%(1 名)であった。

	自立	部分介助	その他	無回答
人数(人)	128	1	0	3
割合(%)	97.0	0.8	0.0	2.3

4. 手段的日常生活動作　IADL：

自立の方は 97.0%(128 名)、部分介助を必要とする方は 1.5%(2 名)であった。

	自立	部分介助	その他	無回答
人数(人)	128	2	0	2
割合(%)	97.0	1.5	0.0	1.5

5. 身体状況：

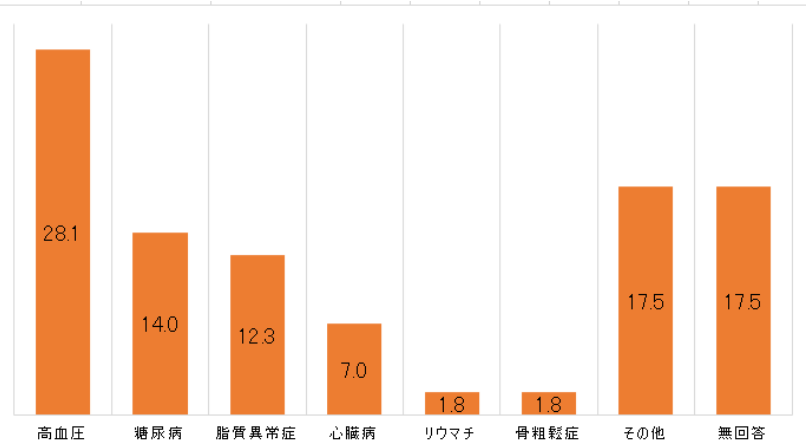
(A) 主な疾患

何らかの疾患がある方は、37.1%(49 名)であった。多い疾患は高血圧 28.1%、糖尿病 14.0%、脂質異常症 12.3%、心臓病 7.0%となっている。

	なし	あり	無回答
人数(人)	82	49	1
割合(%)	62.1	37.1	0.8

「あり」の内訳　　複数回答あり

疾患名	人数（人）	割合（%）
高血圧	16	28.1
糖尿病	8	14.0
脂質異常症	7	12.3
心臓病	4	7.0
リウマチ	1	1.8
骨粗鬆症	1	1.8
その他	10	17.5
無回答	10	17.5
合計	57	100



(B) 医師・管理栄養士などによる食事指導有無

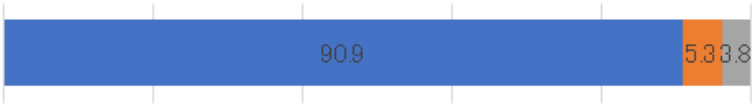
医師・管理栄養士などによる食事指導受講の有無について、ありと答えた方は、9.1%(12名)であった。

	なし	あり	無回答
人数（人）	118	12	2
割合（%）	89.4	9.1	1.5

(C) 食物アレルギーの有無

食物アレルギーのある方は 5.3%(7 名)であった。

	なし	あり	無回答
人数（人）	120	7	5
割合（%）	90.9	5.3	3.8



(D) 服薬の有無

何らかの内服をしている方は、44.7%(59 名)、内服がない方は 53.0%(70 名)であった。

	なし	あり	無回答
人数（人）	70	59	3
割合（%）	53.0	44.7	2.3

6. 摂食・嚥下機能(咀嚼・歯・義歯などの状態)：

食事に関連する摂食・嚥下機能について「半年前に比べて硬いものが食べにくくなった」方は 15.9%(21 名)、「口の渇きが気になる」方は 18.2%(24 名)、「お茶や汁物でむせる」方は 12.1%(16 名)の割合で見られた。

(A) 半年前に比べて硬いものが食べにくくなった

	いいえ	はい	無回答
人数(人)	109	21	2
割合(%)	82.6	15.9	1.5

(B) 口の渇きが気になる

	いいえ	はい	無回答
人数(人)	108	24	0
割合(%)	81.8	18.2	0.0

(C) お茶や汁物でむせる

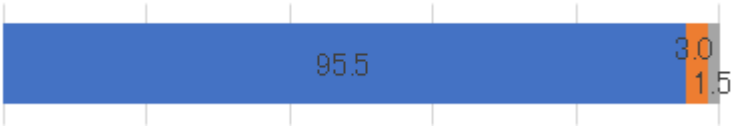
	いいえ	はい	無回答
人数(人)	115	16	1
割合(%)	87.1	12.1	0.8

7. 調理・買い物・共食の状況

買い物や食事の準備における支障があると回答した方は 3.0%(4 名)、支障はないと答えた方は 95.5%(126 名)であった。「食欲がある」「普通」と答えた方は 99.2%(131 名)と回答いただいた全ての方が答えている。食事を 3 回食べている方は 93.2%(123 名)、2 回は 3.8%(5 名)、1 回は 0.8%(1 名)であった。

(A) 買い物や食事の準備における支障の有無

	なし	あり	無回答
人数(人)	126	4	2
割合(%)	95.5	3.0	1.5



(B) 食欲の有無

	ある	普通	なし	無回答
人数(人)	110	21	0	1
割合(%)	83.3	15.9	0.0	0.8

(C) 食事の回数

	3回	2回	1回	無回答
人数(人)	123	5	1	3
割合(%)	93.2	3.8	0.8	2.3

(D) 惣菜の購入や外食・配食・サービスの利用頻度

惣菜の利用は 66 名で 146 回、外食は 38 名で 65 回、配食利用は 3 名で 7 回であった。それぞれの頻度は週 2 回程度だった。

	惣菜	外食	配食	利用していない	合計
人数(人)	66	38	3	53	160
回数(回/週)	146	65	7	−	218
頻度(回/週)	2.2	1.7	2.3	−	−

(E) 一緒に食事を食べる人はいますか

食事を一緒に食べる人が「いる」「時々いる」の割合は 87.9%(116 名)であった。「いない」と答えた方は 8.3%(11 名)であった。

	いる	時々いる	いない	無回答
人数(人)	93	23	11	5
割合(%)	70.5	17.4	8.3	3.8

8. 社会参加の状況

(A) 週に何回外出しますか

外出の回数で最多だったのは「4 回以上」で 68.2%(90 名)であった。「0〜1 回」の方は 4.5%(6 名)、「2〜3 回」の方は 22.7%(30 名)であった。

	0〜1 回	2〜3 回	4 回以上	無回答
人数(人)	6	30	90	6
割合(%)	4.5	22.7	68.2	4.5

(B) 昨年と比べて外出の機会は減っていますか

外出の機会について、「変わらない」が最も多く 52.3%(69 名)であったが、「減った」方が 40.9%(54 名)と「増えた」方の 5.3%(7 名)よりもかなり多くなっている。その理由について、増えた理由は仕事やイベント参加などが上げられたが、減った理由はコロナ禍の影響がほとんどだった。

	変わらない	減った	増えた	無回答
人数(人)	69	54	7	2
割合(%)	52.3	40.9	5.3	1.5

＜増えた理由＞　仕事、イベント参加、友人と出掛ける事が増えた

＜減った理由＞　コロナ禍の影響、運転減

(C) 地域の活動や仕事をしていますか

地域の活動や仕事をしている方は 69.7%(92 名)、していないと答えた方は 28.8%(38 名)であった。

	している	していない	無回答
人数(人)	92	38	2
割合(%)	69.7	28.8	1.5

「している」と回答した人：平均 2.0 回/週

9. ソーシャルサポート

困りごとがある時に、家族を含めた周りのひとからサポートを受けることが出来ますか

「はい」と答えた方は 88.6%(117 名)、「いいえ」と答えた方は 9.1%(12 名)であった

	はい	いいえ	無回答
人数(人)	117	12	3
割合(%)	88.6	9.1	2.3

10. 主観的な健康観

「健康だと思う」「どちらかというと健康だと思う」を合わせると 85.6%(113 名)、「どちらともいえない」11.4%(15 名)、「健康だと思わない」は 1.5%(2 名)であった。

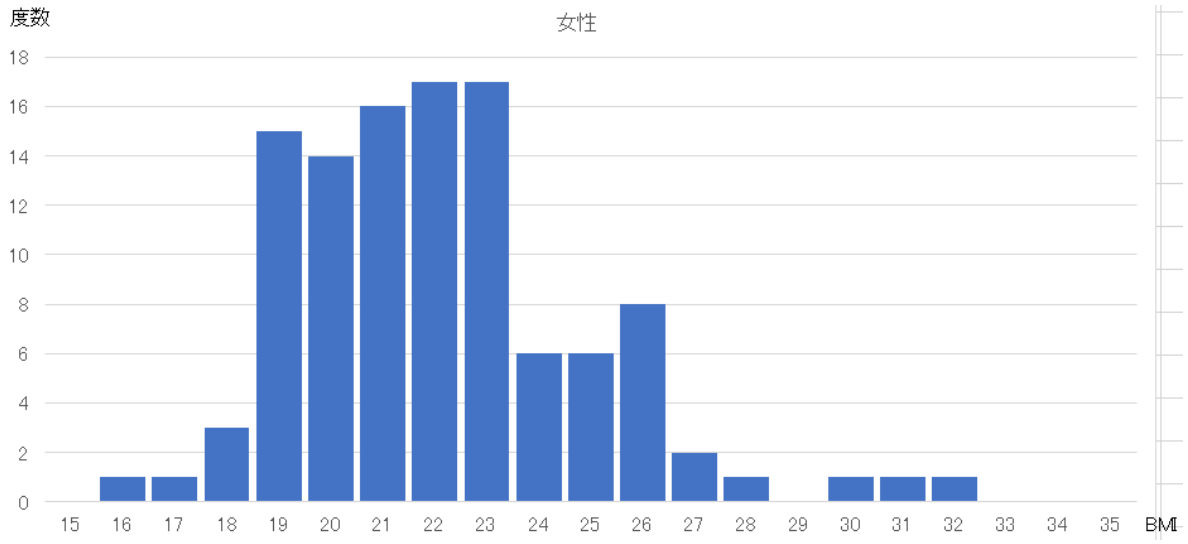
	健康だと思う	どちらかというと健康だと思う	どちらともいえない	健康だと思わない	無回答
人数(人)	59	54	15	2	2
割合(%)	44.7	40.9	11.4	1.5	1.5

MNA

	体重(kg)	身長(cm)	評価合計点(点)
平均	55.4	155.4	12.2

BMI　身長・体重・性別の記載があるデータのみ使用(131 枚/132 枚中)

性別	平均値	度数	標準偏差	中央値	最小値	最大値	合計	総合計の%
男性	24.5	21	3.4	24.2	17.6	34.5	511.1	17.1%
女性	22.6	110	2.8	22.3	16.9	32.5	2,480.4	82.9%
合計	22.9	131	3.0	22.5	16.9	34.5	2,991.4	100.0%



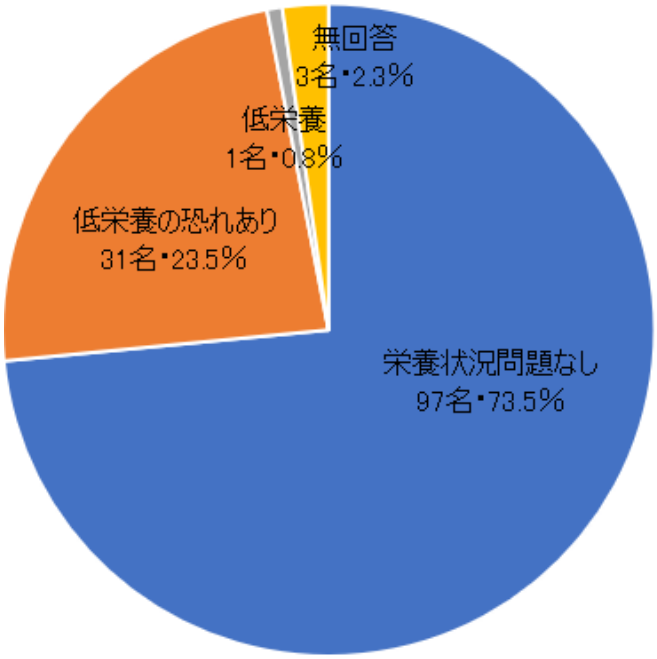
リスク判定

	栄養状況問題なし	低栄養の恐れあり	低栄養	無回答
人数(人)	97	31	1	3
割合(%)	73.5	23.5	0.8	2.3

項目	A 食事量の減少			B 体重の減少				C 自力歩行			D 急性疾患		E 精神状態			F BMI			
点数 (低いほどリスク)	0	1	2	0	1	2	3	0	1	2	0	2	0	1	2	0	1	2	3
人数(人)	2	4	124	7	13	16	94	0	1	130	21	110	1	5	125	6	24	45	55
割合(%)	1.5	3.0	93.9	5.3	9.8	12.1	71.2	0.0	0.8	98.5	15.9	83.3	0.8	3.8	94.7	4.5	18.2	34.1	41.7

MNA リスク判定では、栄養状態に問題のない方が 73.5%(97 名)、低栄養の恐れあり 23.5%(31 名)、低栄養 0.8%(1 名)であった。項目では、B 体重減少の 0=3kg 以上の減少 1=わからない 2=1～3kg の減少を合わせると 27.3%(36 名)の体重減少があったとする方がみられた。低栄養 0.8%(1 名)は配偶者との死別後間もない時で、食欲不振とストレスがあった。初回から 3 か月後の 3 回目の開催時には食欲も戻り体重も約 4 kg増え、栄養状態問題なしとなった。また、事業終了から 2 か月後のフォローアップの電話でも健康状態に問題はなかった。

リスク判定



3-2 利用者アンケート

回収数　229 名/239 名中

配食サービスの利用状況について、今回が初めての方は 47.2%(108 名)、初めてでない方は半数以上の 52.0%(119 名)であったが、今回の配食サービスで複数回参加いただいた方が多く含まれている。

また、配食サービスが自らの健康管理に役立っていると感じている方は 83.8%(192 名)と高い比率となっている。「いいえ」と答えた方は 12.2%(28 名)であった。健康管理に役立っていると感じている理由として、「家での食事の取り方の参考にできる」が 62.9%(144 名)と最も高く、「栄養バランスの考え方が理解できる」が 59.0%(135 名)、「栄養の重要性が理解できる」が 53.3%(122 名)、「食事の分量が理解できる」が 46.3%(106 名)であった。

1. 配食サービスを試すのは、今回が初めてですか？

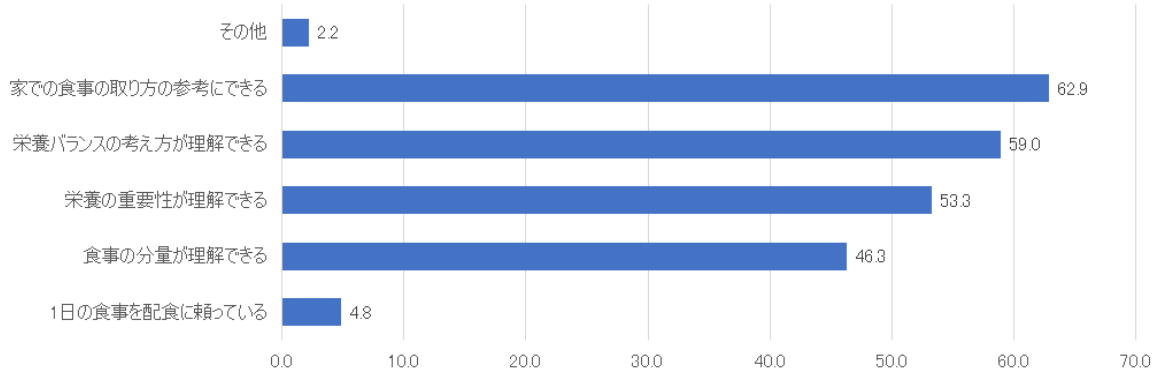
	はい	いいえ	無回答
人数（人）	108	119	2
割合（%）	47.2	52.0	0.9

2. 配食サービスが自らの健康管理に役立っていると感じますか？

	はい	いいえ	無回答
人数（人）	192	28	9
割合（%）	83.8	12.2	3.9

3. (2.で「はい」と回答の方) 理由　＊複数回答

	1 日の食事を配食に頼っている	食事の分量が理解できる	栄養の重要性が理解できる	栄養バランスの考え方が理解できる	家での食事の取り方の参考にできる	その他
人数(人)	11	106	122	135	144	5
割合(%)	4.8	46.3	53.3	59.0	62.9	2.2



4. 配食サービスを利用した感想

配食サービスを利用した感想について、「食べやすかった」「やわらかさ、硬さが自分に合っていた」「家での食事のとり方にも活かしたい」と答えた割合は、いずれも 80%前後と高かった。「いいえ」と答えた割合は 3%前後と少なかった。しかし 11.4%～13.5%(26 名～31 名)の方が「どちらともいえない」と回答しているため、さらなる個別の対応も必要と考えられる。

また「今後も定期的に配食サービスを利用したい」の質問に対しては「はい」と答えた方は 25.8%(59 名)、「いいえ」と答えた方は 16.6%(38 名)、「どちらともいえない」が 47.6%(109 名)と最も高くなっている。このことから、健康支援型配食サービスを利用したいと思ってもらうには、共食であることの重要性が分かる。

「今後も管理栄養士・栄養士に会いたい」かの問いに対しては「はい」63.3%(145 名)、「いいえ」4.4%(10 名)、「どちらともいえない」24.0%(55 名)であった。

a. 食べやすかった

	はい	いいえ	どちらともいえない	無回答
人数（人）	182	7	31	9
割合（%）	79.5	3.1	13.5	3.9

b. やわらかさ、硬さが自分に合っていた

	はい	いいえ	どちらともいえない	無回答
人数（人）	176	9	30	14
割合（%）	76.9	3.9	13.1	6.1

c. 家での食事のとり方にも活かしたい

	はい	いいえ	どちらともいえない	無回答
人数（人）	188	6	26	9
割合（%）	82.1	2.6	11.4	3.9

d. 今後も定期的に配食サービスを利用したい

	はい	いいえ	どちらともいえない	無回答
人数（人）	59	38	109	23
割合（%）	25.8	16.6	47.6	10.0

e. 今後も管理栄養士・栄養士に会いたい

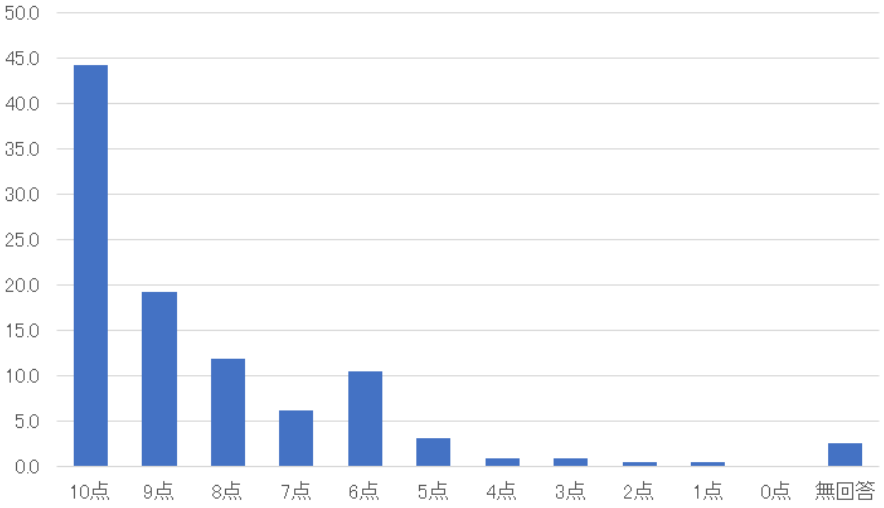
	はい	いいえ	どちらともいえない	無回答
人数（人）	145	10	55	19
割合（%）	63.3	4.4	24.0	8.3

5. 今回の配食事業に参加して、本日の感想

配食サービス利用の感想を「とても良かった」10 点、「良くなかった」0 点として集計すると下記の表の通りとなった。

75%以上(172 名)の方が 8 点以上の評価をしており、高評価をいただいたことがわかる。

得点	度数（人）	割合（%）
10 点	101	44.1
9 点	44	19.2
8 点	27	11.8
7 点	14	6.1
6 点	24	10.5
5 点	7	3.1
4 点	2	0.9
3 点	2	0.9
2 点	1	0.4
1 点	1	0.4
0 点	0	0.0
無回答	6	2.6



6. 配食サービスへの要望コメント

神奈川　記入枚数 43 枚/54 枚中

良かった点

・自分で出来なくなっても安心できると感じました。是非お願いしようと思いました(2 件)
・大根サラダがとても食べやすく美味しかった
・自分の休養のため配食を始めました。今も続いています
・お魚大変美味しくいただきました
・ご飯が美味しかった
・高齢者の栄養食事改善に事業者と連携して取り組まれている事は素晴らしいと思います
・タンパク質の重要性を理解できました
・今日はご飯の硬さも丁度良くおかずも良かったです

改善点・その他感想

・もう少し値段が安いと良い(6 件)
・かなり薄味と感じました(2 件)。そのためご飯が進まなかった
・野菜が少なかった(2 件)
・今日の配食はあまり美味しくなかった。特にお肉が美味しくなかった
・ご飯が硬く感じた
・ご飯が柔らかすぎ。味付けがあまり美味しくない。
・高齢者には少しお肉が硬いような気がしましたので工夫が必要
・主食が多い
・肉魚が選択できると良い
・汁物があると良いですね
・副菜の量が少ない。緑黄色野菜がもっと欲しい
・タンパク質 90g を摂取するのはかなり難しく、配食サービスだけでは足らない気がします。妻が利用しているカーブスではプロテインを活用するようにアドバイスをしていると聞きました。配食サービスでもプロテイン飲料の活用もされたらどうでしょうか
・副菜の増量や単品追加が出来るとありがたい
・手作りで栄養面も考えて作って欲しい
・季節感のある食事がいい
・配食サービスは初めてなのでよく分かりません
・いずれ先に配食のお世話になるかも
・配食は寂しい気持ちでいただきました。できれば利用しないで済めばと思う。
・家で食事をするばかりでなく、たまには仲間と過ごされたらと言われました

茨城　　記入枚数 25 枚/44 枚中

良かった点
・とてもおいしかった(3 件)
・配食サービスは年老いた時には必要だと思う(2 件)
・参加するのが楽しみになるお弁当でした

改善点・その他感想
・量が多い(10 件)
・汁物など温かいお弁当が良い(4 件)
・野菜がたくさん欲しい(4 件)
・味が薄い
・衛生管理について教えてほしい
・油調理を控え和食多めにしてほしい
・旬の食材・土地のものを使った献立希望

岐阜　　記入枚数 17 枚/70 枚中

良かった点
・美味しかったです(4 件)。バランスも良く見習って頑張ります
・いろいろな味が楽しめて美味しかった。
・栄養の取り方がわかった
・将来的に配食サービスを利用してもいいかなと思う
・つい惣菜を買ったり配食サービスを利用するのも増えてきます。バランスの良いお弁当が利用できるとありがたいです
・大変美味しく彩も綺麗で食材の活かし方も分かりやすかった
・食に関心のない人に健康になれる食事をとってもらえるので良いサービスだと思う
・初めての体験で勉強になった
・意識が変わる
・豚肉がとろけて大トロのように口の中に広がってよかった
・要望に答えてくださり感謝。全体的に味が控えめで素材そのものの味、歯ごたえがありよかった

改善点・その他感想
・ご飯がかためだった
・量が少し多めのような気がします
・主食が白飯だと各々の料理の味が引き立ってよかった
・主食は白ご飯が好み
・飽きないもの

・レシピを知りたい
・日頃の食生活をチェックするためにも年に 2 回ぐらいアドバイス頂きたい

愛知　　記入枚数 10 枚/19 枚中

良かった点
・ご苦労様でした
・お心遣いありがとうございました

改善点・その他感想
・値段
・ご飯の量が多い、果物が欲しい
・ご飯は少なめで柔らかめ
・温かいもの
・70、80 代になった時、まごころ給食が充実したものになっていてほしい。お店が選べるなど選択肢がたくさんあり、自分に合った栄養量が摂取できるなど
・高齢者施設勤務のため、高齢者施設への配達もしてくれたらうれしいです
・2 人分なので何時位に配達できるのか
・家の料理の参考にしたい調味料の量を教えてほしいです

山口　　記入枚数 16 枚/42 枚中

良かった点
・とても参考になった(4 件)
・とても美味しかった(3 件)
・バランスが良くて大変いいです(2 件)
・バランス良く安価だった
・こうした会は大変参考になる。配食サービスを要望したい
・基本は自分で作るようにしていますが参考になります。味は特に気にして食しました
・要望はありません。美味しくて、栄養について考えるヒントもいっぱいで大満足でした。
・よく噛めるようにしてあったのが、食事に取り入れなくてはと思いました。

改善点・その他感想
・もう少し年を重ねると絶対利用したいと思った(2 件)。今のところ自分でやってみようと思う
・地理的に遠いし、自分で出来る間は自分で参考にしながらやっていきたい(2 件)
・お肉などが 1 つ入っていたらと思った。主食が少し硬かった。生酢か梅干・漬物が欲しかった

7. 管理栄養士・栄養士への要望コメント

神奈川　記入枚数 14 枚/54 枚中

・栄養　カルシウムの多く含む食品、鉄分が多い食品など？管理栄養士さんの知恵袋をお弁当に添えていただくと参考になると思います。食事と体操、口腔ケアも大切なことなど。
・献立　毎食の食事の献立ももう少し考え分量を気にかけなくてはいけないと感じました。食べると言うことが体（健康）につながっていることに実感しました。ダイエットも食べながら出来る方法を知りたいです。
・献立　家で食事の用意を毎日していますがコロナの為外食が出来ないけど家ではほとんどと言って昔は外食をしなかったんですが毎日の献立が大変です。家にある食材でバランスよくとる料理が知りたいです。
・献立　冬至にかぼちゃのいとこ煮あって良かったと思う。
・味付け　色々と今回参加して勉強になりました。味付けが特に参考になりました。
・味付け　味付けはもうちょっと濃いのがいいかなと思った。お年寄りはちょうどいいのかな？
・味付け　ちょっとした味の工夫
・感想　とても役に立つことが沢山ありました。又機会がありましたら勉強会を開いて頂きたいです。ありがとうございました。
・感想　講座は聞き取りやすく内容も良かったと思います。ありがとうございました。
・感想　ご講演ありがとうございました。
・感想　大変刺激になりました。十年 1 日の如く繰り返して居りますが何 g 何カロリーとかこれからは教わった事を参考に取り入れたいと思いました。ありがとうございました。
・感想　自分で出来るうちは自分で作ろうと思う。参考にしようと思う。
・感想　今日は本当にありがとうございました。今後共よろしくお願い致します。
・その他　食事は見た目も大事

茨城　　記入枚数 15 枚/44 枚中

・栄養　カロリー、塩分表示が欲しい
・栄養　カロリー表示が欲しい
・栄養　間食を見直すきっかけになった。栄養計算の表が良かった。
・栄養　たんぱく質の取り方の話が分かりやすかった。普段の食事をしっかりとることが大切と分かったが個人的には体重を減らしたい。
・栄養　カロリー・塩分表示が欲しい
・献立　誕生会の献立を作ってほしい
・感想　食の話は大切
・感想　声も大きく良い
・感想　月に 1 度くらいの共食は良い。今後も栄養について学びたい。

・感想　栄養バランスの取れている食事内容の話を楽しく説明を受けられるのが良い
・感想　食の話が良かった
・その他　体力テストなども取り入れてみてはどうか？
・その他　健康相談や個別の栄養アドバイスがあると良い
・その他　地区での講話をしてほしい
・その他　次は直接話を聞きたい

岐阜　　記入枚数 20 枚/70 枚中

・栄養　大変よく理解でき、タンパク質のとりかたが今までより変えなくてはいけないと思いました
・栄養　植物性タンパク質に関心あり。大豆をとりやすくするお話や食事の工夫を知りたい
・栄養　タンパク質の不足分の補い方、工夫がよくわかった
・感想　良いお話をありがとうございました。
・感想　なかなか食の話を聞く機会がなかったので勉強になりました。また、参加できる機会があると嬉しい。実際に食べられてお話聞くのが一番ですね。良かったです。
・感想　大変わかりやすいお話でした。また次回もよろしくお願いします
・感想　勉強になりました。
・感想　薬は飲みたくない主義。日頃の生活、特に食事は大切だと思う。楽しくおいしく食べられて身体のためになる余生活を進めたく教えてほしい。ユネスコ無形文化遺産に登録された和食の良さをもっと勉強したいと思います。
・感想　理解よくわかりました
・感想　年に 5～6 回くらい食したい
・感想　とても分かりやすい。話のポイントがよくわかります。
・感想　ありがとうございました。
・感想　毎日の食事を見直すいい機会となりました
・感想　大変勉強になりました
・感想　今後も定期的に学びたい
・感想　食事習慣は月日が経過するうちに偏りがちになる。年に 1 回はこのようなセミナーがあるといいと思います。
・感想　健康の意識が高まるための努力が大変。意識が変わる参加型がいいと思う。こんなに美味しいお弁当が食べたい
・感想　家では一人なので大勢で食事をするのはとても楽しいです。また、よろしくお願いいたします。
・その他　食事の分量が理解できた
・その他　食べすぎの主人の食の制限・アイデアを知りたい

愛知　　記入枚数 13 枚/19 枚中

・栄養　洋食のお弁当メニューカロリー栄養を知りたいです
・栄養　野菜の栄養一覧を教えてください
・栄養　食材の利用方法（栄養を損なわないような調理方法）
・献立　未知の世界なので戸惑っています。日常生活に取り入れたいと注意すべき料理の仕方などありましたらお話しください
・感想　とても分かりやすく理解できました。頑張ってください。
・感想　楽しかったです。
・感想　すごくいい笑顔で楽しかったです。
・感想　またこのような機会があったら参加したいです。
・感想　胃の手術をしているので量が少なく回数をとっている
・感想　ありがとうございます。またお会いしたいです。いろいろ教えてください
・感想　大変役に立ちます
・感想　本当に毎日食事に頭を悩まされます。今回の勉強で栄養の必要さと取り方について少しわかりました。まだまだ知りたいことがたくさんありますので、このような勉強は大変役に立ちます。ぜひ続けてほしいと思います。
・その他　食材の保存の方法

山口　　記入枚数 25 枚/42 枚中

・栄養　栄養補助食品のコマーシャルがたくさんありますが、ああいう補助食品はどうでしょうか？摂らない方が良い、摂って利用しても悪くはない？PR を見るとつい迷います。ご意見を伺えたらと思います。
・栄養　また栄養についてのお話が聞きたいです。日々のことなのでついつい忘れがちになるので自覚のためにも聞かないといけないと思いました。
・栄養　調理により損なわれる栄養を防ぐ調理方法、食べ方を教えてほしい。
・感想　自分と主人の好みが違うので苦労しています。栄養士の方に聞いたと言って納得させます。私の好みに近づけます。
・感想　いつも栄養のお話がとてもいいです！！
・感想　家ではなかなかできなくて参考になります。
・感想　良い勉強になります。人との出会いも頭の体操、リフレッシュ出来て来年も色々な話を聞かせてください。数年前(5〜6 年)からゴーヤ、バナナ同量に牛乳を加えたゴーヤジュースを飲んでいます。試してみてください。
・感想　年老いても習いに行きたいのはお料理です。
・感想　これからもこういう機会があれば参加したいと思います。
・感想　とても分かりやすく話されたので良かった。
・感想　次回も参加したいと思います。楽しみにしています。

・感想　今回３回とも参加して、とても自身の食生活を見直す機会になりました。食材の組合せ、調味料として固定観念を外して色々チャレンジしたいので又の機会を希望します。ありがとうございました。
・感想　分かりやすく納得いくような説明でとっても良かったです。
・感想　時々会を開いてください。
・感想　勉強会はできるだけ続けてください。
・感想　今後も機会があればいろいろなことを教えてほしいです。
・感想　今後もこういう機会をお願いします。
・感想　家では出来ないので時々この様な会をしてください。
・感想　説明を聞き納得できた。ボケ予防・頭の体操など利点あるため、日常は全て自分で作る。根菜・葉物の取り合わせを中心に魚肉は時々。とても勉強になった。
・感想　こうした会には参加したい。いつもありがとうございます。
・感想　また次をお願いします。
・感想　参考になった。
・感想　またしてほしい。
・感想　大変よく研究されており、こうした会を広げてほしい。
・感想　ためになるお話を聞けて良かったです。次回も楽しみにしております。

3-3 配食事業者用アンケート集計結果

◇ 参加配食業者　7 業者

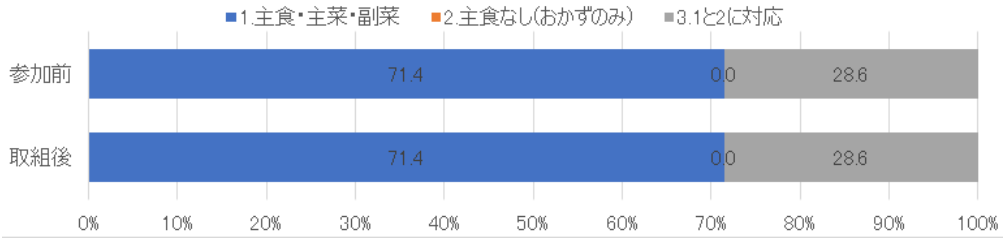
配食事業者 7 業者について、①今回の事業に参加前と②管理栄養士と連携した配食の取り組み後の 2 回同様のアンケートへの回答を求め、
管理栄養士介入前後での配食事業の取り組みの変化を比較した。

◇ 実施期間　2020 年 10 月～2021 年 1 月

地区	モデル事業実施所	今回の事業連携配食業者
茨城	1. IBK 茨城管理栄養士/吉田順子	1. おぬま食堂
神奈川	2. youeat/萩野祐子	2. 社会福祉法人たすけあい泉食事サービスはな
		3. 福祉クラブ生協 港北食事サービス W.Co ほっと
岐阜	3. ティーユープランニング/宇野さとみ	4. 割烹宇乃
愛知	4. eiyo-salon MIRAI/榊原未来	5. ケイフードサービス
		6. 岩佐商店
山口	5. 認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ/長井彩子・白木志乃	7. ニコット

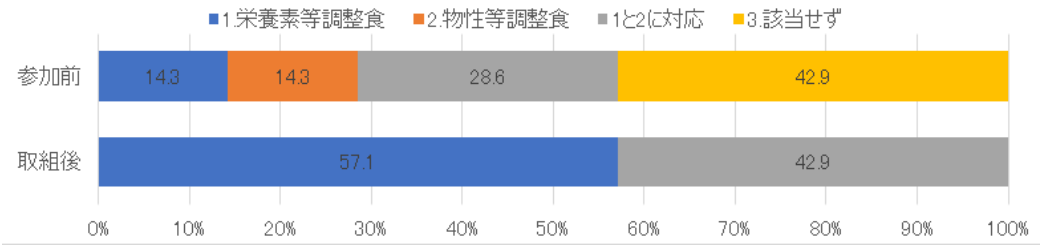
1. 配食形態について

配食形態について、全 7 業者のうち「1.主食・主菜・副菜のみ」対応の事業者は 5 事業 71.4%であった。主食・主菜・副菜と 2.主食なし(おかずのみ)の 2 つに対応している業者は 2 事業 28.6%であった。その他の配食形態はなかった。これは取組前後での変化は見られなかった。



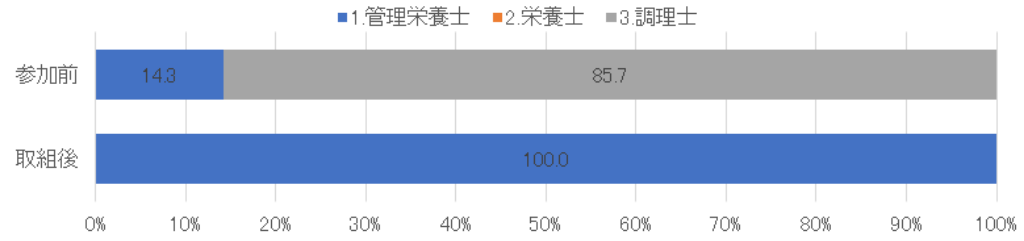
2. 食事内容について

栄養素等調整食や物性等調整食への対応を実施している業者は、介入前は 57.1%で、そのどちらにも該当しないが 42.9%だった。取組後に
栄養素等調整食への対応が全業者で行われた。



3. 献立作成者

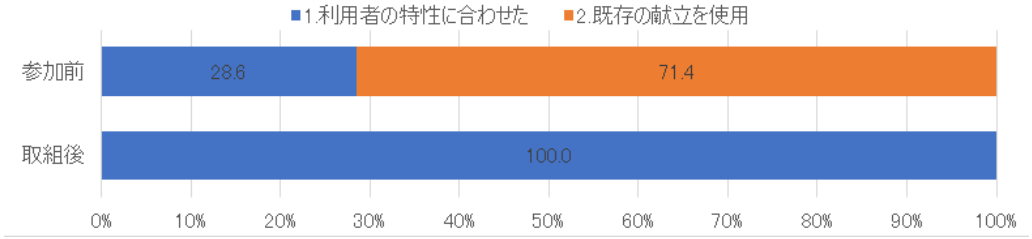
以前から管理栄養士が献立作成をしていたのは 1 業者の 14.3%で、他の業者は調理師・調理スタッフが立てていた。取組後に管理栄養士が献立作成をしていたのは全業者の 100%だった。



4. 献立作成について

介入前に利用者の特性に合わせた献立にしていたのは 2 業者 28.6%で、参加前に利用者の特性に合わせた献立にしていなかった業者は既存の献立を使用していた。

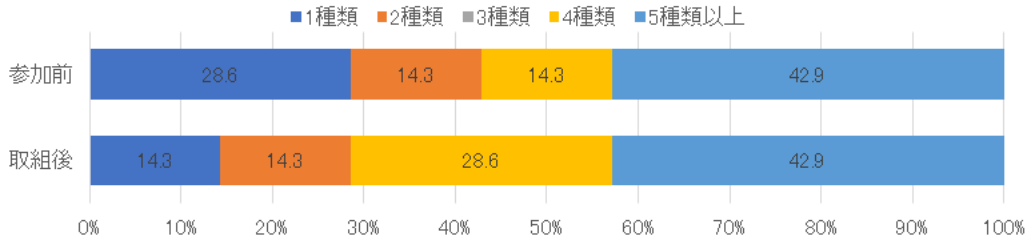
取組後に利用者の特性に合わせた献立にしていたのは全業者の 100%に増えた。



5. 食種の数(献立内容が違う)

参加前は 1 種類が 28.6%、2 種類が 14.3%、3 種類が 0%、4 種類が 14.3%、5 種類以上が 42.9%だった。

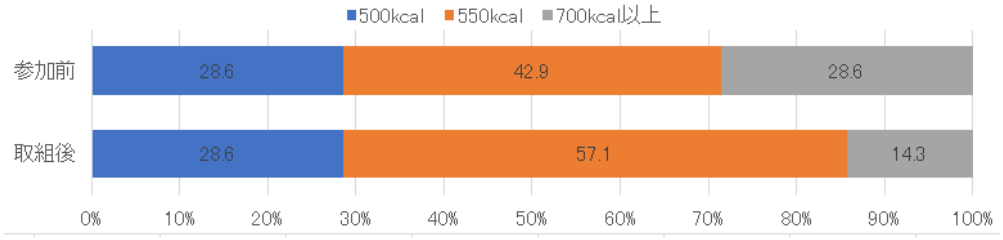
取組後は 1 種類が 14.3%、2 種類が 14.3%、3 種類が 0%、4 種類が 28.6%、5 種類以上が 42.9%となった。ヘルシー弁当が誕生等、管理栄養士が介入することで食種が増える傾向にあった。利用者に様々な種類のお弁当を楽しんでもらえることにつながる。



6.　給与目安量について

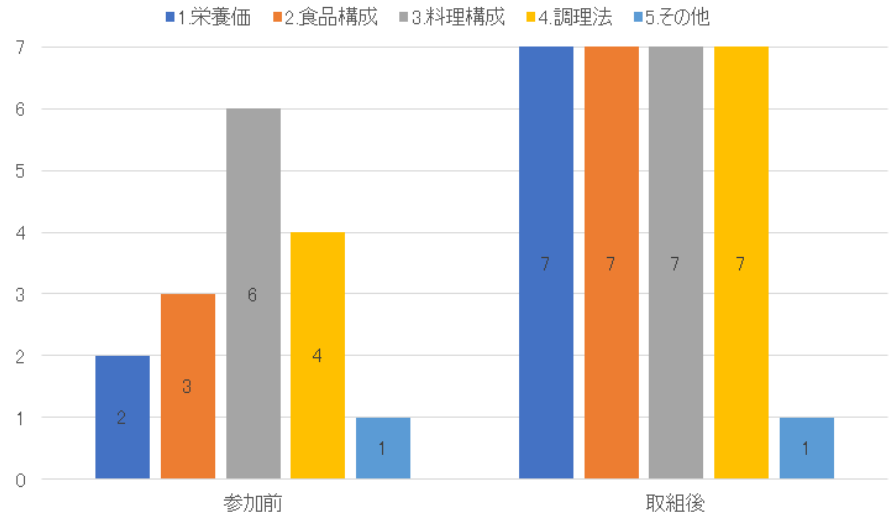
配食の給与目安量についてはほどんどが 500～550kcal を中心とした配食業者が多かった。その他 2 業者は約 700～800kcal であった。

1 業者はハレの日からケの日の弁当に変わり、取組前後で給与目安量が減った。もう 1 業者は地域の課題が「ひとり暮らしの男性の食事」であり、基準を 75 歳以上男性、1 日の食事を配食に頼ることをイメージし 35～40%で設定していた。



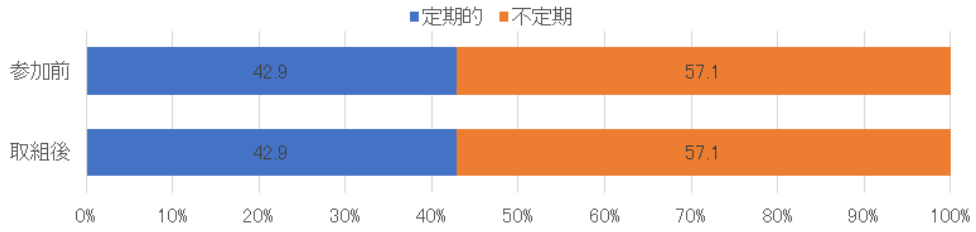
7. 献立作成基準(複数回答)

配食の主たる献立作成基準は何を基準にしているかの問いに対して、取組前は料理構成が多く、栄養価や食品構成を考慮する業者が少なかった。取組後は栄養価、食品構成、料理構成、調理法の全てを考慮するようになった。1 業者がその他で、季節感、季節の野菜を使うことに配慮していると回答があった。



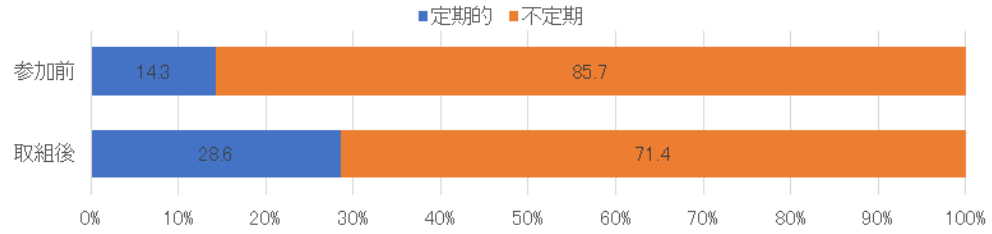
8. 献立作成基準の定期的な見直し

献立作成基準の見直しを定期的に行っているのは 42.9%、不定期は 57.1%で、取組前後での変化はなかった。今後は管理栄養士が継続的に介入することで見直しの頻度が上がるとよい。



9. 栄養価のばらつきの管理

取組前から 1 業者は栄養価のばらつきの管理を半月ごとに行っていた。取組後、栄養価のばらつきの管理が不定期だったが定期的にするところが 1 業者増えたが、ほとんど変化がなかった。今後は管理栄養士が継続的に介入することで見直しの頻度が上がるとよい。

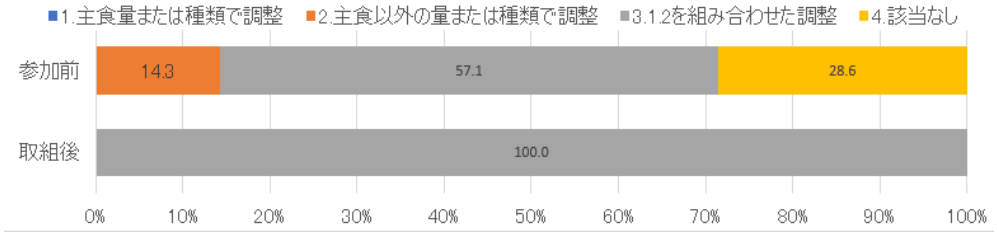


10. メニューサイクル設定

配食のサイクルメニューの導入については 1 業者のみが 14 日サイクルで実施していた。これは取組前後で変化はなかった。

11. 栄養素等調整への対応

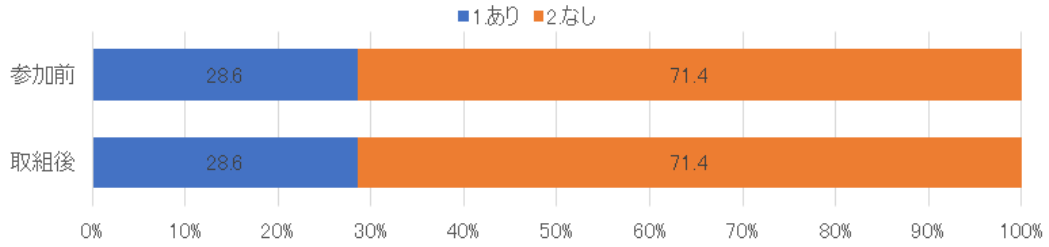
栄養素等調整への対応は、参加前は主食以外の量または種類のみで調整する業者が 14.3%、主食量または種類で調整と主食以外の量または種類の 2 つの組み合わせで調整する業者が 57.1%で、該当なしが 28.6%であった。取組後は全業者がこの 2 つの組み合わせた調整を行うようになった。



12. 物性等調整食への対応

物性等調整食への対応を行っているのは 2 業者 28.6%で、対応内容は刻み食、スライス食の形態であった。取組前後での変化なかった。

今回の事業対象者に物性等調整食の対応が必要な人が居なかったことも変化なしの要因と考えられる。また、要望があったとしても対応方法に管理栄養士のサポートが必要。また、手間がかかることも課題と言える。



ありと答えた方(複数回答)

	回答数
1. 嚥下調整食分類 2013 に対応	0
2. 刻み食対応	2
3. その他 → スライス食	1

13. 配食注文時のアセスメント

配食注文時のアセスメントを行っている業者は取組前は 28.6%、取組後は 100%に増えた。

取組前に把握していると回答した事業者のアセスメント項目は表 1 の内容であった。

取組後のアセスメントは今回の事業で用いた基本情報の様式を用いた。

具体的に何を把握していたのかは、資料 P12 の基本情報の様式を参照。

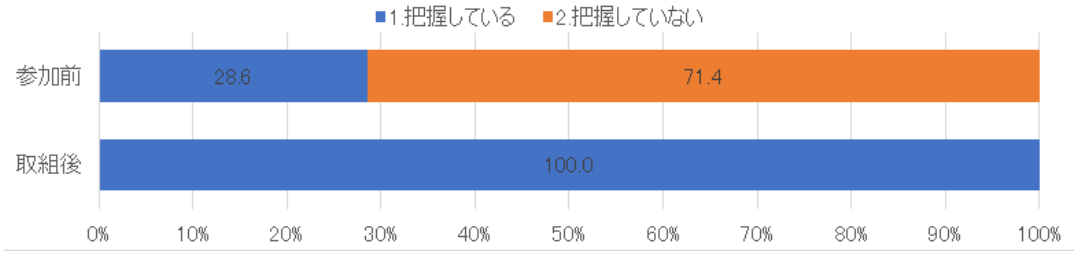


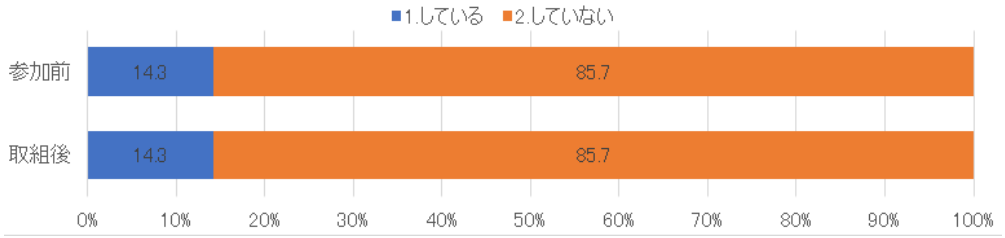
表 1.取組前に把握していると回答した事業者のアセスメント項目

アセスメント項目	事業所数
1.居住形態 2.介護認定状況 3.日常生活動作 ADL 4.手段的日常生活動作 IADL 5.身体状況 6.摂食・嚥下機能 7.料理・買い物・共食の状況 8.社会参加の状況 9.ソーシャルサポート 10.主観的な健康観	1
1.居住形態 4.手段的日常生活動作 IADL 5.身体状況 6.摂食・嚥下機能 10.主観的な健康観	1

14. 配食継続時のフォローアップ

配食継続時のフォローアップをしているのは 1 業者 14.3%で、取組前後で変化はなかった。

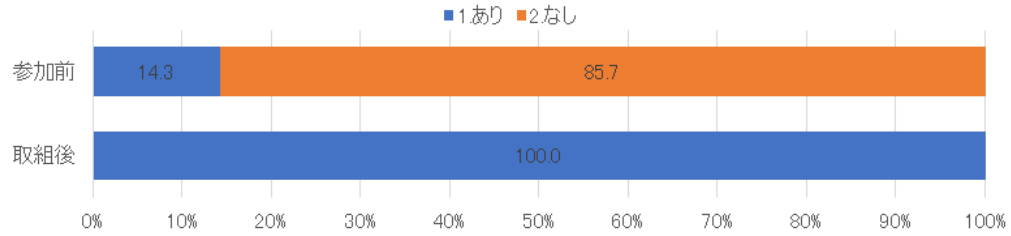
在宅での配食の利用を希望する人が今回の対象者の中にいなかったことが大きな要因と考えられる。また、在宅への個配の対応を配食事業者が行っていないことも要因。配達は供食の場ならできる、また、地域高齢者も共食の場なら配食を利用したいと答えた人が多かった。継続的にフォローアップするなら管理栄養士のサポートが必要。



15. 利用者への健康支援

利用者への健康支援を取組前から行っていたのは 1 業者 14.3%で健康イベントの開催などであった。取組後は 100%に増え、具体的な内容は健康支援型配食サービスを実施したことである。

今後も管理栄養士がかかわることで、健康支援型配食サービスで利用した弁当をスーパーマーケットや健康イベントで売るなど、健康支援の幅が広がるとよい。

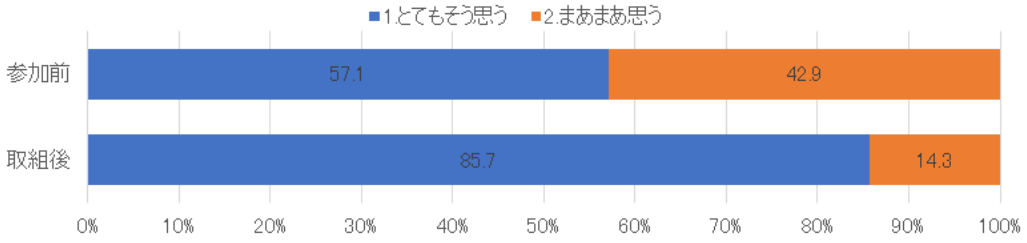


ありと回答した事業者の具体的内容(複数回答)

具体的内容	事業所数
健康イベント	1
健康支援型配食サービスを実施	7

16. 栄養の視点を配食に盛り込む必要性

栄養の視点を配食に盛り込むことの必要性について、取組前は「とてもそう思う」が57.1%、「まあまあ思う」が 42.9%であった。取組後はそれぞれ 85.7%、14.3%で事業を実施してみてその必要性をより感じる業者が増えた。



17. 今回の事業に参加しての感想

今回の事業に参加して、感想の点数は参加前平均 8.2 点/10 点満点中、取組後 9.6 点/10 点満点中であった。

		回答事業所数
参加前	平均 8.2 点	6
取組後	平均 9.6 点	7

具体的感想(参加前)

・配食ガイドラインがある事を初めて知った。配食サービスの認知度が低いので今回の様な取り組みがあれば参加していきたいと思う。

・配食は他業種からの参入もあり価格競争になりがちだが管理栄養士による献立、当日調理の良さを理解いただく良い機会である。厚労省のバックアップがあり管理栄養士の協会講師で説得力があると思う。

・お弁当を通じて地域のお年寄りの役にたてるとうれしい。栄養のバランスについて勉強したい。

・栄養士さんから始めて指導が入り、どういうお弁当になるのか心配

具体的感想(取組後)

・今回初めての参加でしたが利用者様のご意見が聞けて良かったです。食事の内容に関しては好評価をいただけたかな？と思いうれしく思います。ただ実際に”利用する”となると難しいのかと感じました。配食サービスという利便性の意味を栄養等々からと共に実際に皆様にお話が出来たら良かったのかと思いました。色々とありがとうございました。又何かございましたらお声掛けください。

・民生委員の方々を対象とした講習会に参加しフレイル予防のポイントに食事が位置づけられ用意した食事の写真入りの解説もわかりやすい。今後このような企画を開催協力したい。

・コロナのため食事会などの予約がなくなり困っていたのでお弁当の注文が受けられたことは大変助かった。高齢者の好みと栄養バランスがわかり、やる気と勉強になり、これからのお弁当の在り方が分かった。

・今回コロナのなか無事に終わり成功したので安心しました。

・思っていた食事の栄養価等の見直しができ、組み合わせも重要だと勉強になりました。

・食材の調理法、栄養管理を改めて色々と考えさせられて、とてもいい勉強になった。

Ⅴ　今後の課題

本補助事業終了後の展開（経費の確保、事業化）について検討をするにあたり、公的事業（高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施や地域支援事業等）の枠組みを活用した実施への調整が早急に求められることが分かった。協力をしたい配食事業者、管理栄養士、利用をしたい地域高齢者が居たとしても、コストの問題が解決しなければ先に進めることができない。そこで、今の自治体の事業に健康支援型配食サービスを取り入れていく案を提案した。各地域での提案と自治体からの回答をまとめる。

「健康支援型配食サービス」実施における地方自治体連携調査

本事業の実施においては、地域住民の健康寿命の延伸・生活習慣病の予防等の観点から、地方自治体との連携が重要なポイントとなる。

そんな中で、平成 29 年度には、厚生労働省からも、自治体に対し「「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」の普及について」「地域高齢者等における配食の機会を通じた健康支援の推進について」といった通達が行われている。

そこで、本事業の実証実験を通じた課題等を踏まえ、各地方自治体との連携について検討を行った。

（1）実施自治体

■茨城県鉾田市　■愛知県豊川市　■愛知県蒲郡市　■岐阜県岐阜市
■山口県山口市　　■山口県長門市　■神奈川県横浜市

（2）説明資料　※抜粋

本年度実施した内容をとりまとめ、説明したのちにヒアリングを行った。

健康支援型配食サービス

（一社）管理栄養士地位向上協会

平成29年3月30日
「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」の普及について

健発0330第6号
平成29年3月30日

各 都道府県知事 / 保健所設置市長 / 特別区長 殿

厚生労働省健康局長
（公印省略）

「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」の普及について

高齢化が急速に進展する中で、健康寿命の延伸を実現するには、生活習慣病予防とともに、社会生活を営むための機能を高齢になっても可能な限り維持することが重要であり、良好な栄養状態を維持する必要がある。
また、単身や高齢者のみの高齢世帯が増加する中、買い物や調理など食事の用意に援助が必要な状況も生じている。
そのような中ニッポン一億総活躍プラン（平成28年6月2日閣議決定）において、健康寿命の延伸に向けた具体的な施策として、「配食を利用する高齢者等が適切な栄養管理を行えるよう、事業者向けのガイドラインを作成し、2017年度からそれに即した配食の普及を図る」ことが盛り込まれた。
これらを踏まえ、今後利用の増大が見込まれる配食の選択・活用を通じて、地域高齢者等の健康支援につなげるため、平成28年7月から地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理の在り方について検討が重ねられ、平成29年3月に検討会報告書として取りまとめられたところである。この検討会報告書を踏まえ、今般、事業者向けに「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」を別添のとおり策定した。
ついては、各地域や高齢者の特性に応じて本ガイドラインの普及を図るよう願いたい。また、都道府県におかれては、管内市町村（保健所設置市及び特別区を除く。）に対する周知をお願いする。

平成29年3月30日
「地域高齢者等における配食の機会を通じた健康支援の推進について

健健発0330第1号
平成29年3月30日

各 都道府県 / 保健所設置市 / 特別区 衛生主管部（局）長 殿

厚生労働省健康局健康課長
（公印省略）

地域高齢者等における配食の機会を通じた健康支援の推進について

健康寿命の延伸に向け、今後利用の増大が見込まれる配食の選択、活用を通じて、地域高齢者等の健康支援につなげるため、今般、『地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン』の普及について」（平成29年3月30日付け健発0330第6号）が健康局長から通知されたところである。
地域高齢者等の配食の機会を通じた健康支援の推進に当たっては、地域高齢者等の低栄養予防など各地域や高齢者の特性に応じた食生活改善を図る観点から、下記の取組をお願いする。その取組の実施に際しては、平成29年3月に取りまとめられた別添1の「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理の在り方検討会報告書」において、国とともに自治体に望まれる取組事項が示されているので参照されたい。
また、都道府県におかれては、管内市町村（保健所設置市及び特別区を除く。）に対する下記の取組の周知及び適切な支援をお願いする。
なお、老健局振興課より、各都道府県、指定都市及び中核市の介護保険部門宛てに、配食等の生活支援等サービスについて、市町村が介護サービス情報公表システムも活用しながら高齢者やその関係者への情報提供に努めるよう、各都道府県から管内市町村に対し要請することが依頼される予定であることを申し添える。

国は、健康寿命の延伸等を実現させるため地方自治体に、対し配食事業支援に関連した通知を行っている。

厚生労働省からの通達

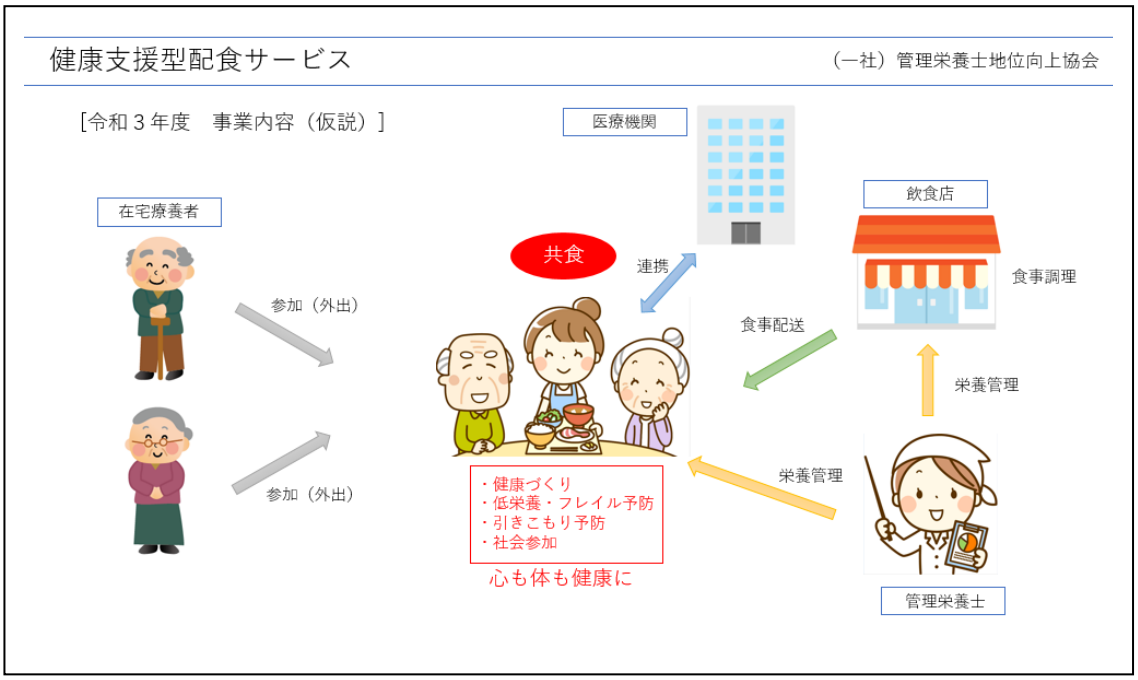
健康支援型配食サービス

（一社）管理栄養士地位向上協会

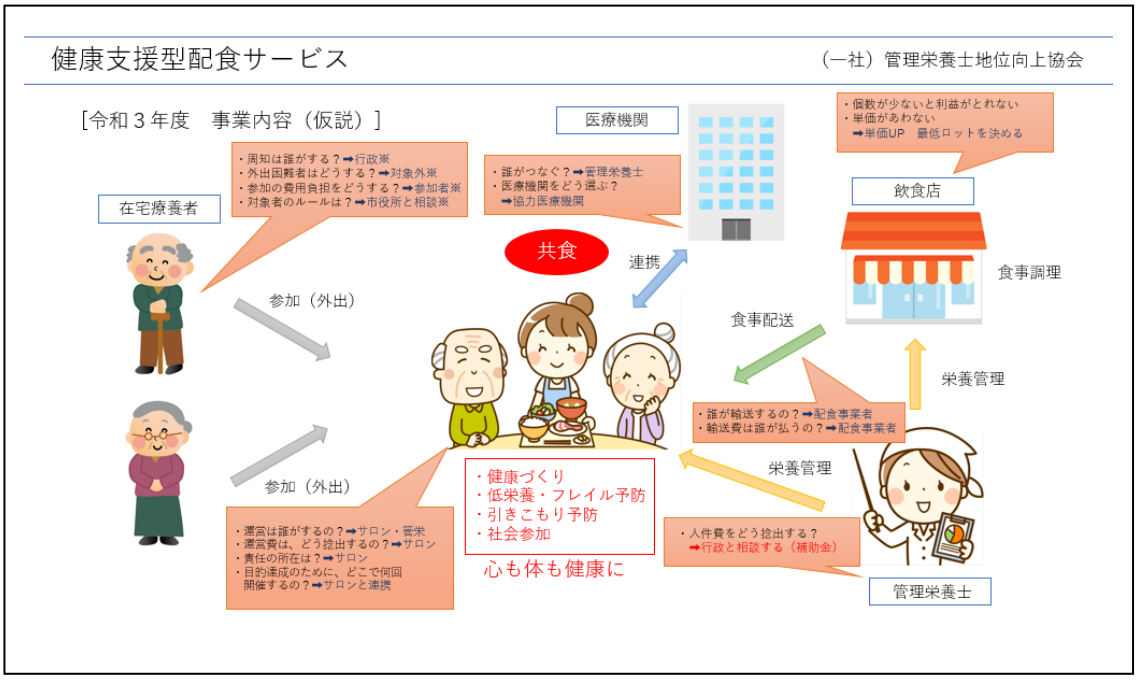
[課題と目的]

急速な少子高齢化が進み、国民一人当たりの健康保険料負担や医療費が増大する中、在宅療養者の増加にも拍車がかかっている。更に、地方では在宅医療者に対し食事・栄養支援を行う人材が圧倒的に不足しており、在宅療養者の食事や健康に対する支援が十分に行き届いていない。
そんな中で、地域の在宅療養者等が医療・介護関連施設以外でも健康・栄養状態を適切に保つことができ、かつ口から食べる楽しみも十分得られるような食環境整備、とりわけ良質な配食事業を求める声は、今後ますます高まることが予想される。
そこで、地域の人材やサービスを生かした、配食サービスを実現することで、食と栄養を通じた在宅療養者の健康維持を目指すとともに、しいては、増加する健康保険料及び医療費の抑制を図る。

課題と目的の共有



事業実施内容の説明



事業実施内容と課題・役割の整理

（2）ヒアリング

ア）ヒアリング者

■茨城県鉾田市

・鉾田市長　岸田　一夫　様　・鉾田市議会議員　高野　衛　様
・鉾田市　福祉保健部　介護保険課　高野　克男　様
・鉾田市社会福祉協議会　事務局長　菅谷　英男　様
・IBK　茨城管理栄養士　吉田　順子

■愛知県蒲郡市

・愛知県蒲郡市　保健医療センター　健康推進課　せんが様
・eiyo-salonMIRAI　管理栄養士　榊原未来

■愛知県豊川市

・豊川市役所福祉部　保険年金課国保給付係　保健師　舟橋純子　様
・豊川福祉部介護高齢課　高齢者支援係　保健師　加藤華代　様
・eiyo-salonMIRAI　管理栄養士　榊原未来

■岐阜県

・岐阜県健康福祉部保健医療課健康推進室　係長　　牧村　潤一　様
・岐阜県健康福祉部保健医療課健康増進係　主査　　森　　千夏　様
・(資）ティーユープランニング　管理栄養士　宇野さとみ

■山口県山口市

・山口市　高齢福祉課
・藤原米穀店 CoiCoi 藤原払路未

■山口県長門市

・長門市　市民福祉部　審議監　堀　隆人　様
・長門市　市民福祉部　高齢福祉課　課長　松尾　様
・長門市　市民福祉部　高齢福祉課
　　地域包括ケア推進室　主査　上野　丘恵　様
・株式会社クレイン　大下　将史
・認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ　長井　彩子
・認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ　白木　志乃

■神奈川県横浜市

①　まず、今年度の事業の概要・取り組みと成果を説明させていただきます。ご意見やご質問はありますか？

自治体によって温度差は見られたが、「事業の実施方法、参加された高齢者の感想を知りたい」や「事業の結果、どんな効果が出たか知りたい」等といった、実際に現場で感じた意見や結果を求められる意見が見受けられた。また、今後、本事業をどのように継続していくのかといった点に関心があった。

②　今回、実証実験として、先ほど説明した事業を実施しましたが、取り組みの中で行政として連携もしくは、支援できそうな点等ございましたか。（可能な範囲で、具体的に教えてください。）

すでに、配食サービスではないがフレイル予防として地域の栄養士会へ委託料を支払っている自治体もあれば、違う形で配食サービスを実施している自治体もあった。また、令和３年度に予算化し、健康支援型配食サービスを地域の大学と実証予定の自治体もあった。

未実施の自治体であっても、介護予防や生活支援サービス・閉じこもり防止といった点において、健康支援型配食サービスへの関心はあり「本事業を推進していかなければならない」や「実施できるか検討したい」といった回答もあった。一方で、新たな事業として取り組む場合は、費用対効果や事業モデルの具体性等を踏まえ、検討するといった意見がみられた。

それぞれの自治体では、健康増進に向けた地域版デイサービスやサロン・健康教室といった事業が展開されており、こういった事業と管理栄養士との連携には前向きな回答が得られた。

③ 具体的にどのような運営体制で行っていくのかは、これから検討しますが、今後、本事業を本格的に実施するにあたり、補助金や委託料等の費用支援をしていただくことが、 可能性としてあるでしょうか。

前項の質問と同様、フレイル予防事業としてすでに予算化している自治体もあれば、共食の場づくりの観点から、今後、広域連合等の補助金を視野に、業務委託という形で管理栄養士へ委託するという自治体もあった。

一方で、「大きな効果が認められなければ予算化がむずかしい」「国や県の法で定められた事業だと事業化しやすい」といった意見などもあった。

予算化においても、誰に対しどの程度の予算が必要となるのか疑問を抱く様子もうかがえた。

④ 現在、行政機関において配食・栄養管理に関する取り組みを行われていますか。 その上で、課題や問題等ありますか？

今後、自治体で管理栄養士を雇用し配食サービス事業を前向きに進めていくといった自治体があった。また、すでに自治体独自の配食サービスやサロンとの連携による共食を行っているところもあった。

配食を行っている自治体では、管理栄養士の確保、安否確認、食事の栄養管理、へき地へ

の配送等が課題となっている。また、地域に民間の配食事業者も増えてきたことから、直営事業を廃止する自治体もあった。大手の配食事業者には、管理栄養士が在籍しているが、地域の小規模な配食事業者には管理栄養士が在籍していない。現状では、「配食を行うこと」「高齢者の見守り」が優先され、栄養に対する意識が薄いといった状況も見受けられる。

⑤ この他に、フレイル予防や引きこもり防止、未病対策に関する取り組みがあれば教えてください。 その上で、課題や問題点等がありますか。

それぞれの自治体では、健康教室やウォーキング・サロンとの連携・リーフレットの作成等、フレイルや引きこもり防止・低栄養に向けた様々な取り組みが行われている。一方で、人員不足といった理由から、満足な対応ができていないといった意見もあった。

また、フレイルをもっと知ってもらう取り組み、フレイル事業に参加してもらうきっかけづくりが必要との意見もあった。

自治体の担当者によっては、「食」に対する支援が不足しているといった意見がある反面、フレイル予防に関しては「食」に特化せず、一体的なフレイル事業として実施すべきとの意見もあった。

⑥ 最後に、地域の高齢者等の健康維持に向けて、今後、行政の取り組みにおいて管理栄養士と連携できることがあるでしょうか。（想定で構いません。）

現在、共食の場の提供、地域版デイサービス・サロンとの連携、栄養講座、栄養に関するアドバイス等、各自治体が実施している事業において、管理栄養士とさまざまな場面で連携できるといった意見が寄せられた。

また、健康支援型配食サービスが事業化された場合に、委託先として受注ができる体制づくりについても意見があった。

⑦ その他特記事項

健康支援型配食サービスの実現に向けて前向きな自治体もあったが、一方で、事業実施者（委託先）の体制や組織について、疑問視する声も聞かれた。

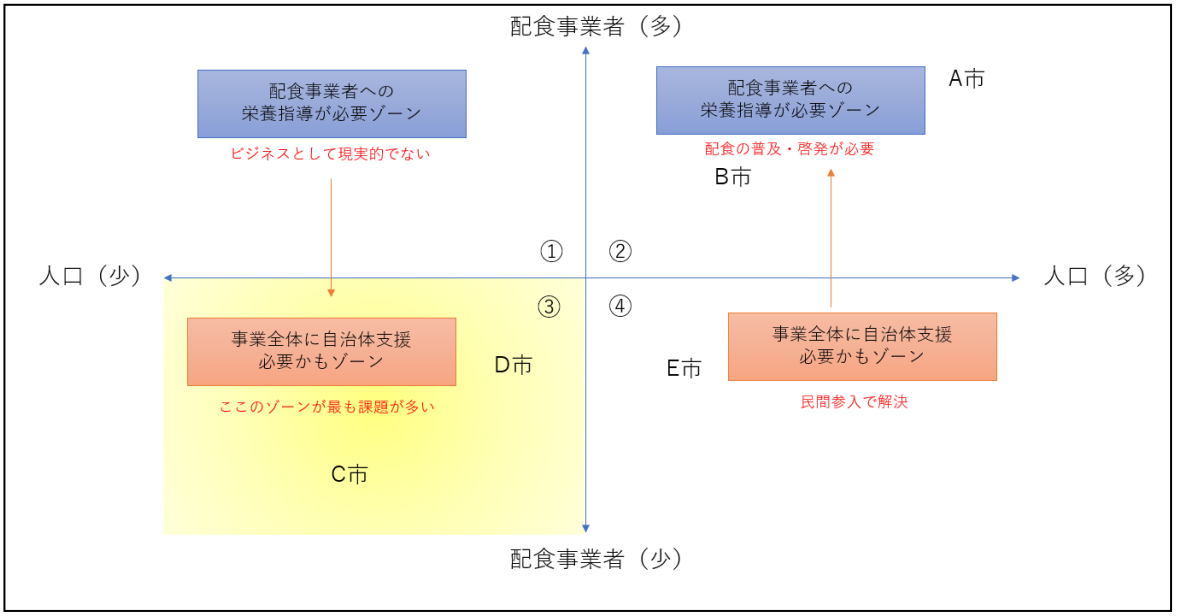
また、「食の自立支援事業」に関連して、配食事業者の栄養についての意識・知識向上に向けた管理栄養士の関わり方についても意見があった。

⑧ヒアリングまとめ

全国のそれぞれの自治体の人口規模や施策によって、健康事業に対する取り組みは違ってくる。

健康支援型配食サービスへの自治体の関心については、図１のように人口と配食事業者の数が大きく関係してくると考えられる。

（図１）人口と配食事業者による課題



■①のゾーンは、人口は少ないが配食事業者は多い。この場合、地域住民には配食サービスが行き届いていると考えられ、配食事業者への栄養管理指導が必要となる。但し、マーケットをビジネス視点で見た時に、現実的ではない。

■②のゾーンは人口も多く、配食事業者も多い。この場合は、配食事業者への栄養管理の指導、栄養管理させた配食サービスの利用者増加促進（事業者が実施）が自治体の役割となる。

■④のゾーンは、人口が多く、配食事業者が少ない。この場合は、栄養管理された配食サービスの利用促進に向けて自治体の支援が必要となるが、民間が参入すれば解決することである。

■③のゾーンは、人口も少なく、配食事業者も少ない。ビジネス的視点でマーケットを見れば、当然の事であるが、全国の地域の多くはこのゾーンに該当する。配食事業者への栄養管理指導はもちろんだが、配食サービスの具現化と利用促進も自治体の支援が必要となってくる可能性がある。よって、本事業の実現に向けて最も課題が山積するのはこのゾーンになってくると考えられる。

健康支援型配食サービスの検証においては、②③のゾーンが主な対象となるが、この後のヒアリングに基づく考察については、全国で最も多い地域と推測される③のゾーンにおける課題が中心となってくる。

（3）考察

本事業においては、厚生労働省が推進する「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」を踏まえた上での実施となった。先述したとおり、地域住民の健康寿命の延伸・生活習慣病の予防等の観点から、地方自治体との連携・協働が重要なポイントとなる。その上で、自治体へのヒアリングをもとに考察する。

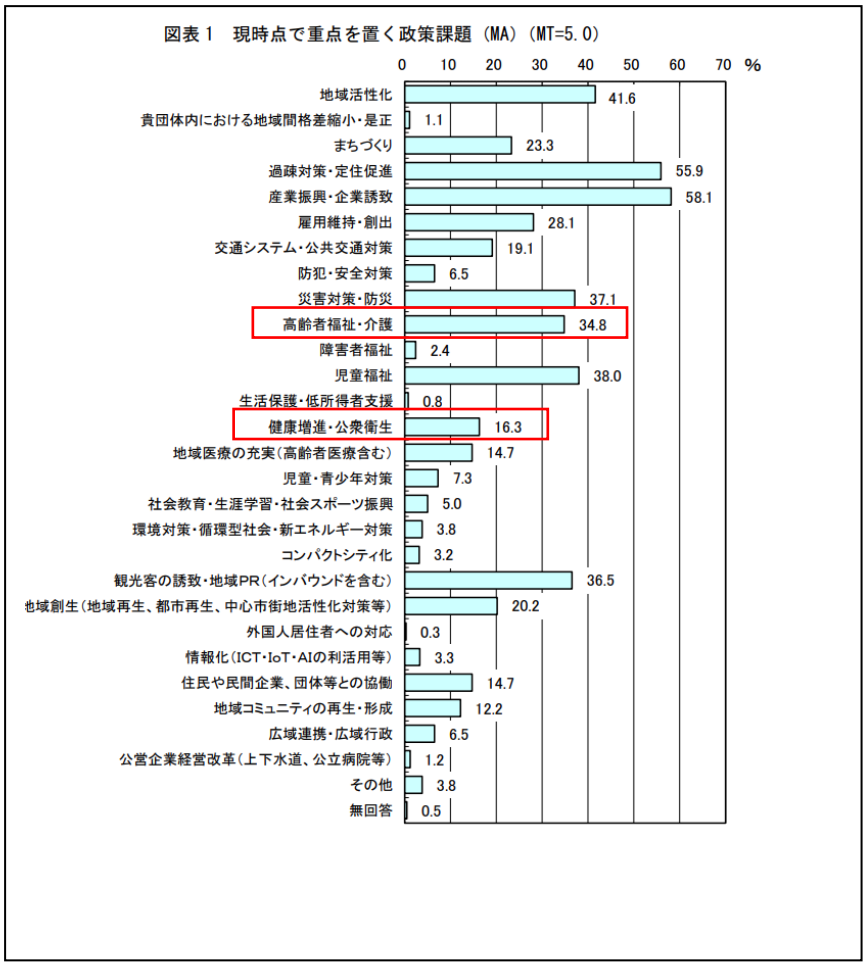
ア）　健康支援型配食サービスについて

①　自治体の現状

人口・集落の密集度・事業者数等、地域によって異なることも要因としてあるが、自治体によって、取り組みへの意識に格差はある。一方で、どの自治体も本事業の目的でもある地域住民の健康維持とフレイル予防、閉じこもり予防等の取り組みにおいては介護予防といった視点での関心が高く、健康教室やサロンの運営等、限られた人材の中でさまざまな取り組みを行っている。

そんな中ではあるが､自治体としても担当する人員が充実しておらずアセスメントを含む｢食｣｢栄養｣｢健康増進｣に対する取り組みが満足に行われていないといった課題を抱える自治体もある。ヒアリングからも推察されるとおり、高齢福祉や介護予防といった事業が優先され、健常者等に対する「健康増進」への意識が高くないのが現状である。(グラフ①)

事業の推進に当たっては、自治体の重要な施策として「健康増進」の重要度向上に向けた働きかけが重要になってくる。



（参考グラフ①）
自治体が重点を置く政策課題において、高齢者福祉・介護に比べて健康増進・公衆衛生は重点度が低い。全体をみても、健康増進の重要度は低い。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より
（平成 30 年３月
（一社）日本経営協会）

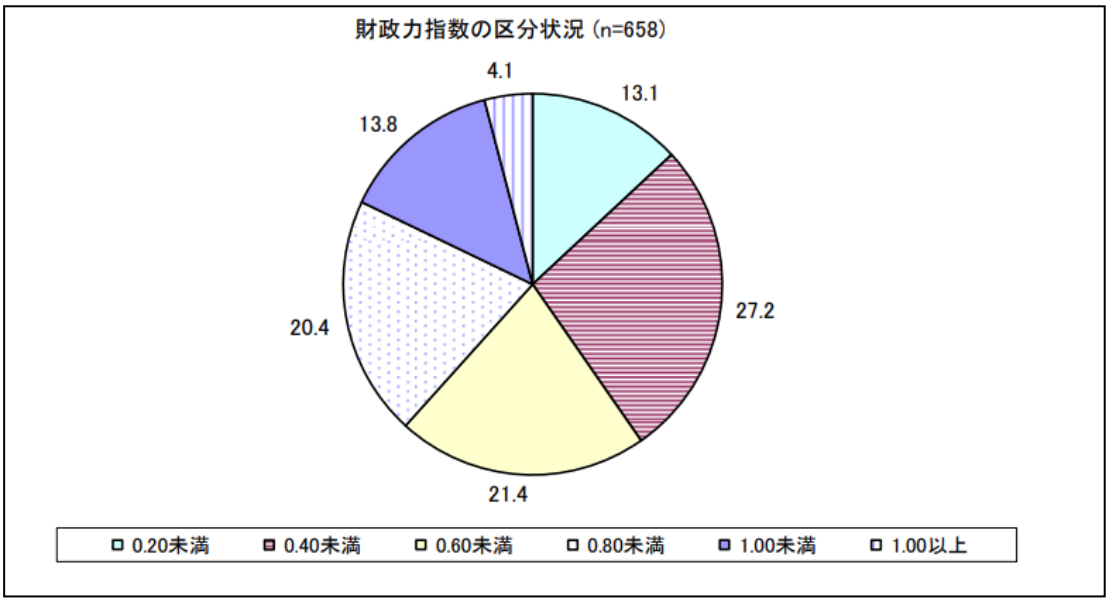
② 自治体への提案と官民連携

現在、地方の地域においては、少子高齢化、地域コミュニティの希薄化、独居老人の増加等、高齢者を取り巻く環境は厳しさを増している。自治体としても、健康な生活による暮らしやすいまちづくりを実現することは急務であり、人材の確保が困難な地域においては、官民一体となった事業推進が望まれている。

今回、自治体に提案した仕組みについては、明確な目的と理念はあるものの「取り組んでいる自治体が少ない」「配食事業を民間事業者が行っている」「不確定な自治体の役割」「実施による効果が不明瞭」等の理由から、自治体としても事業としてイメージしにくいものとなっているものとヒアリングからは推察される。特に、人口の少ない地域においては、管理栄養士・事業者・自治体等の役割や具体的な実施内容が明確になっていない点もあり、今後はより具体的な事業モデルに基づく計画による自治体への提案が必要となってくる。

但し、自治体としても予算確保が厳しくなる中（グラフ②）ではあり、人口密集地においては、民間事業者のみによる配食サービスもビジネスモデルとして確立されていることから、自治体に依存する計画だけではなく、民間事業による配食サービスの実現も検討したうえで、自治体の役割も検討しなければならない。その上で、地域に存在する高齢者だけでなく、若年層・妊婦等、健康という視点からのターゲティングとペルソナの設定も検討項目となってくる。

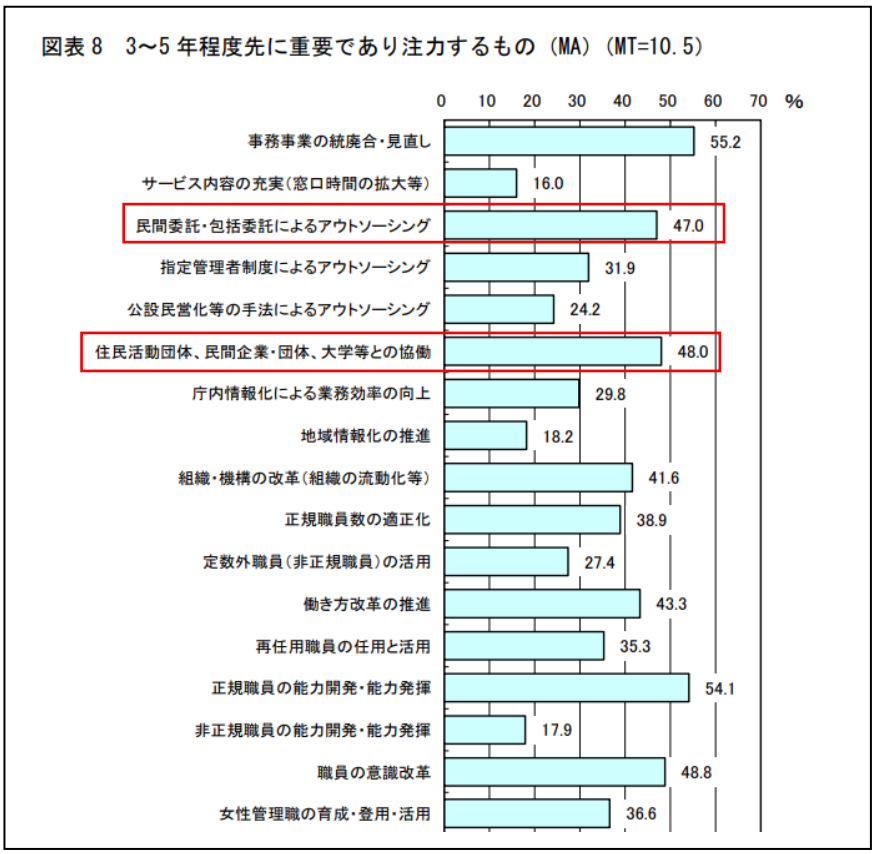
自治体においては、業務量の増加・人員の適正化が進み、職員一人への業務負担が増加することが推測される。そんな中、専門性のある民間事業者等への業務のアウトソーシングも急速に推進されていくことが予測される。（グラフ③）そこでは、ヒアリングの中で、組織を疑問視する意見もあったように、信頼される地域の受託組織の存在は重要となる。自治体が今後、重要と捉え協働による推進を検討するであろう「共食」による地域コミュニティの形成と「配食」による地域住民の健康増進をしっかりと事業展開できる組織の形成も民間事業者の重要な役割となってくる。（グラフ④）



（参考グラフ②）

全国自治体の９割以上が財政力指数 1.0 未満の団体で、地方交付税に依存しており、財政的に厳しい状況が分かる。

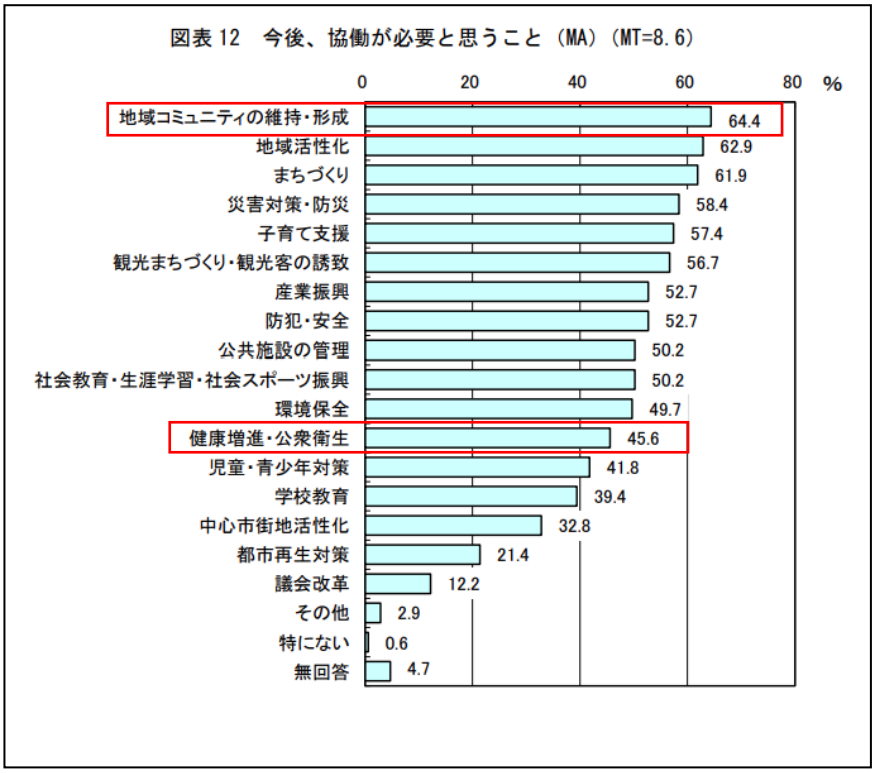
第２回　地方自治体の運営課題実態調査より　（平成 30 年３月　（一社）日本経営協会）



（参考グラフ③）

3～5 年程先に重要であり注力するものでは、民間委託や民間企業との協働等といった、効率的な業務運営に対する意識が高い。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より　（平成 30 年 3 月　（一社）日本経営協会）



（参考グラフ④）

今後、協働が必要と思うことに関しては、地域コミュニティの維持・形成が最も高く、健康増進についても必要とされている。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より

（平成 30 年 3 月　（一社）日本経営協会）

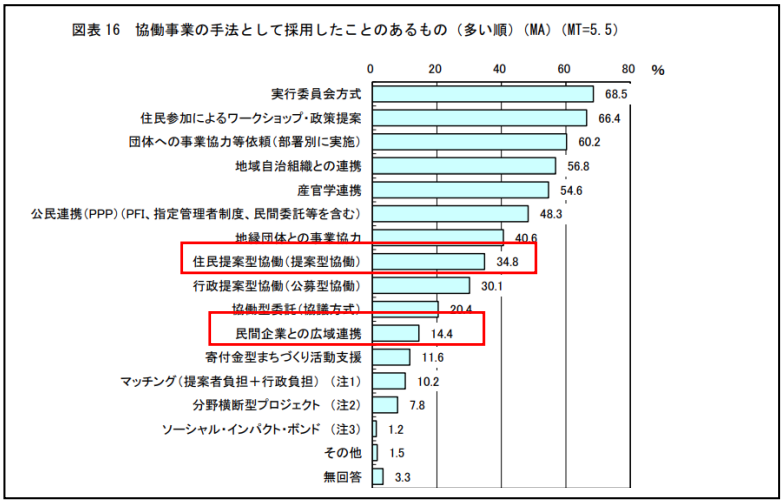
③ 地域ニーズ

本年度検証が行われた本事業においては、「食事と健康」「栄養についての学び」「共食」といった点において、参加者からも好評を得ており、地域に一定のニーズがあることは検証できた。

※市場規模「地域高齢者の健康支援を推進する配食事業の栄養管理の在り方検討会　報告書」に記載

また、ヒアリングにおいても、それぞれの自治体は健康に関する事業への民間事業者との連携は前向きであり、今後は、現在各自治体が行っている既存の取り組みとの協働・見直しも踏まえ、広い視野で目的を達成するための仕組み作りを検討しなければならない。自治体・民間双方の限られた人員の中で、地域や自治体の抱える課題をどのように解決し、地域住民・自治体・関係者により、不足している部分を補完しあえる関係性をつくることができるかがポイントとなる。

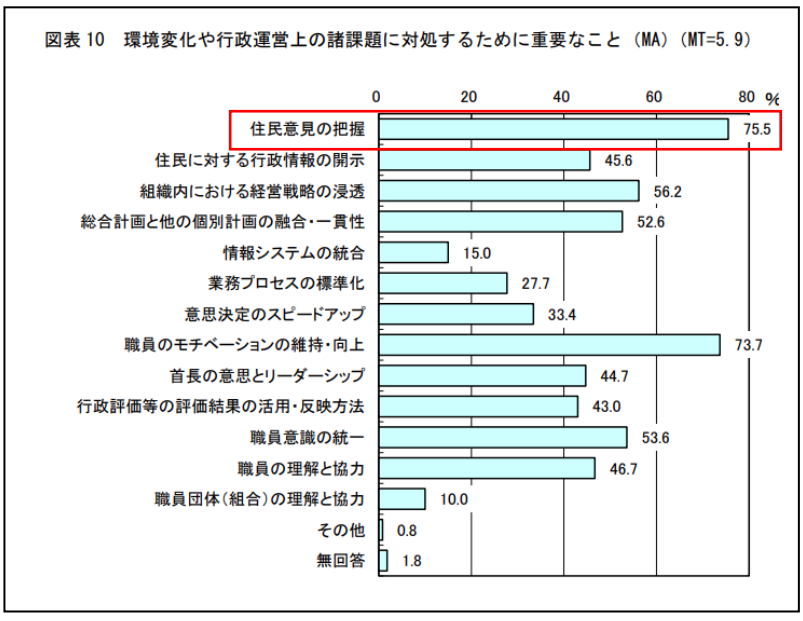
自治体としては、住民意見の把握が諸課題に対する重要なこととする傾向（グラフ⑥）がある。グラフ（グラフ⑤）によると、協働手法として「住民提案型協働」「民間企業との広域連携」の実績はまだまだ少ないものの、本事業の事業化に向けては、地域住民の声をしっかりと形にし、より具体的な提案をしていかなければならない。



（参考グラフ⑤）

協働事業の手法として採用したことのあるものでは、従前の実行委員会方式が最も多く、住民提案型や民間企業との広域連携についてはまだまだ実績が少ない。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より　平成 30 年 3 月（一社）日本経営協会



（参考グラフ⑥）

環境変化や行政運営上の諸課題に対処するために重要なことでは、住民意見の把握が最も高く。地域ニーズの集約が大切となる。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より　（平成 30 年 3 月　（一社）日本経営協会）

④ ガイドラインの普及と周知

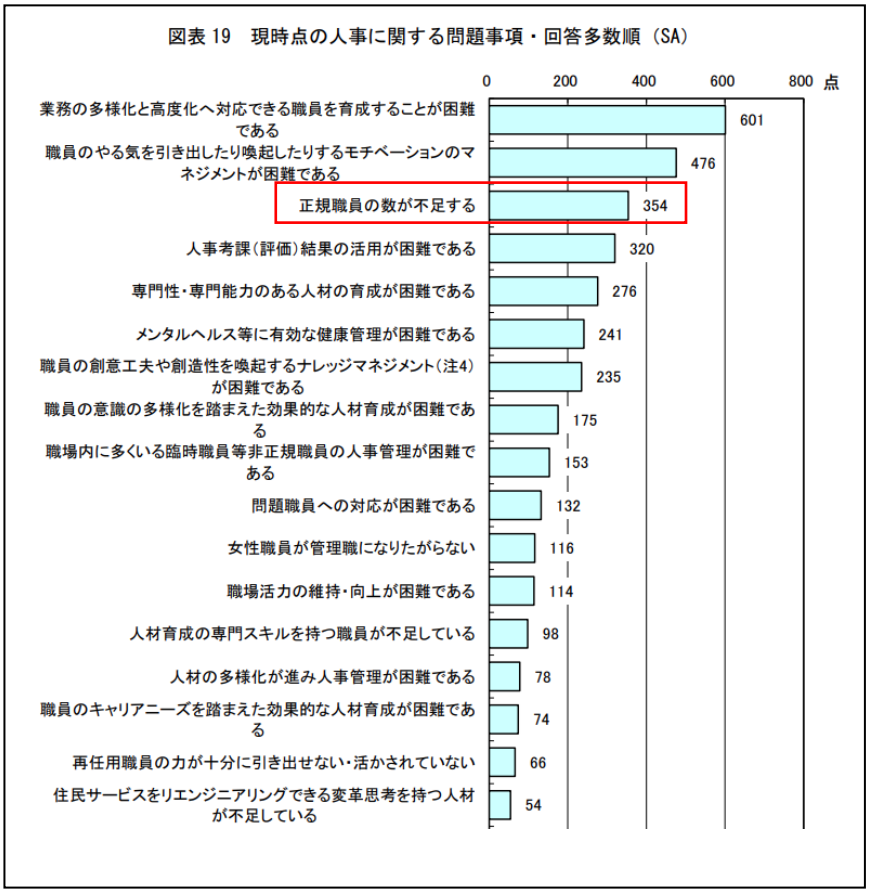
さらに、今回のヒアリングを通じて、厚生労働省が定めた「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」が末端までには浸透していないということも、認識できた。各自治体においては、「食事と栄養」への重要度が高くない事・人員の不足等の要因で、配食事業者の管理まで行き届いていないのが現状であると推察される。

また、特に人口の少ない地域では、配食事業者や配食事業利用者自体が少ないためガイドラインの普及には至っていない。

平成 29 年３月に取りまとめられた「地域高齢者の健康支援を推進する配食事業の栄養管理の在り方検討会　報告書」にも記載のとおり、地域においても配食事業の市場規模は拡大する可能性を秘めている。小規模な事業者による小口の配食サービスであっても、高齢者の健康維持に向けたガイドラインの普及は重要となってくる。

先述したとおり、多くの自治体では高齢者福祉・介護予防といった観点での重要度意識は高いが、健康維持や健康増進に関する事業が満足に実施できていない傾向にあると推察される。次のグラフ（グラフ⑦）に示されているとおり、自治体の人員不足はこれからも進むと予測される。ガイドラインの普及等においても、自治体のみに依存するのではなく、地域の「食」や「健康」に携わる関係者が、目的の達成のために連携することが必要となる。

その上で、今後は、地域高齢者等における配食を通じた健康支援等について、自治体の意識改善も必要となってくる。



（参考グラフ⑦）

現時点の人事に関する問題事項においては、正規職員の数が不足するや人材育成の面で課題を抱えている。

第２回　地方自治体の運営課題実態調査より

（平成 30 年３月　（一社）日本経営協会）

⑤ 情報発信と意識醸成

上記で述べた通り、「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」等にも記載されている「食」「栄養」「未病」「健康」といった健康維持に関する周知が一般の人にまで満足に浸透しておらず、健康に関連するサービスやビジネスが充実していない地域ほど、健康維持意識が低いものと考えられる。本事業の健康支援型配食サービスにおいても、自治体との認識に温度差があったこと、配食事業者との連携において苦労したこと、参加者が「配食」や「栄養」「食事」といった知識にうとかったこと等を踏まえると、まだまだ、健康維持に関する関心が低いことが伺えた。今後は自治体等と連携した地域住民への更なる周知により関心を高め健康管理への意識醸成が非常に重要となる。

⑥ 自治体による事業化と予算化

自治体独自による事業化については、行政の煩雑な事業化プロセスを踏まえると非常にハードルが高い。早い段階から自治体との綿密な連携と情報の共有を図り、具体的な取り組み内容や支援内容、事業実施による効果、予算額等の提示が求められる。

人口規模・事業者数・市場単価・ターゲットは各地域で異なるため、いったいどのくらいの収入に対していくらのコストが発生するのか。不足するどの部分に対して、どのような資金調達ができるのか。

⑦ 自治体の支援（想定案）

人口及び配食事業者の少ない地域においては、健康支援型配食サービスの実現に向けて、さまざまな課題を解決しなければならない。地域住民の健康維持が最大の目的であり、目的達成に向けて現時点での、自治体との連携について想定する。

■健康支援型配食サービスの広報・周知
■利用者の負担補助
■利用対象者の認定
■配食事業者の育成・協力補助
■配送事業者への補助
■管理栄養士の人件費補助
■共食の場の主催もしくは運営補助

事業モデルの構築に合わせて綿密な収支計画の立案が必要となる。

本事業は、これから本格的に構築されていくものとなるが、管理栄養士・配食事業者・自治体等の関係者が、継続的な地域住民の健康維持に向けて、ビジネスといった視点も取り入れながら、情報の共有と密な連携・相互理解を深めていかなければならない。

＜事業化に向けての検討事項＞

① 地域における意識醸成
② 地域におけるニーズとターゲティング
③ 関係者の役割整理と実施人員を含めた事業モデルの構築
④ 事業実施における計画策定
⑤ 事業実施における効果検証

イ）　地域と栄養と健康

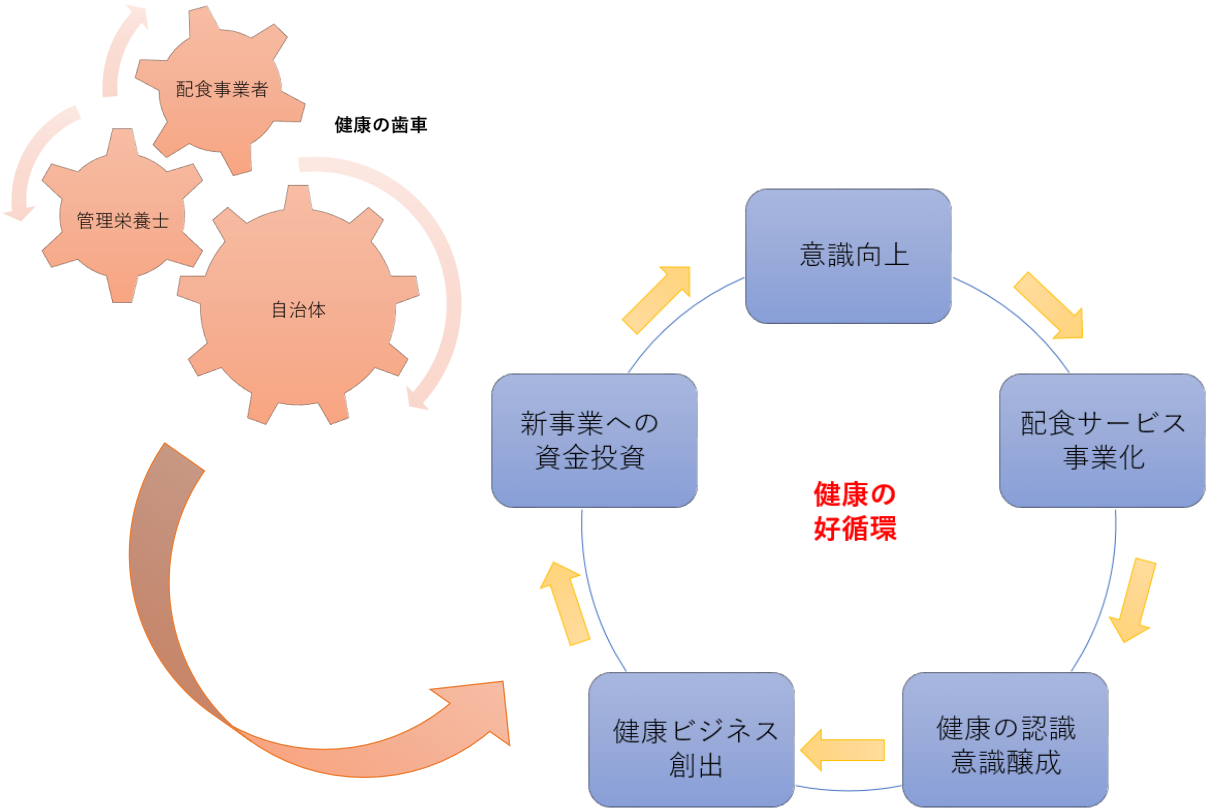
先にも述べた通り、住民の健康寿命の延伸、生活習慣病の予防、フレイル・閉じこもり予防等、全国の地域においては、さまざまな課題が山積し、健康につなげるための取り組みは、さらに重要度を増している。健康なうちから栄養・体調管理を行い、健やかな日々を過ごすことが、より魅力的な人生・地域をつくるものと考える。

しかし、現状では病院や薬以外に健康に対して費用負担をするという意識・文化レベルが低いのが現状である。あわせて、栄養・体調管理等で効果を立証するということが非常に難しく、健康維持におけるビジネスモデルの構築につながっていない。

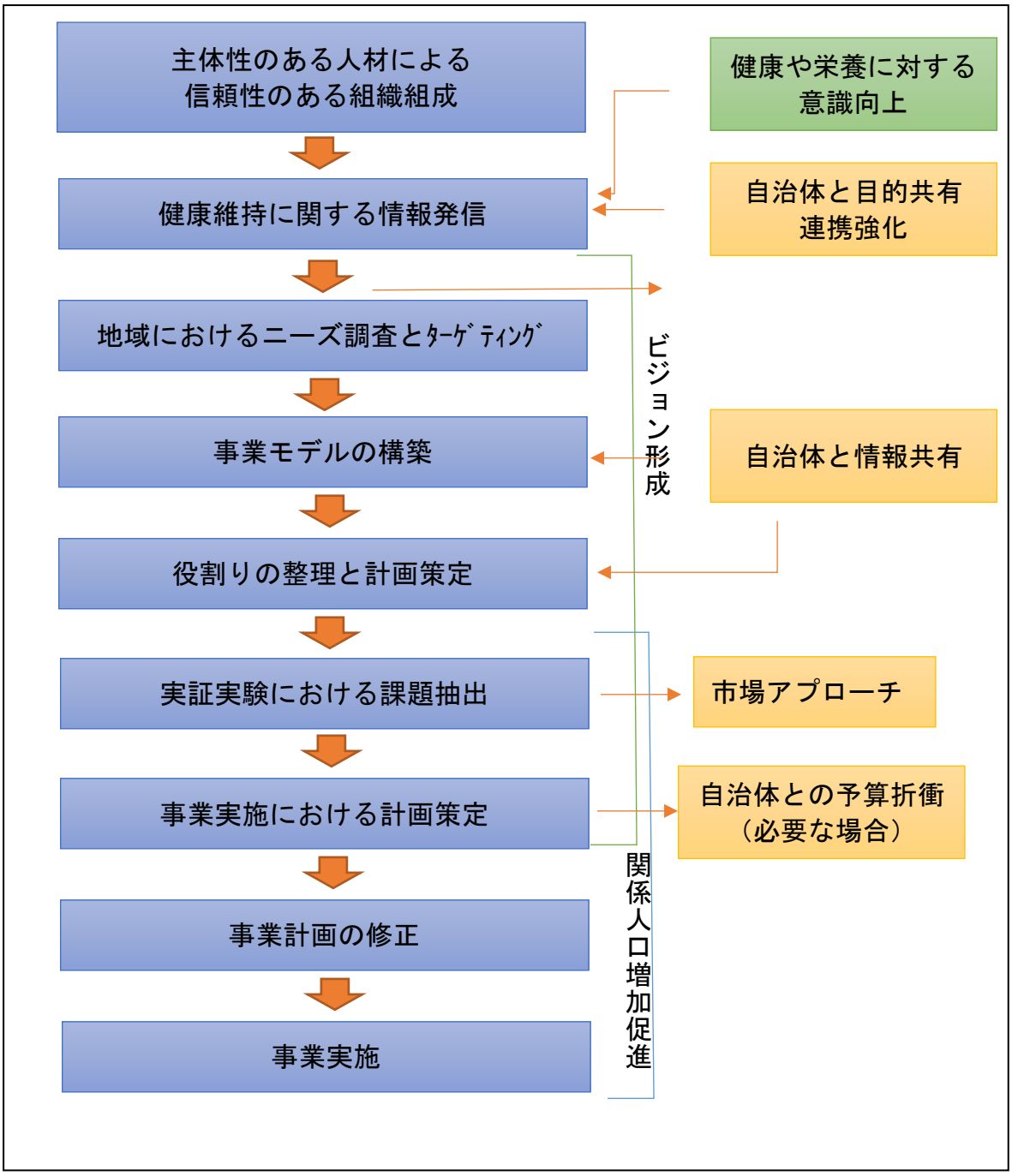
継続的な健康維持活動には、やはり費用が必要であり、「誰が誰のためにどうしたいのか」「誰が費用負担すべきか」という目的と役割の整理が必要不可欠となってくる。さらに、人材不足の進行する地域においては、健康維持活動に参画する人材の確保も急務となる。

今回の健康支援型配食サービスは、地域における１モデルではあるが、その周辺には様々な取り組みが行われており、健康維持を目的として、専門性を有するそれぞれの人材が連携を図り、できることから行動に移すことが、地域に住む人々の幸せにつながっていくものと考える。

健康事業に携わる関係者だけでなく、一般の住民においても積極的な情報発信による周知を図り「栄養と健康」に関する意識を高めていくことが、まずは大切であり、そこから健康に関連した継続的なビジネス・事業・地域経済に結びついてくと考察する。



ウ）今後の想定プロセス



事業の実現化にあたっては、主体性のある人材による継続的で戦略的な行動が重要となってくる。主体的な人材をサポートする組織を組成し、浮かび上がる課題に対し、様々な視点での解決法の立案を行うこととなる。

（調査支援）株式会社 CREIN　大下　将史　山口県長門市役所にて情報発信業務・地域経済振興業務等を担当。2018 年に退庁し、同年株式会社 CREIN を設立。現在は、地域事業者の経営支援を中心に、まちづくり支援や地域再生事業支援を行う。

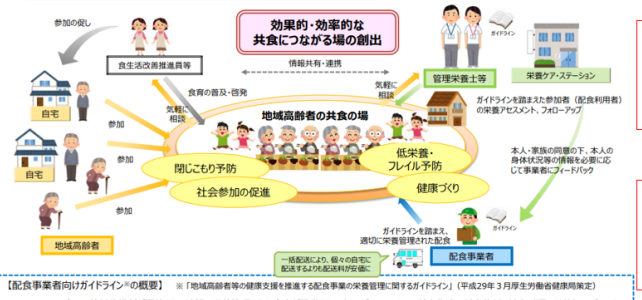
医院や歯科医院との連携方法研修会資料

管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業の背景と目的

厚生労働省では健康寿命延伸プランでは、健康支援型配食サービスの推進等の目標として、2022 年度までに 25%の市区町村で展開することが目標とされている。
この目的を達成するために管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくりを構築することを目的とする。

地域高齢者の共食の場における「健康支援型配食サービス」の活用イメージ

適切な栄養管理に基づく配食サービスを地域の共食の場に活用することにより、地域高齢者の低栄養・フレイル予防にも資する、効果的・効率的な健康支援の広がりが期待される。



【配食事業者向けガイドライン※の概要】 ※「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」（平成29年３月厚生労働省健康局策定）

- ○ 日々の配食には教材的役割が期待され、適切に栄養管理された食事が提供される必要があることから、献立作成の対応体制、基本手順、栄養価のばらつきの管理等の在り方について、我が国として初めて整理。
- ○ 利用者の適切な食種の選択を支援する観点から、
  - ・配食事業者は利用者の身体状況等について、注文時のアセスメントや継続時のフォローアップを行うとともに、
  - ・利用者側は自身の身体状況等を正しく把握した上で、配食事業者に適切に伝えること

  が重要であり、その基本的在り方を整理。

→ 献立作成や、配食利用者に対する注文時のアセスメントと継続時のフォローアップについては、管理栄養士（栄養ケア・ステーション等、外部の管理栄養士を含む。）が担当することを推奨。

11

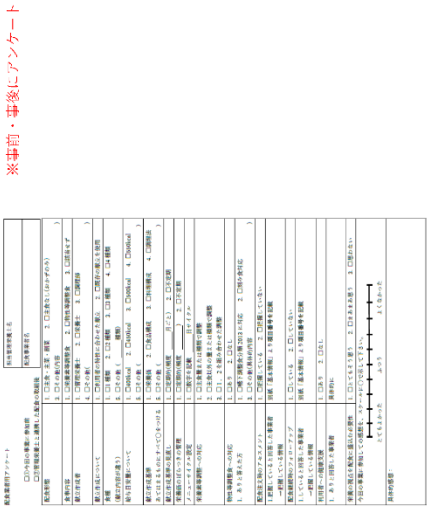
出展　厚生労働省　社会全体での予防・健康づくりの推進（平成30年12月12日資料4）

急速な高齢化の進展により、地域の在宅高齢者等が医療・介護関連施設以外でも健康・栄養状態を適切に保つことができ、かつ口から食べる楽しみも十分得られるような食環境整備、とりわけ良質な配食事業を求める声は、今後ますます高まることが予想される。

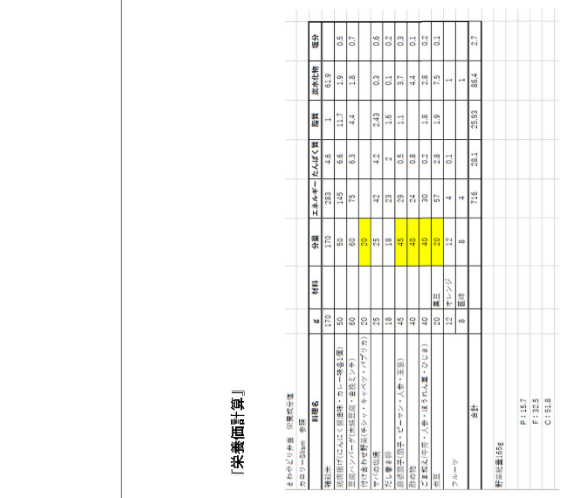
これに対応するために・・・

①全国にいる弊社の会員管理栄養士を活用し、適切な栄養管理に基づく配食サービス普及を行う人材を確保・育成し、
②地域高齢者等の個々の住まいや地域の共食の場において適切な栄養管理に基づく配食サービスを行い、
③普及が進むよう、仕組みづくりを行う。

※事前・事後にアンケート

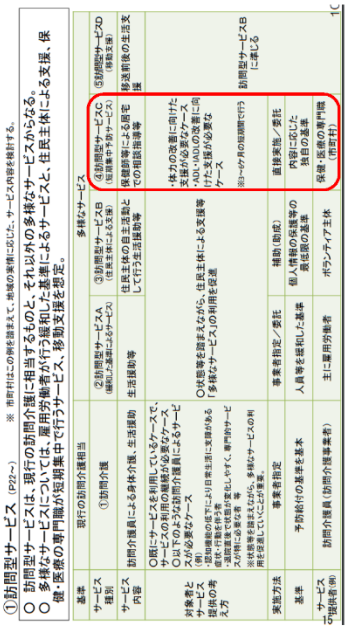


「栄養価計算」

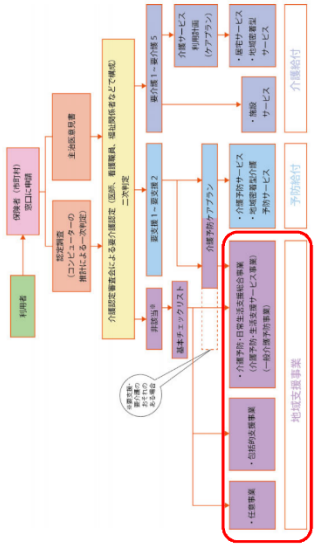


※日本人の食事摂取基準2020年版に沿った値とする

今後の展開：予算は？



今後の展開：予算は？



『フードバランスガイドに沿って割り振り』

三食弁当　栄養成分値
カロリーSlism　参照

料理名	g	材料	分量	主食	副菜	主菜	牛乳・乳製品	果物
ごはん	170		170	1.7				
白身魚のフライ	60		60			1		
サバの塩焼き	30		30			0.5		
だし巻き卵	25		25			0.3		
鶏肉の甘辛煮	75	鶏肉	45			1		
		サラダ菜	5					
		プチトマト	15					
		ししとう	10					
カボチャの煮付	30	カボチャ	30					
酢の物	40	キャベツ	25					
		ひじき	5					
		人参	5		2			
		胡瓜	5					
野菜茶のマヨサラダ	20	野菜茶	9					
		胡瓜	9					
		コーン	2					
人参のナムル	20	人参	20					
フルーツ	25	オレンジ	15					0.5
		キウイ	10					
合計				1.7	2	2.8		0.5

P：17.3
F：30.1
C：52.6

野菜合計　140g

【さわやどり】対象者：高齢者（スマホの会メンバーにzoom体験で栄養講話。事前に質問を受け付け応答。資料作成無し）
雑穀米、きび砂糖など使用。野菜や豆料理などの手作りの味わいが女性に人気のお店。

1回目

- 白米235g
- 豆腐ハンバーグ60ｇ

ウリの料理なので入れたい。

- 鶏唐揚げ(にんにく醤油味・カレー味）50g、付け合わせ野菜20g

高エネルギーだがウリの料理なので入れたい。

- サバの塩焼き25g
- 大豆煮20ｇ
- だし巻き卵18g
- 大根のけんちょう46ｇ
- 春雨の酢の物20ｇ
- ごま和え(ごぼう・人参・ほうれん草・ひじき) 20ｇ
- しそ昆布
- フルーツ　※改善ポイントは？

【さわやどり】対象者：高齢者（スマホの会メンバーにzoom体験で栄養講話。事前に質問を受け付け応答。資料作成無し）
雑穀米、きび砂糖など使用。野菜や豆料理などの手作りの味わいが女性に人気のお店。

1回目

- 白米235g

基本、主食は半分を食べてもらいたいので170gに設定。雑穀米にしてもらう。

- 豆腐ハンバーグ60ｇ

ウリの料理なので入れたい。

- 鶏唐揚げ(にんにく醤油味・カレー味）50g、付け合わせ野菜20g

高エネルギーだがウリの料理なので入れたい。

- サバの塩焼き25g
- 大豆煮20ｇ

たんぱく質源が十分あるので黒豆煮へ。

- だし巻き卵18g
- 大根のけんちょう46ｇ

酢の物に大根を使うから、汁の料理へ。

たんぱく質源の豆腐などは不要。野菜だけのものへ。

- 春雨の酢の物20ｇ

酢味。野菜の量を増やしたいので大根やソーメンウリへ。

- ごま和え(ごぼう・人参・ほうれん草・ひじき) 20ｇ
- しそ昆布

原価のため入れない。

- フルーツ

後野菜が足りない　増やしてもらう。

【さわやどり】対象者：高齢者（スマホの会メンバーにzoom体験で栄養講話。事前に質問を受け付け応答。資料作成無し）
雑穀米、きび砂糖など使用。野菜や豆料理などの手作りの味わいが女性に人気のお店。

完成

- 雑穀米170g
- 豆腐ハンバーグ60ｇ
- 鶏唐揚げ(にんにく醤油味・カレー味）50g、付け合わせ野菜20g
- サバの塩焼き25g
- 黒豆煮20ｇ
- だし巻き卵18g
- 麻婆茄子45g(茄子・ピーマン・人参・玉ねぎ)

味のテイストに変化もあっていい。

- ソーメン瓜の酢の物40g
- ごま和え(ごぼう・人参・ほうれん草・ひじき) 40ｇ
- フルーツ

【三貴】対象者：高齢者　栄養講話(フードバランスガイドを使用)
干物店もされていて、魚の干物やフライが人気のお店。

1回目

- 白米170g
- 白身魚のフライ60ｇ
- サバの塩焼き30g
- 鶏肉の甘辛煮45g(付け合わせ：サラダ菜5g、プチトマト15g)
- だし巻き卵25g
- カボチャ煮付30ｇ
- キャベツとひじきの酢の物20ｇ

※改善ポイントは？

【三貴】対象者：高齢者　栄養講話(フードバランスガイドを使用)
干物店もされていて、魚の干物やフライが人気のお店。

1回目

- 白米170g

基本、主食は半令を食べてもらいたいので170gに設定。

- 白身魚のフライ60ｇ

高エネルギーだがソリの料理なので入れたい。

- サバの塩焼き30g

サバは魚の中でもエネルギーは高く干物で塩分もあるがウリの料理だから入れたい。

- 鶏肉の甘辛煮45g(付け合わせ：サラダ菜5g、プチトマト15g)

味のテイストが違って変化がある。

- だし巻き卵25g
- カボチャ煮付30ｇ

醤油味。

- キャベツとひじきの酢の物20ｇ

酢味。ひじきを酢の物で食べてもいい、アピールになる。

※野菜が足りない。増やしてもらう。
※減塩のため漬物はあえて入れない。

【三貴】対象者：高齢者　栄養講話(フードバランスガイドを使用)
干物店もされていて、魚の干物やフライが人気のお店。

完成

- ご飯170g
- 白身魚のフライ60ｇ
- サバの塩焼き30g
- 鶏肉の甘辛煮45g(付け合わせ：サラダ菜5g、プチトマト15g、ししとう10g追加)
- だし巻き卵25g
- カボチャ煮付30ｇ
- キャベツとひじきの酢の物40g
- 新生姜のマヨサラダ追加

マヨネーズ味。減塩レシピの紹介にもなる。

- 人参のナムル追加

コンソメ味。手軽に作りやすく彩りがいい。

『栄養価計算』

三貴弁当　栄養成分値
カロリーSlism　参照

料理名	g	材料	分量	エネルギー	たんぱく質	脂質	炭水化物	塩分
ごはん	170		170	305	4.5	0.6	67.3	0
白身魚のフライ	60		60	114	10.3	7.4	4.18	1
サバの塩焼き	30		30	50	5	2.9	0.4	0.9
だし巻き卵	25		25	32	2.8	2.2	0.1	0.2
鶏肉の甘辛煮	75	鶏肉	45	90	6	6	1.8	0.3
		サラダ菜	5					
		プチトマト	15					
		ししとう	10					
カボチャの煮付	30	カボチャ	30	29	0.5	0.07	6.3	0.2
酢の物	40	キャベツ	25	23	0.8	0.04	4.1	0.2
		ひじき	5					
		人参	5					
		胡瓜	5					
新生姜のマヨサラダ	20	新生姜	9	23	0.02	3	0.2	0.05
		胡瓜	9					
		コーン	2					
人参のナムル	20	人参	20	22	0.2	1.6	1.7	0.1
フルーツ	25	オレンジ	15	7	0.1	0.02	1.8	0
		キウイ	10	6	0.1	0.01	1.3	0
合計				701	30.32	23.84	89.18	2.95

P：17.3
F：30.1
C：52.6

※日本人の食事摂取基準2020年版に沿った値とする

令和２年度栄養ケア活動支援整備事業
管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業

このたび、厚生労働省の令和 2 年度栄養ケア活動支援整備事業の採択を受け、管理栄養士・栄養士による健康支援型配食サービス事業の拡充事業を実施したいと考えています。御社の配食事業に管理栄養士が関わることで、よりサービスが充実し、利用者様の満足度のアップにつながればと思います。
また、共食の場を設けさせていただき、配食を利用されている方と管理栄養士の交流の場を設けることで、配食を利用することによる価値を高めることができれば嬉しいと思っています。
この取り組みは 2020 年 12 月末までの取組であり、配食事業者様に費用の負担なくご利用いただけるよう、厚生労働省から補助していただいています。健康について学べる機会、管理栄養士との交流の機会として、ぜひお気軽にご参加いただけますと嬉しいです。どうぞよろしくお願いいたします。

1.日時　10/30.11/26.12/18
11:00～13:00
長門市の公民館
それぞれ 3 種類のお弁当をお願いしたいです。

2.スケジュール
事前の打ち合わせは、2 回ほどお願いしたいです。

3.価格　お弁当の料金も、考えてもらえると助かります。

4.対象　65 歳以上の要介護、要支援認定を受けていない高齢者

5.内容
(1) 主食(ごはん)・主菜 1 品以上、副菜 2 品以上がそろった食事であること。
(2) 野菜を 100g 以上使用していること。
(3) 主菜には、(魚 60g 以上) または (肉 50g 以上) を使用していること。
(4) かみごたえのある食品が入っていること(例：焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等)
これを条件に作ってもらいたいです。

※資料を共有しています

研究に参加される方への説明書
(管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業への参加のお願い)

今回、ご参加いただきます研究について、研究目的や具体的な実施方法等をご説明します。この研究への参加は任意です。あなたの自由な意思が尊重されます。研究に参加しないことによって、不利益な対応を受けることはありません。また、一旦同意されたとしても、研究への参加はいつでも拒否・撤回することができます。なお、本研究は駒沢女子大学・駒沢女子短期大学研究倫理委員会の審査を経て、委員長より承認を得ています。

研究課題名：
令和２年度栄養ケア活動支援整備事業
管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業

1. 研究の目的及び意義
超高齢化社会のわが国の食に対する課題を解決するため、全国にいる幹任の会員管理栄養士を活用し、適切な栄養管理に基づく配食サービス普及を行う人材を確保・育成し、地域高齢者等の個々の住まいや地域の共食の場において適切な栄養管理に基づく配食サービスの普及が進むよう、仕組みづくりを行う。

2. この研究の対象者
(1) 参加できる方
・地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドラインで定義される配食事業者

(2) 参加をお断りする方
・配食事業者に該当しない方

3. 研究の実施方法等
(1) 研究方法
事業実施前と事業実施後に以下のアンケートを行う。

(2) 研究の場所と研究期間
この研究は、オンラインにおいて、令和 2 年 9 月から 12 月末まで実施される予定です。ただし、

※説明をして同意してもらう

様式４

研究参加への同意書

研究責任者：　長井彩子　殿

私は、研究計画名「管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業」に関する以下の事項について説明を受けました。理解した項目については自分で□の中にレ印を入れて示しました。

□ 1．研究の目的及び意義
□ 2．この研究の対象者
□ 3．研究の実施方法等
□ 4．研究を実施する者
□ 5．研究参加により期待される利益（ベネフィット）と予測される負担（リスク）
□ 6．個人情報の取り扱い
□ 7．研究に関する資料・情報の提示
□ 8．研究成果の公表
□ 9．自由意志による同意と同意撤回の自由
□ 10．この研究の資金源等
□ 11．研究に係る利益相反の状況
□ 12．研究に参加された方への謝金及び支払方法等
□ 13．知的財産権の帰属

なお、この研究において撮影された私の画像（静止画、動画）［または音声］の公開につきましては以下の□に✓を入れて示しました。
□ 公開に同意しない
□ 研究者を対象とする学術目的に限り、下記の条件の下に同意する
□ 顔部分など個人の特定可能な部分も含んでよい
□ 顔部分や眼部などを消去する、ぼかすなど個人の特定不可能な状態に限る
□ その他（特にご希望があれば、以下にご記入ください）

これらの事項について確認したうえで、この研究に参加することに同意します。

＿＿＿＿年＿＿月＿＿日

参加者署名＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿＿

配食業者用アンケート

□①今回の事業に参加前
□②管理栄養士と連携した配食の取組後

担当管理栄養士名
配食事業者名

配食形態	1. □主食・主菜・副菜　2. □主食なし(おかずのみ) 3. □その他(内容　　　)
食事内容	1. □栄養素等調整食　2. □物性等調整食　3. □該当せず
献立作成者	1. □管理栄養士　2. □栄養士　3. □調理師 4. □その他(　　　)
献立作成について	1. □利用者の特性に合わせた献立　2. □既存の献立を使用
食種 (献立内容が違う)	1. □1 種類　2. □2 種類　3. □3 種類　4. □4 種類 5. □その他（＿＿種類）
給与目安量について	1. □400kcal　2. □450kcal　3. □500kcal　4. □550kcal 5. □その他（　　　）
献立作成基準 あてはまるものにすべて○をつける	1. □栄養価　2. □食品構成　3. □料理構成　4. □調理法 5. □その他（　　　）
献立作成基準の見直し	1. □定期的(頻度＿＿月ごと)　2. □不定期
栄養価のばらつきの管理	1. □定期的(頻度＿＿＿)　2. □不定期
メニューサイクル設定	1. □数字を記載＿＿日サイクル
栄養素等調整への対応	1. □主食量または種類で調整 2. □主食以外の量または種類で調整 3. □1、2を組み合わせた調整
物性等調整食への対応 1. ありと答えた方	1. □あり　2. □なし 1. □嚥下調整食分類 2013 に対応　2. □刻み食対応 3. □その他(具体的内容　　　)
配食注文時のアセスメント	1. □把握している　2. □把握していない
1.把握していると回答した事業者 →把握している情報	別紙「基本情報」より項目番号を記載
配食継続時のフォローアップ	1. □している　2. □していない
1.していると回答した事業者 →把握している情報	別紙「基本情報」より項目番号を記載
利用者への健康支援	1. □あり　2. □なし
1. ありと回答した事業者	具体的に
栄養の視点を配食に盛込む必要性	1. □とてもそう思う　2. □まあまあ思う　3. □思わない
今回の事業に参加しての感想を、スケールに○で示して下さい。 とてもよかった　ふつう　よくなかった	
具体的感想：	

※事前・事後にアンケート

「計量しながら試食」
・献立のバランス
・分量の計量
・味付けはどうか
・彩り、季節感などはどうか
・全体の味のバランスはどうか

『打ち合わせ』
・変更してもらいたいものがあれば相談。
・栄養バランスやレシピ等について学びの提供。
・作り方や材料などの確認。

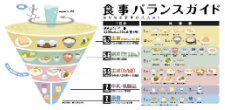
『写真撮影』
チラシ用の写真撮影。
見た目大事！！

※完成した弁当写真だけでなく、1回目の試食時の弁当写真も撮っておくといい。
改善点を記録に残せるし、対象者にもより良いお弁当を作るために打ち合わせたことを伝えられる。

1.食事バランスガイドの紹介

・何のためのもの
バランスの良い食事を摂ろうと思ったときに見本になるチェックシートのようなもの
1日に、「何を」、「どれだけ」食べたらよいかを考える際の参考にしていただけるよう、食事の望ましい組み合わせとおおよその量をイラストでわかりやすく示したもの。

・どう使うものなのか
主食～果物に分類される
主食～果物を、どのくらい摂ればいいのかを示してくている
どこかが多い、または少なすぎると、コマが回らないことを表
例えば主食は5～7SV
主食1SVとは、コンビニのおにぎり1個分くらい
主食は5～7SVとは、コンビニのおにぎり5～7SVくらい
でも主食はおにぎりばっかりではないですよね、他にパンだったら食パン1枚１SV～
主食の次に多いのが、副菜！主菜ではない。



2.食事バランスガイドを使ってみる

今日食べたお弁当を書き入れる
今日食べた朝食を書き入れる
今日食べる予定の夕食を書き入れる

これを踏まえて具体的には・・・

(※) 栄養バランスに配慮した食事（１食あたりの概ねの基準）
(1) 主食(ごはん)・主菜１品以上、副菜２品以上がそろった食事であること。
(2) 野菜を100g以上使用していること。
(3) 主菜には、（魚60g以上）または（肉50g以上）を使用していること。
(4) かみごたえのある食品が入っていること(例：焼いたお肉・根菜のピクルス・タコ酢等)

←身体状況によって変更可能

【通いの場等において配食サービスを活用した一例　★印は"かみごたえのある食品"】

★ししゃも、鶏肉

★ぶり、しいたけ

★ごぼうサラダ、青菜対ひたし

配食を活用し、栄養バランスの確認

6

兵庫県版 フレイル予防・改善プログラム
～フレイルの早期発見・予防による健康寿命の延伸を目指して～

大まかな流れ

・企画書作成。対象者、栄養講話のテーマ、弁当業者決定。
↓
・企画書を持参し、弁当業者訪問し協力依頼。
↓
・試食会を2回実施。2回目の試食時にチラシ用の写真撮影。
↓
・チラシ作成し集合。お弁当の栄養価計算、講話の資料、アンケートの準備。
↓
・実施。アンケート集計。

② 献立作成の基本手順

献立作成は次の手順を基本とするが、これに限定するものではなく、他の合理的な手順でも差し支えない。

ア　想定される利用者の決定と特性の把握

事業者の個々の配食提供体制を踏まえ、どのような者を対象に配食を行うかを決定し、想定される利用者（以下「対象者」という。）の身体状況（体格指数（body mass index：ＢＭＩ）、身体活動レベル、摂食嚥下機能等を含む。）、食の嗜好、食事状況（食事摂取量を含む。）等を把握する。

ただし、配食事業開始前にこれらの把握を行うことは困難な場合が多いため、事業開始前は各種統計資料（別紙１を含む。）や文献等を参照するのみでも差し支えないが、事業開始後は利用者の身体状況等の把握にも努め、献立やサービスの見直しに適宜つなげていく。

なお、地域密着型で行う配食事業の場合は、事業圏域の自治体から地域高齢者等の身体状況等に関する統計資料を入手し、参照することも有用と考えられる。

イ　食種及び給与目安量等の決定

アの対象者の身体状況や日本人の食事摂取基準（厚生労働省策定。以下「食事摂取基準」という。）の参照体位等をもとに、エネルギー及び栄養素の給与目安量を設定し、取り扱う食種（１種類でも差し支えない。以下同じ。）を決定する。

ただし、疾患を有していたり、疾患に関する高いリスクを有していたりする者向けの食種を設定するに当たっては、食事摂取基準におけるエネルギー及び栄養素の摂取に関する基本的な考え方を理解した上で、その疾患に関連する治療ガイドライン等の栄養管理指針を参照する。

ウ　食品構成の設定

食種ごとに食品構成を設定する。設定に当たっては、配食以外の食事において不足しがちな食品群のほか、積極的に摂取するのが望ましい食品群をできるだけ取り入れるようにする。

また、摂食嚥下機能等の身体状況に応じた食品群の選択にも留意する。

エ　献立作成基準の設定

栄養価、食品構成、料理構成、調理法、メニューサイクル等の献立作成基準を、食種ごとに設定する。

なお、食品構成、料理構成、調理法については、対象者の摂食嚥下機能等の身体状況や嗜好等を踏まえたものとすることが重要である。

オ　献立作成基準の定期的な見直し

いずれの食種においても、配食の提供開始後に利用者の身体状況と摂取状況の関係について定期的に把握しつつ、ＰＤＣＡサイクルの要領で献立作成基準の見直しを適宜検討する。

なお、イの給与目安量及びエの献立作成基準の栄養価は、基本的には最新版の食事摂取基準を参考に決定していくことになるため、食事摂取基準についてよく理解しておくことが重要である。

ただし、食事摂取基準の対象は、歩行や家事等の身体活動を行っている者（高血圧、脂質異常、高血糖、腎機能低下に関するリスクを有していても自立した日常生活を営んでいる者を含む。）であり、体格（ＢＭＩ）が標準より著しく外れている者や疾患について保健指導レベルを超えているような者については、食事摂取基準の範囲外である。こうした者を対象とした食種に係る献立作成基準の栄養価については、関連する各種疾患の治療ガイドライン等（例：高血圧については「高血圧治療ガイドライン」（日本高血圧学会）等）の栄養管理指針を参照の上、決定することになる。

③ 栄養価のばらつきの管理

適切に栄養管理された配食は利用者等にとって教材にもなり得る一方、配食については週に数回程度の利用者も少なくなく、そのような利用者も想定して、栄養価のばらつきを一定の範囲内に管理していくことが重要となる。

こうした観点から、エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物の量及び食塩相当量については、栄養価計算（日本食品標準成分表又はこれに準じる食品成分データベース等による栄養価の算出をいう。以下同じ。）又は分析により得られた１食当たりの値が、事業者で設定された献立作成基準の栄養価の±20%以内となるように管理する。

ただし、栄養素等調整食における食塩相当量については、栄養価計算

地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン

又は分析により得られた１食当たりの値が、事業者で設定した献立作成基準の栄養価を上回らないように管理する（例：１食当たりの食塩相当量を 2.0g 未満と設定して管理する。）。

なお、特別な日に提供される行事食等に係る栄養価の管理は必ずしも以上の考え方によらなくてもよいが、行事食等を栄養素等調整食の利用者に提供できるかどうかについては、注文時のアセスメント、継続時のフォローアップでの確認事項、当該行事食等の栄養価等を踏まえた、管理栄養士（栄養ケア・ステーション等、外部の管理栄養士を含む。以下同じ。）の判断が必要である。

④ メニューサイクルの設定

利用者の配食利用頻度や利用者の声を踏まえ、飽きの来ないサイクルとする。

なお、口から食べる楽しみを支援する観点から、できるだけ季節感を踏まえたサイクルとする。

（２）栄養素等調整食への対応

在宅医療・介護の推進の流れの中、医療・介護関連施設と住まいをできるだけ切れ目なくつなぐものとして、栄養素等調整食を取り扱う事業者の増加が望まれる。

栄養素等調整食の基本としては、エネルギー量、たんぱく質量、食塩相当量を１つ又は複数調整したものが考えられる。各事業者での実行可能性に鑑み、対応可能なものから順次取扱いを広げていくこととするが、対応可能なもののみ取り扱うことでもよい。

なお、栄養素等調整食におけるエネルギー量やたんぱく質量等の調整については、

ア　主食の量又は種類で調整

イ　主食以外（主菜、副菜等）の量又は種類で調整

ウ　ア及びイを組み合わせた調整

等が考えられる。

アのうち、主食の量の調整については、利用者の必要量に応じて何らかの対応ができるようにしておくことが望ましい。なお、主食、主菜、副菜を問わず、量を減らして調整を行う事業者については、その場合でも必須栄養素等の量が不足しないよう、献立作成に当たって工夫が求められる。

（３）物性等調整食への対応

地域高齢者の中には摂食嚥下機能が低下した者もみられるため、これらの者への配食として、物性等調整食の提供が重要となる。各事業者での実行可能性を踏まえ、これらの食種への対応を検討することが望まれる。

物性等調整食については、調理完了から摂取までの保存の状態や時間等の諸条件を踏まえ、万全な衛生管理体制の下で調理・提供を行う必要がある。また、物性等調整食については、医療・介護領域を中心に普及している日本摂食嚥下リハビリテーション学会の嚥下調整食分類（以下「学会分類」という。）のコードに基づく物性等の管理が望まれるが、健康増進法（平成 14 年法律第 103 号）（以下「法」という。）第 26 条第１項に規定する特別用途表示の許可を受けていない食品について、えん下困難者の用に適する旨の表示や学会分類の該当コード等の表示（広告での記載等を含む。）をした場合、法に抵触する可能性があるため、十分な注意が必要である。

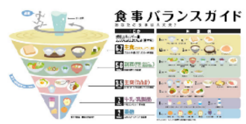
本ガイドラインの公表時点で最新版の学会分類である「嚥下調整食分類 2013」の場合、コード２から４までの取扱いがあると望ましい。各事業者の実行可能性に鑑み、対応可能なコードから順次取扱いを広げていくこととするが、対応可能なコードのみ取り扱うことでもよい。なお、コード２についてはミキサーを使ったペースト・ムース食が望ましい。また、コード３及び４については、ソフト食又は「軟菜」の工夫（硬い可食部の除去等）による対応が望ましい。

地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン

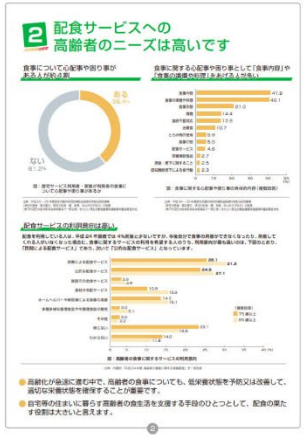
配食業者のお弁当を栄養管理の整ったものにする

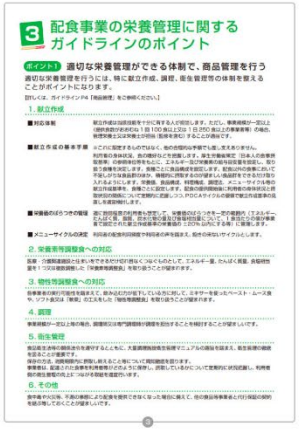
～その事業所の良さを生かす～

まずは食事バランスガイドを学んでもらう



管理栄養士による
配食事業者へのレクチャー





今後の展開：予算は？

②通所型サービス （P23～） ※ 市町村はこの例を踏まえて、地域の実情に応じた、サービス内容を検討する。

○ 通所型サービスは、現行の通所介護に相当するものと、それ以外の多様なサービスからなる。
○ 多様なサービスについては、雇用労働者が行う緩和した基準によるサービスと、住民主体による支援、保健・医療の専門職により短期集中で行うサービスを想定。

基準	現行の通所介護相当	多様なサービス		
サービス種別	① 通所介護	② 通所型サービスA（緩和した基準によるサービス）	③ 通所型サービスB（住民主体による支援）	④ 通所型サービスC（短期集中予防サービス）
サービス内容	通所介護と同様のサービス 生活機能の向上のための機能訓練	ミニデイサービス 運動・レクリエーション 等	体操、運動等の活動など、自主的な通いの場	生活機能を改善するための運動器の機能向上や栄養改善等のプログラム
対象者とサービス提供の考え方	○既にサービスを利用しており、サービスの利用の継続が必要なケース ○「多様なサービス」の利用が難しいケース ○集中的に生活機能の向上のトレーニングを行うことで改善・維持が見込まれるケース ※状態等を踏まえながら、多様なサービスの利用を促進していくことが重要。	○状態等を踏まえながら、住民主体による支援等「多様なサービス」の利用を促進		・ADLやIADLの改善に向けた支援が必要なケース 等 ※3～6ヶ月の短期間で実施
実施方法	事業者指定	事業者指定／委託	補助（助成）	直接実施／委託
基準	予防給付の基準を基本	人員等を緩和した基準	個人情報の保護等の最低限の基準	内容に応じた独自の基準
サービス提供者（例）	通所介護事業者の従事者	主に雇用労働者 ＋ボランティア	ボランティア主体	保健・医療の専門職（市町村）

③その他の生活支援サービス （P24～）

○ その他の生活支援サービスは、①栄養改善を目的とした配食や、②住民ボランティア等が行う見守り、③訪問型サービス、通所型サービスに準じる自立支援に資する生活支援（訪問型サービス・通所型サービスの一体的提供等）からなる。

食べて元気に フレイル予防

メタボよりフレイル対策

厚生労働省パンフレット「食べて元気にフレイル予防」より

研究参加への同意書

研究責任者：　長井彩子　殿

私は、研究計画名「管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業」に関する以下の事項について説明を受けました。理解した項目については自分で□の中にレ印を入れて示しました。

☑ 1．研究の目的及び意義
☑ 2．この研究の対象者
☑ 3．研究の実施方法等
☑ 4．研究を実施する者
☑ 5．研究参加により期待される利益（ベネフィット）と予測される負担（リスク）
☑ 6．個人情報の取り扱い
☑ 7．研究に関する資料・情報の開示
☑ 8．研究成果の公表
☑ 9．自由意志による同意と同意撤回の自由
☑ 10．この研究の資金源等
☑ 11．研究に係る利益相反の状況
☑ 12．研究に参加された方への謝金及び支払方法等
☑ 13．知的財産権の帰属

なお、この研究において撮影された私の画像（静止画、動画）［または音声］の公開につきましては以下の□に✓を入れて示しました。

□ 公開に同意しない
☑ 研究者を対象とする学術目的に限り、下記の条件の下に同意する
　☑ 顔部分など個人の特定可能な部分も含んでよい
　□ 顔部分や眼部などを消去する、ぼかすなど個人の特定不可能な状態に限る
　□ その他（特にご希望があれば、以下にご記入ください）

～自己紹介～

食事を楽しむための、相談室
※絶対に怒りません※＾＾

学習内容

- 第1回
  フレイルとは？
  自分の身体を知りチェックしてみよう！
- 第2回
  フレイルを予防するための毎日の食事
- 第3回
  フレイル予防に欠かせない！
  たんぱく質のお話

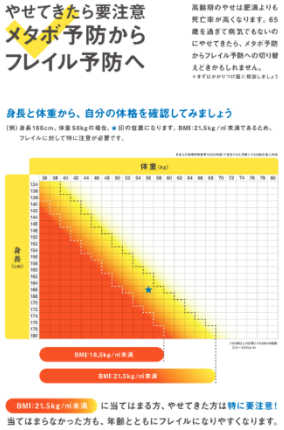
こんな傾向は
フレイルかも
しれません

- おいしくものが食べられなくなった
- 疲れやすく何をするのも面倒だ
- 体重が以前よりも減ってきた

≪フレイルチェック：３つ以上あてはまったらフレイル≫ Friedの定義より改変

□体重減少（意図しない年間４．５kg以上又は５％以上の体重減少）
□疲れやすい（何をするのも面倒だと週に３～４日以上感じる）
□歩行速度の低下（横断歩道を青信号の間に渡るのが難しくなった）
□握力の低下（買い物で２リットルのペットボトルを運んだり、蓋をあけるのが大変になった）
□身体活動量の低下（最近、趣味のサークルに出かけたりしなくなった）

兵庫県版 フレイル予防・改善プログラムより引用



クイズ

- 1食の主食の量、適切な量はどのくらい？（片手半分or片手1杯orそれ以上）
- 1食の主菜の量、適切な量はどのくらい？（片手半分or片手1杯orそれ以上）
- 1食の副菜の量、適切な量はどのくらい？（片手半分or片手1杯orそれ以上）

今日のお弁当に学ぶ！

主菜・副菜は片手1杯
主食は片手1.5杯

ごはん（主食）
魚のフライ タルタルソース添え（主菜）（副菜）
チーズ入り卵焼き（主菜）
旬野菜のラタトゥイユ（副菜）
キャロットラペ（副菜）
さつま芋の甘煮（副菜）
きのこのきんぴら（副菜）

レンジで簡単 3種のきのこきんぴら

材料

2人前

えのき	50g
しめじ	50g
まいたけ	50g
①しょうゆ	小さじ2
①料理酒	小さじ1
①みりん	小さじ1
①砂糖	小さじ1
①顆粒和風だし	小さじ1/2
白いりごま	小さじ1/2
ごま油	小さじ1/4

手順

1. えのきは石づきを切り落とし、半分に切って手でほぐします。
2. しめじとまいたけは石づきを切り落とし、手でほぐします。
3. 耐熱ボウルに1、2、◯を入れて混ぜ合わせたら、ラップをして600Wの電子レンジで1分ほど加熱します。
4. 取り出して、白いりごま、ごま油を入れて混ぜ合わせ、再度ラップをし600Wの電子レンジで1分ほど加熱します。
5. 器に盛りつけて完成です。

※クラシル | 料理レシピ動画サービスより

甘くて優しい！らっきょうタルタル

材料

2人前

ゆで卵	3個
らっきょう漬け	5個
パセリ	少々
塩こしょう	少々
マヨネーズ	大さじ1.5

手順

1. らっきょう漬けをみじん切りにします。
2. ゆでたまごをフォークなどで潰します。
3. 潰したゆでたまごに、塩こしょう、らっきょう、マヨネーズを入れて刻んだパセリも入れてよく混ぜます。

※クラシル | 料理レシピ動画サービスより

お手軽 カラフル野菜のラタトゥイユ

材料

2人前

赤パプリカ	1/2個
黄パプリカ	1/2個
ズッキーニ	1/4本
玉ねぎ	1/4個
ナス	1/2本
すりおろしニンニク	小さじ1/2
カットトマト缶	150g
コンソメ顆粒	小さじ2
水	50ml
オリーブオイル	小さじ2
塩	少々
黒こしょう	少々

手順

準備. パプリカはヘタ、種を取り除いておきます。

1. 野菜を全て、2cmの角切りにします。
2. 鍋にオリーブオイル、すりおろしニンニクを入れて中火で香りが出るまで炒めたら、1を加えてさらに炒めます。
3. 野菜がしんなりしたら、カットトマト缶、コンソメ顆粒、水を加えて中火で煮ます。
4. 野菜に火が通って煮汁が1/3程度になったら、塩と黒こしょうで味を整え、火から下ろします。
5. 器に盛り付けたら完成です。

※クラシル | 料理レシピ動画サービスより

学習内容

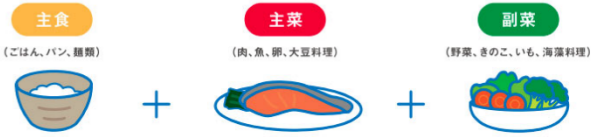
- 第1回
  フレイルとは？
  自分の身体を知りチェックしてみよう！
- 第2回
  フレイルを予防するための毎日の食事
- 第3回
  フレイル予防に欠かせない！
  たんぱく質のお話

フレイル予防のための食事のとり方

必要な栄養素をまんべんなくとるためには、多様な食品や料理を食べることが重要です。

Point 1 3食しっかりとりましょう

Point 2 1日2回以上、主食・主菜・副菜を組み合わせて食べましょう



Point 3 いろいろな食品を食べましょう

それぞれの食品に含まれている栄養素は、1種類ではありません。多様な食品を組み合わせて食べることで、必要な栄養素をまんべんなく摂取することができます。

食事のとり方のコツ

- 料理が大変な場合は、市販の総菜や缶詰、レトルト食品なども活用してみましょう。
- バランスの整った配食弁当であれば、主食・主菜・副菜を手軽に組み合わせることができます。

・サバ缶→そのまま温めておかずに
・ツナ缶→副菜に加える、炒める時にはその油を活用する
・カットトマト缶→スープの味付けに使いバリエーションを増やす
・カニ缶→サラダや卵に加える
・コーン缶→スープに、サラダに、ごはんに、何にでも

主食にプラスして

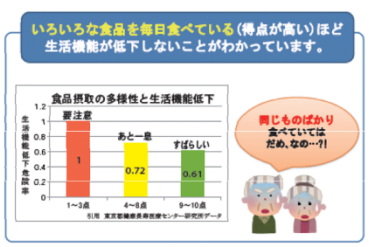
食品摂取の多様性スコア　Dietary Variety Score (DVS)

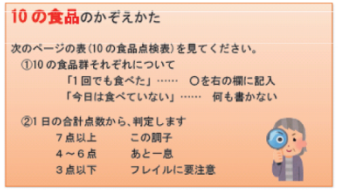
最近一週間のうち、10種類の食品をほぼ毎日食べていますか？
ほぼ毎日食べる場合は「1点」、そうでない場合は「0点」で合計点を出します。

❶肉	点	❻緑黄色野菜	点
❷魚介類	点	❼海藻類	点
❸卵	点	❽いも	点
❹大豆・大豆製品	点	❾果物	点
❺牛乳	点	❿油を使った料理	点
あなたの点数は？			点

兵庫県版 フレイル予防・改善プログラムより引用

毎日食べてる？10の食品





兵庫県版 フレイル予防・改善プログラムより引用

今日のお弁当に学ぶ！

主菜・副菜は片手1杯
主食は片手1.5杯

ごはん（主食）
チーズインハンバーグ（主菜）
オムレツ（主菜）
ポテトサラダ（副菜）
はなっこりーのミモザサラダ（副菜）
れんこんのきんぴら（副菜）
キャベツのマリネ（副菜）
大根のそぼろあんかけ（副菜）

レシピ

簡単！コールスローサラダ

材料

2人前

キャベツ (200g)	1/4個
ハム	4枚
塩	小さじ1/2
マヨネーズ	大さじ2
酢	小さじ1/2
黒こしょう	小さじ1/4

手順

1. キャベツを千切りにし、塩を振って10分ほど置きます。
2. ハムは短冊切りにします。
3. 1の水気を絞りボウルに入れます。
4. 2、マヨネーズ、酢を入れてよく混ぜます。
5. 味が全体になじんだら黒こしょうを入れて味を調え、器に盛り付けて完成です。

レシピ

満開 菜の花のサラダ

菜の花

菜の花	100g
水	1000ml
塩	小さじ1
氷水	適量

ゆで卵

卵	1個
水	800ml

ドレッシング

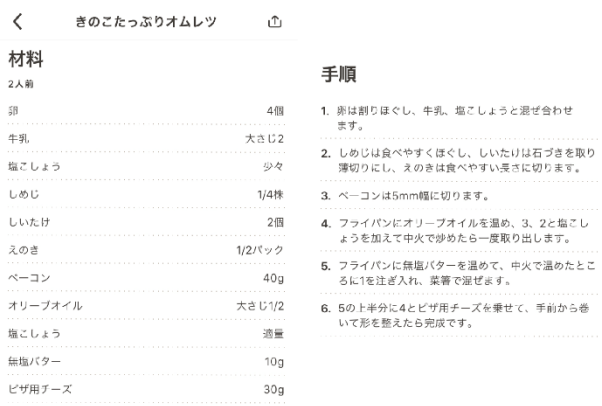
マヨネーズ	大さじ2
練りからし	小さじ1
牛乳	大さじ1
黒こしょう	小さじ1/4

手順

準備．菜の花は根元の硬い部分を切り落としておきます。

1. 鍋に水と塩を入れ、沸騰したら菜の花を30秒ほど茹で、ザルにあけて氷水に入れ冷やし、よく水気を切ります。
2. 鍋に水と卵を入れて中火にかけ、沸騰したら弱火にし8~10分茹めに茹でたら、お湯から上げて流水で冷やします。
3. 2を半分に切り、白身と黄身に分けます。粗めのザルにそれぞれヘラで押し付けそぼろ状にします。
4. ボウルにドレッシングの材料を全てと、3の白身を入れよく混ぜます。
5. お皿に1、4、3の黄身を盛り付け、完成です。

レシピ



きのこたっぷりオムレツ

材料

2人前

卵	4個
牛乳	大さじ2
塩こしょう	少々
しめじ	1/4株
しいたけ	2個
えのき	1/2パック
ベーコン	40g
オリーブオイル	大さじ1/2
塩こしょう	適量
無塩バター	10g
ピザ用チーズ	30g

手順

1. 卵は割りほぐし、牛乳、塩こしょうと混ぜ合わせます。
2. しめじは食べやすくほぐし、しいたけは石づきを取り薄切りにし、えのきは食べやすい長さに切ります。
3. ベーコンは5mm幅に切ります。
4. フライパンにオリーブオイルを温め、3、2と塩こしょうを加えて中火で炒めたら一度取り出します。
5. フライパンに無塩バターを温めて、中火で温めたところに1を注ぎ入れ、菜箸で混ぜます。
6. 5の上半分に4とピザ用チーズを乗せて、手前から巻いて形を整えたら完成です。

学習内容

- 第1回
  フレイルとは？
  自分の身体を知りチェックしてみよう！
- 第2回
  フレイルを予防するための毎日の食事
- 第3回
  フレイル予防に欠かせない！
  たんぱく質のお話

たんぱく質を含む食品をとるように意識しましょう

たんぱく質の摂取量が少なくなると筋肉量が減少し、加齢とともに筋たんぱくの合成が遅くなるため、高齢の方はより一層たんぱく質を含む食品をとることが大切です。

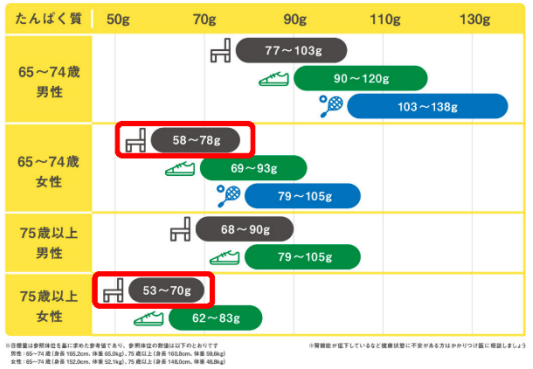
たんぱく質は十分にとれていますか？

毎日の食事で必要なたんぱく質をとれているでしょうか。年齢や活動量に応じた目標量をチェックしてみましょう。

Check ① まずは、普段の日常生活に近い内容を選び、マークに○をつけてみましょう。

低い	普通	高い
1日のほとんどを座って過ごしている	座って過ごすことが多いが、家事や職場への移動、買物、軽いスポーツなどを行っている	移動や立ち仕事が多い。またはしっかりスポーツを行っている

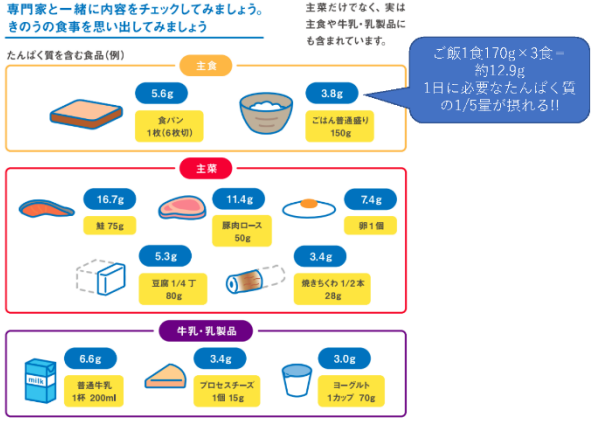
Check ② 年齢、性別を選び、①で選んだマークに○をつけてみましょう。
○をつけた横に書いてある数値があなたのたんぱく質の目標量です。
例）活動量が普通で、65～74歳男性の方は、たんぱく質の目標量は90～120gです。



※目標量は参照体位を基に求めた参考値であり、参照体位の数値は以下のとおりです
男性：65～74歳（身長 169.2cm、体重 65.0kg）、75歳以上（身長 160.8cm、体重 58.6kg）
女性：65～74歳（身長 152.2cm、体重 52.1kg）、75歳以上（身長 148.0cm、体重 48.8kg）
※腎臓病が低下しているなど健康状態に不安がある方はかかりつけ医に相談しましょう

専門家と一緒に内容をチェックしてみましょう。
きのうの食事を思い出してみましょう

主菜だけでなく、実は主食や牛乳・乳製品にも含まれています。



	主食	主菜	牛乳・乳製品
朝食	食パン1.5枚 8.4g	目玉焼き 7.4g ちくわ和え物 3.4g	ホットミルク 6.6g
昼食	ごはん170g 4.3g	鮭塩焼き 16.7g 味噌汁豆腐 5.3g	
夕食	ごはん170g 4.3g	豚肉のピカタ11.4g 卵1/2個 3.7g	
間食			ヨーグルト1C 3.0g

＝ 74.5 g

目標量に足りなかった方は、どんな食品を足すべきかを考えてみましょう。
日々の食事の内容を継続的に確認してみましょう。

たんぱく質を手軽に
より多くとるために

ふだんの食事にたんぱく質が豊富に含まれている食品を足したり(+)、変えたり(🔄)するひと工夫で簡単にたんぱく質を補うことができます。

○ ふだんのごはん
たんぱく質(P)60gメニュー
エネルギー(E)1,400kcal

花まるごはん
たんぱく質(P)90gメニュー
エネルギー(E)1,850kcal
※(+ g)はたんぱく質の増加量を示す

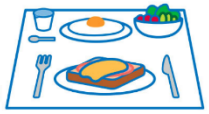
何をプラスすればたんぱく質を増やせる？

朝食
- トースト
- 目玉焼き
- 野菜サラダ
- [　　]

朝食
- トースト
- 目玉焼き
- 野菜サラダ
- [　　]

＋ハム・チーズ → ハムチーズトースト(+5g)

＋ヨーグルト → ヨーグルト(+3g)



E:450kcal　P:21g

何をプラスすればたんぱく質を増やせる？

昼食
- ごはん
- 鶏ハンバーグ
- 酢の物
- [　　]
- 果物

昼食
- ごはん
- 鶏ハンバーグ
- 酢の物
- ＋えだまめ
- 果物

→

- ごはん
- 鶏ハンバーグ
- 酢の物
- えだまめ(+2g)
- 果物

E:550kcal　P:26g

何をプラスすればたんぱく質を増やせる？

夕食
- ごはん
- 鮭のバター焼き
- 温野菜サラダ
- みそ汁

夕食
- ごはん
- ＋納豆
- ＋豚肉
- 鮭のバター焼き
- 温野菜サラダ
- みそ汁

→

- 納豆ごはん(+8g)
- 鮭のバター焼き
- 温野菜サラダ
- 豚汁(+4g)

E:600kcal　P:34g

何に変更すればたんぱく質を増やせる？

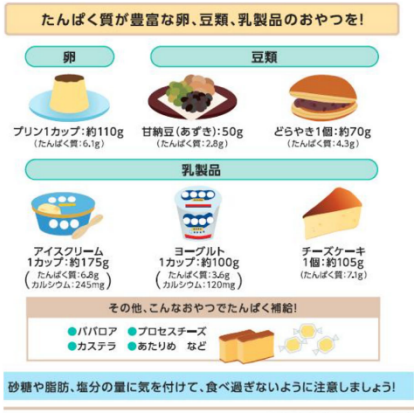
間食
- ようかん
- お茶

間食

・ようかん → チーズケーキ → ・チーズケーキ(+5g)

・お茶 → 豆乳 → ・豆乳ラテ(+3g)

E:250kcal　P:9g



日本食品標準成分表2010 参照
『新・毎日の食事のカロリーガイドブック』女子栄養大学出版部 参照

たんぱく質をとるためのひと工夫

・コーヒータイムには豆乳をプラスして豆乳ラテで

・ヨーグルトなど、間食でもたんぱく質が多いものを選んでみましょう

・缶詰や冷凍食品など、「あと一品」に便利なものは常備を

・お弁当や外食は、おかずの種類が多い定食メニューを選んで、いろいろな食品からたんぱく質をとりましょう

缶詰や冷凍食品など、「あと一品」に便利なものは常備を！！

・サバ缶→そのまま温めておかずに
・ツナ缶→副菜に加える、炒める時にはその油を活用する
・カットトマト缶→スープの味付けに使いバリエーションを増やす
・カニ缶→サラダや卵に加える
・大豆・ミックスビーンズ→和え物やスープに加える
・コーン缶→スープに、サラダに、ごはんに、何にでも

個食鍋の素

鶏肉・豚肉、豆腐・油揚げ、卵を入れてたんぱく質と野菜をしっかり摂ることができる。

素材を入れた次くだけでき手間がかからない。賞味期限が長く、味のバリエーションが多く飽きない。

塩分が高い(3〜4g) ので指示量よりも水を多めに入れて作る。汁まで飲み干さない。

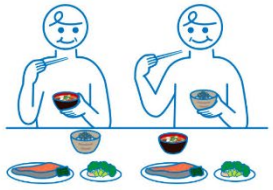
フレイル予防のための「もう一歩」

噛みごたえのある食品を食べましょう

食べる力を維持するために、
根菜類など固いものを食べましょう。
定期的にお口の状態を確認しましょう。

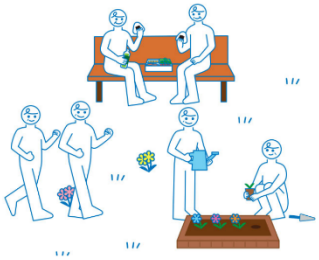
家族や友人と共食をしましょう

楽しい食事の時間は食欲を増進させます。家族や友達、地域の方と会話をしながら食べましょう。



たくさん食べて
たくさん出かけて
たくさん笑いましょう

年のせいとあきらめていた体や心の衰えは、予防できます。
やりたいことや好きなことを続けていくために、フレイル予防の3つのポイントである
「栄養、身体活動、社会参加」を毎日の生活に取り入れ、今できることから始めてみましょう。



今日のお弁当に学ぶ！

主菜・副菜は片手1杯
主食は片手1.5杯

ごはん（主食）
魚のピカタトマトソース添え（主菜）
豚肉の肉巻きフライ（主菜）
鶏ハム（主菜）
ロール白菜（主菜）（副菜）
胡瓜のヨーグルト和え（副菜）
ほうれん草のゴマ和え（副菜）
南瓜の豆乳クリームソースかけ（副菜）

レシピ

余った刺身でピカタ

材料

2人前

メカジキ (計200g)	2切れ
薄力粉	大さじ1
①卵	1個
①粉チーズ	小さじ2
①塩こしょう	少々
サラダ油	大さじ1
ケチャップ	大さじ1

手順

1. メカジキは2cm幅のそぎ切りにし、薄力粉をまぶします。
2. ①の材料を混ぜ、1をくぐらせます。
3. フライパンにサラダ油を入れて中火で熱し、2を入れて焼き、中に火が通り、両面にこんがり焼き色がついたら火からおろします。
4. 器に盛り付けてケチャップを添えて完成です。

レシピ

手軽に作れる シンプル鶏ハム

材料

2人前

鶏むね肉	200g
①塩	小さじ2
①砂糖	小さじ2
①黒こしょう	ふたつまみ
お湯 (茹で用)	適量

手順

準備. 鶏むね肉は皮を取っておきます。

1. 鶏むね肉は観音開きにして、均一に1cm程の厚さにします。フォークで両面に数箇所穴を開けます。
2. ①の材料を混ぜ合わせ、1の表面に擦り込んで、5分程置きます。
3. 水気を取り、手前から巻いていきます。ラップを二重に巻き、アルミホイルでさらに包みます。
4. 3が被る位の沸騰したお湯が入った鍋に3を入れ、弱火で30分程加熱し、火を止めて10分程置きます。
5. お湯から取り出し、粗熱が取れたら冷蔵庫で30分程冷やします。切り分けたらお皿に盛り付けて完成です。

手順

準備. にんじんの皮を剥いておきます。

1. にんじんは千切りにし、玉ねぎは薄切りにします。白菜にざく切りにし、しめじは石づきを取ってほぐします。
2. 鍋にサラダ油を熱し、1のにんじん、玉ねぎを入れて中火で炒めます。しんなりしたら1の白菜、しめじを入れて更に炒めます。
3. 2の全体がしんなりしたら、豆乳、水を加え、煮立ったら弱火にして5分程煮込んで火を通します。
4. ボウルに①を混ぜ合わせ、3に溶き入れます。器に盛り、青ねぎを散らして完成です。

健康支援型配食サービス

（一社）管理栄養士地位向上協会

平成29年3月30日
「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」の普及について

平成29年3月30日
「地域高齢者等における配食の機会を通じた健康支援の推進について

国は、健康寿命の延伸等を実現させるため地方自治体に、対し配食事業支援に関連した通知を行っている。

健康支援型配食サービス

（一社）管理栄養士地位向上協会

［課題と目的］

急速な少子高齢化が進み、医民一人当たりの健康保険料負担や医療費が増大する中、在宅療養者の増加にも拍車がかかっている。更に、地方では在宅医療者に対し食事・栄養支援を行う人材が圧倒的に不足しており、在宅療養者の食事や健康に対する支援が一分に行き届いていない。

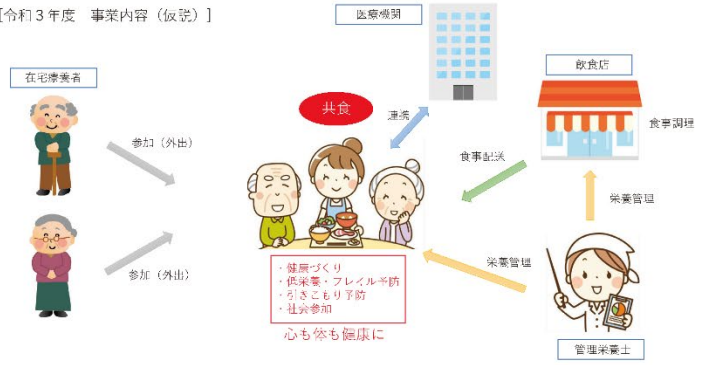
そんな中で、地域の在宅療養者等が医療・介護関連施設以外でも健康・栄養状態を適切に保つことができ、かつ口から食べる楽しみも十分得られるような食環境整備、とりわけ長寿な配食事業を求める声は、今後ますます高まることが予想される。

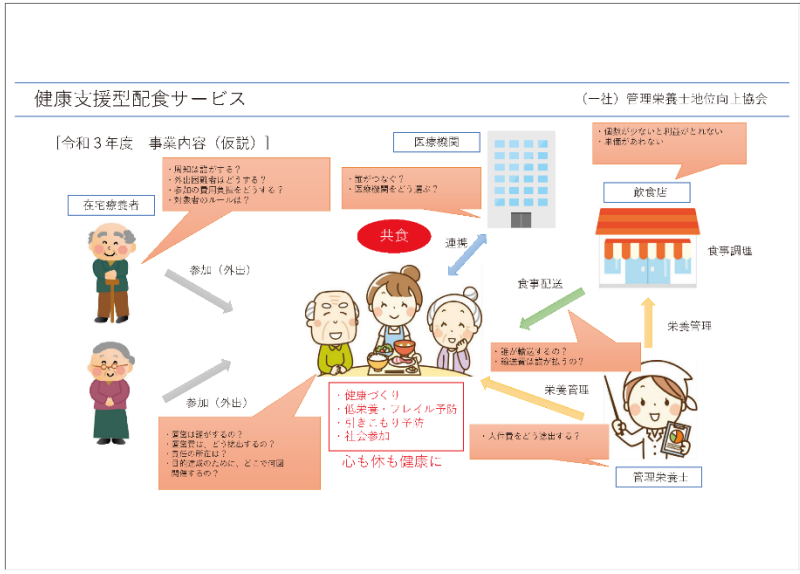
そこで、地域の人材やサービスを生かした、配食サービスを実現することで、食と栄養を通じた在宅療養者の健康維持を目指すとともに、しいては、増加する健康保険料及び医療費の抑制を図る。

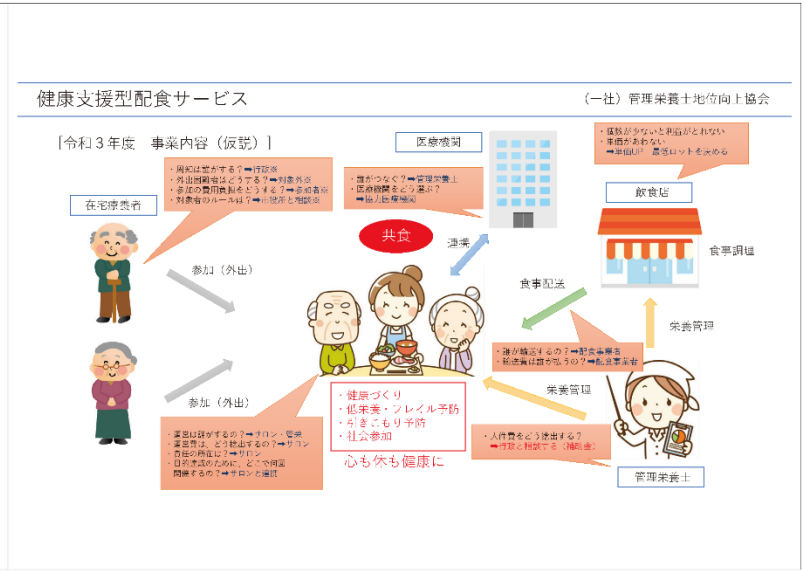
健康支援型配食サービス

（一社）管理栄養士地位向上協会

［令和３年度　事業内容（仮説）］




健康支援型配食サービス
（一社）管理栄養士地位向上協会
「令和３年度　事業内容（仮説）」
医療機関
在宅療養者
飲食店
食事調理
共食
連携
参加（外出）
参加（外出）
食事配送
栄養管理
栄養管理
・健康づくり
・低栄養・フレイル予防
・引きこもり予防
・社会参加
心も休も健康に
管理栄養士


健康支援型配食サービス
（一社）管理栄養士地位向上協会
「令和３年度　事業内容（仮説）」
医療機関
在宅療養者
飲食店
食事調理
共食
連携
参加（外出）
参加（外出）
食事配送
栄養管理
栄養管理
・健康づくり
・低栄養・フレイル予防
・引きこもり予防
・社会参加
心も休も健康に
管理栄養士

健康支援型配食サービス　ヒアリングシート

（厚生労働省 令和２年度栄養ケア活動支援整備事業）

① まず、今年度の事業の概要・取り組みと成果を説明させていただきます。
ご意見やご質問はありますか？

② 今回、実証実験として、先ほど説明した事業を実施しましたが、取り組みの中で行政として連携もしくは、支援できそうな点等ございましたか。（可能な範囲で、具体的に教えてください。）

③ 具体的にどのような運営体制で行っていくのかは、これから検討しますが、今後、本事 業を本格的に実施するにあたり、補助金や委託料等の費用支援をしていただくことが、 可能性としてあるでしょうか。

④ 現在、行政機関において配食・栄養管理に関する取り組みを行われていますか。
その上で、課題や問題等ありますか？

⑤ この他に、フレイル予防や引きこもり防止、未病対策に関する取り組みがあれば教えてください。

その上で、課題や問題点等がありますか。

⑥ 最後に、地域の高齢者等の健康維持に向けて、今後、行政の取り組みにおいて管理栄養士と連携できることがあるでしょうか。（想定で構いません。）

⑦ その他特記事項

【記入者】

住　　所：

氏　名：

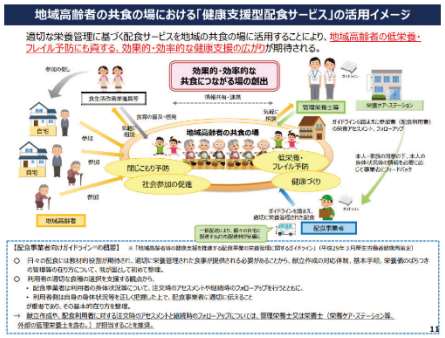
健康支援型配食サービス

管理栄養士による適切な栄養管理に基づく配食サービス普及のための仕組みづくり事業

認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ

上口県長門市 1か所
上口県山口市 4か所
愛知県豊川市 2か所
茨城県鉾田市 2か所
神奈川県横浜市 2か所
岐阜県岐阜市 2か所

事業内容



- 栄養管理のできた高齢者に合った弁当を準備（配食事業者への栄養教育）
- 共食の場をつくる（高齢者への栄養教育）（閉じこもり予防）

↓

フレイル予防のための環境づくり

健康寿命延伸プラン（厚生労働省）

- 健康支援型配食サービスの推進等の目標として、2022 年度までに 25％の市区町村で展開することが目標とされている。
- これを実現するために、厚生労働省から委託を受け、令和２年度栄養ケア活動支援整備事業として実施している。
- 事業の継続性を検討することが必須

例
地域支援事業や高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の活用
★介護予防・生活支援サービス事業・訪問型サービスC、通所型サービスA.B.C
★　一般介護予防事業
★高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

介護予防・生活支援サービス事業

①訪問型サービス（P22～）　※ 市町村はこの例を踏まえて、地域の実情に応じた、サービス内容を検討する。

○ 訪問型サービスは、現行の訪問介護に相当するものと、それ以外の多様なサービスからなる。
○ 多様なサービスについては、雇用労働者が行う緩和した基準によるサービスと、住民主体による支援、保健・医療の専門職が短期集中で行うサービス、移動支援を想定。

基準	現行の訪問介護相当	多様なサービス			
サービス種別	①訪問介護	②訪問型サービスA（緩和した基準によるサービス）	③訪問型サービスB（住民主体による支援）	④訪問型サービスC（短期集中予防サービス）	⑤訪問型サービスD（移動支援）
サービス内容	訪問介護員による身体介護、生活援助	生活援助等	住民主体の自主活動として行う生活援助等	保健師等による居宅での相談指導等	移送前後の生活支援
対象者とサービス提供の考え方	○既にサービスを利用しているケースで、サービスの利用の継続が必要なケース ○以下のような訪問介護員によるサービスが必要なケース （例） ・認知機能の低下により日常生活に支障がある症状・行動を伴う者 ・退院直後で状態が変化しやすく、専門的なサービスが特に必要な者　等 ※状態等を踏まえながら、多様なサービスの利用を促進していくことが重要。	○状態等を踏まえながら、住民主体による支援等「多様なサービス」の利用を促進		・体力の改善に向けた支援が必要なケース ・ADL・IADLの改善に向けた支援が必要なケース ※3～6ヶ月の短期間で行う	訪問型サービスBに準じる
実施方法	事業者指定	事業者指定／委託	補助（助成）	直接実施／委託	
基準	予防給付の基準を基本	人員等を緩和した基準	個人情報の保護等の最低限の基準	内容に応じた独自の基準	
サービス提供者（例）	訪問介護員（訪問介護事業者）	主に雇用労働者	ボランティア主体	保健・医療の専門職（市町村）	

※厚生労働省：高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進についてより

介護予防・生活支援サービス事業

②通所型サービス（P23～）　※ 市町村はこの例を踏まえて、地域の実情に応じた、サービス内容を検討する。

○ 通所型サービスは、現行の通所介護に相当するものと、それ以外の多様なサービスからなる。
○ 多様なサービスについては、雇用労働者が行う緩和した基準によるサービスと、住民主体による支援、保健・医療の専門職により短期集中で行うサービスを想定。

基準	現行の通所介護相当	多様なサービス		
サービス種別	① 通所介護	② 通所型サービスA（緩和した基準によるサービス）	③ 通所型サービスB（住民主体による支援）	④ 通所型サービスC（短期集中予防サービス）
サービス内容	通所介護と同様のサービス 生活機能の向上のための機能訓練	ミニデイサービス 運動・レクリエーション 等	体操、運動等の活動など、自主的な通いの場	生活機能を改善するための運動器の機能向上や栄養改善等のプログラム
対象者とサービス提供の考え方	○既にサービスを利用しており、サービスの利用の継続が必要なケース ○「多様なサービス」の利用が難しいケース ○集中的に生活機能の向上のトレーニングを行うことで改善・維持が見込まれるケース ※状態等を踏まえながら、多様なサービスの利用を促進していくことが重要。	○状態等を踏まえながら、住民主体による支援等「多様なサービス」の利用を促進		・ADLやIADLの改善に向けた支援が必要なケース 等 ※3～6ヶ月の短期間で実施
実施方法	事業者指定	事業者指定／委託	補助（助成）	直接実施／委託
基準	予防給付の基準を基本	人員等を緩和した基準	個人情報の保護等の最低限の基準	内容に応じた独自の基準
サービス提供者（例）	通所介護事業者の従事者	主に雇用労働者＋ボランティア	ボランティア主体	保健・医療の専門職（市町村）

③その他の生活支援サービス　（P24～）

○ その他の生活支援サービスは、①栄養改善を目的とした配食や、②住民ボランティア等が行う見守り、③訪問型サービス、通所型サービスに準じる自立支援に資する生活支援（訪問型サービス・通所型サービスの一体的提供等）からなる。

※厚生労働省：高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進についてより

一般介護予防事業

一般介護予防事業　平成31年2月25日社会保障審議会 介護保険部会（第75回）資料3

○ 介護予防は、高齢者が要介護状態等となることの予防又は要介護状態等の軽減若しくは悪化の防止を目的して行うものである。
○ 機能回復訓練などの高齢者本人へのアプローチだけではなく、地域づくりなどの高齢者本人を取り巻く環境へのアプローチも含めたバランスのとれたアプローチを行う。
○ 年齢や心身の状況等によって分け隔てることなく、住民主体の通いの場を充実させ、人と人とのつながりを通じて、参加者や通いの場が継続的に拡大していくような地域づくりを推進する。
○ リハビリテーション専門職等を活かした自立支援に資する取組を推進し、介護予防を機能強化する。
○ 市町村が主体となり、一般介護予防事業を構成する以下５つの事業のうち必要な事業を組み合わせて地域の実情に応じて効果的かつ効率的に実施する。

○ **介護予防把握事業**
地域の実情に応じて収集した情報等の活用により、閉じこもり等の何らかの支援を要する者を把握し、住民主体の介護予防活動へつなげる。

○ **介護予防普及啓発事業**
介護予防活動の普及・啓発を行う。

○ **地域介護予防活動支援事業**
市町村が介護予防に資すると判断する地域における住民主体の通いの場等の介護予防活動の育成・支援を行う。

○ **一般介護予防事業評価事業**
介護保険事業計画に定める目標値の達成状況等の検証を行い、一般介護予防事業の事業評価を行う。

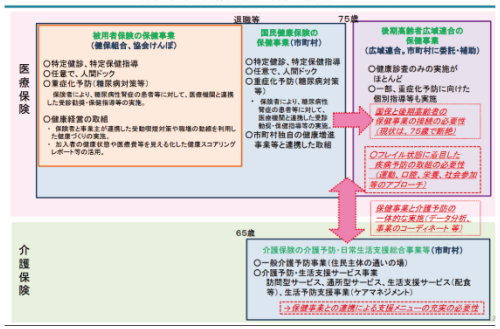
○ **地域リハビリテーション活動支援事業**
地域における介護予防の取組を機能強化するために、通所、訪問、地域ケア会議、サービス担当者会議、住民主体の通いの場等へのリハビリテーション専門職等の関与を促進する。

113

※厚生労働省：高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施の推進についてより

高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施

保健事業と介護予防の現状と課題（イメージ）



※厚生労働省：高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施に向けて

今後の展開：多職種連携

○医師会
フレイルの概念、医療的側面からの留意点、通いの場への参加勧奨 等
○歯科医師会
オーラルフレイルの概念、口腔状態評価、定期的な歯科健診受診促進 等
○薬剤師会
全身状態の確認、服薬指導 等
○看護協会
全身状態の確認、保健指導 等
○歯科衛生士会
口腔状態の評価、口腔機能体操、効果的な口腔管理の方法 等
○栄養士会・認定栄養ケア・ステーション
栄養状態の評価、低栄養防止のための食事摂取方法 等
○介護支援専門員協会
口腔機能向上及び栄養状態改善に向けてのケアプラン作成 等
○言語聴覚士会
摂食嚥下機能に配慮した食事摂取方法 等
○理学療法士会
安全で食べやすい姿勢の保持 等
○作業療法士会
安全で食べやすい食具の選択 等

※兵庫県版 フレイル予防・改善プログラムより

名簿

事業検討委員	
大下将史	株式会社 CREIN 代表取締役
工藤美香	駒沢女子大学准教授
田中克典	長門市歯科医師会会長
中谷昌子	山口県栄養士会会長
長井彩子	認定栄養ケア・ステーション　ファンスタディ
半田哲朗	長門市医師会会長
堀隆人	長門市市民福祉部審議官

50 音順

事業評価委員	
茨城県	IBK 管理栄養士　吉田順子
	おぬま食堂
神奈川県	Youeat　萩野祐子
	社会福祉法人たすけあい泉　食事サービスはな
	福祉クラブ生協 港北食事サービス W.Co ほっと
岐阜県	合資会社ティーユープランニング　宇野さとみ
	割烹宇乃　宇野
愛知県	eiyo-salon MIRAI　榊原未来
	ケイフードサービス　栗田
	岩佐商店　伊藤
山口県	藤原米穀店 CoiCoi　藤原払路未
	藤原米穀店 CoiCoi
	コープ　どうもん店
	café&pub Kirikou（キリク）
	NPO 法人ほほえみの郷トイトイ
山口県	認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ　長井彩子・白木志乃
	Nikot　伊藤

モデル事業実施所	
茨城県	IBK 管理栄養士　吉田順子
神奈川県	Youeat　萩野祐子
岐阜県	合資会社ティーユープランニング　宇野さとみ
愛知県	eiyo-salon MIRAI　榊原未来
山口県	藤原米穀店 CoiCoi　藤原払路未
山口県	認定栄養ケア・ステーション ファンスタディ　長井彩子・白木志乃

厚生労働省補助事業

令和２年度　栄養ケア活動支援整備事業　報告書

管理栄養士による適切な栄養管理に基づく
配食サービス普及のための仕組みづくり事業

令和３年４月発行

編集・発行　一般社団法人　管理栄養士地位向上協会

〒759-4102　山口県長門市西深川 2037-2

TEL 0837-23-1366　FAX 0837-23-1366