令和元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実施報告

配食事業完結型モデル

認定栄養ケア・ステーション　ヘルシーネットワークつながる

実施自治体：東京都日野市

配食事業者：株式会社ヘルシーネットワーク

事業をすすめるにあたってのアプローチ

アプローチ先	これまでの連携状況	アプローチ方法
①公益財団法人社会教育協会日野社会教育センター　事業部健康体操係 ※体操教室等地域の集いの場を運営している団体。自主事業の他、東京都日野市からの委託事業での体操教室等も多く行っている	認定栄養ケア・ステーションの活動内容PRを行っており、何か連携できることを探っていた 	（1）認定栄養ケア・ステーションの活動内容を紹介 （2）先方事業内容の把握と栄養士への要望ヒアリング （3）スタッフ研修の実施 兵庫県版フレイル予防・改善プログラムを事例として紹介・配食弁当の共食。アンケートを実施 （4）社会教育センターが行っている体操教室6か所で栄養講座を実施。兵庫県版フレイル予防・改善プログラム「ちょこっと編」を活用、アンケートを実施 （5）アプローチ先②の事業として、共食の場づくり等を提案し、体操教室2か所で共食実施が決定
②東京日野市　企画経営課（旧：地域戦略室）	包括協定締結、日野市生涯活躍のまち推進協議会への参加、メーカーズキャラバン参加など、日野市の地元企業として主に地域づくりの面で連携を行い、情報交換を行っていた	（1）企画経営課が主幹で実施している人生100年時代のライフイノベーション事業について内容を確認 （2）アプローチ先①で行った教室のアンケート結果等をもとに企画書を提出 （3）人生100年時代のライフイノベーション事業の一環として2020年2月～3月に管理栄養士による共食の場作りとして業務を受託。

～11月行政や地域団体との関係作り → 12月連携先スタッフへの研修・ニーズ調査 → 1月連携先スタッフのニーズにそった栄養講座の開催・地域高齢者のニーズ調査 → 12～1月ニーズ調査に基づいて共食の企画・日野市行政への働きかけ → 2月～3月日野市の事業として共食を実施 → 3月　自立した持続可能な事業としての設計、運営マニュアル完成予定

配食事業完結型モデルの実施

①参加者の募集方法・場の選定

■日野社会教育センターが市内10か所で実施している「いきいき健康クラブ」（おおむね60歳以上を対象の体操教室）のうち、毎回の参加人数が6～15名程度で安定している6会場を選定

■教室運営スタッフから教室参加者へ事前に周知

②配食事業者との関わり

認定栄養ケア・ステーション管理栄養士が、母体である（株）ヘルシーネットワークの冷凍弁当と主食等を組み合わせて喫食対象者にあわせた献立を作成

お品書き

タラの柚子おろしソースかけ

きのことひじきの炒り煮

野菜と鶏肉のオイスター和え

菜の花のお浸し

タラ・鶏肉
菜花・キャベツ・大根・
にんにくの芽・にんにく・
にんじん・ねぎ・ピーマン・
ゆず・しょうが
きくらげ・ひらたけ・ひじき
ごま・春雨

ごはん
150ｇ

●エネルギー　493Kcal
●たんぱく質　18.4ｇ
●食塩相当量　1.9ｇ

ごはん
200ｇ

●エネルギー　577Kcal
●たんぱく質　19.6ｇ
●食塩相当量　1.9ｇ

使われている食材（食品摂取の多様性）や栄養バランス、塩分についてお弁当の内容を教材に説明した。

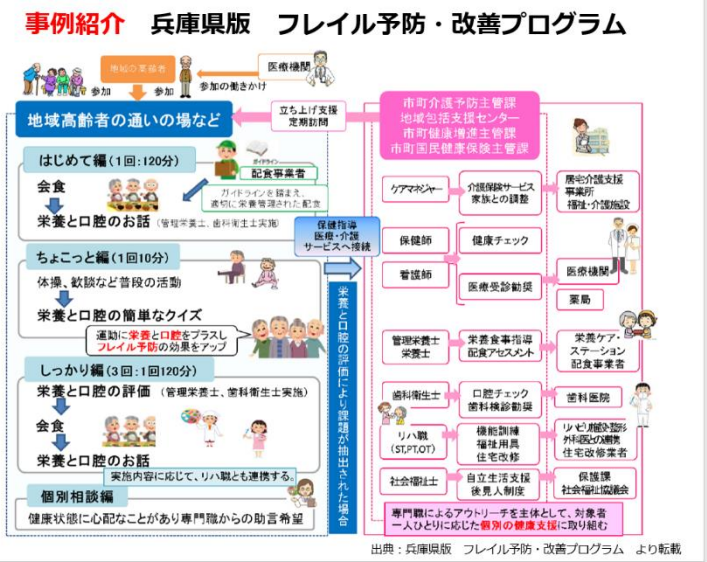
ヘルシーネットワークの冷凍弁当を利用

対象者や教室の内容にあわせて認定栄養ケア・ステーションが内容を自由に選択、組み合わせて提供できた。

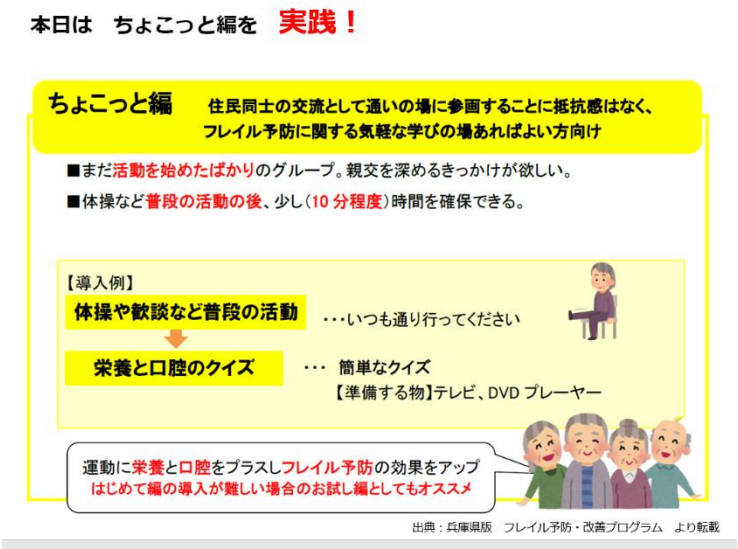
12月スタッフ研修の実施

東京都日野市で、体操教室等、地域住民集いの場を運営する公益財団法人社会教育協会　日野社会教育センターのスタッフ向けに研修を実施。

1.兵庫県版　フレイル予防・改善プログラムを事例として紹介



2.事例の「ちょこっと編」栄養クイズを実践



3.配食弁当の栄養バランスや塩分について講話、共食、アンケート実施

～11月行政や地域団体との関係作り

12月連携先スタッフへの研修・ニーズ調査

1月連携先スタッフのニーズにそった栄養講座の開催・地域高齢者のニーズ調査

12～1月ニーズ調査に基づいて共食の企画・日野市行政への働きかけ

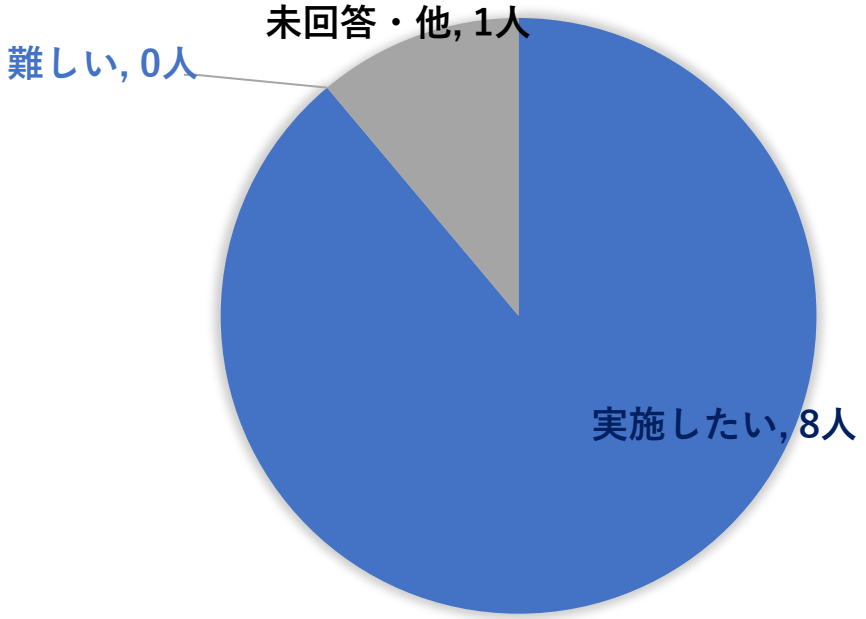
2月～3月日野市の事業として共食を実施

3月　自立した持続可能な事業としての設計、運営マニュアル完成予定

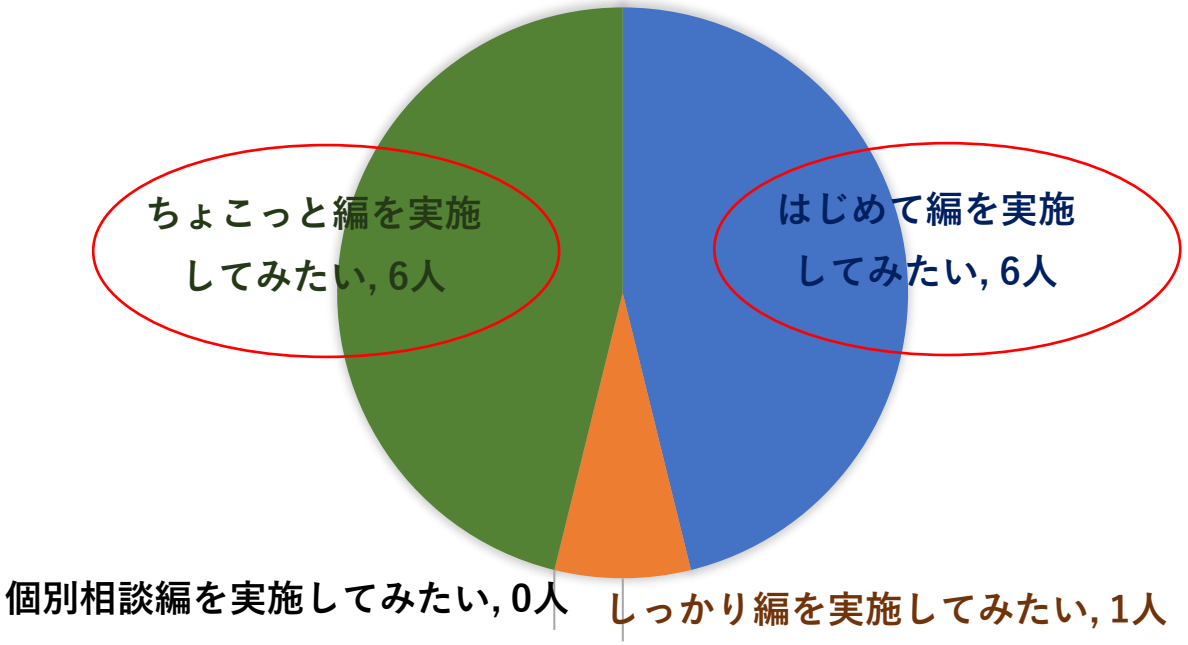
スタッフアンケート結果（9人）

フレイル予防・改善や栄養食事に関する事業実施はしたいが、短時間の講話のみの教室（ちょこっと編）又は講話と共食をセットで1回行う教室（はじめて編）を実施したいという希望が多数であった。

配食や認定栄養CSを活用したフレイル予防・改善や栄養食事に関する事業実施について



事例の兵庫県版プログラムのどのステップを実施したいと感じますか



1月体操教室6か所で栄養講座を実施

1. 12月のスタッフ研修で実施希望が多かった兵庫県版フレイル予防・改善プログラム

「ちょこっと編」栄養クイズを紙芝居形式で実践。

2. 自身の状況の整理、栄養状態の確認として

「基本情報」および「MNA」の説明と記入を実施。

ふくらぎ周囲長は31cmの紐を準備して計測。

計測は積極的に楽しんで参加して頂けた。

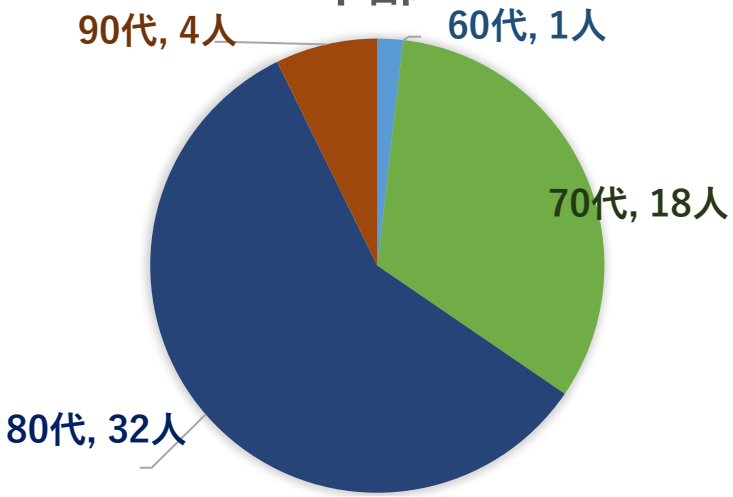
3. 今後開催してほしい教室の内容等をアンケート調査

参加者：55名（6会場合計）
管理栄養士：各会場2名
体操教室スタッフ：各会場2名

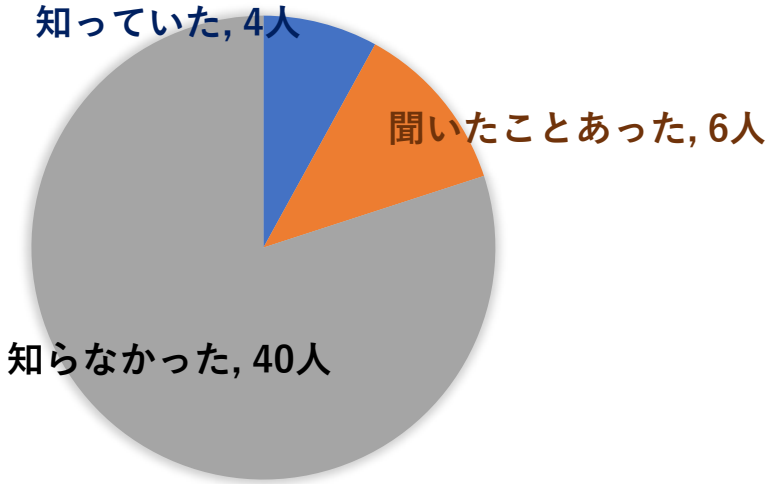
～11月行政や地域団体との関係作り → 12月連携先スタッフへの研修・ニーズ調査 → 1月連携先スタッフのニーズにそった栄養講座の開催・地域高齢者のニーズ調査 → 12～1月ニーズ調査に基づいて共食の企画・日野市行政への働きかけ → 2月～3月日野市の事業として共食を実施 → 3月　自立した持続可能な事業としての設計、運営マニュアル完成予定

参加者アンケート結果（55名）

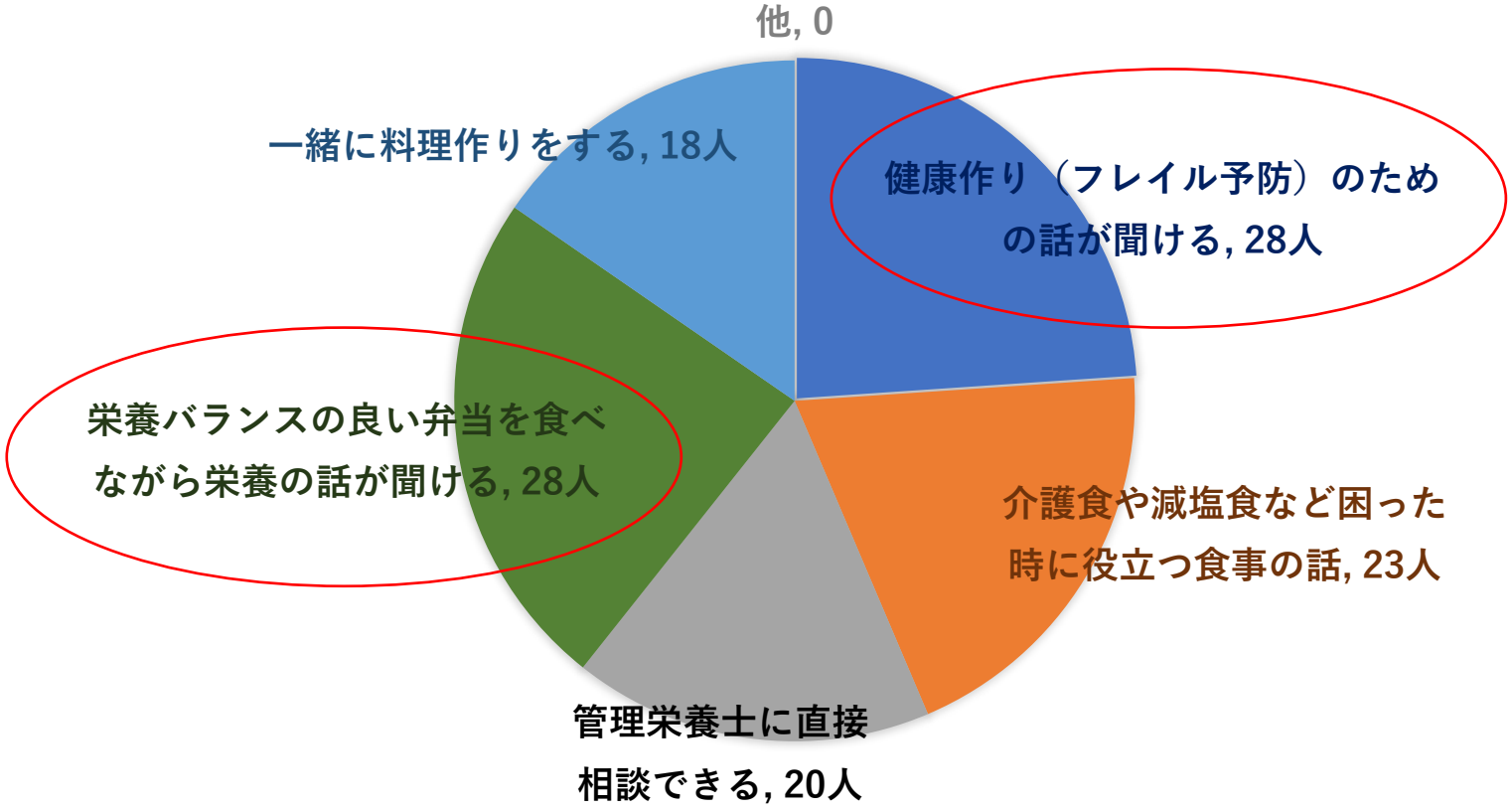
年齢



フレイルについて知っていたか



今後開催されると良い教室（複数回答）



事業実施の成果

1スタッフ研修や栄養講座を行うことで体操教室スタッフが共食への取り組みに前向きになった

2.体操教室スタッフ、地域高齢者（体操教室参加者）のニーズ把握ができた

3.栄養士会の事業を行ったことがエビデンスとなり、東京都日野市　「人生100年時代のライフイノベーション事業、管理栄養士による共食の場つくり」の受託（2020年2月～3月）が決定した

事業実施後の企画

「人生100年時代のライフイノベーション事業管理栄養士による共食の場つくり」として以下を実施

1.体操教室2か所で「配食を利用した共食」実施　2/18　2/27

2.体操教室スタッフによる「ミニ栄養講座」の開催支援　2月～3月

3.自立した持続可能な事業にしていくための事業の設計・運営マニュアルを作成

お弁当は食べきるが、主食を減らして下さいと言う参加者が多く、主食を全く食べない方もいた。

2/18　共食の様子

～11月行政や地域団体との関係作り → 12月連携先スタッフへの研修・ニーズ調査 → 1月連携先スタッフのニーズにそった栄養講座の開催・地域高齢者のニーズ調査 → 12～1月ニーズ調査に基づいて共食の企画・日野市行政への働きかけ → 2月～3月日野市の事業として共食を実施 → 3月　自立した持続可能な事業としての設計、運営マニュアル完成予定

課題と今後

1.はじめからお弁当を食べる講座は、金銭面や事業に対する理解面でハードルが高かった。まずはじめに地域住民や地域団体のニーズを知り、お互いの活動内容を理解しながらスモールステップで進めることが重要と考える。

2.モデル事業終了後も、地域住民・地域団体・認定栄養ケア・ステーション・配食事業者の主体的な取り組みとして継続できるよう、地域の実情にあった、開催頻度・価格設定・運営方法を検討していくことが必要であると考える。

3.自治体が行うフレイル予防事業等ともつながりを持たせ、地域作りの視点を持って取り組んでいきたい。

- ～11月行政や地域団体との関係作り
- 12月連携先スタッフへの研修・ニーズ調査
- 1月連携先スタッフのニーズにそった栄養講座の開催・地域高齢者のニーズ調査
- 12～1月ニーズ調査に基づいて共食の企画・日野市行政への働きかけ
- 2月～3月日野市の事業として共食を実施
- 3月　自立した持続可能な事業としての設計、運営マニュアル完成予定