



# まちの保健室 報告書 No1



栃木県栄養士会 県南支部

## 1 活動内容

栃木県看護協会栃木地区支部が実施する「まちの保健室」に参加し、図書館利用者に対し、栄養・食生活等に係る相談対応を行った。

※栃木県看護協会栃木地区支部の看護師が、体重、血圧、握力、体脂肪率を測定し、栄養食生活等に係る課題がある方について、栃木県栄養士会県南支部の管理栄養士が個別相談を実施した。

## 2 実施日時

令和6年 6月1日(土) 13:00~16:00

## 3 会場

栃木市老人福祉センター 泉寿園 (栃木県栃木市今泉町 1-2-7)

## 4 実績

11名に対し個別栄養・食生活等の相談対応を実施(担当:中田、潮田)

(相談対応の概要)

	項目	内容
1	住所地	栃木市内在住者 11名
2	性別	男:7名 女:4名
3	年代	50歳代:0名 60歳代:2名 70歳代:8名 80歳代以上:1名
4	相談内容 (重複)	高血圧 : 2名 糖尿病 : 1名 痛風 : 1名 心不全 : 1名 骨粗鬆症 : 1名 体重増加 : 1名 減塩食 : 2名(簡単にできるレシピ希望) 栄養バランス : 1名 その他(青汁や野菜の摂り方、脂質を控えた食事、簡単に出来る減塩おつまみが知りたい等)



## 5 状況及び感想等

「まちの保健室」を毎回利用される方もおり、「前回も会ったわね」と顔の見える関係性が少しずつ構築出来ていると感じました。独居男性数名からは「減塩で簡単にできるおつまみは無い?」と相談を受けました。今後、簡単な調理工程のレシピや活用しやすい市販品等の紹介などの提案も検討していきたい。令和4年から参加させていただく中で、看護協会の皆さまとコミュニケーションを図りながら実施することは、管理栄養士の職能をアピールする場としても有益と感じます。地域の皆さまや多職種の方々に、気軽に相談できる管理栄養士を目指すためにも、県南支部としてこの活動を継続していく事を望みます。