



# まちの保健室 報告書 No.2

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、泉寿園利用者に対し、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・保健師が、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8月3日(土) 13:00~16:00

## 3 会場

栃木市老人福祉センター 泉寿園 (栃木市今泉町 1-2-7)

## 4 実績

7名に対し個別栄養・食生活等の相談対応を実施(飯田・古川)  
(相談対応の概要)



	項目	内容
1	住所地	栃木市内在住者 7名
2	性別	男:5名 女:2名
3	年代	70歳代:3名 80歳代:3名 90歳代:1名
4	相談内容	高血圧 : 1名 痛風 : 1名 心不全 : 1名 (70代:前回も参加) 食欲不振 : 1名 (90代:前回も参加) その他 : 3名 (自分に合った食事量、献立について知りたい等)

## 5 状況及び感想等

「まちの保健室」に毎回参加されている方が2名来られ、「2か月前にも来た。2か月に1回、第1土曜は来ている。」と話されていました。また、施設内のお風呂に入った後に参加された方もいました。夏の暑い時期もあってか、食欲不振の方や、自分にあった食事量を知りたいという方が多くみられました。ご自身で料理をする方には、夏野菜を使用した簡単に出来るレシピが喜ばれました。独居で料理をしない方もみられ、そのような方に対しては、前回同様、活用しやすい市販品の紹介等の資料等の検討をしていけるとよいと思いました。また、看護協会の皆様から、対象の方の血圧測定結果や、お話された内容について状況を説明していただくことで、スムーズに栄養相談に繋がっていただいていると感じました。

参加者の中には、「皆さんとお話させていただくことが嬉しい。」と話す方がおり、「まちの保健室」が気軽に専門職と話が出来る場として、地域の方に定着してきていると感じました。今後も、地域の皆様に食事に関すること等について管理栄養士に相談できる場として、また、多職種と連携し、管理栄養士の職能をアピールすると共に、食の専門家として地域に貢献できるよう「まちの保健室」を継続していけるとよいと思います。

