



まちの保健室 報告書 No.4

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市区支部の看護師・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12月7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 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（担当：都丸・芳賀）

<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：4名、女：3名
3	年代	60代：1名、70代：4名、80代：2名
4	相談内容	高血圧・腎臓病・心不全：1名 糖尿病：1名 脂質異常症：2名 その他：3名（栄養バランス、不眠・味覚障害等）



5 状況および感想等

今回は、これまでの「まちの保健室」や「健康フェスタ」に参加された方が3名来られ、次回の予定も確認されていました。疾患をお持ちの方、日々の食事内容の確認の方、状況はさまざまですが、それぞれ食に対する意識の高い方も多かったです。フレイル予防のパンフレットを用いて説明することで、バランスのよい食事について、より理解しやすいと思いました。また、レシピが欲しいという方には、減塩レシピを配布することもできました。

今後も、地域の皆様に食事に関すること等について、気軽に管理栄養士に相談できる場として、また、他職種と連携し、管理栄養士の職能をアピールするとともに、食の専門家として地域に貢献できるよう活動を継続していけるとよいと思いました。

