



まちの保健室 報告書 No.5

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7年2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（栃木市今泉 1-2-7）

4 実績

12 名に対し個別栄養・食生活等の相談対応を実施(担当:神子谷・鮎ヶ瀬)

<相談対応の概要>

	項目	
1	住所地	栃木市内在住者 7名
2	性別	男 6名、女 6名
3	年代	年代 60代 2名、70代 4名、80代 6名
4	相談内容	腎臓病・心不全・糖尿病 各1名 高血圧症 2名 骨粗しょう症 2名 脂質異常症 2名 その他 6名(フレイル予防・食事作り・栄養バランス等)

5 状況および感想等

今年度最後の開催となったが、12 名の方に参加いただきました。

参加者には、「前回の開催時にいただいたレシピを試してみました」と話している方もおり、本活動が地域の健康づくりの中で重要な役割を担っていることを改めて感じました。

自身の疾患に関する相談だけでなく、健康づくりのために必要な食事について聞きたいなど、相談内容は様々でしたが今後も、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、活動を継続していきたいと思います。

