なんケア通信

第47回　南部圏域の地域包括ケアを考える会（なんケアの会）を開催しました

開催日時：令和7年4月4日（金）18:00～19:00
会　　場：南部市民サービスセンター「なんぴあ」 2階 地域文化ホール
参 加 者：39名（医療関係者18名、介護支援事業所関係者16名
地域包括支援センター 4名、調剤薬局1名）

演 題

『高齢者に対する栄養評価と食支援』
～自分で食べて自分の足で歩くことをつづけるために～

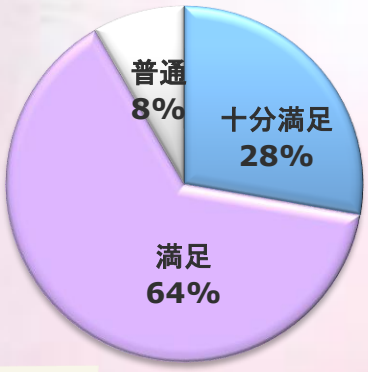
講師：秋田赤十字病院　第二代謝内科部長　菅沼　由美　先生

高齢者が低栄養状態になりやすい原因として、認知機能の低下や加齢に伴う食欲低下、疾病、栄養に関する誤認識などがあげられます。身体計測、血液検査などを行って栄養状態の評価を行い、適正なエネルギーと十分なたんぱく質、脂質、ビタミン群を不足しないように摂取することが大切です。また、レジスタンス運動や有酸素運動を継続して行うことも重要となってきます。食事療法と運動療法を合わせて行うことでより効果が発揮できるそうです。
高齢者が元気に暮らせるように支援していきたいと思いました。

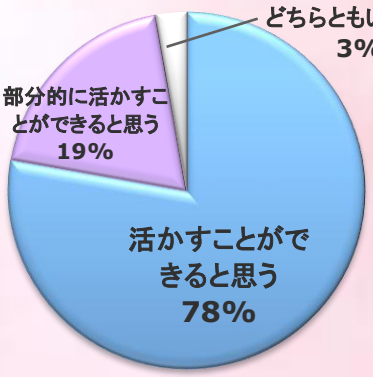
アンケート結果

回収率：92.3%（アンケート配布：39名、回収：36名）

1.なんけあの会に参加していかがでしたか？



2.今後、地域での活動に活かすことができそうですか？



会場の様子

皆様からのご意見・ご感想

医師からも専門的な話を聞き、大変参考になりました。地域での健康講話の際に活かしたいと思います。今後も医師からの話を聞けるといいです。（介護支援事業所関係者）

栄養バランスを考え毎日3食食べることや運動することの大切さ、1日1日の積み重ねで、最後まで自分の口で食べ、自分の足で歩く。これは高齢者の望む暮らしと思います。大変勉強になりました。
（介護支援事業所関係者）

アセスメントの視点に栄養面は欠けるきらいがありました。また包括では介護予防教室も開催しています。握力測定しています。数値の客観性をもっと重要視して利用者に情報提供していきたいと思います。
（地域包括支援センター）

糖尿病の方も低栄養の方もとても多いです。今日のお話を活かして栄養や運動について患者さんに指導できたらと思います。
（医療機関関係者）

次回開催のお知らせ

開催日時：令和7年6月6日（金）18:00～19:15
会　　場：南部市民サービスセンター「なんぴあ」