

# 機能強化型認定栄養ケア・ステーション 在宅栄養もぐもぐ大阪



居宅療養管理指導  
(介護保険)



栄養アセスメント



在宅患者訪問栄養食事指導  
(医療保険)



在宅での調理指導(個人)

# 機能強化型認定栄養ケア・ステーション 在宅栄養もぐもぐ大阪

**特集**

**ケアマネジャーも押さえておきたい  
高齢者の栄養状態の  
理解・食事療法・栄養改善への  
アプローチ**

**高齢者の栄養管理の必要性和  
押さえておきたい数値・  
評価ツール・栄養管理の留意点**

機能強化型認定栄養ケア・ステーション 在宅栄養もぐもぐ大阪  
在宅栄養専門管理栄養士 **水島美保**

大阪市立環境科学研究所附設栄養学専攻卒業後、有床診療所などに勤務。2017年より現職。  
一般社団法人日本在宅栄養管理学会関西・四国・中国ブロック長・理事、公益社団法人日本  
栄養士会・大阪府栄養士会会員、日本リハビリテーション栄養学会会員。このほか、訪問栄養  
指導、高齢者の低栄養、摂食嚥下障害の食事指導などについての執筆活動も行っている。

2021年の介護報酬改定、2022年の診療報酬改定の内容から、  
高齢者の栄養改善が重要課題であることを実感しています。令和  
4年版高齢社会白書<sup>1)</sup>によれば、高齢化率は28.9%であり、今  
後さらに上がっていくと予測されます。地域包括ケアでの「時々  
入院ほぼ在宅」の“ほぼ在宅”を維持するためには、高齢者の栄  
養改善は急務と言えます。

**高齢者に栄養管理が必要か**

厚生労働省は、高齢者の特性を踏まえた保健事業における重点  
課題を、疾患の重症化予防とフレイル対策としています。フレイ  
ル対策には、低栄養への対応が必須です。また、65歳以上の要  
介護者等の介護が必要となった主な原因を見ると、関節疾患、認  
知症、骨折・転倒、高齢による衰弱については低栄養が関係し、  
脳血管疾患、心疾患などは疾患が重症化したためと考えられま  
す(図1)。

例えば、介護が必要となった主な原因の第1位の認知症の症状  
悪化には、低栄養が深く関係しています。また骨折・転倒、高齢  
による衰弱、関節疾患についても骨格筋量の低下、筋力の低下、  
免疫力の低下などの低栄養の症状から起こると考えられます。

低栄養状態が改善されると改善されないのでは、どのよう  
な違いが現れるのでしょうか。東京都健康長寿医療センター研究所  
の8年間の追跡調査によれば、BMI20以下の状態が継続されると

嚥下調整食を作ってみよう！  
～コード4を中心に～

機能強化型認定栄養ケア・ステーション在宅栄養もぐもぐ大阪  
在宅栄養専門管理栄養士  
**水島 美保**

調理実習指導(集団)

つながる力。  
大阪経済大学

**心・体の健康と防災  
セミナー2023**

大阪経済大学は、東淀川区民の健康増進と区民同士の交流づくりを目的に、  
心・体の健康と防災セミナーを開催することになりました。  
東淀川区とも連携を図り皆さんのWell-beingを支援したいと思います。

講座内容のご案内 入場は開始30分前です(先着50名) ※内容等変更する場合があります

1回	4/14 (金)	11時～12時	「人生100年時代、自分らしく100%輝く」人間科学部 高井逸史教授
2回	5/19 (金)	11時～12時	「お家の正しい飲み方(仮)」コスメスミルフィー薬局 宮田憲一先生
3回	6/2 (金)	11時～12時	「風水害について」東淀川区役所地域課(安全まちづくり)
4回	6/22 (木)	11時～12時	「タビゲタタッチによるセルフケアとマインドフルネス」心理臨床センター 中川一徳教授
5回	7/21 (金)	11時～12時	「わたしたちのコミュニティメンタルヘルス～孤独・孤立の問題から考える～」心理臨床センター 岩田光宏講師
6回	7/28 (金)	11時～12時	「高齢者に多くみられる内科疾患(仮)」人間科学部 八尾武憲教授
7回	8/25 (金)	11時～12時	「フレイル予防の食事・栄養」管理栄養士 水島美保先生
8回	9/8 (金)	11時～12時	「地域について」東淀川区役所地域課(安全まちづくり)
9回	10/20 (金)	11時～12時	「認知症になっても地域で安心して暮らすための取り組み(仮)」東淀川区社会福祉協議会
10回	11/10 (金)	14時～15時	「肺炎について」東淀川区医師会副会長 辻 正純先生
11回	11/29 (水)	11時～12時	「楽しく脳トレ、ボードゲーム療育-おとなも子どもも、遊んで脳力アップ!発達凸凹サポーター-てくてく守口市教育専門相談員 吉富由佳子氏
12回	1/26 (金)	11時～12時	「心の整え方-身体を使ったセルフケアの紹介-(仮)」東海学院大学 大浦典一先生
13回	2/16 (金)	11時～12時	「『おい』を生きる力-健康はこころから-」心理臨床センター 岡村善博講師
14回	3/6 (水)	11時～12時	「子は宝、お母さんも地域の宝(仮)」まま☆スマイル 代表 松浦美帆氏

参加無料! どのテーマでもひとつから受講可能! 申し込み不要!

- 会場 大阪経済大学 70周年記念館
- 主催 大阪経済大学
- 後援予定 大阪市東淀川区 東淀川区医師会  
大阪経済大学心理臨床センター

お問い合わせ先  
社会連携担当 TEL:06-6990-3694

研修会講師

執筆依頼