

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 加東健康福祉事務所

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<ul style="list-style-type: none"><li>・北播磨圏域の高齢化率(32.8%)は県平均(29.0%)を上回っている(令和3年2月1日現在)。また、平均寿命と健康寿命の差も、県平均と比べて男女ともに長いことから、県食育推進計画(第3次)の重点課題である健康寿命を延伸する取組みが急務である。</li><li>・高齢者が要介護状態に至らず自立した生活を維持するためには、低栄養を背景としたフレイル(虚弱)に早い段階で気づき、健康長寿の3本柱である栄養・運動・社会参加に一体的に取り組む必要がある。</li><li>・圏域版フレイル予防栄養プログラムを関係機関に周知を図り、通いの場等で活用した取組みを圏域全体へ広げ、各市町が継続できるよう支援する必要がある。</li><li>・フレイルのリスクがあるが認識の機会がない、改善意欲の低い(健康無関心層)高齢者への啓発を検討する必要がある。</li></ul>
今年度の推進方策	<ol style="list-style-type: none"><li>1 フレイル予防栄養プログラム(圏域普及版)の周知</li><li>2 プログラムを実践する人材の育成支援</li><li>3 フレイルのリスクがある健康無関心層への普及啓発</li></ol>
成果	<ol style="list-style-type: none"><li>1 <b>フレイル予防栄養プログラム(圏域普及版)、活用の手引きの作成</b> 貸出し用媒体(布媒体/データ)の紹介を行い、各市町及び関係機関あて周知することができた。</li><li>2 <b>プログラムを実践する人材の育成支援</b> 関係機関・団体、介護予防センター等の実践を支援した。</li><li>3 <b>啓発媒体等の作成</b> 関係機関と協議のもと、普及啓発チラシ3種を作成した。</li></ol>
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none"><li>・通いの場やあらゆる機会に誰もがフレイル予防啓発が継続できるよう作成媒体の活用を支援する。</li><li>・フレイルのリスクがあるが認識の機会が無い、改善意欲の低い(健康無関心層)への啓発を強化する。</li></ul>

### 2 会議の開催状況

実施日時	令和3年10月27日(水)14時～16時30分
参集者 (団体数 及び人数)	管内地域栄養士会役員 兵庫県栄養士会北播磨圏域代表 北播磨圏域リハビリテーション支援 6団体14名
協議内容	<ol style="list-style-type: none"><li>1 フレイル予防栄養プログラム(圏域版)の普及について</li><li>2 地域リハビリテーション支援センターにおけるセラピストの北播磨圏域内での活動報告について</li><li>3 栄養・ケアステーションについて</li><li>4 情報・意見交換</li></ol>

今後の 方策	<ul style="list-style-type: none"> <li>・地域リハビリテーションの介護予防活動</li> <li>・県栄養士会事業の食環境整備を取り上げ、スーパーでフレイル予防レシピと食生活上のポイントを配布。</li> </ul>
-----------	---

### 3 食育実践活動の結果

テーマ	フレイル予防で健康長寿なまちづくり (地域で多様な食品摂取を推進する取組み)		
対象及び 参加者数	① 認知症カフェだより配布機関	配布機関64か所	
	② 健康づくり推進員	35名	
	③ 北播磨県民局内在住者	配布部数約10万部	
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	① 通年 社総合庁舎	1 普及啓発原稿の作成(認知症カフェだより) フレイル予防の啓発、フレイル予防栄養プログラム(圏域版)の周知	健康福祉事務所
	② 11月10日(水) 14:00-16:00 社総合庁舎	1 人材育成 フレイル予防の食生活、フレイル予防栄養プログラム(圏域版)の周知	健康財団 北播磨支部 健康福祉事務所
	③ 9~10月 社総合庁舎	1 普及啓発原稿の作成(県民だよりひょうご) フレイル予防の啓発、フレイル予防栄養プログラム(圏域版)の周知	県民局総務企画室 健康福祉事務所
成 果	<p><b>【成果】</b></p> <p>(1) 普及啓発原稿の作成 地域住民に食品多様性スコア等フレイル予防の食生活を啓発した。認知症カフェだよりは圏域内認知症カフェ及び関係機関、県民だよりは圏域内全戸配布の媒体のため健康無関心層を含む地域住民へ周知した。感染症が拡大するなかで、継続的な啓発をした。</p> <p>(2) 人材育成 健康づくり推進員にフレイル予防の食生活と貸出媒体を周知し、地域活動の活用を促した。</p> <p><b>【評価指標と目標値及び達成状況】</b></p> <p>(1) 普及啓発原稿の作成回数(認知症カフェだより(年6回)・県民だよりひょうご(年1回))</p> <p>認知症カフェだより延べ5回、県民だよりひょうご12月号(年1回)で原稿を作成し、普及啓発を実施できた。</p> <p>(2) フレイル予防栄養プログラムの貸出実績数(月1回程度 年間12回)</p> <p>布・データ媒体で延べ18回貸出。なお、貸出依頼は延べ26回であったが、緊急事態宣言中で予定行事が中止となり、貸出取りやめがあった。</p>		
今後の 課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養+運動+社会参加の三本柱で取り組めるよう、管内各市町と連携したプログラムの継続実施支援。</li> <li>・プログラム実践者の増加。</li> <li>・フレイルのリスクがあるが認識の機会が無い、改善意欲の低い(健康無関心層)高齢者への啓発</li> </ul>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

# フレイル予防で健康長寿なまちづくり ～地域で多様な食品摂取を推進する取組み～

今年度の取組み内容は、以下の2つです。

- 1 広報誌等によるフレイル予防の食生活の啓発と圏域版フレイル予防栄養プログラムの周知
- 2 プログラムを実践する人材の育成支援

## 1 “フレイル予防の食生活”の啓発 “圏域版フレイル予防栄養プログラム”の周知

認知症カフェだより・県民だよりひょうご（地域版ページ）にフレイル予防のポイントについて記事を掲載しました。

### <認知症カフェだより>

毎月発行の認知症カフェだよりで、奇数月の発行号にフレイル予防記事を掲載しました。内容はフレイル予防栄養プログラム（圏域版）のうち手軽にできるフレイル予防のポイントまとめ、定期的な広報媒体のため継続的な普及啓発ができました。

## <県民だよりひょうご>



1 2月号（地域版）ページにフレイルの特集を掲載しました。県民だよりひょうごは全世帯配布のため、健康無関心層を含めた世帯にも普及啓発ができました。

フレイル予防栄養プログラム（圏域版）を貸出の周知も併せて実施しました。



特集では、食事とオーラル（口腔）のフレイル予防について啓発しました。

## 2 プログラムを実践する人材の育成支援

関係組織・団体等の研修会でフレイル予防栄養プログラム（圏域）を紹介して各地域活動で活用を促しました。

- (1) 健やか食育会議（北播磨圏域栄養士連絡会・研修会）  
令和3年10月27日 参加者14人
- (2) 健康づくり推進員フォローアップ研修会  
令和3年11月10日 参加者35人



貸出媒体の実物を展示。フレイル予防の情報提供と併せて、プログラムの実物を紹介しました。

北播磨圏域内栄養士会では、モデル事業の食環境整備でスーパーによるフレイル予防レシピと情報提供を実施しました。

