

# 地域の管理栄養士さんは こんな活動をしています！

## 1、訪問栄養食事指導をやっています。

最近…

- 体重が減ってきたなあ
- 急に体重が増えて、足がむくんでいるなあ
- 食欲がなくて、元気でないよ
- 検査数値がよくないと言われたわ
- 「糖尿病って何を食べたらいいの？」と聞かれたけど、よくわからないよ
- 飲み込みが悪く、むせるようになったわ



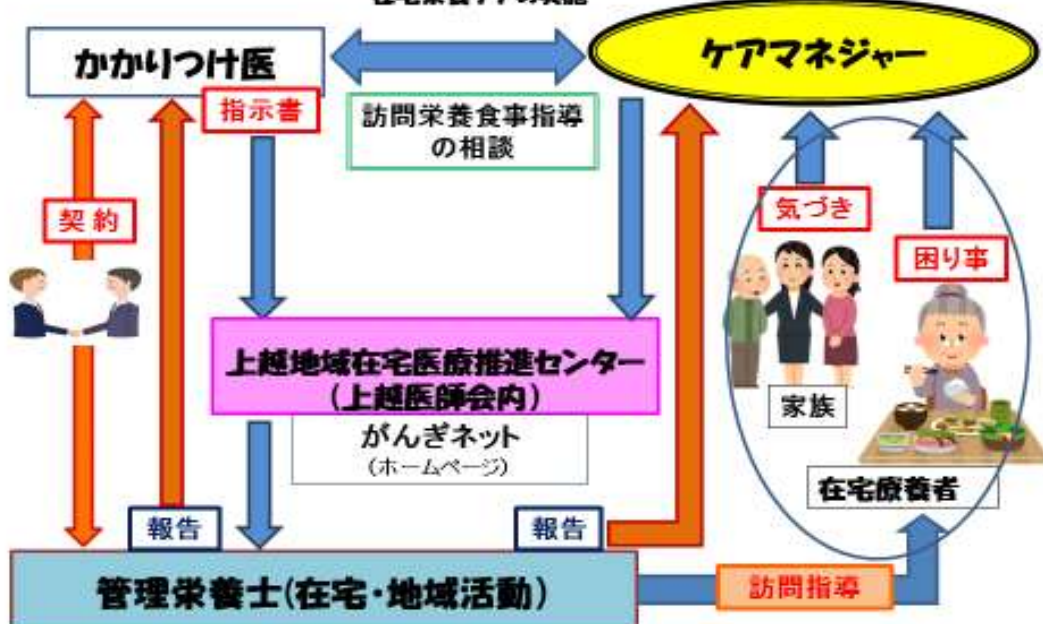
と思ったことはないですか？

**栄養不足？食事が問題かな!?と心配になったら**  
ケアマネさん、ヘルパーさん、保健師さん、  
地域包括支援センターに相談しましょう！

相談すると訪問栄養食事指導のシステムがあることを紹介してくれます！

### ～ 訪問栄養食事指導の流れ ～

在宅栄養ケアの実施



## 2、電話栄養相談もやっています。

地域にお住まいの方、  
ケアマネさん、ヘルパーさん、  
☎で気軽に栄養のこと御相談ください

管理栄養士が  
お答えします！



- 食事の相談をしたい
- 最近、急に体重が減ってきた
- 医師から「糖尿病です」と言われた。パンは大丈夫？
- 最近、飲み込みが悪い、むせる



乳幼児から高齢者の方の栄養まで、気軽にご相談ください！！

おまけ

### 上越地域在宅医療推進センター

- 長寿社会を迎えて、住民の皆様が地域において、医療、介護、福祉等からの包括的な支援が持続的に提供される事をめざし、設立されました。
- 在宅医療に関する総合的な窓口です。関係機関をつなぐお手伝いをします。
- お気軽に御相談ください。



### がんぎネット

(上越地域在宅医療推進センター ホームページ)



がんぎネットの中には皆様に役立つ情報の掲載に努めています。是非ご利用ください。

問い合わせ先

上越医師会 上越地域在宅医療推進センター内

**栄養士会上越支部 栄養ケアステーション**

**毎木曜日 9：30～12：00まで**

**☎025-520-7500**



# 訪問栄養食事指導はどんな人が利用してるの？

## <利用者Aさん>

66歳男性（介護度4）

家族同居（キーパーソン：妻）

病名：糖尿病・脳梗塞

血糖値が高いがコントロール出来ていない

医師の指示：食事のコントロール

本人・家族の希望：食事療法鵜のために実際の具体的な食事作りを体験する。

指導内容：

①まず糖尿病と治療法についての学習（パンフ使用）しました。

②1日の食事摂取量を理解するため、実際のごはん・おやつ等を準備して量やカロリー等の目安を確認してもらいました。同内容で3回訪問指導を実施しました。

結果：血糖値は300→130代に低下。HbA1Cは高いまま横ばい。妻は忙しい中でも食事作りに役立てており、介護についても積極な姿勢が見えて、往診から外来受診に変わってきました。

お母さん頑張って！  
応援してますよ



ケアマネさんやヘルパーさんも参加して、家族を支援！



実際に料理を作って見せてます。



お料理はみんなで試食して味付けも覚えてもらいます。