

2023.7.25

在宅訪問栄養食事指導について

～訪問して管理栄養士が何をするのか～



滋賀県栄養士会 管理栄養士 清水満里子



内容

- 1、管理栄養士の訪問とは
- 2、訪問して管理栄養士は何をするのか
- 3、訪問管理栄養士として関わった事例
- 4、まとめ

1、管理栄養士の訪問とは

療養者の多くは社会と関わりをもち、住み慣れた家で自分らしい生活を送りたいと望まれています。

その生活の中で、食に関することを援助するサービスです。

おいしく、体によく、よい食環境を作っていくことで、

療養者の「生きる」を支援します。

「生活の場」である療養者宅で、より実践的な栄養食事指導が

求められています。

令和4年度 滋賀の医療福祉に関する県民意識調査

将来介護が必要になった時に介護を受けたい場所

自宅	26.3%
サービス付き高齢者向け住宅	19.9%
特別養護老人ホーム等の施設	15.8%

人生の最後を迎えたい場所

自宅	40.8%
病院	23.8%

人生の最後を迎えたい状況

家族に囲まれて	49.8%
痛みの緩和	47.2%

訪問栄養食事指導を利用する療養者

退院後、どのような食事管理をすればよいかわからない

担当のホームヘルパーに治療食や介護食の作り方を伝えてほしい

栄養が足りているか、偏っていないか心配

食事管理がうまくいかず、病状や身体機能が悪化している

食べる量が減り、体が弱ってきた

褥瘡ができてしまった

食べたり飲んだりすると、すぐにむせる

脱水状態や肺炎で入退院を繰り返している

排便がうまくいかない(下痢、便秘など)

2、訪問して管理栄養士は何をするのか

基本情報
(性別・年齢・家族の状況・調理担当者)

身体機能
健康状態評価
(既往歴・現病歴
検査結果
服薬状況)

身体測定
(身長・体重)

生活環境評価
(調理設備
食事場所
買い物の方法)

主治医やケアマネジャーなどの多職種からの情報を含んでいる

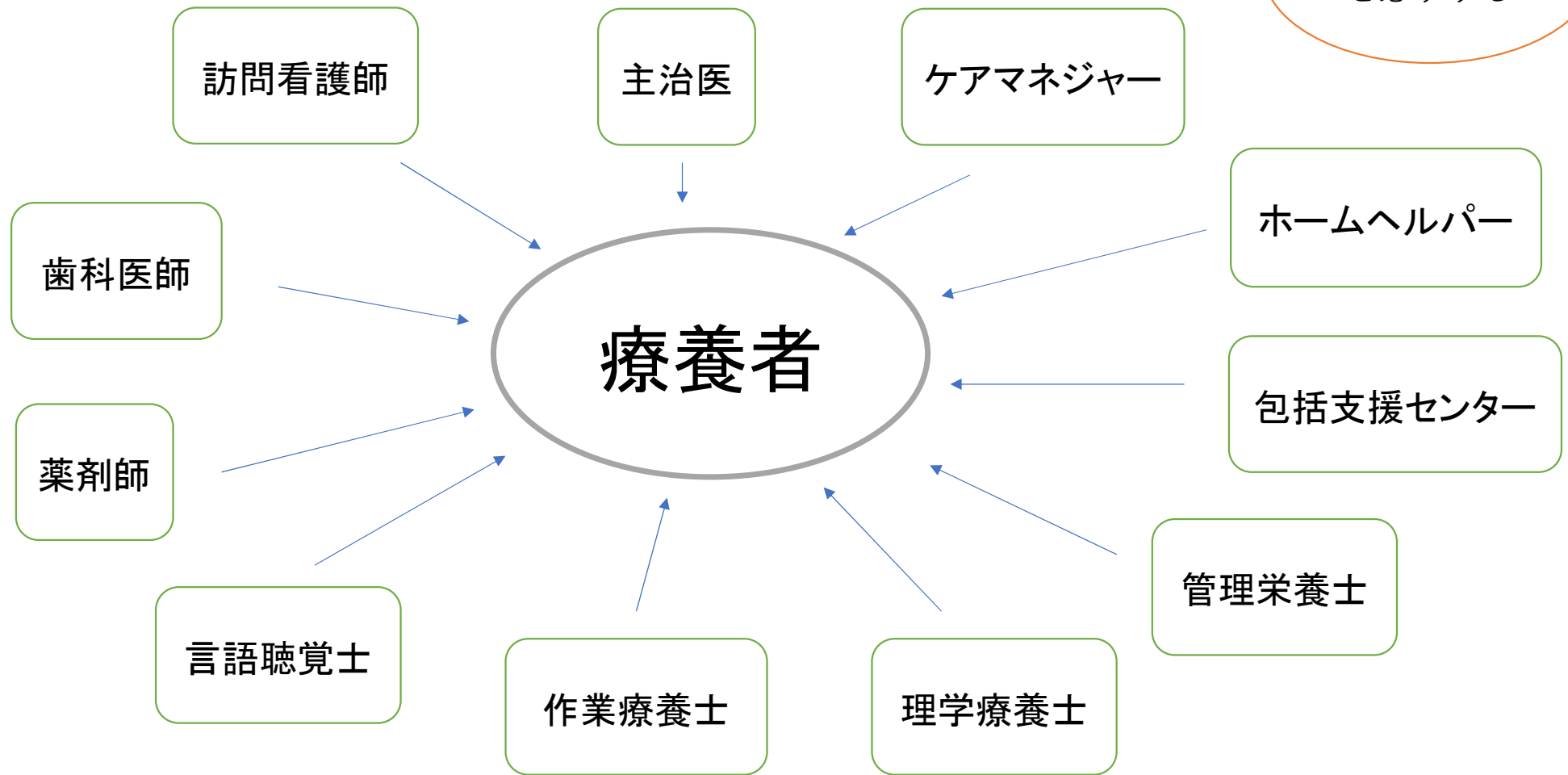
食事内容評価
(食事回数・食事時間
栄養補給方法
食形態
摂取栄養量)

調理に関する
能力・知識評価

支援状況
(配食サービス
介護サービスの
利用状況)

訪問栄養食事指導で主に関わる職種

他職種へ報告
を必ずする



在宅の栄養食事指導は、栄養量、検査数値、体重の改善をするために行うのではなく療養者の望む生活ができるために**支援**すること。望む生活を叶えるためにどうするのか、一緒に考える

アセスメントから栄養改善につなげるために

必要栄養量に対しての過不足の原因がどこに問題があるかを見極めて、負担のない改善策を提案すること

食品・メニューの提案、実際に一緒に料理を作って指導をすること

本人の食べ慣れた味、食べてみたい食事や簡単で手軽な料理の提案

経口摂取で十分な栄養量が確保できない場合は栄養補助食品を提案

3、在宅訪問管理栄養士として関わった事例

今までに訪問栄養食事指導を行った件数
(2018年～2023年) 41件

訪問で関わった主な疾患

「肝疾患 糖尿病 高アンモニア血漿 がん 認知症

低栄養(嚥下が難しい方) 腎臓病

肺炎で入退院を繰り返している方」

事例1

90歳代 女性

要介護5

歯科医師からの依頼

キーパーソン 息子

腎疾患 嚥下の状態が悪い

管理栄養士として、レトルト食品にはない料理を提供した
息子さんに母親の嗜好や味付けなどを聞いて提供した



事例2

90歳代 女性

要支援2

ケアマネジャーからの依頼

キーパーソン 娘

肺炎で入退院を繰り返していた

噛めなかった、飲み込みができていた
食事量が減っていた



事例3

90歳代 男性 要介護1 糖尿病 主治医からの依頼

キーパーソン 息子 ホームヘルパー

血糖値が高くなり食事の用意をしているホームヘルパーに買い物の仕方、料理の作り方や食事の注意点を伝えてほしい

事例4

70歳代 女性 要支援2 肝硬変 主治医からの依頼

キーパーソン 娘

退院したがどのように食事を作れば良いのか知りたい調理をしている間立ってられないので作ってほしい

事例5

60歳代 女性 要介護4

医師からの依頼

キーパーソン 夫

多系統萎縮症

進行があり、筋力の低下がある

ご主人が食事を作っている

噛むことは少しできる

飲み込みが難しい時がある

噛むことが難しいまた飲み込むことが難しい時があり市販品を提案



スプーンでつせる柔らかさのもの

イーエヌ大塚製薬

噛むことが難しく飲み込みに合わせて
市販品を提案



ムース食

イーエヌ大塚製薬

血液の検査結果から
タンパク質や
ビタミン類、ミネラル類が
不足している場合



濃厚流動食

明治



ゼリー食

ニュートリ

ユニバーサルデザインフード(UDF)

区 分		容易にかめる	歯ぐきでつぶせる	舌でつぶせる	かまなくてよい
かむ力の目安		かたいものや大きいものはやや食べづらい	かたいものや大きいものは食べづらい	細かくてやわらかければ食べられる	固形物は小さくても食べづらい
飲み込む力の目安		普通に飲み込める	ものによっては飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらいことがある	水やお茶が飲み込みづらい
かたさの 目安 <small>※食品のメニュー例 で商品名では ありません。</small>	ごはん	ごはん～やわらかごはん	やわらかごはん～全がゆ	全がゆ	ペーストがゆ
	調理例 (ごはん)				
	たまご	厚焼き卵	だし巻き卵	スクランブルエッグ	やわらかい茶わん蒸し(具なし)
	調理例 (たまご)				
	肉じゃが	やわらか肉じゃが	具材小さめやわらか肉じゃが	具材小さめさらにやわらか肉じゃが	ペースト肉じゃが
調理例 (肉じゃが)					
物性 規格	かたさ上限値 N/m ²	5×10 ⁵	5×10 ⁴	ゾル:1×10 ⁴ ゲル:2×10 ⁴	ゾル:3×10 ³ ゲル:5×10 ³
	粘度下限値 mPa·s			ゾル:1500	ゾル:1500

4、まとめ

- 在宅訪問管理栄養士は療養者や家族また、
多職種との信頼関係が大切
- 栄養に関する専門知識やスキルは必要ですが、
それだけではできません
- 療養者本人と家族の思いを大切にすること
- 調理技術をしっかり身につける