

1. フレイル予防・健康づくり出前講座 <栄養>

コロナの影響で申し込みがありません。

2. フレイル予防応援プログラム（フレイルハイリスク者支援）<栄養>

フレイルチェックに5個赤丸のついた方に包括作成の支援計画に基づき、アセスメント、支援を実施いたします。運動、口腔、栄養の3つの専門職種が関わります。6月よりフレイルチェックが始まりましたので準備をしております。食べれる口を作り、栄養を摂り、運動で体力・筋力・バランスを作ることがフレイルのハイリスクを改善するということを実感していただけたらと思います。このコロナ禍において高齢者のフレイル化が心配ですので、専門職で支援していきたいと思います。東葛北部認定栄養ケア・ステーション6名でサポート致します。

3. 多職種包括訪問事業

上述の3職種で地域包括支援センターにおける介護予防ケアマネジメントの能力向上を図り、地域のケアマネージャーが高齢者の自立を促すケアマネジメントが出来るように知識を伝達すると共に、毎月1度定期訪問をすることにより、地域課題を共有し、地域で暮らす高齢者が住み慣れた地域で自立した生活を送れるように支援する。栄養士は6か所の栄養ケア・ステーション11人の管理栄養士でサポートさせていただきます。

4. かしわフレイル予防サポーターのマニュアルに資料提供

かしわフレイルサポーターのマニュアルの中のアイスブレイク栄養編を東葛北部認定栄養ケア・ステーションが作成・提供いたしました。

5. フレイル予防レシピ集作成 乳幼児編

東葛北部認定栄養ケア・ステーションが令和2年度柏市たまご補助金の助成を受けて作成しました。高齢者のレシピ集は昨年作成しました。今年度は乳幼児にも目を向けました。

栄養ケア・ステーションは、地域住民のための食生活支援活動の拠点です。住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けていくために私達栄養士がお手伝いをしたいと思っております。

順次、介護予防、低栄養、フレイルなどを発信していきたいと思っております。