

○：対応可能な分野（R4.5月現在）

／ 行政、病院、介護施設等のみなさまへ ／

No	施設名	住所		相談時間	連絡・相談方法		内容（対応できる分野）										
		電話	FAX		電話	FAX	電子メール	面談	アセスメント・評価	低栄養防止	疾病管理・重症化予防	摂食嚥下の基本事項	高齢者の栄養摂取	食品選択	食べやすい調理方法	食形態・とろみ調整	調理の美演
1	厚生連滑川病院	滑川市常盤町119番地		14:00～16:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		475-1000	475-7997														
2	かみいち総合病院	栄養管理部 上市町法音寺51		特になし	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		472-1212	472-1213														
		eiyouka@kamiichi-hosp.jp															
3	藤木病院	栄養科 立山町大石原225		特になし	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		463-1301	463-2801														
		soumu@kejinkai-f.or.jp															
4	なごみ苑	管理栄養士 滑川市野町1686		14:00以降	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		475-8888	475-9128														
		eiyouka@nagomien.or.jp															
5	つるぎの庭	管理栄養士 上市町森尻704		14:00以降	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		473-0070	473-3300														
		管理栄養士															
6	陽風の里	立山町大石原254		9:30～17:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		463-0601	462-9670														
		youfuunosato@kejinkai-f.or.jp															
7	常楽園	管理栄養士 上市町館209		特になし	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		472-3993	472-6967														
		管理栄養士															
8	竜ヶ浜荘	立山町末上野字竜ヶ浜119		10:30～16:00	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		462-2600	462-2622														
		ryu-hama@basil.ocn.ne.jp															
9	滑川市民健康センター	管理栄養士 滑川市田中新町127		8:30～17:15	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		475-8011	475-8243														
		kenko@city.namerikawa.lg.jp															
10	舟橋村生活環境課	舟橋村仏生寺55		8:30～17:15	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		464-1121	464-1066														
		fukusi02@vill.funahashi.toyama.jp															
11	上市町保健センター	生活環境課 上市町湯上野1176		8:30～17:15	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		473-9355	473-9356														
		f.hoken@town.kamiichi.toyama.jp															
12	立山町保健センター	福祉課保健班 立山町前沢1169		8:30～17:15	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		463-0618	462-9011														
		hokencenter@town.tateyama.toyama.jp															
13	事務局 中部厚生センター	立山町保健センター 上市町横法音寺40		8:30～17:15	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○	○
		472-1234	473-0667														
		achubukosei@pref.toyama.lg.jp															

食支援媒体を ご活用ください！



低栄養やフレイルを予防！

低栄養予防編

- ◆ フレイルチェック・低栄養チェック
- ◆ 食事内容チェック、1日の食分量
- ◆ 高齢者の脱水予防
- ◆ 栄養をしっかりとするための食事の工夫
- ◆ 手軽に栄養アップレシピ紹介 など

摂食嚥下障害などの食支援に活用

在宅療養支援編

- ◆ 嚥下機能に応じた食事形態、食事の姿勢
- ◆ 食品の選び方・食べやすくするポイント
- ◆ とろみやミキサー食の作り方
- ◆ 配食サービスや市販食品の活用リスト
- ◆ 高齢者にやさしいレシピ紹介 など

作成：中部厚生センター管内地域高齢者等食支援推進ワーキング

滑川市 舟橋村 上市町 立山町

* 対応は、基本的に業務時間内となります

高齢者の「体重減少」に早めに気づき、疾病の重症化を予防しましょう！

体重減少はみられませんか？

特に在宅高齢者は
自覚しないまま
進行していることも！

低栄養やフレイルが疑われる場合は、状況に応じて
必要な専門職へ相談することで、適切な支援に繋がります

✓ 食事で適切なエネルギー摂取ができていますか

- ・ 食事摂取状況を把握し、栄養必要量と現在の栄養摂取量の評価が必要になります
- ・ 1日3回 3つの色 赤(主菜)・黄(主食)・緑(副菜)をそろえて食べる



朝食



昼食



夕食

カルシウムやビタミンをとって
力強い骨を目指しましょう

牛乳・乳製品は
カルシウムも多く含んでいます！



健康的に生きるために
必要な量の栄養素がとれていない状況
フレイル、サルコペニア等の要因になります

フレイル : 虚弱

サルコペニア : 加齢による筋肉量の減少および筋力の低下

ロコモティブ : 骨、関節、筋肉など運動器の障害のために移動機能の低下をきたした状態
シンドローム

高齢者等の食支援へ
媒体をご活用ください

知りたい情報によって
チェック表を使い分け！

食事内容チェック表
(低栄養予防編)

記入日	年月日	氏名	性別	年齢	住所	電話番号
記入者氏名						
性別						
年齢						
住所						
電話番号						
食事内容						
朝食						
昼食						
夕食						
合計						
必要量						
摂取量						
不足率						
備考						

✓ 口腔状態・嚥下に問題はないか

- ・ 食事中のむせなど口腔状態の確認や口腔ケアをすすめましょう
- ・ 問題がみられる時は、歯科医やかかりつけ医への相談をすすめましょう

✓ 疾病の管理（糖尿病、がん、感染症等）

- ・ 血糖値や血圧の管理を呼びかけ、転倒予防や重症化予防に気をつけましょう
- ・ 家庭での定期的な「体重測定」（月に1～2回程度）をすすめましょう

お困りの際は
お近くの管理栄養士に
ご相談ください



適切な量の食事が、適正体重の維持に繋がります

媒体の活用等に関する
相談窓口一覧は裏面へ

在宅高齢者の「体重の変化量」は要チェックです

支援する際は「低栄養ではないか？」の視点を常に持つことが大切！