

# 認定栄養ケア・ステーション

## 「@三河屋」のご案内



### 認定栄養ケア・ステーションとは！？

栄養ケア・ステーションは、栄養ケアを提供する地域密着型の拠点です。地域住民の方はもちろん、自治体、健康保険組合、民間企業、医療機関、薬局などを対象に、日々の栄養相談、セミナー・研修会講師、調理教室の開催など、食に関する幅広いサービスを展開しています。皆さまの食の課題に、管理栄養士・栄養士が対応します。

### <sup>アット</sup> @ 三河屋が目指す未来のしまね

### <sup>アット</sup> ☆ @ 三河屋が提供するサービス ☆

- ・ 訪問栄養相談
- ・ 医療機関等との連携による退院者向け健康・栄養相談、食事療法、指導等
- ・ 地域の飲食店等への栄養成分表示指導
- ・ コンビニ、レストラン等向けヘルシーメニュー・献立開発
- ・ 食育及び健康関連セミナー
- ・ フィットネス・スポーツ施設、スポーツ団体、個人への健康・栄養相談

お問い合わせ・お申込みをお待ちしております。



LINE 公式アカウント



Twitter



お問い合わせ・お申込み先

モルツウェル株式会社

認定栄養ケア・ステーション「@三河屋」

〒690-0876 島根県松江市黒田町 454-3

TEL. 0852-20-2400 FAX. 0852-20-2402

E-mail : [k\\_hirai@morzwell.co.jp](mailto:k_hirai@morzwell.co.jp)

ホームページ : <https://kamo1251-1.wixsite.com/website>

担当者：平井 康平 (管理栄養士)

モルツウェル㈱では、全国介護施設向け完全調理済み「真空調理」食品製造販売、弁当配食・買い物支援・生活支援等も行っております。

## モルツウェル株式会社 認定栄養ケア・ステーション「@三河屋」料金表

講演会	時間	60分	90分	120分	流れ別紙参照①	
	料金	10000円	15000円	20000円		
献立作成	作成単位	1品	2000円	病態別	2500円	病状などを詳しく教えて頂きます。
		1食	5000円		7000円	
		1日分	10000円		12000円	
栄養計算	計算単位	1品	2000円	食品成分表示のための栄養価計算と食品表示	1品	4500円
		1食	5000円			
		1日分	10000円			
レシピ開発	作成単位+計算単位	1品	10000円	スーパー等の食品を使つての商品開発。商品に関するリーフレット作成などは別途料金。データでのお渡し		
栄養相談 (一般の方向け)	サポート内容		料金		備考	
	訪問栄養相談	30分/月1回	3000円	交通費・食材費等は別途料金が発生します。		
	SNSでアフターフォローします。					
	訪問栄養相談	60分/月1回	6000円	交通費・食材費等は別途料金が発生します。		
	SNSでアフターフォローします。					
	訪問栄養相談	60分/月2回	12000円	交通費・食材費等は別途料金が発生します。		
	SNSでアフターフォローします。					
個別レシピの作成						
栄養相談 (疾病のある方向け)	訪問栄養指導	12000円/回 (時間:60分~)		個別対応の栄養管理、治療食レシピの作成、調理指導、疾病別の運動指導、交通費・食材費等は別途料金が発生します。		
集団スポーツ 栄養セミナー	集団指導	1回	6000円	トレーニング状況を把握し現場における栄養指導を約30分~60分		
イベント等の スタッフ	1人当たり	1日	12000円			
		半日	5500円			
		プラス栄養指導	3000円			
健康セミナー	集団指導	30分(15人以下)		6000円		
※内容は応相談						
ロコモプログラム		12000円		内容は別紙参照②		

## 講演会開催の流れ

電話・ご依頼フォームから申込み



御社から担当者へご連絡



内容や日時などの打合せ

内容等などは何度か打合せをさせていただきます。



講演会の開催

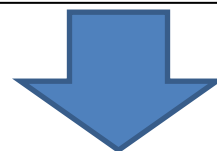
## 献立作成の流れ

電話・ご依頼フォームから申込み



御社から担当者へご連絡

栄養価、内容、医師からの指示等の聞き取りを致します。

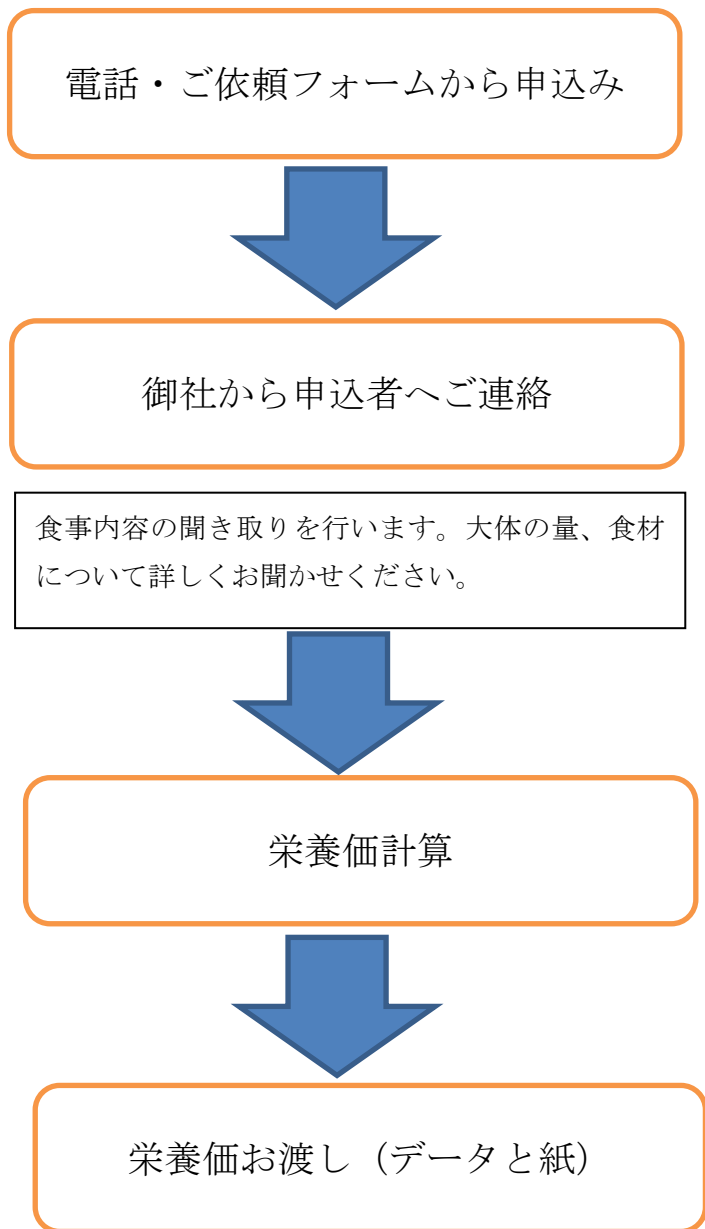


献立作成

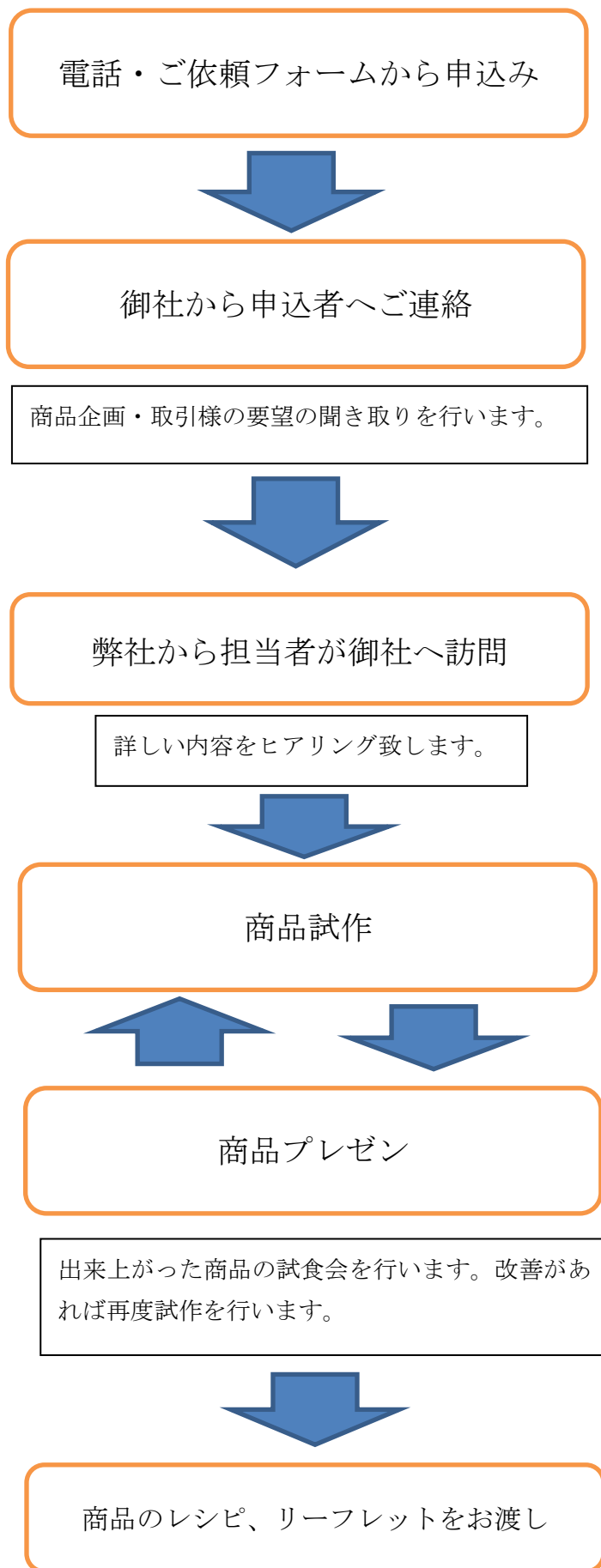


献立お渡し（データと紙）

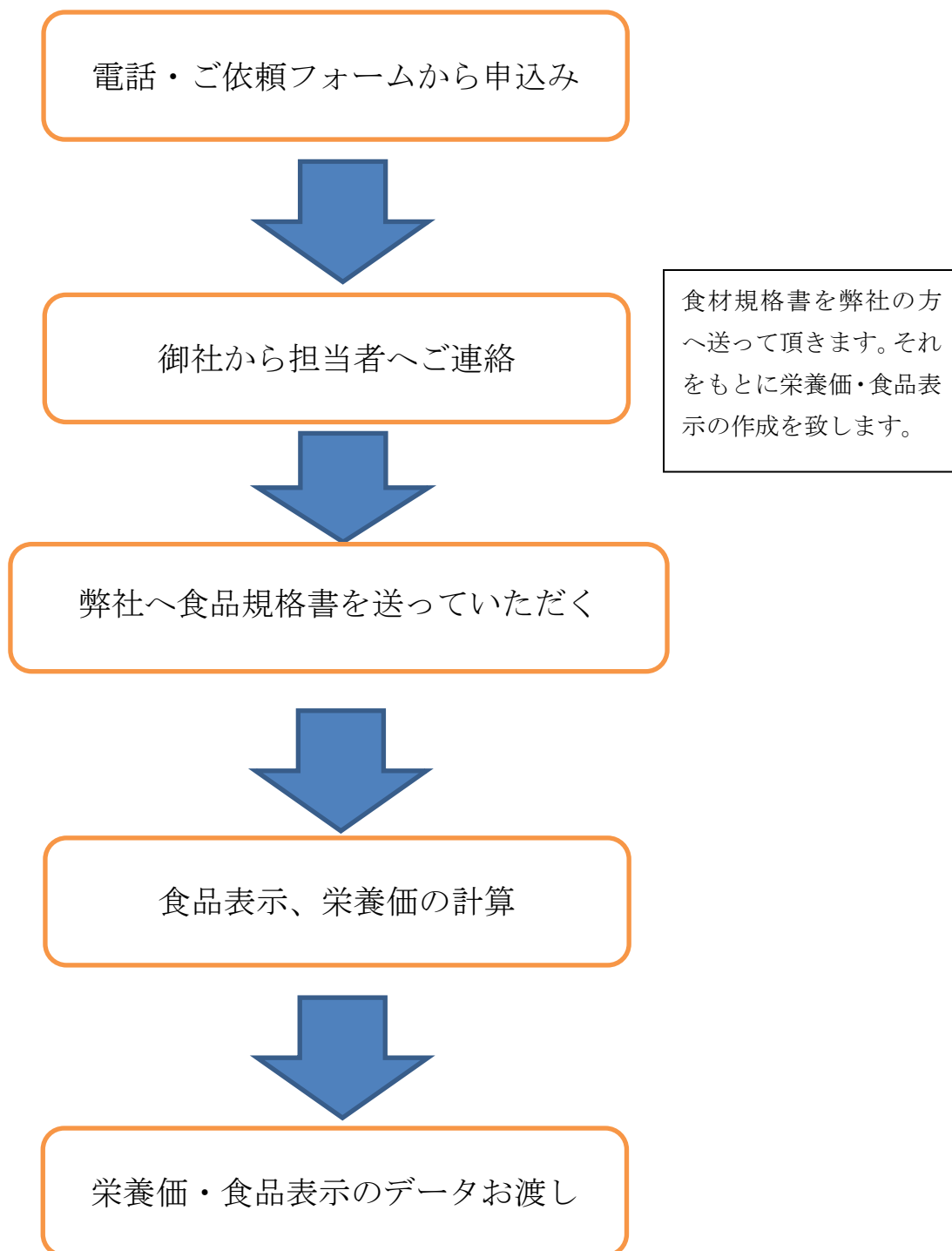
## 栄養価計算の流れ



## レシピ開発の流れ



# 食品成分表示のための栄養価計算と食品表示の流れ



# 訪問栄養相談の流れ



## ①お電話又はご依頼フォームからの申込み

介護保険外なので医師の

指示書等は不要！！

## ②管理栄養士から申込者へご連絡



管理栄養士より詳しい聞き取り調査を行います。(必要に応じて直接会って話を聞く場合がございます。)

## ③初回アセスメント実施

現状の栄養状態を評価いたします。

単発での栄養指導の場合

栄養指導日を決める。

栄養指導の実施

長期間の栄養指導の場合

栄養ケア計画書作成

申込者の方の栄養状態・環境等を加味した栄養計画書を作成いたします。

申込者へ説明と同意と契約書の記入

栄養ケア計画書の説明を行い、同意して頂きましたら契約書へサインしていただきます。

栄養指導開始

栄養ケア計画に沿って栄養指導を実施致します。

毎月モニタリングを実施し報告

### ★長期間の栄養指導の場合★

- ・毎月モニタリングを実施・報告致します。
- ・栄養指導内容は申込者様の状態により異なります。
- ・必要があれば調理も致します。

※その際は調理器具等使わせて頂きます。また食材費に関しては別途請求致します。

- ・栄養指導又は契約解除になるまで栄養指導とモニタリングを繰り返し行います。
- ・モニタリングの結果、栄養ケア計画書の見直しが必要な場合は再度計画書を作成致します。
- ・多職種としっかり連携を取りサポートしていきます。

# 介入時の主な取り組み

## ① 体重測定、血圧測定、体温測定

栄養状態の評価のために測定します。

## ② 食事内容の聞き取り

昨日なにを食べたのか聞き取りを行います。食事内容を記入している場合はそのまま食事内容の指導を行います。

## ③ 食事内容の指導

食事の偏りや調理方法、食べ方などを指導します。

## ④ 食事の提供

管理栄養士がその場で調理します。（場合によってはご家族と一緒に調理します）

## ⑤ ヘルパーさんへの献立作成

ヘルパーさんの介入がある場合はご協力していただける範囲で管理栄養士がたてた献立をヘルパーさんに作っていただきます。

## ⑥ 嚥下評価

嚥下状態の悪い方には食べるときの姿勢などをチェックし指導致します。

## ⑦ 嚥下体操

自宅でもできる簡単な嚥下体操を行います。

## ⑧ その他

訪問時に必要なものがあれば買い物サービスも致します。

## 訪問栄養指導事例紹介

### <対象者情報>

91歳 男性

【診断名】 #1 気管支炎 #2 2型糖尿病 #3 間質性肺炎 #4 COPD #5 両肺多発結節

【生活歴】 アルコール (+) 晩酌程度、タバコ (-)

【既往歴】 平成 26 年大腸炎 (入院)、平成 27 年 4 月尿路感染 (入院) 検査実施後腸にポリープがあり切除。平成 27 年 8 月盲腸炎で手術 (入院)。平成 27 年 10 月急性胆管炎 (入院) 高齢であった為手術はしなかった。その後脂質制限の食事療法の指導をされた。平成 30 年 11 月気管支炎 (入院)

【家族歴】 姉、妹死亡、妻 (うつ病)

【生活環境】 妻との 2 人暮らしで 82 歳まで漁師をしていた。夫婦に子供はなく、姉・妹と一緒に住み、その姉妹を妻が在宅介護で看取った。本人の生活は温厚だが、昭和初期の男子で地域性もあり、家の事や自分の世話は妻の具合が悪かろうがするのが当たり前といったところもある。

中山間地域の港町のため近くにスーパーなどはなく、坂道が多い。自宅内は玄関から外トイレまで手すりもあるが、居室の押入れを改修しトイレを作った。それまでは玄関横のトイレまで伝え歩きをしていたが、ふらつきがあったり、夜間頻回にトイレに行くようになったので改修された。

### <介入に至るまでの経過>

平成 30 年 11 月 24 日に気管支炎のため入院され、11 月 26 日より理学療法・作業療法を開始。開始時点で起き上がり～座位保持は自力で可能。平行棒内での歩行も軽介助で可能でしたが、上肢支持なしでの立位バランスが悪く、トイレ動作やふらつきが強く介助を要していた。入院中のリハビリで杖歩行まで可能となった。咳や痰もなくなり調子も良くなったため退院となった。(12 月 6 日)

しかし、退院時体重 49.4 kg 身長 166 センチ、BMI17.9 と「やせ」であった。また、入れ歯も不安定で、週 2 回ヘルパーが食事を作っていたが、味・献立がいつも同じものばかりで、食事摂取量が少なかった。奥さんも調理をされるが、以前食事療法の指導を受けた後に、食事に対して悩んでおられうつ病と診断された。

#### 【退院時身体所見】

身長 166.0 cm、体重 49.40kg、BMI17.9、IBW60.6kg、血圧 93/56 mm Hg

#### 【退院後検査所見】

赤血球数 428 (基準値 430~570) (↓)、血色素量 12.7 (基準値 13.5~17.6) (↓) ヘマトクリット 38.9 (基準値 40~52) (↓)、ALP400 (基準値 110~340) (↑) アルブミン 4.2 (基準値 3.8~5.2)、HDL コレステロール 28 (基準値 40~80) (↓) 動脈硬化指数 5.2 (基準値 4.5 以下)、尿素窒素 26.3 (基準値 8.0~20.0) (↑) クレアチニン 1.44 (基準値 0.61~1.04) (↑)、eGFR35.7、カリウム 5.7 (基準値 3.3~5.0) (↑)、CRP0.39 (基準値 0.3 以下) (↑)、

#### 【薬剤】

トラゼンタ錠 5 mg、アジルバ錠 10 mg、マグミット錠 500 mg

### <栄養スクリーニングの状況 (多職種からの紹介状況も含める) >

脂質制限の食事療法指導を受けた平成 27 年からずっと脂質を制限した食事を食べ続けてきていた。ヘルパーさんもその内容で食事を作っていた。しかし、味・献立の好みが合わず、食事摂取量低下。体重も減少してしまい、入れ歯も不安定。ご飯は食べるがおかずはあまり食べられない。食事の時にむせあり。栄養スクリーニングでは「中リスク」の低栄養状態と判定。



<栄養介入計画> (1月25日より開始)

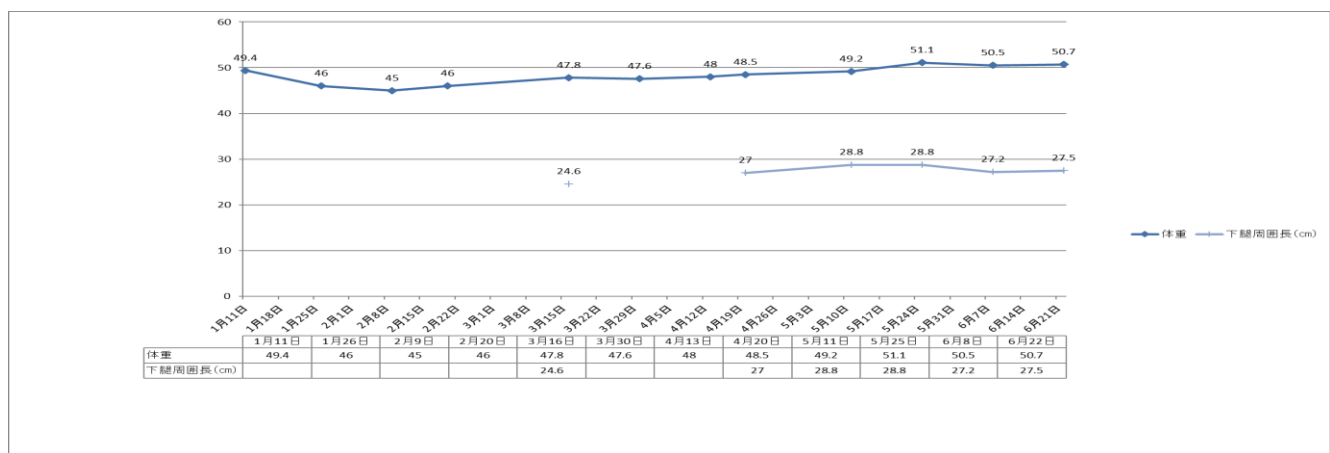
- ①本人さんの嗜好・機能に合わせた食事の提供。(ヘルパーさんには毎月献立表を作成し、献立に準じた調理をしていただく。)
- ②義歯の調整。
- ③口腔内の衛生状態の改善と維持。
- ④再度食事について奥さんへ指導する。(脂質を制限した食事はストップ)
- ⑤訪問時は毎回体重測定を行う。
- ⑥訪問時は夕食を作る。(時間があれば奥さんと一緒に)

<目標>

長期：食事を楽しく食べれるようにする。

<介入後>

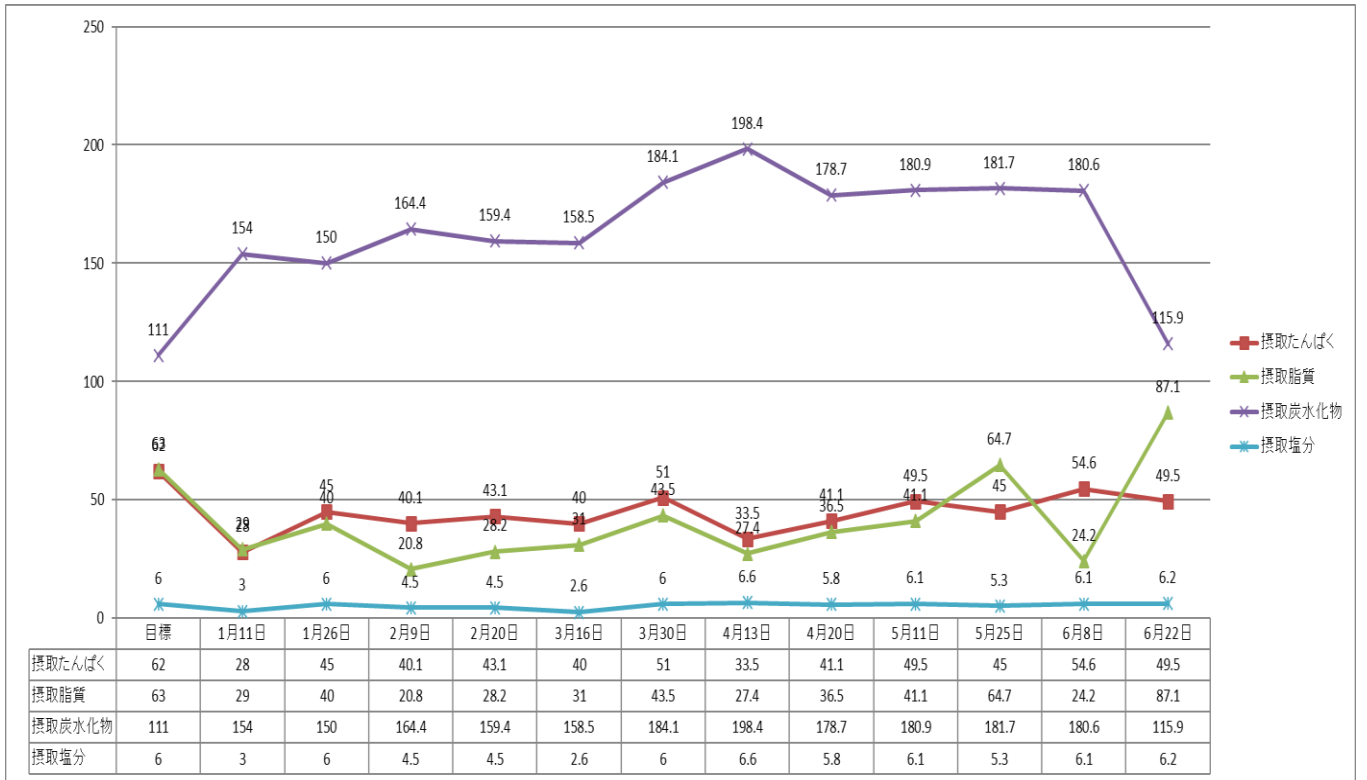
介入時体重 45.4 k g →50 k g まで改善



食事摂取量は聞き取りで行った。ヘルパーさんが作った料理に関しては栄養価を算出し、食べた量の聞き取りを

行った。 **食事摂取量、摂取栄養価増加**





評価

- 食欲増加傾向、食事摂取量も増加傾向。大好きなお刺身を食べれるようになった。
- 体重増加傾向。
- 血液検査特に目立った異常はない。
- 食事に対する意識は高まってきている。
- 食事内容にも変化がある。(しっかりエネルギーがとれる食事を意識しておられる)
- 落ち着いて食べればむせなどなく摂取できるが、早食いになってしまうとむせる。
- 体重減少により義歯があっておらず、歯茎に痛みが生じている。
- 簡単な嚥下訓練を実施しているが、習慣化されていない。
- ヘルパーさんの食事については前より食べられるようになった。

奥さんとの調理風景



食事内容



ヘルパーさんへの献立表 (一部抜粋)

7月 献立表					
火曜日		金曜日			
2	材料	調理指示	5	材料	調理指示
※別紙作り方を参照	鶏もも肉、ごぼう、人参、玉こんにゃく、きぬさや、清、みりん、砂糖、だし汁、醤油	①玉ねぎはささがきに人参は乱切りにして下茹でしてください。 ②味付けはお任せします。	-さばの味噌煮	さば、生薑、だし汁、醤油、味噌、砂糖、みりん、酒	①味付けはお任せします。
-菜前煮	切り干し大根、人参、醤油、砂糖、油	①人参は千切りでお願します。切り干し大根は軽く塩カットしてください。 ②やわらかく煮てください。 ③味付けはお任せします。		ちくわ、こんにゃく、油、香のり、醤油、酒、砂糖	①味付けはお任せします。 ②香のり、こんにゃくは食べやすい大きさにカットしてください。
-切り干し大根の炒め煮	もやし、ほうれん草、すりおろしにんにく、ごま、醤油、塩、こしょう、ごま油	①もやしは2分くらいすりおろしにんにく、ごま、醤油、塩、こしょうを3cmにカットしてください。 ②味付けはお任せします。	-おくわとこんにゃくの磯辺炒め	大根、きゅうり、トマト、すりおろし	①すりおろしがない場合は、味が物足りない場合は、お醤油、砂糖を味を調えてください。 ②きゅうりは小口切りして塩もみしてください。 ③トマトは湯銭してから一口スにカット。
-ほうれん草ともやしのナムル※			-おろし和え※		

## 集団スポーツセミナー

電話・ご依頼フォームから申込み



御社から申込者へご連絡

管理栄養士よりご連絡させていただき、スポーツの種類、トレーニング内容など詳しいことの聞き取りを行い、指導日を決めます。



栄養指導の実施

## 健康セミナー

電話・ご依頼フォームから申込み



御社から申込者へご連絡

糖尿病の話をしてほしい！バランスよい食事について話してほしい！などお客様のご希望とする内容を重視して行います。また、特に希望がない場合は弊社の方で内容を決めさせていただきます。



セミナー日を決める



セミナー実施

# 認定栄養ケア・ステーション「ロコモプログラム」



ロコモとは・・・**ロコモティブシンドローム（運動器症候群）**の通称です。骨や関節、筋肉など運動器の衰えが原因で、「立つ」「歩く」といった機能（移動機能）が低下している状態のことをいいます。エレベーターや車を使う便利な現代社会において、人類は足腰を使う機会が少なくなっています。全世代の方々に注意が必要です。

## ①会社へ訪問しロコモについての説明とロコモ診断を実施。（ロコモノート配布）

1回 30分（6000円）

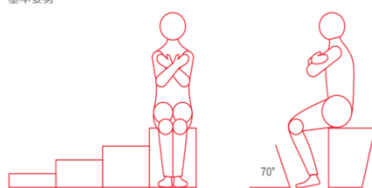
### 1)立ち上がりテスト

### 2)ロコモ25を使つての診断

#### 立ち上がりテストの方法

台は40cm、30cm、20cm、10cmの4種類の高さがあり、両脚または片脚で行います。

基本姿勢



#### 注意すること

- ・無理をしないよう、気をつけましょう。
- ・テスト中、腰に痛みが起きそうな場合は中止してください。
- ・反動をつけると、後方に転倒する恐れがあります。

参考：村永信吾：昭和医学会誌 2001;61(3):362-367.

## ②ロコモと診断された人は改善プログラム(ロコトレ)を実施。（内容は別紙参照）

## ③食生活についても指導を行います。

※指導したロコトレを2～3か月実施。

定期的にお電話で実施できているか確認を行います。

## ④再度ロコモ診断を実施

1回 30分（6000円）

※プログラム以外でも個人的な栄養相談があれば行います。



@ 三河屋  
@bex1317x



### 【お問合せ先】

モルツウェル株式会社

認定栄養ケア・ステーション「@三河屋」

〒690-0876 島根県松江市黒田町 454-3

電話 0852-20-2400 FAX 0852-20-2402

メールアドレス [k\\_hirai@morzwell.co.jp](mailto:k_hirai@morzwell.co.jp)