

2021年度

CKD・糖尿病性腎症等栄養指導事業

「栄養相談会」・「糖尿病相談会」 実施状況について

長岡支部 2022.3



CKD・糖尿病性腎症等栄養指導事業「栄養相談会・糖尿病相談会」を下記の通り実施したので報告いたします。

1 【栄養相談会・糖尿病相談会】実施状況

1) 栄養相談会・糖尿病相談会のねらい

重症化予防のために、食事指導、運動療法、薬物療法のセルフケアを身につけ実践できること。

2) 栄養相談会・糖尿病相談会の内容

- ・会場：さいわいプラザ 調理実習室 健診ホール
- ・「栄養相談会」（積極的支援：1～3回コース）を実施
- ・「糖尿病相談会」（動機付け支援：1回）を実施
- ・毎回 体温、体組成、血圧測定、運動体験



体組成計

1回目	情報収集、病態の理解、検査値の見方、合併症の予防等を理解し疾病管理ができる
2回目	食事療法（指示量の理解）、食事療法のポイントや適正量を理解し、実践できる
3回目	自分の適切な塩分摂取量を理解し、意欲をもってセルフケアが継続できる

3) 栄養相談会・糖尿病相談会の開催日

・開催日時： ①10:00～ ②13:00～

6月	21 (月)	
7月	6 (火)、21 (水)、27 (火)	
8月	24 (火)	
9月	11 (土)、17 (金)	
10月	14 (木)、25 (月)	
11月	4 (木)、19 (金)、29 (月)	・事 19 (金)
12月	2 (木)、7 (火)、22 (水)	・事 3 (金)、22 (水)
1月	21 (金)	・事 26 (水)
2月	8 (火)、10 (木)、15 (火)	・事 8 (火)、15 (火)、28 (月)



その他の開催日： 参加者の希望日

4) 指導件数

相談会対象者	件数 (人)
栄養相談会（積極的支援）	123
糖尿病相談会（動機付け支援）	54
計	177



個別相談

2 【スタッフ研修会・症例検討会】

・スタッフ研修会 R4.1.25 (栄養士出席者 19名 + 市保健師)

講演：演題『糖尿病の薬物療法について』 講師：長岡赤十字病院薬剤部 薬剤師 高橋 和美 先生

講演を計画したが、令和4年1月21日に新型コロナウイルス感染症の罹患者増加により、新潟県内に「まん延防止等重点措置」が適応されたため、資料配布および講師への書面による質問等を実施した。

栄養士会では、該当者に資料配布するとともに、2/12(土)に、会員の解説で資料を視聴し、質問や意見を取りまとめた。その後、講師に回答を仰いだ。

・症例検討会 R4.2.17 (栄養士出席者20名 + 市保健師)

指導医師：長岡中央総合病院 糖尿病センター長 八幡 和明 先生

スタッフ研修会同様に「まん延防止等重点措置」延長により検討会を中止し、書面にて実施した。指導に従事した管理栄養士から、各自1例以上、計20例を選び、市健康課と協議して7例を抽出し、医師の指導を仰いだ。

医師の指導内容を共有し、ケースのフォローアップと今後の改善策等検討。今後の継続指導のために、病識の理解や病態の進展、改善の追跡資料、次年度事業の反映資料とする。



動画で体操

3 【感想/評価と課題】

〈参加者の声〉

- ・集団指導でなく、個別対応で満足した。また、このような相談会があれば、ぜひ参加したいと思う。
- ・一昨年集団糖尿病教室に参加したが、今回のような個別に相談にのってくれるのが良い。
- ・映像を見ながらの運動体験について毎回の5分間の体験だったが、効果的な運動で良かった。
- ・かかりつけ医から体重を減らすこと、血圧を上げないと言われて、食べるものがないと思っていたが指導を受けて、何を食べてもいいということがわかった。
- ・さいわいプラザで相談会が頻繁に行われており、感心した。

〈栄養相談会、糖尿病相談会の運営について〉

- ・会場がコロナワクチン接種日と重なった日は、1階ロビーが混乱したが、正面入り口で待機し、体組成、血圧の測定を1階と2階に分けて行い、スムーズに実施できた。
- ・コロナ禍にも関わらず例年通り、集まりは良かった。

〈指導方法や内容について〉

- ・検査データの経年表を示すことで意識づけ、指導に役立った。
- ・栄養相談会、1～3回の間隔が短期となり指導の評価が困難であったが、6か月後に事後指導を行うことで振り返りができ効果的であると感じた。
- ・DVDの映像を見ながら運動体験が好評であり、習慣化できている方もいた。

〈課題〉

- ・今年度は「糖尿病相談会1回コース」は指導内容が盛り沢山で、90分では時間不足に感じた。

〈参加者の様子〉

- ・全体的にご飯の摂取量が少なく、中には夕食のご飯（主食）を抜く人もいた。主食を適量摂取することの意義について伝えていく必要がある。
- ・全体的に運動習慣がある人が多かった。しかし、ウォーキング、ゴルフ、登山をされている方は冬運動不足となっていた。また、公民館活動の体操教室参加者はコロナ禍で中止となるなど、季節によっても運動量の違いがあり、冬季は検査データが悪化の人もあった。
- ・DVDによる5分間の運動を朝食後・昼食後に実施する習慣が付き、筋肉量増加・体脂肪の減少などの成果をだされた方もおり、継続した運動習慣を獲得してもらうためのツールとして今後も普及していきたい。

適量おすすめします



4 【R2年度報告「栄養相談会」実施状況について】

（長岡市健康課 R4.2.17 研修会より）

実施結果 （初回面接より半年後評価より） （R3.7月現在）

	令和元年度	令和2年度
参加者数 （人）	44	43
HbA1cが改善した者の割合（率）	42.9	73.6
体重が減少した者の割合（率）	78.6	77.7
行動目標の継続実施（率）	57.1	93.3



ご飯の計量体験

（CKD・糖尿病性腎症栄養指導事業「栄養相談会・糖尿病相談会」実行委員長 小笠原 洋子）