



体重減少を改善したい！ - 管理栄養士と考える食事改善 -

60代男性 奥様と2人暮らし

筋力低下などが起こる進行性の難病と糖尿病のある方で、
体重が4ヶ月で-3kg減少(BMI18)、昨年の夏から比べると-5kg減少

①聴き取り

「夏場で食欲がわかない」
朝・昼・夕・間食の内容を聴取

大まかな食事内容は把握できたが、具体的な摂取量や
数日単位での栄養バランスの確認が必要

②分析

具体的食事内容を5日間スマホで撮影して
記録・内容を栄養士が分析

- ✓ 摂取量
- ✓ 摂取時間
- ✓ 栄養バランス
- ✓ 献立内容など



日	朝	昼	夕	間	計
1日	...	...	...	...	...
2日	...	...	...	...	...
3日	...	...	...	...	...
4日	...	...	...	...	...
5日	...	...	...	...	...



③リハ会議に栄養士参加

体重の経過や現状について
家族やケアマネと共有

栄養バランスは概ね問題なし。食事の総量は少ない状態。
分析の結果、タンパク質の中でもお肉を食べる頻度がやや少なかった。
糖尿病があり栄養補助食品はかかりつけ医師より控えるよう
言われているため、タンパク質が含まれる食材・体重に合わせた
必要量・タンパク質（おかず）からの摂取などを提案。



暑さも緩和し、食欲が少しずつ戻り、体重も+2～3kgでキープ良好

④ミニ講義の開催

再び夏場に体重が減る可能性あり！食欲が低下したときに何を選んで
食べるか、どのような食べ方が食べやすいかなど、夏バテや栄養フ
レイルに関するミニ講義を行い、フォローアップしていきます！



サービス紹介

管理栄養士が専門的に関わります

- ☑ 血糖値や腎機能など、数値が高め
- ☑ 体重が減って疲れやすくなった
- ☑ 栄養が偏っていないか気になる

体重変動や日々の食事の様子などを確認し、ご利用者の栄養状態を評価します。



栄養バランス

血糖値などに配慮した食事の提案

献立の立案

食事内容を聴き取り内容を診断

適切な食事・体重

理想の体重を目指して食事摂取をサポート

ご自宅を訪問し、相談も行います。

食事のことで悩みがあればお気軽にご相談ください。

進級祝い 毎年恒例♪

院内保育所へプレゼント



毛糸の玉を
耳や顔の形に
成形するのが
大変でした。



今年は…

毛糸を使った動物のぬいぐるみを作製!!

さまざまな犬やひよこを丹精込めて作りました。

介護老人保健施設鴻池荘 TEL.0745-64-2180

受付時間 9:00 ~ 17:00 担当者: 相談員 FAX.0745-62-1092

お問合せフォームはこちら。QRコードからアクセスできます。

