

## (2) 嶺南地域共創センター

- ① 小浜みらいGo膳プロジェクト  
～実証で得られた効果と配食への課題～



福井大学医学系部門  
地域医療推進講座  
助教 大西 秀典

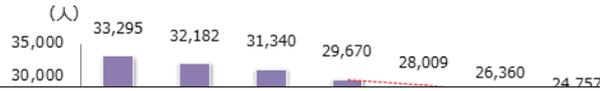
### 講演資料

# 小浜みらい **Go** 膳プロジェクト ～実証で得られた効果と配食への課題～

福井大学医学部地域医療推進講座  
大西秀典

# 新しい食事スタイルの提案

小浜市の人口推移 「**少子高齢化**」は日本社会の重要な課題



**家庭料理の危機！**  
**働き手の減少 → 在宅患者の栄養管理**  
**高齢者の孤食問題**

実績		予測	
0~14歳	15~64歳	65歳以上	年齢不詳
総面積 (km <sup>2</sup> )	233	平均年齢 (歳)	48.7
人口密度 (人/km <sup>2</sup> )	127.3	昼夜間人口比率 (%)	101.7

※昼夜間人口比率のみ2010年時点  
 ※図中の点線は前回2013年公表の「将来人口推計」の値 © jp.gdfreak.com

## dishcook

調理の革新  
**「個別・3点同時・自動加熱」という世界**

コンパクトなIHヒーターと専用の食器・トレイを使って、  
 3つの料理を同時に最適な状態に自動調理。  
 いつも“できたて、あつあつ”の料理を提供できます。



<https://dishcook.jp/dishcook/dishcook>

## dishcookの調理手順

1. 食材・調味料を  
専用食器に盛り付ける



2. 食器を  
専用トレイに取り付ける



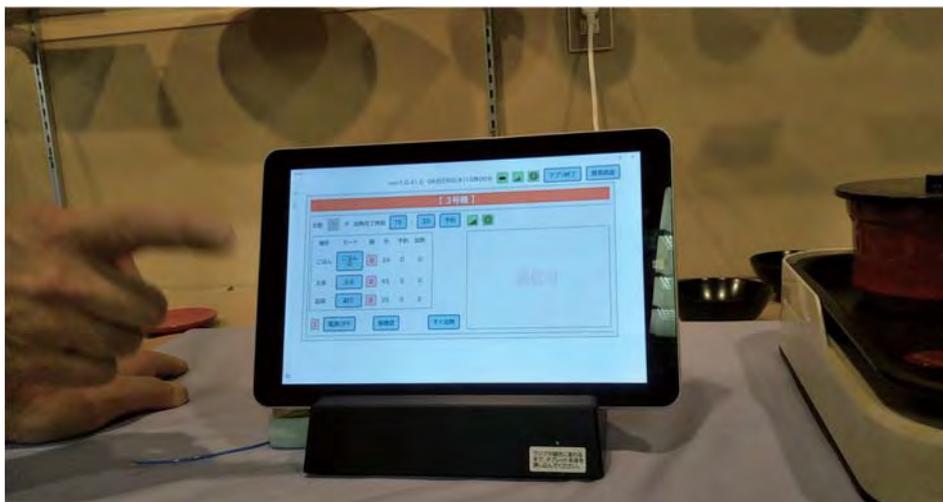
3. 専用IHに取り付け、  
遠隔操作による加熱調理



4. 完成



## 操作パネル



完成！



## **dishcook の利点**

- 1. 標準化された調理、盛り付けの提供**
- 2. 食事の標準化による患者満足度の向上**
- 3. 調理員の省人化**
- 4. 残飯や調味料使用の削減**

# 社会福祉法人つみきハウス

## 認知機能支援型事業 つみきハウス

つみきハウスでは、障害程度・能力・特性に応じた適切な生活指導や作業指導を通して、利用者のそれぞれ目標を思い出し、目標に向けた積み重ねと成長が出来ることを目指します。  
また、作業だけでなく、地域社会とのふれあいや交流を通して、社会的自立に向けた取り組みを行っています。



- ・作業内容
  - ・お菓子製造(お餅、お団子)
  - ・パン製造(食パン)
  - ・お弁当下拵(お弁当、お惣菜、お惣菜)
  - ・フットボール(二対二個人戦、お祭り、アイスゲーム、フットボール)
  - ・運動会の準備
  - ・お祭り/お祭り準備

※ 認知機能支援型事業(10~12月)



## グループホーム あおぞら1・あおぞら2

共同生活援助(介護サービス付)に定めた内容にて、自立支援を行っています。  
どなたの施設も併用中心に位置しており交流の場も広い環境にあり、近くには、公立小・中学校・各公共施設・商業施設もあるので、生活の中で社会的自立を目指すには最適な環境です。



共同生活援助(介護サービス付)

個室

<https://tumiki-house.jp/>

## R6.9.7 定期健診(=実践型多職種連携教育)



他に診療放射線技師、理学療法士、作業療法士、管理栄養士が参加

Note

## Individualized Nutritional Management Using Dishcook Improves Nutrition Status Markers in Patients with Intellectual Disability

### dishcookを用いた個別化栄養管理は 知的障害患者の栄養状態マーカーを改善する

Yuki NIIDA<sup>1</sup>, Hidenori ONISHI<sup>1,\*</sup>, Hirohiko OHAMA<sup>1</sup>, Hiromasa TSUBOUCHI<sup>1,2</sup>,  
Akemi KOUJIMOTO<sup>1,3</sup>, Yasutaka MIZUKAMI<sup>1,4</sup>, Tomoko OKAMOTO<sup>5,6</sup>, Masamichi IKAWA<sup>7</sup>,  
Masafumi KUBOTA<sup>8</sup>, Mayu TAKEBE<sup>9</sup>, Naoko TAKAKU<sup>10</sup>, Kino TSUJI<sup>11</sup>,  
Chizu KAWAHARA<sup>12</sup>, Taisei INOUE<sup>13</sup>, Daiki HASEGAWA<sup>13</sup>, Yoshihiro NAKAMORI<sup>14</sup>,  
Takeshi HIROBE<sup>15</sup> and Osamu YAMAMURA<sup>1</sup>

## 方法

・対象：社会福祉法人つみきハウス（福井県小浜市）

利用者：18名

男性11名，女性7名

年齢：48.72 ± 16.24 歳

・試験期間：2023年1月～8月（8か月間）

## 結果

表 参加者の血液検査の変化

	介入		p-value
	前	後	
Triglyceride (mg/dL)	129.20±69.84	152.20±68.06	0.023
Missing value	0	3	
T-cholesterol (mg/dL)	177.06±37.98	168.73±31.89	0.174
Missing value	0	3	
HDL-cholesterol (mg/dL)	49.56±10.91	44.80±7.500	0.059
Missing value	0	3	
<b>LDL (悪玉) コレステロール</b>	<b>LDL-cholesterol (mg/dL)</b>	<b>104.00±30.87 → 93.40±26.84</b>	<b>0.015</b>
Missing value	1	3	
<b>HbA1c (血糖値)</b>	<b>HbA1c (%)</b>	<b>5.90±0.86 → 5.63±0.33</b>	<b>0.020</b>
Missing value	0	3	
Albumin (mg/dL)	4.34±0.50	4.36±0.39	0.224
Missing value	0	2	
<b>血清亜鉛</b>	<b>Zinc (μg/dL)</b>	<b>73.72±12.00 → 81.81±12.36</b>	<b>0.047</b>
Missing value	0	2	
Creatinine (mg/dL)	0.88±0.22	0.87±0.20	0.656
Missing value	0	3	
eGFR (mL/min/1.73 m <sup>2</sup> )	70.13±15.59	70.20±19.20	0.817
Missing value	0	3	

食事をDishcookに変更したことにより...

**LDLコレステロール、HbA1c が低下した**  
**血清亜鉛値が増加した**

## 結果

表 参加者の体組成の変化

	介入		p-value
	前	後	
Body weight (kg)	58.98±8.54	59.36±8.41	0.827
Missing value	1	2	
BMI (kg/m <sup>2</sup> )	23.47±3.13	23.64 ±2.97	0.734
Missing value	1	2	
Body fat mass (kg)	16.96±6.11	17.09 ±6.09	0.423
Missing value	0	2	
Body fat percent (%)	28.39±8.05	28.46±7.91	0.155
Missing value	0	2	
Muscle mass (kg)	39.82±6.10	40.01±6.34	0.198
Missing value	0	2	
Appendicular limbs mass (kg)	17.55±3.54	17.81±3.70	0.222
Missing value	1	2	
Skeletal muscle index (kg/m <sup>2</sup> )	6.89±0.60	7.00±0.58	0.346
Missing value	1	2	
<b>位相差</b>	<b>Phase angle-limbs (°)</b>	<b>4.81±0.64 → 5.11±0.60</b>	<b>0.004</b>
Missing value	0	2	

**位相差 (栄養関連指標) が改善した**  
**生活習慣病やサルコペニアにも効果がある可能性**

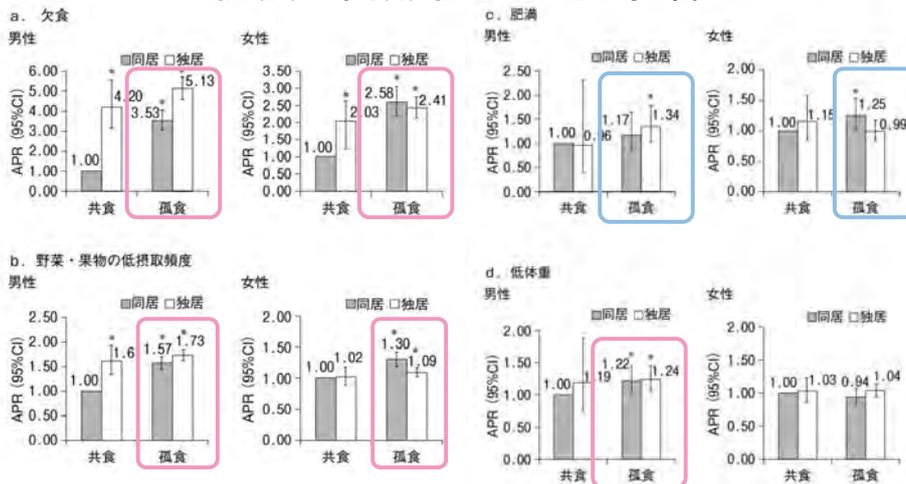
## 高齢者の孤食が増加

### <孤食の原因>

- ・世帯構造の変化
- ・家族の生活時間帯の夜型化
- ・食事に対する価値観の多様化

孤食は**健康**に悪影響！！

### 孤食が高齢者に与える影響



対象者： 要介護認定を受けていない地域在住の65歳以上の男性38,690人および女性43,674人

孤食は高齢者の欠食や  
食事バランスの悪化を促す

孤食は高齢者の肥満や  
低体重化を促す

谷友香子, 近藤勝則ほか, 『厚生指標』第62巻第13号 2015年11月

(高齢者)孤食問題は簡単に解決できない



孤食化社会であっても、バランスの良い食事は提供できないか？

## 配食へ

申込期限  
11月8日(金)まで  
5名程度



食による健康づくり  
小浜御膳の宅配  
体験者募集



食による健康づくり(小浜御膳の宅配)までの流れ

- ①申し込みスタート!
- ②個別聞き取り
- ③対象者の決定
- ④健診を受ける※受診可能な方のみ  
日時:12月7日(土)または12月8日(日)  
場所:若狭町瓜生公民館
- ⑤小浜御膳、いよいよ始動(つみきハウス)  
●IH調理器をフル活用!料理ごとに45分ほど加熱して、作りたて、アツアツの食事を提供!  
●月~金、平日5日間、自宅に(14時半~15時半頃)夕飯をお届けします  
●1食500円のお手頃価格で楽しめます

人生の終わりを迎えるまで、健康でいきいきと生き続けるために、フレイル予防、生活習慣病予防から健康寿命をのばす取り組み

事業実施主体: 福井大学医学部、仁愛大学人間生活学部、社会福祉法人つみきハウス、(株)アイディッシュ  
実施期間: 12月中旬~3月末予定

お問い合わせ・申し込み | 小浜市健康管理センター内  
高齢者支援センター いきいき 小浜市地域包括支援センター  
64-6015 宮島まで

本日、参加者5名への説明会を実施  
(当講座:新井田特命助教)

## 配食への課題

① **コスト**が高い

〔 Dishcookのリース台  
材料費 〕



② 食材加工センター**輸送費**  
(鯖江市のみ)



③ 宅配業者の**人材不足**



④ オンライン活用で離れている  
家族・友人と**共食の場**を設ける環境

## 令和7年度の事業展開

杉田玄白記念公立小浜病院



介護老人保健施設アクール若狭



**病院食と施設食**への活用を交渉中

みけつくに  
御食国で新たな食文化

小浜藩医杉田玄白先生のようじょうしちふか養生七不可の一節には、



食こそ医術の基本であるという「医食同源」の理念

小浜市において「食」に関する研究・社会実装・地域貢献を目指す