

参考資料4-2 二次予防事業における集団栄養教育プログラムの内容（例）

事業名	「介護予防 いきいき栄養教室 楽しく食べよう」（楽しいネーミングを）					
目的	食べることや食べることの場への参加の意欲を高め、低栄養状態を改善する自己管理能力の習得と食べることを通じた仲間づくりを支援する					
対象者	基本チェックリストにおいて低栄養状態にあるまたはおそれのある者、要介護認定において非該当と判定された者の他、低栄養状態のおそれがあると市町村が参加をすすめた者					
周知方法	電話及び訪問					
実施場所	地域の自治会館、調理実習プログラムは調理教室、場合によっては送迎車等も考慮					
実施期間・回数	3～5回／3ヶ月間（調理実習や食事を含む）。2～3回程度（必要に応じて）は管理栄養士による個別栄養相談と合同開催（下記の内容では1，3，4回目で実施）					
実習費	食材料費、会食費（参加者の負担にならない程度の設定）					
内容						
	日程 所要時間	実施 形態	プログラムタイトル	内容	教材等	担当者
1	○月 ○日 2時間	集団	語ろう！思い出食べ物	食べ物に関する思い出を語り合う 試食会	簡単おかずの試食会	管理栄養士 食生活推進員 ボランティア
2	2週間後 2時間	集団	いきいき食生活チェック：実践できるマイプランづくり	食べることの大切さのお話 食生活チェックとマイプランづくり	アセスメント表 体重・身長計	管理栄養士
3	1か月後 2時間	小グループ	いきいき食生活の秘訣：ゴールを達成するために	テーマ別グループワークと発表	テーマ別資料	管理栄養士 食生活推進員 ボランティア
4	2か月後 2時間	実習	チャレンジいきいき簡単料理：はじめてでも大丈夫	電子レンジ、炊飯器をつかった簡単料理教室 試食・感想会	料理レシピ 食材料、電子レンジ、炊飯器等調理器具	管理栄養士 食生活推進員 ボランティア
5	3か月後 2時間	集団	私のいきいき食生活宣言	食生活チェックとマイプラン達成状況の発表会 これからの食生活宣言 修了証授与	アセスメント表 体重・身長計 修了証	管理栄養士 食生活推進員 ボランティア
*テーマ：食品衛生・食品安全・食品表示に関する情報、料理レシピや献立、食材料に関する情報、社会資源（宅配サービス・買い物マップ・配食サービス・買い物ボランティア・初心者向け料理教室など）情報、市区町村の高齢者サービス情報、相談窓口情報、地域ボランティア案内等						
評価	<p>プロセス指標：対象者の選定方法、周知方法、個人情報への取扱い、接遇、活動記録、安全管理、スタッフ等人材に対する教育・研修の実施</p> <p>アウトプット指標：各回参加者数、中途脱落者数、実施回数や時間、スタッフ投入量、苦情受付件数、活動費用明細の作成・報告</p> <p>アウトカム指標：プログラム前後の体重の変化、アセスメント指標の変化、目標の達成度、主観的健康感の変化、参加者の満足度</p>					