

高齢者栄養相談窓口

安曇野市では「フレイル予防」に着目した介護予防事業を実施しています。フレイルとは、「加齢に伴う予備能力低下のため、ストレスに対する回復力が低下した状態」と定義され、加齢により、心と体の動きが弱くなった状態をいいます。介護が必要になる前段階ともいえますが、早めに気づいて適切な予防を行えば、健康な状態に戻る可能性があると思います。

そこで、管理栄養士が、個々の健康状態や栄養、食事に関するお悩みをお聞きして、アドバイス、情報提供を行うことにより、フレイル・介護予防のお手伝いをさせていただきます。



相談内容

◎主に低栄養、フレイル予防のための栄養改善について

- ・食欲が無く体重が減少している
- ・適切な食事量が摂取できているかどうか確認したい
- ・年々、食が細くなっている
- ・その他、高齢者の栄養、食事に関するお困りごと

※疾患をお持ちの方の相談（病態の「栄養指導」）は医師の指示がないと行うことはできませんので、健康状態や病態によっては、適した医療機関等へ相談を引き継がさせていただきます。



対象者

- ・概ね 65 歳以上の市民またはそのご家族
- ・上記対象者に関係する専門職種（ケアマネジャー等）



相談方法

- ・下記問い合わせ先までお電話にてご相談ください。
 - ・日程を調整したうえで訪問も可能です。
- ※単発の相談とし、頻回・継続的な支援はできかねます。



《 問い合わせ先 》

安曇野市 福祉部 高齢者介護課 包括支援担当

管理栄養士

〒399-8281 豊科 6000 番地（本庁舎 1 階 12 番）

電 話 ： 71-2474

F A X ： 71-2328

栄養・食事のことでお悩みの方はお気軽にお電話でご相談ください♪