ワークシート9.1　栄養介入計画：エネルギー量および栄養量の設定，食生活の方針の設定，目標の設定

課題8 での**ワークシート8.3** 栄養管理計画書（SOAP 様式）の内容を転記する

|  |  |
| --- | --- |
| 栄養診断コード |  |
| 栄養評価（A）の【PES 報告】 |  |
| 栄養介入計画（P） | Mx）Rx）Ex） |

（1）エネルギー量および栄養量の設定

①栄養量設定の方針

|  |
| --- |
|  |

②エネルギー摂取目標量の設定

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| 推定項目 | 推定式 | 算出値（単位） |
| 基礎代謝量（kcal／日） | 基礎代謝基準値（kcal／kg 体重／日）×標準体重（kg） |  |
| 推定エネルギー必要量（kcal／日） | 基礎代謝量（kcal／日）×身体活動レベル |  |
| 考慮が必要な点 |  |  |

＊基礎代謝基準値および身体活動レベルは食事摂取基準を参照

③タンパク質摂取目標量の設定

|  |
| --- |
| （　　　）歳・性別（　　）のタンパク質エネルギー比率の目標範囲：（　　）％以上（　　）％未満 |
| エネルギー設定量（　　　）kcal　下限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　上限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　設定（　　　）～（　　　）g |
| 考慮が必要な点 |

④脂質摂取目標量の設定

|  |
| --- |
| （　　　）歳・性別（　　）の脂質エネルギー比率の目標範囲：（　　）％以上（　　）％未満 |
| エネルギー設定量（　　　）kcal　下限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　上限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　設定（　　　）～（　　　）g |
| 考慮が必要な点 |

⑤炭水化物摂取目標量の設定

|  |
| --- |
| （　　　）歳・性別（　　）の炭水化物エネルギー比率の目標範囲：（　　）％以上（　　）％未満 |
| エネルギー設定量（　　　）kcal　下限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　上限（　　　）％＝（　　　）kcal ÷ 4 kcal/g ＝（　　　）g　設定（　　　）～（　　　）g |
| 考慮が必要な点 |

栄養素等摂取目標量の設定まとめ

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | 食事摂取基準（　　）歳・男性／女性 | 備考 |
| 設定値 | 参照項目 |
| エネルギー |  |  |  |
| タンパク質 |  |  |  |
| 脂質 |  |  |  |
| 炭水化物 |  |  |  |
| ビタミンA |  |  |  |
| ビタミンB1 |  |  |  |
| ビタミンB2 |  |  |  |
| ビタミンC |  |  |  |
| カルシウム |  |  |  |
| 鉄 |  |  |  |
| 食物繊維 |  |  |  |
| 食塩 |  |  |  |
| その他の栄養素・留意点等 |

参照項目：EAR：推定平均必要量，RDA：推奨量，AI：目安量，DG：目標量，UL：耐容上限量

（2）食生活の方針の設定

|  |
| --- |
| 現段階の行動変容ステージ |
| 具体的な食生活の方針と留意点 |

（3）目標の設定

|  |
| --- |
| 長期目標（目安：6 か月～ 1 年） |
| 中期目標（目安：3 か月～ 6 か月） |
| 短期目標（目安：1 週間～ 3 か月） |