宅配COOK123 ワン・ツゥ・スリー
For CAREMANAGER
2026 12月号 vol.44

ケアマネ通信

ケアマネジャーのお仕事サポート

テーマ

「適切なケアマネジメント手法」を実践するために

疾患別ケア：心疾患Ⅰ期について

アセスメントから課題分析する課題分析標準項目（23項目）は、必須です。
昨年3月号から、一部改正された課題分析標準項目（令和5年10月16日に通知された介護保険最新情報Vol.1178とVol.1179）と、適切なケアマネジメント手法「基本ケア項目」との関連を、一緒に考えてきました。
改めて過去の「ケアマネ通信」を遡って閲覧いただければと思います。

今回は**疾患別ケア：「心疾患Ⅰ期」について**です。

適切なケアマネジメント手法
疾患別ケア：心疾患Ⅰ期
株式会社日本総合研究所 令和6年12月版



■退院後の期間が短く、医療との関わりが強い状況にある時期。
■前倒しの場合には、目標の再設定が必要で、後ろ倒しの場合には何故状態の改善が遅くなっているのかを確認する必要がある。
■モニタリングの時期は、本人の状態の変化をみて、柔軟に検討する必要がある。

想定される支援内容は、21項目あります。
想定される支援内容1から4は基本ケアとも重複しますが、「リスク評価」結果を踏まえて特に留意して実施しましょう。
医師、看護師、薬剤師、管理栄養士、介護職と協働でアセスメント・モニタリングをしてください。

今回は、**塩分量のコントロールに関係する下記の項目**について考えます。

5 適切な塩分・水分摂取量が理解できる体制を整える

▼支援の概要、必要性

■過度な塩分・水分摂取は心臓の負担となる。
■本人・家族等がその人に必要な塩分・水分量と日常的に摂取している塩分・水分量を把握する体制を整えることが重要。



6 食事からの栄養の摂取状況を把握できる体制を整える

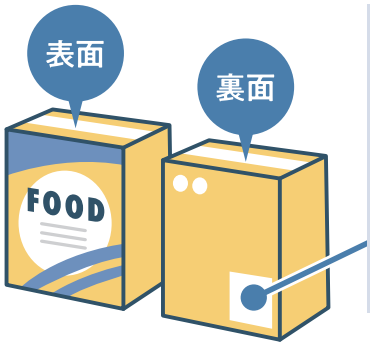
▼支援の概要、必要性

■過度な塩分・水分摂取は心臓の負担となる。特に、心疾患のある方の場合には、「日常的な習慣」における塩分摂取量が既に多い可能性が大きいため、生活改善のためには、まず日常の摂取量を把握することが重要。
■本人・家族等が日常の塩分・水分の摂取量を把握できる体制を整えることが重要。

裏面では、塩分量について一緒に考えていきましょう。

注意すべき点

- ■醤油や味噌の「量」＝塩の量ではない（塩分%で換算が必要）
- ■汁物は水・だしの重さも必ず含める
- ■調味料の塩分は商品により異なるため、**栄養成分表示**を確認する



栄養成分表示（100g当たり）推定値	
エネルギー	152kcal
たんぱく質	4.0g
脂質	0.5g
炭水化物	27.6g
食塩相当量	1.6g

食材の重さ×目標塩分濃度（%）÷100＝塩分量

例えば500gの食材を0.8%に味付けする場合、必要な塩は4.0gになります。

調味料で置き換える場合

塩の代わりに醤油・味噌などを使うときは、次の式で換算します。

必要な塩量÷調味料の塩分%

例）必要な塩4.0gを濃口醤油で代用する場合

4.0÷0.145＝27.6g

▼代表的な塩分量（100gあたり）

- ●濃口醤油：約14.5%
- ●薄口醤油：約16%
- ●味噌（淡色辛みそ）：約12%
- ●めんつゆ（3倍）：約9%
- ●ウスターソース：約8.5%

ナトリウム表示から塩分を計算する場合

食品表示が「ナトリウム（mg）」のときは、次の式で換算します。

ナトリウム（mg）×2.54÷1000＝食塩相当量（g）

例）**Na 400mg ≒ 食塩1g**



次回は、疾患別ケア：「心疾患Ⅰ期」想定される支援内容7以降ついて一緒に考えましょう。

市販薬も注意

▼1日分の胃薬に含まれるナトリウムの塩分換算量

- ●太田胃散：約1.3g
- ●太田胃散A〈錠剤〉：約1.1g
- ●パンシロンG：約1.4g
- ●ガストール：約0.8g

ドラッグストアで胃薬を購入する際は、**ぜひパッケージの裏側（成分表）を確認して、以下の成分が含まれていないかチェック**してみてください。

●炭酸水素ナトリウム（重曹）

詳細は、薬剤師や登録販売者に確認してください。



（参考）
適切なケアマネジメント手法 基本ケア



執筆者
木村隆次 きむらりゅうじ

薬剤師　介護支援専門員指導者一期生
一般社団法人 日本介護支援専門員協会名誉会長

医療・介護連携協働をライフワークに活動中。大学卒業後、製薬会社のMRとして勤務した後、青森市内で薬局を開局。薬剤師として居宅訪問をしていた際、福祉用具と住宅改修に興味をもち没頭。介護支援専門員指導者の一期生。2000年4月から13年間日本薬剤師会常務理事、2010年から2022年まで青森県薬剤師会会長を務めた。2005年11月から日本介護支援専門員協会会長（初代）として厚生労働大臣の諮問機関で介護報酬や介護保険制度を議論する分科会・部会の委員を歴任。現在は、日本介護支援専門員協会名誉会長として自立支援型ケアマネジメントの普及のため後進へ情報発信し育成に努めている。