栄養茨城 FLASH No.11

公益社団法人
茨城県栄養士会
住所　〒310-0034
水戸市緑町3-5-35
保健衛生会館内
TEL　029-228-1089
FAX　029-228-4271
http://www.ibarakiken-eiyoushikai.or.jp/

会長あいさつ

会長　高橋征子

会長として十年間会務に従事させて頂きました。

その間、いろいろな業務を担当してまいりましたが、無事役目を果たせたのは、会員の皆様のご支援、役員の協力、事務局職員のがんばり、賛助会員のご理解と協力、県行政の適切なご指導により無事終幕を降ろせることができます。

「栄養士のくせに生意気だ」

「飯炊き女だろう」

「栄養士に何ができるんだ」

など等罵声を浴びながらも皆さんの暖かいご支援が背中を後押し「頑張ろう」精神につながったのだと思っています。

これらの経験は、私だけでなく、会員の皆様も同じ思いをしている方が多いと思います。

弱肉強食の競争社会のなかで、如何に有利に立つかは、保健医療福祉教育の世界では、未来永劫続くのでしょう。会員多数職種は、大手を振って闊歩し、少数団体は何事も穏便にということになり、正に世界の大国と小国と同じ縮図です。

人間の限りない欲望と闘争心は、どこにいても同じです。

しかし、そのなかで国家資格を埋没させることは出来ません。

大切なことは仲間間の信頼だけでなく、社会のなかでの信頼が職種間の優劣を左右することです。

「栄養士は必要だ」

「栄養士業務は他職種には出来ない」

など等の社会のニーズを高める必要性を感じています。

どうすれば社会のなかでゆるぎない地位を築くことが出来るかが大きな課題でした。

給料、採用条件、複数配置、診療報酬・介護報酬、栄養教諭配置、上級試験採用など等についての大きなテーマに向けて模索をしてきました。

しかし、最終到達は、個人の資質です。国家資格者としてどうあるべきかを一人ひとりが考えることが重要です。

一人の評価が全体の評価に繋がります。職場に栄養士一人だと言う事ではなく栄養士業務の実践者であるということです。その業務の必要性、重要性を職場や地域に理解される方法を考え行動することが評価につながります。自分だけが分っている業務の仕方は自己満足だけです。

誰も栄養士業務を非難されたら不愉快になり、侮辱された気分になります。

資格業務を実践することが国家資格者の使命です。

食の専門職として法律で配置を位置付けされているのは栄養士だけです。この栄養士業務をしっかりと保持し、後輩の指導者として誇りをもって、邁進することが資格の資質向上に繋がり社会のニーズの高まりになります。新会長の下にみんなが集い、情報を共有し、スクラムをしっかりと組み、栄養士職の更なる発展に尽力下さいますようお願い申し上げます。

日本栄養士連盟 茨城県支部活動

政治経済が混迷する中で、昨年末には国政の政権交代があり、今後の連盟活動においては熟慮した活動が必要になります。

そのような中で、今年度も一月二十八日に食生活推進連絡協議会の会員と合同で新春懇談会を開催しました。本栄養士会会員が百九名参加し、橋本昌県知事ご夫妻を始め山口武平顧問、岡田広自由民主党県連会長と、多くのご来賓にご臨席賜り、盛大に開催することができました。食育や県民の食生活・栄養支援には管理栄養士・栄養士の力が必要であることをご理解いただき、日頃の活動の応援者になっていただくための一つとしての交流会です。来年度も情勢が大きく変化しない限りこのイベントを開催しますので、多くの方にご参加いただきたいと考えています。

ところで、茨城県栄養士会も日本栄養士会も公益法人になったことから連盟会費を別納することになりました。そのような影響からか、会員が千二百四十七名から三百十九名へと激減し、連盟の存続も危うくなっております。連盟活動は栄養士会活動の方向性を受け、管理栄養士・栄養士の働く環境や身分の確立を目的に活動しています。特に、栄養士法は議員立法であることから、議員さんのご理解が必要です。そして、栄養士が活動している職域における各種法の改正や診療報酬・介護報酬・障害福祉サービスの報酬改定においては、職能団体として力を注がなければならないところです。栄養士会活動を支援するのは唯一連盟活動です。それには数が必要であり、数があってこそ力となり、大きな活動に展開することができます。

今、世の中は健康志向に向けて、食べることや栄養に期待が寄せられておりますが、その期待に応えられる職種こそ管理栄養士・栄養士であるべきです。会員の皆様には、その重要性をご理解いただき、一緒にスクラムを組んで力強い組織活動をと考えていますので、是非とも会費の納入をお願いします。

（文責　政安　静子）

茨城県老人福祉施設協議会会長

今回は古谷茨城県老人福祉施設協議会会長さんを訪問させていただく事ができました。施設長としてのご公務もあり大変お忙しい中、お話を伺う機会をとって頂き感謝申し上げます。福祉施設職員としてのやりがいや、私人としての日々の過ごし方、趣味、生活信条など話題も広く、和やかに楽しくお話をお聞きしました。

（司会　矢代あや子広報部長）

施設長になって三十年

会長…若い頃から福祉をやりたいという志をお持ちでしたか。

古谷…施設長になったのは、昭和五十六年ですから、約三十年です。最初は、病院の事務職員として仕事をしておりましたが、その当時の土浦市長の依頼を受け、土浦市に特別養護老人ホームを立ち上げたのが最初です。昭和五十六年四月一日がオープンでした。そのうちに、牛久愛和総合病院の院長から牛久にも特別養護老人ホームをつくりたいので手伝ってほしいという依頼を受け、携わったということ等がきっかけです。

会長…介護保険ができてからは考え方が違ってきて、地域住民の理解は大きく変わりましたね。

古谷…かなり一般化されたと感じますね。それまでは、親を老人ホームに入れるのは、親不幸のような考え方でしたからね。今はかなり変わってきて家族だけではとても面倒を見られないので、施設が家族と一緒になってお年寄りの世話をするというような流れになってきましたね。

会長…今は、自分から進んで施設を希望できる社会になってきたという感じがしますね。

古谷…入所された方に話を聞きますと、本来は、家にいて家族と一緒に暮らしたいが、一緒に暮らすことにより子どもたちに迷惑をかけてしまうということで入所される方が多くなっているようです。

会長…待機高齢者が多いと聞きますけれど、茨城県でも待機高齢者は多いのですか。

古谷…全国でたぶん四十五万人はいますね。保育園や幼稚園が足りないといわれていますが、桁違いで足りないですね。

会長…入れた人は運がいいというか、恵まれた人たちですね。

悔いのないお世話を

会長…福祉施設で働く人は、ボランティア精神がよほど旺盛ではないとできないのではないかと思います。働くというだけでなく心が伴わないと人は動かせないですね。

古谷…福祉施設で働いていると、自分のしたことで相手が喜んでくれる。相手の喜びが大きければ大きいほど、自分の喜びも大きいことにだんだんと気づきます。そうすると、この仕事からなかなか抜けられなくなりますね。ですから、三十年もやっています。

会長…やりがいということになるのでしょうね。

局長…人間ができてないとなかなかできないでしょうね。

古谷…職員によく言うことは、あれもしてやればよかった、これもしてやればよかったと後で考えてもどうしようもないことなので、悔いのないようにお世話しましょうということです。三年ぐらい前に、敬老の日のお祝いにディサービスで来ていた方が、次の日の朝亡くなり、家族の方から「人生最後に一番楽しい思い出を残してくださってありがとうございました。」という電話をいただいたことがありました。この方のように、ひょっとしたらこれが最後の敬老会になるかもしれないので、できるだけ一生懸命やろうと言っています。食事もそうですよね。食べさせているときに亡くなる事もあります。その一口が八十年九十年生きてきた最後の一口になるかもしれないので、ただ食べればいいということではなく、いかにおいしく食べさせるか、喜んで食べていただくかということだと思います。

会長…会員である病院の栄養士が、亡くなる時の最後の食事を管理栄養士として提供できたという喜びは、自分の仕事の中ですばらしいことだと話をしていた人がいましたね。やはり、福祉も同じようなことがいえますね。

古谷…ちょっとおいしいものや見栄えのいいもの、食べやすいものなどを考えながら提供していくことが大事なことではないでしょうか。仏様を彫る人を仏師といいますが、その仏師は、仏様を彫るのではなく、木を見て木の中から仏様を掘り出すそうです。外見では見えないもの、内側を見るということが大事なことなのでしょうね。それは、我々にとっても大事なことではないかと思います。お年寄りの話す声・顔・目から何を感じることができるのか、見えないけれど自分で感じよう感じようとする力が大事になると思います。

表敬訪問

古谷　博

他職種との連携

瀬谷…今、私の施設でもターミナル（終末期）を迎える方がいらっしゃるのですが、食事は摂れなくなっていても何か食べられるものはないかとみんなで係わっています。提供したものが食べられたり、ご本人様も「おいしかった。」と言ってくださるのは、私たちも職員も感激ですし、最後の食事を通して自分は勉強させてもらっていると思います。

古谷…業者委託ではなく直営だと、そういう点では、栄養士や調理員だけで固まらずに介護職と一緒になれますね。そういうことが大事になると思いますよ。

矢代…介護保険が始まって栄養ケアマネジメントが導入されてからより他職種、他の職員との連携が濃くなりました。それによって食のケアが充実してきたように思います。

瀬谷…施設の中で自分の立場、やるべき仕事が見えてきたということがありますね。

古谷…介護職や他の職種の人たちが、喜ぶためだけに知恵を出し合って、その結果、その方が喜ばれると本当にうれしいですよね。そういう経験ができるのは、福祉施設ではないかと思います。

矢代…入所者さんが亡くなって玄関でお見送りをする時、ご家族の方から「この施設に入ってよかったです。ありがとうございました。」とあいさつをいただくと、職員一同やりがいがあってよかったなあと思う瞬間ですね。

趣味

大賀…どのような趣味をお持ちですか。

古谷…楽しみはたくさんあったほうがいいと親に言われていたものですから、多趣味ですね。旅行、庭いじりのほか、食べること、飲むことも好きですね。旅行は、国内にも海外にも行きますが、楽しみの一つは、行ったところでしか食べられないものを食べることです。らくだの肉やへび・ねずみなども食べました。食べてみると結構おいしいものです。一緒に行った仲間は食べませんでした。（笑）また、行った地域で、昔の人の生活などいろいろなことを思い巡らすことが楽しいですね。

会長…趣味は、気分転換といいますか、ストレス解消ということでは大事なことでしょうね。今まで行った海外では、どこがお薦めですか。

古谷…中国に平遥というところがありますが、そこは、明の時代からの町並みが保存されていて印象深いですね。昔からの民家をそのまま使っているホテルに泊まったのですが、寒い地方なのにホテルの部屋には暖房がなく、大きめのベットだけが暖かくなっています。ベットの上には小さなテーブルがあり、ベットが生活の場になっているようです。

健康の秘訣

局長…見るからにご健康そうですが、健康の秘訣は何ですか。

古谷…毎朝、五時半に起きて散歩をしています。また、どくだみ、イチョウの葉、桑の葉、柿の葉などを干して乾燥したものを煎じて、一日二回、飲んでいます。食べ物の好き嫌いもありません。海外に行ったら、朝鮮人参やナツメ、タツノオトシゴ、マムシなど買ってきてそれらを焼酎に漬けて、今日はどれにしようかなという感じで、その日によって選んで飲んでいます。好奇心旺盛で何にでも興味がある、食べ物の好き嫌いがないということが健康で暮らせることなのかと思います。

大賀…お休みのときは外に出掛けることが多いのですか。

古谷…自分のために休むのは月一回ぐらいでしょうか。そういうときは、庭いじりをしたり、納屋の整理をしたり。背広を来てネクタイを締めての仕事が続いているので、休みのときはどんなに汚れてもよい格好をして這いつくばっています。それで、バランスをとっています。

瀬谷…休みのときなど横になることはありますか。

古谷…あります。よく寝ますし、寝るのは好きです。夜は９時半には寝ます。どんなところでも寝られますし、眠れないことはありません。

局長…それも健康の秘訣なんでしょうね。

会員へエール

会長…最後に、栄養士会員にエールをお願いします。

古谷…人間には、色々な欲がありますが、最期は食欲だそうです。「食」というのは、お年寄りの最大の楽しみですね。また、老人ホームというのは、長生きする方だけではないので、「食」というものは、生涯最後の食事という意味でもとても大事になります。そのような大事な「食」に係わるというのは、大変なことだと思いますが、施設の中でも厨房に引きこもらないで、どんどん外に出てきていただいて看護師・介護士と一緒になって活躍していただければと思います。

局長…お忙しいところありがとうございました。

（文責　高津戸　みち子）

東洋羽毛北関東販売㈱
60 Anniversary
おはようの未来へ
東洋羽毛北関東販売株式会社
茨城営業所　フリーコール 0120 - 461 - 590
〒310-0842　茨城県水戸市けやき台2-19-2

受賞おめでとう

永年の栄養士活動が認められ、平成二十四年度に表彰された方々をお知らせします。（敬称略）

大臣賞・知事賞・保健福祉部長賞

栄養関係功労者 厚生労働大臣表彰受賞者

茨城県立中央病院
綿引久子

茨城県立健康プラザ
飯村京子

栄養関係功労者 学校給食文部科学大臣 表彰受賞者

〔個人〕

小美玉市立
美野里中学校
柳澤けい子

〔団体〕
茨城県立協和特別支援学校

茨城県知事感謝状受賞者

・第一回定時総会
地域活動（常総市）
幸田智子
丸山荘病院
高瀬恵美子
(株)日京クリエイト
武石愛子

・県民健康づくり表彰式
山王台病院
近藤久子
地域活動（つくば市）
赤荻由美
なめがた地域総合病院
菅谷富士子

茨城県保健福祉部長 感謝状受賞者

・第一回定時総会
明野保育園
佐竹美枝子
つくば市立大穂保育所
鈴木美恵子
つくば市保健福祉部
健康増進課
高島和子

・県民健康づくり表彰式
古河赤十字病院
小吹良典
児童養護施設茨城育成園
中村雪子
県北医療センター高萩病院
金澤郁子

栄養教諭について

平成十六年、奇跡といわれた栄養教諭制度が四十五年の時を費やして実現しました。平成十七年には特別選考試験が実施され、平成十八年度に十名の栄養教諭が誕生しました。しかし、県の財政事情が厳しい中、その年の新春懇談会での知事のあいさつで、「一期生の仕事のでき如何によってこれからの配置が決まる。」という言葉があり、一期生にはかなりのプレッシャーだったと思います。

現在五十名の栄養教諭が配置され、それぞれの実践の成果に喜びや生き甲斐を感じながら、学校における食育の中核として日々の職務に励んでおります。そのような中、山崎富江副会長がティーチャーオブティーチャーズ（優秀教員の中でも特に継続的な実践で成果をあげ、かつ、他の教員の指導力向上に寄与している者に対してこの称号が与えられます。）、会澤千恵子会員が優秀教員を受賞されました。二万人以上いる教員の中から栄養教諭が二人も選ばれ、文部科学大臣優秀教員表彰の栄誉に輝きました。また、柳澤けい子会員は、学校給食功労者として文部科学大臣賞を受賞されました。おめでとうございます。

茨城県では栄養教諭の配置が停滞しておりましたが、髙橋会長を始め、ＯＢの方々等いろいろな方々のお力添えを頂き配置促進に向けて活動してまいりました。三人の方々の今回の受賞は心強い後押しになりました。食育推進大会において知事から力強いお言葉を頂きました。それは、平成二十五年度は四十七名増になる予定ということでした。今後、益々、栄養教諭として成果が認められる食育を実践することが求められます。指導と管理を一体化して取り組み職務の資質向上に一層努力していかなければなりません。そして栄養教諭の配置を促進して、子どもの食育を徹底し、次代を担う心身ともに健全な人材を育てなければなりません。かく言う私の日々は、学校と給食センターを兼務のため業務が複雑で、なれるまではいろいろ大変でした。

食育をすすめるうえで、指導とともに献立は大切で、食育の発信ができるような「生きた教材」でなければなりません。そのために調理員に理解と協力を求めました。手作りのグラタンやデザート等にも挑戦してくれています。「安全・安心・おいしい給食」は、児童生徒の食への興味関心をたかめてくれます。子どもたちが健全な食生活を実践し、健康で豊かな人間性を育んでいくために全力で支援していきたいと思います。

（文責　住友　かほる）

茨城栄養学術講習会

今年度は十月十日と十一月七日に開催されました。一つ目の講演は、「健康日本21（第二次）の基本的な方向と目標について」（独）国立健康・栄養研究所の西信雄先生の講演でした。栄養業務に携わる私達にとって、その基本となる国の施策を受講することに意義があると感じ参加しました。これまでの健康増進対策の沿革から国民健康づくり対策のまとめや「健康日本21」最終評価、「健康日本21」（第二次）等について詳しく学ぶことができました。エネルギー摂取量は低下傾向にあるが、塩分摂取量は変わらないことや都会よりも車社会の地方に肥満者が多いことも国民健康・栄養調査で明らかになっています。すべての国民が共に支え合い、健康で幸せに暮らせる社会が十年後に目指す姿です。その為にも栄養・食生活の目標項目も増えています。適正体重を維持している者の増加、適切な量と質の食事をとる者の増加、共食の増加、特定給食施設の増加等が目標になっています。管理栄養士として、広く国民の健康を支える重要な役割を担っていることを強く感じました。学んだことを業務に活かし今後も頑張りたいと思います。（文責　矢代　あや子）

第十一回 茨城県栄養健康改善学会

平成二十五年二月十五日(金)つくば国際大学において、第十一回茨城県栄養健康改善学会が開催されました。当日は、立春を過ぎたといえ冷たい小雨が降る天候でしたが、約二百五十名を超える参加者により寒さも吹き飛ぶ活気溢れる一日となりました。午前の部は分科会が行われました。四セクション（公衆栄養・健康増進、臨床栄養、給食管理、食生活・食環境・食品調理）において二十九題の研究発表及び活発な質疑応答が展開されました。

昨今、保健・医療・福祉各領域においてチームワークの必要性が叫ばれさらに地域との連携が求められています。これらに関する県内の取り組み状況に関する発表が多く取り上げられていた印象でした。また、示説発表として十六題がなされました。特に、学生さんの日頃の調査研究の成果としての発表も多く、提示技術や説明に工夫がされた内容で素晴らしいと感じました。

午後の部は、平野千秋学会長から本会が第十一回を迎えることで、新たな十年目の初年度であること、今後本会は情報通信時代に対して人と人がどう向き合っていくかを大切に考えて取り組んでいかなければならないことが開催についての挨拶としてありました。

基調講演は、つくば国際大学医療保健学部教授浦山修先生による「陽性ストレスとは何か―その刺激と生体反応について―」と題しご講演を頂きました。「笑い」は、陽性ストレスで、病気予防や治療に役立つものであることを科学的根拠に基づき分かりやすくご説明いただきました。笑う方法には、漫才や落語鑑賞等ありますが、「食」によって「快」を感じ「笑い」に繋がることがわかりました。私達栄養士は食の専門家として毎日欠かすことがない食事に関われる喜びを感じ「すてきな笑顔」になれるための食事の提案ができるようこれからも自己研鑽していきたいと感じました。

（文責　岡　純子）

発表者紹介（栄養士会員）

口演発表

【公衆栄養・健康増進】

オリジナル教材を使った幼児期への支援(2)
飯山　文枝

本校学生における恐怖映像ストレス負荷反応と食行動（低血糖状態）との関連
～№.2～（性格変数を含めた検討）　三浦　由美

「うしく食育推進計画」の目標達成状況による中間評価
三浦　聡子

地域での栄養医療連携の必要性について
～土浦・つくば保健所管内　医療福祉系給食施設の食形態実態調査結果より～　壹岐　千夏

【臨床栄養】

低栄養改善と褥瘡の治癒　矢島　幸

当院における現在のNST活動と今後の問題点
～看護師の意識調査から見えてきたもの～
俵　佐代子

管理栄養士を目指す学生の病院栄養士職場の早期体験学習（Early Exposure）の試み　武　敏子

重症熱傷患者に対する栄養管理の一例　飯島　直栄

アバンド™を用いて栄養管理を行った熱傷の一症例
立原　文代

炎症性腸疾患患者を対象とした料理教室開催の取り組み　藤原　剛司

当院における糖尿病透析予防指導の取り組み
鈴木　薫子

【臨床栄養、給食・食事管理】

栄養ケアと嚥下内視鏡診断で介助・ペースト食から自食・普通食に移行した事例紹介　手塚　文栄

小麦粉アレルギー患者に提供した検査食の一例
鈴木　美絵

糖友会『せせらぎ会』の活動について　藤田　真由美

給食経営管理論実習における食の安心・安全について（第3報）地場産物の活用とふれあい給食の実施
白子　みゆき

当施設におけるソフト食のバイキングの取り組み
中村　真弓

食物アレルギー児の生活向上を図るための給食の在り方
～除去食を中心とした食物アレルギーの対応を通して～　安斎　明美

【食生活・食環境、食品調理】

茨城県における年中行事の行事食の現状
荒田　玲子

示説発表

【公衆栄養・健康増進】

朝食の欠食の有無と体格・生活習慣・食物摂取との関連　江面　恵子

咀嚼力強化による唾液分泌量の変化　関口　真由美

食品群、栄養素摂取パタンから線型計画法を用いた最適食品構成作成と震災にかかる栄養改善活動支援
梶本　雅俊

マグネシウム摂取不足時の生体内リン調節に関する研究　梶田　泰孝

パッククッキングを活用した災害時の便利調理法
平山　麻理子

【食生活・食環境】

居住形態による大学生の生活習慣及び栄養素摂取量の比較　金谷　由希

大学生の農業体験・ふれあい交流の取り組み―地元の梨を活用した活動報告―　白子　みゆき

多職種協働による食介護の支援の取り組みについて
横田　宏美

行政との協働による地域における食育事業　未就学（園）児親子に対する食育の取り組み　中山　こう子

いばらき食育推進大会

新春の一月十六日、「いばらき食育推進大会」を県民文化センターで開催しました。

県や市町村、食生活改善推進員、栄養教諭など、約千五百人が参加し、食育を推進していくための意見交換等を行いました。はじめに米飯給食コンテスト、ヘルシーメニューコンクールの入賞者の他、給食の充実に貢献した学校や職員を表彰しました。

続いて行われた、「食育と地域の絆」をテーマにしたパネルディスカッションでは、教育・農林水産・保健福祉の各分野から食育の取組などを紹介しながら、食育の在り方や課題を議論しました。コーディネーターの常磐大学の冨田教代教授は「心と体、地域を作る食育は基本。食育は親から地域へと連携することが大切」とまとめました。

午後からは、学校給食研究推進校のつくばみらい市立小張小学校からの事例発表のほか、食環境ジャーナリスト・食総合プロデューサーとして活躍されている金丸弘美氏から「食育を通じた地域力の向上」と題した特別講演を行いました。

会場では食に関する活動展示や、県産品の農産物・加工品などの展示販売も行われ、盛会の内に終えることができました。

（文責　飯田　裕佳）

茨城県地域支え合い体制づくり事業

事業内容

この事業は、日常的な支え合い活動の体制作りを推進するために補助金が交付されたもので、当会が茨城県食生活改善推進団体連絡協議会と連携し、実施する事業として構築しました。

独居又は夫婦のみの高齢者世帯が増え、人間関係が希薄になってきている社会環境や、生活習慣病対策が、健康長寿を願う高齢者対策には不可欠であることなどを踏まえ、地域で高齢者の見守りや支え合いができるよう県内四十四市町村で「食事交流会」を開催しました。七十歳以上の高齢者を対象に、一市町村二地区（一地区二回）約二千六百四十人の参加がありました。

「食事交流会」では、手作り料理の試食会食や、栄養士による「高齢者の食生活の工夫」についての講話をはじめ、食生活状況の聞き取り調査や高齢者持参の味噌汁塩分測定等を通して、食と健康づくりの情報交換やアドバイス、支援体制について模索し、行政へ支援のつなぎを行いました。その結果、高齢者が安心して暮らせる地域づくりの基盤整備につなげることができたのではないかと思います。

栄養士の講話を行うにあたっては、地域活動専門研究会の会員さんを対象に研修会を開催し、常磐大学専任講師の大津美紀先生による講演の他、高齢者向けの料理の調理実習を取り入れました。

また、新春懇談会の前に行った研修会においても、会員さん及び食生活改善推進員さんを対象に同じく常磐大学准教授の荒田玲子先生にご講演いただき、高齢者のからだの変化や食事の工夫などについて大変分かりやすく教えていただきました。

このような研修の機会を設けたことで、高齢者に対する知識が深まり、よりよい講話につながったのではないかと思います。

また、賛助会員の皆様からはとろみ剤や栄養補助ゼリー、ソフト食レシピ集等をご提供いただき、食事交流会や研修会の際、配布することができましたこと、この場を借りて心より感謝申しあげます。

今後、食事交流会が市町村食生活改善推進員協議会において自主活動として実施できることを検討し、今後もよりよい地域づくりにつながることを願います。

（文責　諸沢　志野）

パンフレット作成

地域支え合い体制づくり事業を進めていくうえで、食事交流会の際に配布する「高齢者の健康を支える食生活の工夫」というパンフレットを作成しました。

表紙には高齢者の主なからだの変化と陥りやすい状態や食生活の特徴について記載し、見開き三ページでは高齢者の食事について献立の立て方やそれぞれの症状に合った対応例を紹介しました。その他、食の支援ネットワークや認知症を防ぐ十ヶ条、裏面には食事交流会での試食を作る際参考になる高齢者に適した料理レシピを主菜、副菜、汁物について各二種類ずつ掲載しました。

多くの方のご協力のお陰でこのパンフレットを沢山の高齢者に配布することができました。

食生活で困ったとき、少しでも役立てていただければと思います。

（文責　諸沢　志野）

食事交流会

食事交流会は、堅苦しくなく、和やかな雰囲気で開催することができるよう、栄養士の講話は、一方的に話すのではなく、高齢者の話を聞きながら進めていき、試食の料理の提供や食生活状況の聞き取り調査、味噌汁の塩分測定などを行いました。

味噌汁塩分測定では、味噌汁を持参していただくことでどれだけの塩分を摂取しているのかはっきりと分かるため、塩分を控えたい参加者にとってとても効果的だったようです。

担当していただいた栄養士さんや食生活改善推進員さんからも、皆さんとても楽しくお話をすることができ、薄味で高齢者にも食べやすく工夫された料理を実際に試食することで、食感や味のつけ方など、参考になったとのお話を伺うことができました。

（文責　諸沢　志野）

Cuisinart　人気アイテムがグレードアップして新登場!!
NEW 新しくなりました!

DLC-N7JPG
フードプロセッサー
リットル

CBT-500PRO2
ハイスピード
プロセッサー2
往復送料無料!!　最大10日間
クイジナートフードプロセッサー / ホットブレンダー
無料貸出し実施中!!
厨房の悩み解決します!!
病院　施設　学校　保育園
詳しい製品情報・無料貸出しについてのお問合わせはこちら
0120-191-270

URUNO CORPORATION
ひろがれ 地球村
ウルノ商事株式会社
業務用食品・酒類総合企業
ウルノ商事株式会社　水戸市元吉田町1077-2　☎029-304-2555(代)
ウルノ商事(株)つくば支店　土浦市卸町2-9-16　☎029-842-2001(代)
ウルノ商事(株)三郷支店　三郷市早稲田8-14-6　☎048-958-3001(代)
ウルノ商事(株)北関東支店　筑西市伊讃美1937-1　☎0296-28-8020(代)
ウルノ商事(株)東関東支店　富里市七栄532　☎0476-91-2525(代)
ウルノ商事(株)埼玉支店　加須市北平野770-1　☎0480-78-1321(代)

賛助会員コーナー

給食施設調理従事者研修会

この研修は給食施設勤務調理員のスキルアップのため、また栄養士・管理栄養士と情報を共有化することで円滑な給食経営と安全安心な給食提供の推進を図るため開催されています。二日間の内容は、基礎的講習・時勢に沿った講演等に加え、ランチョンセミナー・情報交換会など調理技術や衛生管理に必要な多くの情報提供の場になっています。同時に栄養士会賛助会員が有効活用することで、絶好のPRの機会となります。県立健康プラザでの二日間の研修に七六名（六十施設）の参加がありました。【一日目・七月二十三日】

講演は、『スパイスとハーブの芸術品、カレー粉の秘密』と題し、エスビー食品(株)スパイス&ハーブマスター遠藤由美氏が、調理実演・試食および香辛料のブレンド実習（カレー粉づくり）を行いました。エスビー食品のランチョンセミナーではカレー給食が提供され、災害時の非常食として期待される製品等を紹介しました。

≪午後の講演①「平成二十四年度茨城県食品衛生監視指導計画」県食の安全対策室　②「放射性物質検査に基づく安心・安全な本県農林水産物の提供について」県エコ農業推進室≫

【二日目・七月三十日】厨房メーカーのタニコー(株)による企業参加がありました。

午前は人気料理研究家の村上祥子氏が『災害時も心に留めておきたい日本型食生活』を講演、『災害時非常食をおいしく食べ易くする工夫』の調理実演をしました。ランチョンセミナーでは実演と同じメニューを昼食として提供した、タニコー水戸営業所の池田所長が自社の製品について詳しく案内しました。午後の情報交換会は、『施設における調理の工夫（味付・食材・盛付・調理法等）』のテーマに沿い、医療・福祉・学校等に分けられたグループワークが行われ、細かな問題に対しても、具体的な対策事例が示されるなど、問題解決へと繋がる様な展開の内容でした。

この研修で得た情報は、施設のよりよい給食づくりに役立つことから、毎年多くの参加者の好評を得ています。

（文責　鈴木　修弥）

ヤクルト研究所視察研修

平成二十四年八月二十四日、東京都国立市にあるヤクルト本社中央研究所の視察研修が行われました。この企画は水戸ヤクルト販売社よりお話しを頂き実現したもので四十四名が参加し実施されました。コースは鯉淵学園農業栄養専門学校を午前七時に出発、十一時に中央研究所に到着、その日は快晴で首都高の渋滞を除けば実に快適な日程でした。この視察研修の主旨は長年に渉り人々の健康に役立つ乳酸菌の活用で数々の研究成果を上げている中央研究所を視察することで健康づくりの担い手である栄養士の研鑽とスキルアップが目的であります。現地到着後四つのグループに別れ、説明ガイドの案内で研究現場を見学しました。最も印象に残ったのは、幾年もの間この中央研究所でラクトバチルスシロタ株等の菌株の維持管理が行われていることで全国にそして私たち消費者の元に乳酸菌が届けられるという事でした。容器のリサイクルに関する環境保全や屋根の緑化（芝生）等にヤクルト社の企業理念が感じられました。地元に戻って改めてヤクルト製品を手にしてみると今まで何気なく飲んでいたヤクルト製品がより以上に味わい深く感じる事が出来ました。（文責　佐藤　満子）

クイジナートサンエイスープレシピの開発

平成二十四年九月クイジナートサンエイ社杉崎部長が県栄養士会に来会され、社を挙げて販売促進するクッキングブレンダー（加熱ミキサー）を用いて作れる健康栄養レシピを開発して頂きたいとの依頼があり、それを受け当会で開発することに話しが進み十点ほど試作することになりました。まず当会ではいくつかのテーマを決め、そのテーマ毎に食材（組み合せ含め）と、その食材に合う調味料を考え実際に一ヶ月程、加熱ミキサーを使用して試作・試食を重ね試行錯誤を繰り返しながら出来たレシピが（野菜たっぷりスープ・ビタミンCたっぷりスープ等）でした。レシピは、クイジナートサンエイ社ホームページに掲載されております。また、県栄養士会ホームページのトップページ下段にクイジナートサンエイ社バナーがあるのでそこからも見ることが出来ます。

ガラス容器に材料を入れタイマーセットし加熱撹拌することで温かいスープが完成します。クッキングブレンダー一台あれば夏はグリーンスムージー、冬は温かいスープというように一年中使用出来る優れものです。開発したレシピを利用し会員の方も是非、一度作って頂ければと思います。（文責　佐藤　満子）

一年間の活躍一覧

◎商品展示	総会	25社
	栄養健康改善学会	15社
	給食施設調理従事者研修会	2社
	児童福祉施設給食関係者研修会	1社
◎新春懇談会	参加	30社
	商品協力	45社
◎広報ちらし		2社
◎広告バナー		5社
◎広告掲載	総会資料	7社
	栄養茨城（フラッシュ）	5社

Yakult

ヤクルト400
ヤクルト400に比べ
甘さ・カロリー
ひかえめ
ヤクルト400LT
お申込み・お問合せは（受付時間：9:00～17:30 土・日・祝日を除く）0120-11-8960（イイヤクルト）
水戸ヤクルト販売(株)／水戸市谷津町1-35 〒311-4164 ☎029(251)8960
古河ヤクルト販売(株)／古河市南町1-62 〒306-0015 ☎0280(31)8960
千葉県ヤクルト販売(株)／習志野市茜浜2-5-2 〒275-0024 ☎047(452)8960
いわきヤクルト販売(株)／いわき市小名浜林城字向田2-1 〒971-8122 ☎0246(58)8960

役員改選について

公益社団法人になって初めての役員改選を迎えて、選挙公示を会員の皆様にお送りするところとなりました。役員改選につきましては、「法人法」、「認定法」などの関係法令並びに新定款の規定に基づき、選挙または推薦により選出される理事及び監事は総会での承認を得て選任され、その後開催する理事会において理事の互選により、会長、副会長、常務理事が選任されるところが大きく変わったところになります。

茨城県栄養士会には、関係規程として「役員報酬規程」、「役員選出規程」がありますが、理事会等において「今まで行ってきました会員のための事業等を引き続き実施していける会であり続けられるか。そのための役員選出はどうあるべきか。」などについて議論し、検討を重ねこれらの改正を行いました。

立候補に当たっては、専門研究会長の承認が必要になります。

立候補者が少ない場合には、各専門研究会で、会員数に応じて理事及び監事を推薦します。この場合の定数は理事二十一名、監事二名となります。

役員候補は年齢制限もありまして、六十五歳までの定年延長を意識し、立候補時六十四歳未満の者、ただし会長候補は七十歳未満の者としています。

平成二十五年度の役員改選は左記の日程で進める予定でおります。

・選挙管理委員任命
　一月十七日(木)
・公示　三月二十五日(月)
・立候補締切
　四月　八日(月)
・投票　五月十五日(水)
　～二十二日(水)
・総会での選任
　五月二十九日(水)
・理事会での三役選任
　五月二十九日(水)

今期の高橋会長をはじめとして、役員の方々は、公益社団法人になるにあたっての様々な問題の議論、会が会員のため今後とも永続性があるものとして発展していける人事基盤のルールづくりの礎（いしずえ）を築いたと自負しているものと思います。その思いも会員減少傾向に歯止めをかけなければ、意義が薄れてしまいます。

会員の皆様どうかよろしくお願いいたします。

わたくし事になりますが、この三月いっぱいで栄養士会を離れますが、皆様にこの四年間大変お世話になりました。ありがとうございました。今後とも、会のますますの発展をご祈念申し上げます。（文責　大籠　広幸）

特定保健指導活動状況

平成二十年四月一日から、特定健診・保健指導の実施が医療保険者に義務づけられました。

新事業として『特定保健指導』がスタートできたのは、栄養士会が受託機関として登録し、事務局としての役割を担って下さったからです。

県内を四ブロックに分け、リーダーを置きスタートしました。協力員は、栄養士会の研修会を受講終了者で、ボランティア登録をした会員。受講修了者数の割には、実際に活動できる人数は少なく、我が県西地区は三人のみで、不安な始動でした。

現在、**『茨城県メディカルセンター』『公立学校共済組合』『テンプスタッフライフサポート』『現代けんこう出版』『船員保険健康管理センター』**の支援に関わっています。初回面談のみの他に、六か月間の継続支援を行うプログラムもあります。「マニュアル」に基づく支援は無論、委託機関の規定を厳守して実施しています。

ロールプレイング中、講師が「指導」と「支援」の違いを、何度も力説されたことを思い出しました。これからも、対象者が、**気づき・やる気・元気**を出してくれるような「支援」を心がけていきたいと思います。

（文責　中山　こう子）

会員増対策

私たちの会は、食と健康の専門職として県民の健康増進や疾病の予防・改善を目指して県内各地において様々な活動を展開しています。そして、本会は皆様からの会費（五千五百円）で運営されています。栄養士会に新入会される方もおりますが、栄養士職を退くと同時に会費未納となる会員も増えており、会員数は、ここ数年減少傾向です。（二十四年度末の状況は、前年と比べて二十三名減です。）

公益社団法人となり、様々な事業を進める上で、会員減は会の運営を厳しくするものです。今後も、専門職としての技術向上に向けた研修を充実させていくためにも、管理栄養士・栄養士免許を持っているすべての方の入会をお願いします。多くの職場で一人職として働く仲間が集まった栄養士会に所属し、地位向上や業務の質の向上に努めましょう。そして、会館維持費にあてられている栄養会館運営拠出金（四万円）を、まだ完納されていない方はなるべく早めに納入してください。

また、二十四年度よりカード化された会員証は五年間有効ですが、会費納入を忘れると失効になりますので、ご注意ください。

（文責　山﨑　富江）

事務局だより

会員の皆様には、日頃からご協力を頂き感謝申し上げます。

さて、平成二十五年度の会費及び栄養会館運営拠出金の納入時期となりました。お早めに納入くださいますようご協力をお願いいたします。

また、昨年度発行された会員証は、五年間有効です。紛失されないようご注意ください。

なお、ご自宅の住所や勤務先、氏名等が変更になった場合には、文書を迅速にお届けするためにも、速やかにファックス又は郵送で事務局宛ご連絡ください。

（文責　高津戸　みち子）

編集後記

暖かい日差しが心地よく感じられる季節となりました。二十五年度は茨城キリスト教大学において「第十二回茨城県栄養健康改善学会」が開催されます。食に関する研究や成果などを通して、知識や理解を深める良いチャンスです。ぜひ、皆様の多数の参加をお待ちしています。

また、公益社団法人となり間もなく一年が経とうとしていますが、高橋会長のもと、一致団結し、より良い栄養士会をめざしています。今後ともより一層のご支援とご協力をお願いいたします。（文責　國井　のり子）