

# 栄養茨城 FLASH No.13

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 政安 静子



平成二十六年度は、県民に向けた食習慣・栄養指導を中心に活動しました。厚生労働省「栄養ケア活動支援整備事業補助金」を受け、主に二つの事業を展開しました。医療機関(クリニック)と、地域包括支援センターとの連携事業を茨城県医師会と東海村のご支援ご協力をいただき実施しました。まず、適切な食習慣・栄養指導ができる栄養士・管理栄養士を育成するための指導者研修を実施し、協力機関のニーズ調査等を行い、抽出された対象者に指導しました。指導者研修は、日本人の食事摂取基準二〇一五年に示されている食事アセスメントを実施し、栄養ケア計画(指導計画)を立て、個々に合った具体的な指

導を実践するために、食事アセスメントの結果を読み込む技術を講義・演習で習得する方法を取りました。この食事アセスメント技術こそ栄養士・管理栄養士が専門とする技術であり、他職種にできない栄養管理です。すべての栄養士・管理栄養士が適切な食事アセスメントを習得し、個々人の食習慣を把握した指導ができれば、県民の生活習慣病、高齢者の栄養の課題解決ができ、医療費や介護費の漸減につながります。さらに、これからの活動推進には、県民の健康を守るためにどの栄養素にポイントを置くかを示すことも必要です。二〇一一年九月生活習慣病に関する国際連合学識者会議で「生活習慣病のために世界が行うべき五つのアクション」が決められ、一位は「タバコ」、二位は「食塩」、三位「肥満」と発表されました。東京大学の佐々木敏教授が実施した蓄尿による全国調査では、茨城県民の食塩摂取量が高く、

カリウムの摂取量が少ないという結果が発表されました。茨城県民の健康づくりのための指導ポイントは、「節塩」「カリウム増」「適切な体重維持」です。今後は、その基盤となる栄養素の情報と食事アセスメントに関する知識・技術向上を図るための研修会を企画し、県民に喜ばれる食習慣・指導を展開したいと考えています。「栄養ケア活動支援整備事業」報告を一読いただき、一人でも多くの会員が県民の健康づくりを担うという役割を共有できることを願っております。

## 連盟に 加入しましょー

連盟活動は、政治活動を目的に各種事業を展開してきました。政治活動には、議員へと行政機関への働きかけがあります。議員には、会の要望を表現させて頂くために候補者の推薦と選挙の投票協力をする事です。従来、選挙活動は応援する立候補者を会員が電話等で投票依頼をすることが主体でした。ところがIT社会においては、電話活動はなくなり、手法として候補者の主張を会員が理解できるように「囲む会」「励ます会」を開催したり、街頭演説や出陣式に参加し投票依頼をしています。

これらの事業が会員同士の懇親を深め、結束力を培い「行動出来る連盟・力になれる連盟」になりたいと考えています。それには会員増が不可欠です。栄養士会員は全員連盟会員になり行動することが力になりますのでぜひ入会をお願いします。(文責 高橋 征子)



国会視察研修

行政機関へは、栄養士・管理栄養士の処遇改善や県民の健康づくり事業予算の確保(補助金)の働きかけです。栄養教諭の配置促進、行政栄養士の管理職登用や上級試験への格上げ、栄養士会事務所の建設補助金等を依頼して頂きました。要望はすべて実現しています。自分たちの考えや行動を伝えることよって栄養士・管理栄養士の社会的評価を上げていくことが出来ます。平成二十六年度は特に会員の理解を得るために国会議事堂等視察研修や県議会傍聴会を開催したところ貸切バス一台分の参加者を得ることができました。平成二十七年でも視察研修を開催しますのでぜひ御参加下さい。

— 主な内容 —

会長あいさつ	P1
表敬訪問	P2
(東海村村長)	
受賞おめでとう	P4
みんなの食育アカデミー事業	P5
栄養ケア活動支援整備事業	P6
生涯教育研修	P7
会員増対策・役員改選等	P8

今回は、栄養ケア活動支援整備事業の地域包括支援センターとの連携でご協力下さっている東海村の山田修村長様を訪問させて頂く事ができました。

村政の福祉・健康の分野で、特に「健康づくり」に力を入れていきたいと考えていらっしゃる村長様の日頃の健康管理、趣味などの話題を楽しくお聞ききする中で栄養士会員に力強いエールを頂きました。

(司会 大賀智子 広報部長)

### きつかけは東日本大震災

司会：本日はお忙しいところお時間をとっていただきありがとうございます。村長さんご自身の食生活や健康管理などをお聞きしながら栄養士会にもご指導いただければと思っておりますので、よろしく願いました。

会長：村長さんになろうと思っ

たきつかけは？

村長：出馬会見のときにも申し上げましたが、東日本大震災をこの東海村で経験した事が大きなことですね。当時は、東海村副村長でしたが、インフラの復旧や給水活動の責任者として現場の指揮をとっていました。そこで住民を守るといふ公務員としての原点を感じ、市町村行政に携わりたいと思いました。あの震災に携わっていただければ、市町村職員にこだわったかどうかはわかりません。



# 東海村長



### カレーライスの思い出

司会：村長さんの幼いころの思い出、どんなお子さんだったかを教えてください。

村長：ごく普通の子供でしたよ。

私は農家で育てているので、近所の友達と田んぼで野球をして田んぼを駆け回っていました。ただ、食事については、お袋の料理が、すごく甘かったというのは覚えていてます。

司会：甘いついていうのは？

村長：砂糖をたくさん使っていましたね。

村長：学校給食の思い出ですが、「学校で出たカレーライスが「辛かった」と言っていて、友達に笑われたことがあります。たぶん、お袋の作ったカレーライスには相当砂糖が入っていたと思います。(笑)

一同：ええ？！(笑)

村長：そのカレーが、普通だと思っていたんですよ。それだけ、家庭での味付けというのは、大きな影響があるものなのです。私は結婚して、女房に薄味に変えられましたからね。(笑)

### 野菜を摂りましょう！

塚田：食生活で何か気をつけていることはありますか。

村長：栄養士の皆さんの前で申し訳ありませんが、あまりないですね。女房にはいつも注意されているのですが、野菜を摂ることができていません。自分でもそれは自覚しています。私は現在、東海村に単身赴任しています。女房が時間のある時に来ておかずを作っておいてくれるのですが、時には自分でも料理を作ります。生姜焼きなど簡単なものですが、それにキャベツの千切りを添えるということまでは、なかなかしないですね。意識的に野菜を摂らなければと思っています。

会長：茨城県は野菜生産量が全国で二位ですが、野菜の摂取量は少ないですね。村長さんにもぜひ、野菜を食べるよう食生活を改善していただきたいですね。



### 健康管理・ストレス解消

司会：お食事のほかに何か気をつけていることはありますか。

村長：健康管理というところで、運動はやっています。中学の時は野球で、高校・大学の時は、バレーボールをやっていました。球技は好きですね。ただ、村長になつてからは、スポーツをする時間が取りにくいので、仲間を募つてするスポーツはできません。走ることは、ひとりでもできますので時間ができた時には走っています。趣味にもなっています。

会長：勝田マラソンに出場したというのですが、いつ頃から出ていらっしゃるのですか。

村長：三年前に十キロに出場したのが最初です。今回初めてフルマラソンに出場しました。

村長：走ることは、健康づくりのためでもあります。ストレス発散にもなっています。やはり、村長という立場上、決断を迫られることも多いので、ストレスは多いですね。今は走ることでかなり気分転換ができています。

局長：走ることが、ストレス解消になつていくのですか。

村長：ほかに、なるべく本を読むようにしています。なかなか時間がありませんが、移動の車の中で読んだりして、リセットしています。また、本を読むことによって違ったアイデアが浮かんだりもしますね。

会長：村長さんのお仕事もリセットが上手ではないと大変でしょうね。村の発展ばかり考えていたら、ストレスが過重になりますものね。

### 「ふれあいトーク」

司会：東海村では、村長さんとの一対一の「ふれあいトーク」という対話イベントをされているそうですね。

局長：若い人の意見を直接聞くついでに、何かありますか？

村長：そうですね。村民参加のまちづくりを推進しようということから始めました。買い物ついでにちょっと立ち寄ってもら

# 表敬訪問

## 山田 修

えればいいのかなと思ひ、場所もイオンに設定しましたが、なかなか皆さん来ていただけません。そんなに気楽には行けないというのです。

会長：今まで、村長さんは、固い存在というイメージがあるからでしょうね。

村長：ですから、地域のお祭りとかには時間をとって参加するようにしています。住民の方からのお話も聞けるので。やはり、住民の方とのコミュニケーションをとることも大事なことだと思っています。

### 村民の健康づくり

会長：東海村は、高血圧の方が多いと聞きましたが、そのこと

については今後どのような取り組みをしたいと考えていますか？

村長：今は、保険年金課に健康増進室（保健センター）で健康に関する業務をしています。この四月から組織改編でこの健康増進室を健康増進課に格上げし、健康づくりの力を入れていきたいと思っています。村民の方が自発的に実践できるように健康づくりの政策を打ち出していく必要があります。平成二十八年度に向けて予算化をしたいと考えています。高血圧からくる脳疾患により介護状態になることもあるでしょうから、できるだけ介護のお世話にならないような健康づくりをしていくためには、食生活や運動についてきちんと自覚してもらい、個々が普段の生活で実践してもらおうように誘導しないと行けないと考えています。

会長：食塩に気をつけなければいけないのは、若い世代です。年齢とともに誰もが徐々に血圧は上がっていきますが、その上がり具合が、食塩を摂取する量に気をつけた人と気をつけない人では、違います。そうなる子どもへの食育も大事なのかと考えます。また、子どもの食事を作るのは、お母さんですから親の教育も大事なのかと思います。親と子どもと両方合わせて教育をしないと極端な効果は出ないのではないかと考えています。

村長：そうですね。

会長：沖繩県では、既に小学生対象にモデル的に事業が始まっ

ています。

会長：今回、栄養士会と地域包括支援センターとの連携により在宅での栄養ケアを実施するに当たり、村長さんにお話をしましたときに、「これはやつてみよう」とすぐに思われましたか？

村長：やはり、今の時代に必要なことだし、何か、新しいことをやらなくては行けないと思つていましたから。東海村はいろいろな行政サービスが充実しているといわれていますが、給付型が多いと思います。



からはほとんどやつていく必要があると思つています。また、東海村は、人口規模もモデル事業をやるのにちょうどよい規模だと思ひますし、財源的にも恵まれているので、他の市町村に先立って新たな事業をやることは可能かと思つています。

会長：私たちもそういうお手伝いが少しでもできればありがたいです。

村長：そうですね、専門家集団の皆さんのような団体に、アイデアも含めてサポートしてもらえれば、より効率的に事業が進むと思ひますね。

塚田：今回、地域包括支援センターの方のお手伝いをさせていただいて、対象者の方も、食事についていろいろ聞きたいことがあるように感じました。

村長：そうですね。やはり意識は高いと思ひます。通常現場職員だけでは、マンパワー的に足りないところがあるので、団体の皆様方に、そういうところをサポートしてもらえれば、多くの村民にアプローチができると思ひます。

会長：東海村でモデル的にやることによって茨城県全体の市町村に影響を与えて、県民全体の健康度が上がればと思つています。いきなり県全体なんて無理ですから。

村長：そうですね。

会長：だから、まずモデル的にやつて、地域住民に関わることも大事だという考えを、専門職の集団も持つ必要があると思ひ

ます。

村長：そうですね。

会長：今回、モデル事業をさせていただき、私たちも大変感謝しております。

局長：また来年度、引き続きお手伝いができたらと思ひます。

### 栄養士にエール

塚田：最後に、管理栄養士・栄養士にエールをお願いします。

村長：私自身も栄養士のイベント等に参加して、一緒に盛り上げていきたいと思ひますので、声をかけていただければと思ひます。応援しています。

一同：ありがとうございます。

(文責 高津戸 みち子)

EDO-SAKURA  
Filia  
IF collection  
掛けふとん・合掛けふとん・肌掛けふとんは  
ゴアふとん  
東洋羽毛北関東販売株式会社  
茨城営業所 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、平成二十六年度に表彰された方々をお知らせします。(敬称略)

## 叙勲・大臣賞・知事賞・保健福祉部長賞

叙勲旭日双光章受章者



前(公社) 茨城県栄養士会会長  
高橋 征子

栄養関係功労者  
厚生労働大臣表彰受賞者



志村大宮病院  
猿田 秀子

栄養関係功労者  
学校給食文部科学大臣  
表彰受賞者

(団体)  
つくばみらい市立小張小学校  
大洗町立夏海小学校

茨城県知事感謝状受賞者

・第三回定時総会  
地域活動(那珂市)

池野 祥子

・県民健康づくり表彰式  
水戸赤十字病院

岡 純子

ホスピタル坂東

大久保 佳子

茨城県保健福祉部長  
感謝状受賞者

・第三回定時総会  
地域活動(つくば市)

内藤 智子

・県民健康づくり表彰式  
地域活動(那珂市)

福地 久美子

地域活動(潮来市)

杉山 美智子

住吉クリニック病院

前田 昭子

## 旭日双光章を 受章して

高橋 征子

このたび、栄養士の推薦を頂き叙勲旭日双光章を頂くことが出来ました。ありがとうございます。

茨城県栄養士会の会長として会員の皆様の期待に沿うことができただろうかを考えますと自信がありませんが、自分なりに振り返りますと社会の流れに流されないように必死で栄養士・管理栄養士の仲間と頑張ってきたような気がします。

そして、その仲間との出会いが私の人生の財産になっている

ように思います。何時誰に出会っても楽しく話題に花を咲かせることができます。特に食の話題は幅広く地産地消から世界の食に至までつきることがありません。

若い頃の食から現在の食に至るまでには、指導者としての反省や謝罪も沢山あります。

しかし、時代の変遷として捉えればこれも懐かしい思い出となっています。

こんなことを書きますと人によつては、年寄の戯言と受け止める方がいると思いますが、大切なことは仕事は一人では出来ないということです。会員や役員、事務局職員等多くの方々がサポーターとして協力下さったので無事業務ができました。

家族や職場・地域社会等々で多くのサポーターを作ることが仕事の成功に繋がることを学びました。

特に栄養業務は、献立を作成する人、調理する人、食べる人、食べさせる人等々全部担当者が違います。

仕事は他人が評価し、認めてくれるのも他人です。

このことをしっかりと自覚しながら、それぞれの立場を考慮のうえ指導者として研鑽に励み、栄養士・管理栄養士職の向上に尽力して欲しいと思います。

先輩として大変おがましいことですが、今回の受賞を多くの後輩の受賞につなげたいと思っていますので、皆様のますますのご精進を希望致します。

## 第13回茨城県栄養健康改善学会 発表者紹介

### 口演発表

#### 【公衆栄養・健康増進】

「食育に関する意識調査」から見る食育推進施策への一考察  
食生活改善推進員の研修会参加による活動意識と活動量の変化～続報～  
地域診断に基づく健康施策の取組み  
「みんなの食育アカデミー」事業の取組み  
「企業コロナによる健康イベントの開催について」  
～ヤクルト本社様との社員食堂健康イベントの取り組み紹介～  
「自立神経の乱れ」が身体、QOLそして気分の変化に及ぼす影響

助川 憲子  
須崎 恵子  
壹岐 千夏  
砂押 愛子  
武石 愛子  
島村 晃江

#### 【臨床栄養】

NSTにおける栄養・歯科連携  
1型糖尿病患者へカーボカウント導入とその後  
From-J戦略研究で使用した生活食事指導マニュアルの有用性について  
放射線治療中の下咽頭癌患者における栄養管理

日向寺 真紀  
森山 理恵  
鈴木 薫子  
平松 富都志

#### 【給食・食事管理】

すこやかな心と体を育むための食育の在り方  
～笠間市学校給食会の取組を中心とした、学校・家庭との連携～  
児童生徒の身体的特徴から適切な食事を求める  
～特別支援学校の給食をとおして～  
病院給食の調理現場におけるATPふき取り検査を活用した衛生教育効果について  
ユニットケアの栄養管理

井上 幹枝  
金子 絵美  
中畠 晋  
瀬谷 洋子

#### 【食生活・食環境】

望ましい食習慣を身に付け、実践できる児童の育成  
～特別活動等での「朝ごはん」についての指導を通して～  
地域の食材を生かした実践的活動を取り入れた授業の工夫について  
調理済み食品からのグルコース遊離に関するインビトロ評価法の検討

飯田 晶子  
小野瀬 尋子  
目黒 周作

### 示説発表

#### 【公衆栄養・健康増進】

地域住民に向けた健康教育企画の検討

山田 さほり

#### 【給食・食事管理】

病院食における減塩推進活動について  
～リーフレット配布をとおして～  
軟飯についての試み

加古 千菜都  
舟生 麻美

#### 【臨床栄養】

当院の褥瘡患者の栄養摂取状況と今後の課題

中島 春香

#### 【食生活・食環境】

東海村子ども減塩プロジェクト  
～素材のおいしさを味わえる子どもに育てよう～  
昭和20～30年代茨城県石岡地域の食生活研究  
在学中における食意識および食行動とその変化

高野 佑子  
荒田 玲子  
大貫 和恵

#### 【食品調理】

外国人向け和食料理教室「作ってみよう和食」の展開

浅津 竜子

# みんなの食育アカデミー事業

茨城県栄養士会は管理栄養士・栄養士による「みんなの食育アカデミー」という食育教室を開催いたしました。担当した管理栄養士・栄養士は平成二十六年六月に研修会に参加した四十四名中二十一名です。

大塚製菓と協賛で、大塚製菓から資料やお土産などの提供をしていただきました。

また、茨城産業保健総合支援センターではホームページに掲載していただき、それを見た企業健康セミナーの一環として教

内容は、「食事があなたの未来を変える」一平均寿命と健康寿命  
二栄養バランスの基本  
三栄養バランスの応用  
四大豆についての四つの構成からなっています  
対象は成人男女で、研修会に参加した人達が所属している職場、保護者会、婦人会、各種サークルなどに開催をよびかけていただきました。



室が開催されました。開催件数は四十一件、その内訳は、食生活改善推進員連絡協議会が十三件、企業が九件、地域コミュニティ関係が七件、幼稚園や保育園に通園している幼児の保護者が六件、市町村の健康教室が三件、小学校の保護者及び児童が二件、病院の医療関係者が一件となっております。

この事業は平成二十七年度も開催します。講師になるためには研修会に参加していただかなければなりません。その研修会も予定していますので、ぜひご参加ください。

身近な人達へ、健康的な食事についての話をする教室「食育アカデミー」の開催にぜひご協力ください。  
(文責 江原 みゆき)

## みんなの食育アカデミー実施状況 ②

【実施団体】 日立市金沢学区コミュニティ推進会  
(ボランティアふれあい活動部)

【実施日】 平成26年10月17日

【参加者の声】 参加者28名 (40~70代男女)

- 一粒はとても小さな大豆に大きな働きと栄養があると知り驚いた。
- 豆腐や納豆だけでなく大豆そのものをもっと料理に利用したい。
- 野菜は食べているもりだったが全く足りていないことが分かった。毎食食べるようにしたい。
- 自分の健康のためなので食事に気を付けたい。

【管理栄養士の感想】

参加された方が非常に熱心で、食に対する意識の高さを感じました。男性にも「分かりやすかった」と喜ばれタイトルどおり『みんな』のための食育となりました。今回は団体の要望で簡単な大豆料理をいくつか紹介しました。試食も用意されていて大豆をより身近に感じてもらえたと思います。

(文責 太田 由香)

## みんなの食育アカデミー実施状況 ①

【実施団体】 二宮児童館母親クラブ

【実施日】 平成27年1月30日

【参加者の声】

- 大豆を積極的に取り入れたい。(40代 女性)
- とても分かりやすい説明とスライドでした。(30代 女性)
- 動物性たんぱく質と植物性たんぱく質を1:1で摂取するのがいいということが印象に残りました。(30代女性 他4名)
- 子供に大豆を食べさせようと思います。(30代女性)

【管理栄養士の感想】

今回の食育アカデミーの対象者は3歳前後の子供とその母親40名程でした。紙芝居形式で行い、スライドの中のクイズに親子で参加してもらいました。そして大豆を使ったおやつを三品作り、みんなで食べました。スライドを見て、大豆の大切さを理解した上で、親子で料理したことが良かったです。子供が「大豆～」という笑顔で食べている姿は微笑ましかったです。

(文責 角野 智子)

## 賛助会員活躍一覽

◎商品展示	総会	28社
	栄養健康改善学会	11社
	給食施設調理従事者研修会	2社
	茨城栄養学術講習会	4社
◎ランチョンセミナー		1社
◎新春懇談会	参加	26社
	商品協力	43社
◎広告バナー		6社
◎広告掲載	総会資料	5社
	栄養茨城 (フラッシュ)	3社

**Yakult**

ヤクルト 400

ヤクルト 400LT

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**

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

# 栄養ケア活動支援整備事業

「健康への道 つながる栄養ケア・ステーション」の取り組み

## 事業内容

茨城県の高齢化率は二十五パーセントを超え高齢化が急速に進んでいます。将来、在宅療養者・居宅要介護者が増加し、高齢者等に対する栄養ケアサービスの需要も増大することが予想されています。

この様な状況の中で、栄養ケアを必要とする方への支援体制を整備することが急務となっています。そこで、厚生労働省が実施している「平成二十六年栄養ケア活動支援整備事業（国庫補助事業）」の公募に手を挙げ、栄養ケア・ステーションの本格的な構築をスタートさせました。

四月に計画書を提出し、五月に厚生労働省でヒアリングを受けました。その結果、事業の採択を受け、六百五十万円の内示をいただきました。

事業内容はワーキング毎に五つの柱を立てました。①総務ワーキングによる栄養ケアにおけるニーズ調査は、クリニックと市町村地域包括支援センターを対象に実施しました。②組織ワーキングによる栄養ケア・ステーションの広報と今後の体制整備では、未就業の潜在管理栄養士等の発掘登録を勧めました。③研修ワーキングでは、管理栄養士のスキルアップを図るために食事アセスメントを中心とした研修会を企画し実施しました。④事業ワーキングでは、クリニックと連携した栄養ケア、地域包括支援センターと連携した栄養改善、通所事業所と連携した栄養改善をモデル事業として取り組みました。⑤資料ワーキングでは栄養指導に活用するレシピ集（電子レンジ専用調理容器を使った料理）の作成を行いました。

特に今回、県医師会及び東海村のご協力により取り組んだ栄養ケア活動を来年度も継続して更に広げていく計画です。

「健康への道 つながる栄養ケア・ステーション」の構築はスタートしたばかりです。県民の健康のためにも会員の皆様方と力を合わせて発展させていきましよう。(文責 綿引 久子)

## 総務

総務ワーキングでは、本事業の実施にあたり、医療機関と地域包括支援センターに「栄養ケアに関するニーズ調査」を行いました。質問票に回答をいただいたのが、医療機関では四百二十八施設（回収率約三割強）、地域包括支援センターは五十三施設（回収率約九割）でした。御協力いただきました施設の方々には、紙面を借りて御礼申し上げます。調査の集計結果から、医療機関では、管理栄養士配置施設は一割強で、診療の中で管理栄養士による栄養指導の必要性を感じているのは約六割ということが分かりました。地域包括支援センターでは、管理栄養士配置施設は二施設のみで、栄養改善に取り組んでいるのは二十八施設（約五割）、業務の中で管理栄養士による栄養改善の必要性を感じているのが四十二施設（約八割）でした。

（調査結果の詳細については、事業報告書をご覧ください。）今回の調査で、管理栄養士による栄養指導の需要が多いことがわかりました。同時に、管理栄養士に望む資質として「対象者の生活環境や理解力に合わせた指導」が高率となっており、専門のスキルに加えてそうした資質も高め、ニーズに対応した栄養ケアを推進して行く必要性を感じました。(文責 須能恵子)

## 各ワーキンググループの事業実施状況

### 組織

組織ワーキングでは、栄養ケア・ステーションで活動できる管理栄養士・栄養士の登録に関する業務を行いました。

栄養士会の会員のみでなく、管理栄養士等の資格を有しながら結婚や子育てで仕事を辞められた方にもこの事業に参加していただくよう考え、次の三通りの募集ルートでアプローチしました。

第一は、会員の中で活動に参加する意思のある管理栄養士等を募集し登録者名簿に登録しました。第二は、管理栄養士養成大学

## 研修

研修ワーキングでは、在宅の栄養ケアを行う

管理栄養士が効果的な栄養指導を行うためのスキルアップ研修を計画しました。最初に、東京大学大学院教授佐々木敏先生によるBDHQ(簡易的自記式食事歴法質問票)を用いた食事アセスメントと食習慣指導の理論と技術について、基礎編と疾患編Ⅰ(高血圧症・脂質異常症)、疾患編Ⅱ(糖尿病・慢性腎臓病)に分けて三日間の講義を行いました。次に講義の内容に基づいたロールプレイ形式による演習を三日間行いました。続いて講義・演習計六回の修了者二十九名を六班に編成し、実際にクリニック、地域包括支援センターから栄養指導の依頼のあった対象者に対してBDHQを実施し、その結果について事例検討を行いました。また、実践的な調理方法も提案ができるように手軽で美味しく安全に調理ができる電子レンジ専用調理機器(ページ・シェフ)を使用した料理講習会を五戸友子先生のご指導のもと開催しました。BDHQから読み取れる食習慣を基に展開されるディスプレイは、スキルアップ研修として有効であると感じました。(文責 岡 純子)

約六割ということが分かりました。地域包括支援センターでは、管理栄養士配置施設は二施設のみで、栄養改善に取り組んでいるのは二十八施設（約五割）、業務の中で管理栄養士による栄養改善の必要性を感じているのが四十二施設（約八割）でした。今回の調査で、管理栄養士による栄養指導の需要が多いことがわかりました。同時に、管理栄養士に望む資質として「対象者の生活環境や理解力に合わせた指導」が高率となっており、専門のスキルに加えてそうした資質も高め、ニーズに対応した栄養ケアを推進して行く必要性を感じました。(文責 須能恵子)



### 事業

事業ワーキング事業の内容は、栄養ケアにおけるニーズ調査で実施対象となった医療機関等において、事業ワーキンググループが中心となり事業計画をし、栄養ケア・モデル事業の実施及び評価を行いました。

そして、栄養ケア・モデル事業の栄養指導は、人材確保で栄養ケアステーションに人材登録した活動意欲のある管理栄養士等が行いました。同じ知識を持って栄養指導が実践出来るように、スキルアップ研修会の全日程に参加した人材登録管理栄養士が事業に取り組みました。

具体的には、「診療所と連携

### 資料

資料ワーキングは、栄養指導の考案及びレシピ集の作成を計画実施しています。メンバーは七名で構成されており、八月より作業を開始しました。

高齢者が火を扱うことなく安全に調理ができる電子レンジ料理専用容器「ベジシェフ」を使用し、「身近にある食材で簡単に調理できる料理」をテーマに考案をはじめました。

ベジシェフ調理は食材の旨味や栄養を保ちやすく、色合いも失われにくく仕上げることができ余分な油の摂取も抑えることができます。また、一回の調理で一〇〇〜二〇〇グラムの野菜調理が可能です。容器も軽く安

した栄養ケア」十二ヶ所「地域包括支援センターと連携した在宅での栄養ケア」一ヶ所、「介護保険の通所事業と連携した栄養ケア」四ヶ所で実践しました。栄養指導の方法は、食事アセスメントの結果から、対象者に一番に指導すべきポイントを決めます。二回の栄養指導を実施し、改善して欲しい食習慣について食品のとり方のわかる補助カード等を使用し、管理栄養士が提案した事に取り組んでもらいます。最後に、対象者の食習慣が改善できたかを評価し、栄養ケアが高齢者等の健康増進を図れる事を報告できればと考えています。(文責 大賀 智子)

価で利用しやすいです。

十月に実施したベジシェフ基本調理と応用のスキルアップ研修に参加し、ベジシェフ調理の特徴を理解し、考案料理をメンバー及び受講者に提案していただきました。結果、五十を超える考案料理の中から主食・主菜・副菜・デザート料理二十七品を選択し、十二月に試作・試食、一月にレシピ集掲載用の写真撮影まで完了しました。

今後はレシピ集編集及び事業報告の纏めに向けて最後の追い込み作業をするところです。

使用される方にとって、よいレシピ集となる様、メンバー全員総力を結集して頑張ります。(文責 山口 雅子)

### 生涯教育研修①

## 「日本人の食事摂取基準二〇一五年版」

日本人の食事摂取基準二〇一五年版が発表され、生涯教育研修会として今回の基準の策定検討会の構成員でワーキンググループの座長でもいらつしやる東京大学大学院教授の佐々木敏先生にご講義いただきました。

今回の基準策定において、新しくなった次の二点が活用の際には注意を要するとのお話がありました。一つ目はエネルギーの摂取量及び消費量のバランス(エネルギー収支バランス)の維持を示す指標としてBMIを採用していること、二つ目は二〇一〇年版までは健康の維持・

増進、発症予防までを対象としていたところを発症者の重症化予防にまで範囲を広げたことです。また、実践の理論モデルとして用いられているPDCACサイクル(Plan-do-check-act cycle)の利用が勧められています。対象者や対象集団の課題や特徴を考慮し、必要に応じて修正や変更をするべきであり、そのための食事評価が必要不可欠です。食事評価は食事摂取状況のアセスメントとそれをもとに適正な食事摂取状況を評価することにあります。このアセスメントを継続的に実施し、エネルギー

収支バランスの指標であるBMIも参考にしながら対象者や対象集団にとって好ましい食事摂取計画の策定・実施がなされることを求められています。それから、食事アセスメントによって得られるエネルギー摂取量は過小申告される傾向があることや、用いる食事アセスメント法には習慣的な摂取量が得られることや妥当性がある程度明らかにされているものを使うべき、といったことについてもデータを提示しながらご説明頂きました。他職種、地域等との連携が必要となっている今、日進月歩の確かな科学的理論に基づいた情報を得ながら職務に就くことの大切さを実感しました。(文責 川田 嘉代子)

### 生涯教育研修②

## 「災害時緊急対策」について

東日本大震災という未曾有の災害が起きてから、早くも三年以上の時間が過ぎました。改めて大災害時に栄養士としてどう対応すれば良いか「災害時緊急対策」について生涯教育研修会が、平成二十六年十一月九日(日)茨城県立健康プラザにおいて開催されました。講師には入所定員(短期入所含め)百十名の施設に、利用者・職員の他に九百名近くの避難者を受け入れ、約千百名もの方の食事の対応をした若手県陸前高田市の特別養護老人ホーム高寿園管理栄養士の菅原由紀枝先生をお願い

しました。高寿園の防災計画では百五十人分三日間の食糧備蓄を確保されていましたが、予測できない多くの避難者へ対応するために震災当日から目標をたて、スタッフと密に連携を図り、「全員が安全に食べる事ができる命をつなぐ食事」を実践しこの危機を乗り越えられました。多くの参考になるお話の中で、「普段やってないことは緊急時に出来ない」という事、研修会参加の自己研鑽が仕事の自信につながった事、人とのつながりが大切だという言葉が心に残りました。(文責 大賀 智子)

# 会員増対策 仲間を増やしましょう！

栄養士会は、管理栄養士・栄養士免許取得者による職能団体であり、私たちの地位・身分の向上と、公益社団法人として国民の健康寿命の延伸と福祉の向上を図るための社会活動の充実を目指しています。

本会会員数は、現在千五百五十六名ですが、年々減少傾向にあります。減少の理由は、様々ですが、県内で管理栄養士・栄養士として働くすべての方に会員となつていただけることを望んでいます。

本会入会のメリットとして、毎月、日本栄養士会より送付される「日本栄養士会雑誌」により最新の栄養情報や知識を得ることが出来ます。

また、生涯教育研修会へ参加することで、食の専門家として必要な高度な知識や技能を習得することが可能です。

万が一、業務上の過失により

## 新職員紹介

茨城県栄養士会事務局に、新しい事務局員の方が入れられました。お名前は、江原みゆき様です。仕事の内容は、①総会②給食施設調理従事者研修会③みんなの食育アカデミー④茨城県栄養健康改善学会⑤いばらき食育

損害を求められた場合に対応する損害賠償保険制度もあります。そして、仲間づくりの場としての働きも栄養士会にはあります。私たちは、職場で一人職として働く場合が多く見られます。一人で悩んだり、不安になつたりしたときに、地域の会員同士のネットワークが役立ちます。このように多くのメリットがある栄養士会ですので、皆さまの周りで未加入の方への勧誘をお願いいたします。

なお、継続会員の皆様には、平成二十七年年度栄養士会会費納入のお知らせが届きましたら、速やかに納入くださいますようお願いしております。

また、全会員にご協力いただいております「栄養会館運営拠出金(一人四万円)」は、栄養士会事務所の維持管理費等として使われています。一万円ずつ四年間での分割が可能となっております。

推進大会など多数事業に携わっております。

今後江原さんとして、どのように仕事をしていきたいかとお聞きしたところ、栄養士会として力を入れていく「栄養ケア活動支援整備事業」が軌道に乗れるようにしていきたいとのことでした。

今後のご活躍を期待したいと思います。(文責 大貫 めぐみ)

りますので、まだ、完納されていない方は、計画的に納入してくださいようお願いいたします。毎年、退職と同時に会費未納となる方もみられますが、私たちの資格は生涯有効です。栄養ケア・ステーション活動など、県民の健康づくりを充実させるためにも平成二十七年度も継続してまいりますようお願いいたします。(文責 山崎 富江)

## 役員改選

平成二十七年年度は、役員改選の年となり、左記の日程で進める予定であります。

- ・選挙管理委員任命 一月十四日(水)
- ・公示 三月二十六日(木)
- ・立候補者締切 四月八日(水)
- ・投票 五月十四日(木)
- ・総会での選任 二十日(水)
- ・理事会での三役選任 五月二十八日(木)
- ・五月二十八日(木)

会員の皆様のご理解とご協力をお願い致します。

(文責 高津戸 みち子)

## 事務局だより

### ●平成二十七年年度研修会予定

総会研修会五月二十八日、前厚生労働省健康局長矢島鉄也先生をお招きして「県民の健康寿命延伸に役立つ栄養士活動とは」という演題でご講演いただきます。また、新任栄養士研修会は七月、管理栄養士国家試験対策特別講座は十月及び十一月の祭日の三日間を予定しています。

詳細については、六月末頃に送付する研修会等のご案内をご覧ください。新人栄養士の方や管理栄養士国家試験を受験する方々への参加勧奨について、よろしくお願いいたします。皆様の参加をお待ちしています。

加をお待ちしています。

### ●みんなの食育アカデミー

今年度引き続き平成二十七年年度も実施することとなりました。講師として活躍したい方、食育講座を開催したい方は、栄養士会までご連絡ください。詳細についてご説明します。

### ●会員証

有効期間は五年間ですが、会費納入を忘れると失効になります。また、紛失されないようご注意ください。(再発行千円)

### ●変更届

迅速かつ正確に文書をお届けするために、ご自宅の住所や勤務先、氏名等が変更になった場合には、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

消費税率の引き上げ、大雨による土砂災害、御嶽山の噴火：二〇一四年度を振り返って皆様は何を思い浮かべますか。

世界で活躍するアスリート選手、三十二年続いたお昼の長寿番組の終わり、富岡製糸場の世界遺産登録、ノーベル物理学賞を受賞したのは三人の日本人。

目標を見失わず貫きとおす精神に感銘を受けた方も多はずです。

われわれも前進あるのみ！

二〇一五年度から使用する「日本人の食事摂取基準(二〇

一五年版)では、策定目的に生活習慣病の予防と重症化予防の概念が加わりました。

また、二〇二五年問題：十年後日本には超高齢化社会が到来します。高齢者を住み慣れた地域で包括的に支援していくために、在宅医療・介護など多職種連携が不可欠です。

管理栄養士・栄養士が専門的知識と技術をもって、必要とされる職種でありつづけるために、自己研鑽を積み、目標をもって活動しましょう。

会員の身近な情報紙として『フラッシュ』をご一読いただければ幸いです。

(文責 鈴木 薫子)

