

令和3年1月1日

# なかま

手もつなごう

第139号

発行所 岡山市中区古京町1-1-17  
公益社団法人岡山県栄養士会  
電話 086-273-6610  
FAX 086-273-6667

HPアドレス  
<http://okayama-eiyo.or.jp/>  
E-mail  
[jimu@okayama-eiyo.or.jp](mailto:jimu@okayama-eiyo.or.jp)  
編集 なかま  
編集委員会  
印刷 西尾総合印刷株式会社

## 離乳食講座



## 特産品を使用したレシピ提案



特産品の「こんにゃく」を使用した料理レシピを広報誌に掲載しています。

## 媒体を使用した食育



大きな魚の媒体を使って、栄養委員さんが子どもたちに魚の部位や栄養を伝えています。

## 地域に出向き講話



低栄養予防をテーマに地域の高齢者の方々に向けて講話



## 新年ご挨拶

(公社)岡山県栄養士会 会長 坂本八千代



新年あけましておめでとうございます。2021年辛丑が明けました。昨年は新型コロナ対応で慌ただしい一年でした。それまではたまに経験するオンライン会議でしたが、当たり前のようになり、Web会議、Web研修会が開催できる

ようになりました。岡山県栄養士会でも様々な機器を購入し、Zoomを活用し常任理事会、理事会、研修会など開催しています。

顔を合わせて話がしたいのは山々ですが、安全第一を優先しなければなりません。そこで残念なことは、研修会参加者がなかなか増えないことです。岡山県栄養士会は公益社団法人としての活動が求められています。公1の事業として栄養改善・健康づくり支援事業、更には公2の学術・技術の振興・向上のための事業を展開しています。栄養改善・健康づくりに必要な新しい知識を獲得して、必要とされる方に情報発信していかねばなりません。昨年の10月3日のハイブリットでの研修会では、会場30数名、Web参加で80名程度と会員の1割にも満たない参加者でした。新型コロナ感染リスクの高い危険な地域に出かけなくても、安全な自宅で研修を受けることができます。メリットとしてはWeb参加を申し込まれますと研修内容がホームページにアップされますので当日参加できなくても後日、学ぶことができます。2月13日開催します岡山県栄養改善学会ではWeb参加枠を広げますので、ぜひともご参加いただきますようお願い致します。

さて、昨年7月から始めました“みんな食堂”の紹介をいたします。新型コロナ感染予防で開始が4月から7月になりましたが、毎月第3金曜日に岡山市北区広瀬町にあります「博士の家」でCAPおかやまの方と一緒に開催しています。子ども食堂を毎月第2、第4金曜日に開催されているところに加わりました。話を繋いでいただいた会員の春名さんに感謝です。就学前の子供さんは無料、小学生100円、中学生以上300円で、一汁三菜の野菜いっぱいのお食事を提供しています。お米は子ども食堂に提供されたお米を炊いています。材料費を考慮しながら、メニューを工夫して食材を調達しています。庭がありますので、コツコツと土を耕し、野菜を作っています。夏はスティックセニョールやスナックエンドウ、更にはナスもたくさんできました。11月末までつや



つやのピーマンもできました。水菜、ネギも汁物などに彩を添えて

れています。特別にお子様メニューは作っていませんが、喜んで食べてくれています。7月の大豆とひじきの煮物、10月の菊の花の酢の物などお代わりと好評でした。ご高齢の方も一緒にソーシャルディスタンスを守りながらの会食ですが、喜んでくださっています。スペシャルメニューではありませんが、健康に配慮しつつ体にやさしいメニューを提供していきたいと思っています。

もう一つの大事なポイントですが、お二人の強力な助っ人が来てくださっています。京橋にあります清水内科の副院長の清水孝一先生、そして訪問看護ステーション連絡協議会の江田純子さんです。みんな食堂に来られる方みんなに声掛けをしてくださって、強い味方だどつくづくありがたく感謝しております。こうしたみんな食堂を岡山県内にもう少し展開できればと考えています。博士の家みんな食堂の支援や、ご自身の地域でのみんな食堂など情報発信に関心をお持ちの会員の皆様のご協力をお待ちしています。どうぞよろしくお願い致します。





## 新年のご挨拶 ～栄養分野の「点」～

(公社)岡山県栄養士会 副会長 光森 麻里

あけましておめでとうございます。昨年はコロナウイルス感染症に翻弄されました。この感染症により様々な被害に遭われた方々に心よりお見舞い申し上げます。

私は副会長を拝命し3年目です。何もできてはいませんが、一つ強く思い始めたことがあります。学校教育における食育は「栄養分野の点」だということです。栄養士会の先輩方、特に他の事業部の先輩の仕事を見せていただいたり、学校では受けられない研修を受けたりする中で、この全部を知らなければ「学校の食育に意味はない」と感じるようになりました。教育を正しく行えば、効果は想像を超えて正の方向に傾きます。逆もしかりです。

ここで、学校健康教育事業部の方々だけに呼びかけるのは大変恐縮ですが、岡山県栄養士会には様々な領域の選りすぐりの研修が計画されています。文部科学省や教

育センターが計画する研修だけでは、子どもたちの健康は、将来守り切れない気がします。昨年からWeb研修も多く、会場から遠い方でも気軽に研修を受けられます。行き来の時間が節約できるのは、市内に住んでいても魅力的です。

ぜひ、岡山県栄養士会のホームページを見ていただき、年に1つでもかまいません。学校にいただけでは受けられない研修を受けてみませんか？将来を担う子どもたちに役立つ情報が得られるはずです。学校の食育は、ただの点です。周りを知らなければ目の前の子どもたちが身につけなければならない能力を見誤ります。どうか、一緒に研鑽に励みましょう。

今年こそ、学校健康教育事業部の方の多くの研修会参加をお待ちしております。



## 令和3年の抱負

(公社)岡山県栄養士会 副会長 下山英々子

明けましておめでとうございます。昨年は新型コロナウイルス感染対策のために会員の皆様の生活に大きな変化が起こり、研修会や学会が次々と中止になりました。岡山県では新しい試みとして9月よりWebによる会議や研修会を開催したところ、毎回参加者も多く、これも皆様方のご理解とご協力の賜物と存じます。今年はこちらをもっと進めて、未入会の管理栄養士・栄養士や他県の栄養士会会員が参加していただけるように内容を考えて参りたいです。

栄養ケア・ステーションは栄養ケアを提供する地域密

着型の拠点です。日々の栄養相談、特定保健指導、地域ケア個別会議への参加、後期高齢者低栄養予防保健指導、みんな食堂、健康・スポーツ栄養プロジェクトチームの活動など食と栄養に関する幅広いサービスを展開しています。

「この地域には管理栄養士・栄養士の専門職集団がここにいます」と存在をアピールでき、社会的信用を高めることが今年の私の大きな目標です。坂本会長を補佐し、さらに魅力ある岡山県栄養士会になるように努めますので、引き続きよろしく願いいたします。



## 2021年に向けて

(公社)岡山県栄養士会 副会長 森光 大

あけましておめでとうございます。本年もよろしくお願いたします。さて、昨年はこちらのご挨拶にて、今年の私の目標は、実家に母が一人になったので、近所の人たちを集めて食事会をすることです。高齢者の孤食が問題になっています。私の母も、「一人での食事はなかなか食べられない。みんなと一緒に食べられる。」と言っています。月に1回からやってみようと思っています。と宣言し、早速1月に開催して近所の方々から大変喜ばれました。しかし、その後新型コロナウイルス感染の拡大が止まらず、再開できていません。

2020年は新型コロナウイルスに始まり、新型コロナウイルスに終わって、まだ2021年も続いています。私たちは、栄養士会のあり方について考えさせられました。8月から研修会を、ハイブリッドセミナーという形態で試

験的に開催を繰り返してきました。中村博範先生をはじめ、事務局の方々には大変ご苦勞をお掛けしました。しかし、そのおかげで他県よりも早く研修会が再開できたと思います。会場とWebを連携する係が必要なことも分かりました。会員みなさんには、インターネットからの申し込みやWebで参加された方々もZoomを使った研修参加とご無理を強いられたと思います。相方が慣れておらず、「マイクを切ってください。」とチャットでお願いしたりして、失礼をいたしました。研修会で行っていた協賛業者さんたちの展示は今後どうするか等、まだまだ検討しなければならないことがあります。会を重ねながら、みなさまからもご意見やご提案をいただいて、有意義な研修会ができればと考えています。どうぞよろしくお願いたします。

## オンライン研修の構築と今後の課題

広報委員長 中村 博範

### 1. オンライン研修の構築

7月の理事会にて、コロナ禍における研修会のあり方について検討を行い、感染症対策としてオンラインでの研修会を実施していくこととなりました。理事会での話を踏まえて、オンライン研修のイメージを共有する必要があると考え、まずはそのイメージ図を作成しました。会場とオンライン（自宅等）のハイブリッド型（組み合わせ）で研修を行い、後日、研修をビデオ配信でも視聴できるようにする、それが岡山県栄養士会での新しい研修会のイメージでした。オンライン研修は、感染症対策というだけでなく、会場への行き来にかかる時間や交通費も不要となります。また、配信であれば、時間に制約されることなく視聴できるというメリットがあります。そのため、オンライン研修をこの機会に構築できればと思いました。

オンライン研修のイメージを具現化していくために、まずは課題を明確化していきました。オンライン研修を行うためには、配信方法（会議ツールや機器類）、申し込みや参加費の支払い方法などいくつかの課題がありました。オンライン研修の構築においては、できるだけ多くの方に参加していただけるように、参加者の視点に立って、参加までの障壁（ハードル）を減らすことを意識しました。まず、研修会のオンライン会議ツールとしては、無料で使用でき、アカウント登録などの手続きが不要であるZoom（ズーム）を使用することにしました。また、研修会の申込方法や参加費の支払いについても簡単にWebからできるように事務局と検討し、イベント・ペイを導入することにしました。イベント・ペイは、アカウント登録が不要であること、そして申込にあたって、個人情報の入力が少なく、また支払い方法が、クレジットカード、コンビニ、銀行ATMから選べるなど、手続きを簡単に、そして不安なくできると考えました。オンライン研修の一通りの流れができ、参加方法や申し込み方法についてのマニュアルを作成して、8月に会員のみなさまへ郵送させていただきました（岡山県栄養士会のホームページにも掲載）。さらに、オンライン研修の不安を解消していただくために、8月中旬には無料のオンライン研修体験会を5回開催させていただきました。

一方、会場の運営においては、会場とオンライン配信の両方の準備が必要となります。まず、オンライン配信でも質の良い音声を届けられるように検討を行い、必要な機器類を準備しました。また、使用する

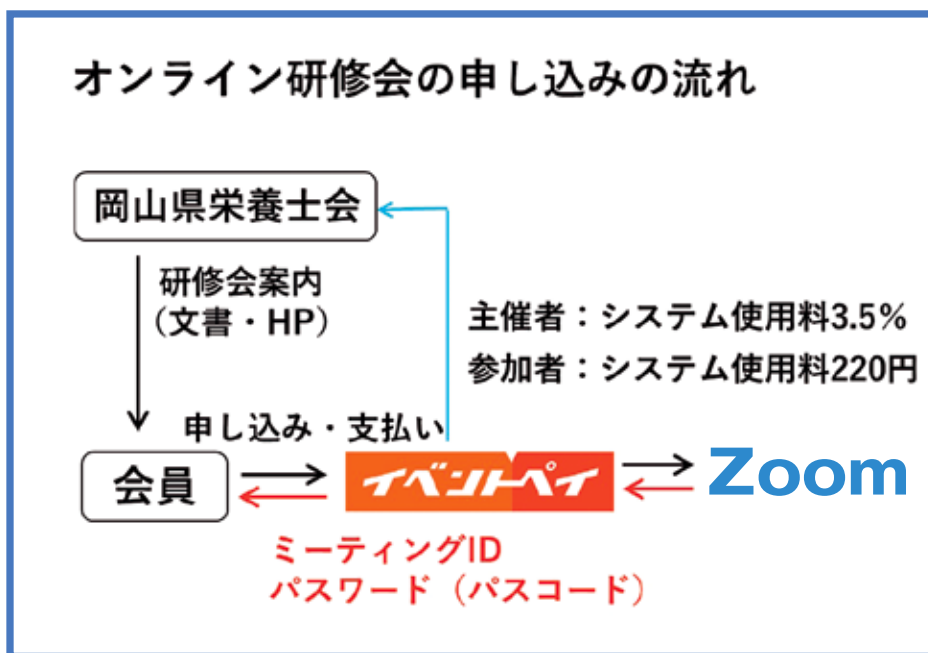


会場にてネット環境や音響について確認を行い、準備を整えてきました。はじめてのハイブリッド型での研修会となった9月12日の医療・福祉合同研修会では、会場32名、オンライン87名とオンラインで多くの方にご参加いただき安心しました。運営においては、マイクの数など一部改善が必要な点もありましたが、全体としては問題なく実施できたのではないかと思います。また、後日、ビデオ配信についても事務局で検討していただき、研修会の動画を岡山県栄養士会のホームページから参加者限定で視聴することも可能になりました。

オンライン研修の構築によって、場所や時間に制約されることなく、研修を受けることができる環境が整ったと思います。今後も、継続してご参加いただくために、会員ニーズを把握し、魅力的な研修会を開催していく必要があります。また、オンライン研修体験会を定期的を開催し、オンライン研修がはじめての方も不安なくご参加いただけるように取り組んでいきたいと思っています。

## 2. 今後の課題

今後の課題として、会員の方への連絡手段を確立していく必要があります。研修会の案内やお知らせについては、郵送やホームページで行っていますが、その都度郵送するのは経費的に難しく、また、ホームページは閲覧しないと分かりません。そのため、今後はメールでお知らせできるように、会員のメール登録についてお願いできればと思っています。



水と、空気と、睡眠と。

## 東洋羽毛 睡眠セミナー 無料サービスのご案内

**よく眠った人には、かなわない。**

\*— 今よりもぐっすり、幸せな毎日のためのヒントがきっと得られるはずです —\*

**睡眠セミナー講師を無料で派遣いたします。**

東洋羽毛では「睡眠健康指導士」の資格を有した社員が講師を務める充実したセミナーをご用意しています。正しい情報を得て睡眠習慣を見直し、イキイキと健康的な毎日を歩むお手伝いをさせていただければ幸いです。

《お役に立てる主な研修》

- ★ 医療安全対策研修
- ★ メンタルヘルス研修
- ★ 学校保健委員会
- ★ 高齢者の睡眠ケア

東洋羽毛イメージキャラクター 桃井かおりさん

**東洋羽毛中四国販売株式会社 岡山営業所**  
〒700-0845 岡山県岡山市南区浜野4-3-37

～お問い合わせはお気軽に～ **フリーコール 0120-224711**

## スポーツ栄養研修会に参加して

地域活動事業部 佐藤久美子

令和2年8月22日、岡山赤十字病院にてスポーツ栄養研修会が開催されました。

まず「栄養サポートの現場から～ファジアーノ岡山の栄養サポート～」として中国学園大学 真鍋芳江先生の講演がありました。真鍋先生はファジアーノ岡山の専属栄養アドバイザーとして公式戦・練習・合宿に帯同し、以下のことを実施されています。①提供される食事メニューへのアドバイスを行う②各選手のメディカルチェックの結果や食事調査結果を確認し、個別に選手への食事アドバイスを行う③セミナーを実施し、栄養情報の提供を行う④トレーナー、マネージャーと連携を取り、情報を共有し、チームでできることや選手自身でできることを相談する。サポートを行う上で心がけていることは、選手を知る・競技を知る・状況を知る、ということでした。選手主体、チーム主体であることを忘れず、クラブの一員である栄養アドバイザーとして、社会に貢献できるよう努めていらっしゃるとのことでした。

続いて「広げよう！ジュニア期へのスポーツ栄養」として、倉敷市教育委員会 福高聖子先生の講演がありました。公認スポーツ栄養士の資格をお持ちの福高先生は、スポーツ栄養の中でも、運動・スポーツによって身体活動量が多くなることに加えて、身体が成長する時期にあるジュニア期への栄養サポートの重要性を感じていらっしゃいました。ジュニア時代にしか勝てない選手にならないために、ジュニア時代に良い食習慣を身に付けておくことが大切です。そのためには①好き嫌いをなくす②自分で選んで食べられるようになる③自分で作れるようになる④親も子も指導者も安易にサプリメントに頼らない⑤貧血・骨折・女子の生理に注意⑥体重を毎朝量る⑦しっかり朝ごはんを食べる。といったことを心がけるとよいとのことでした。

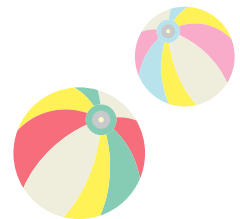
岡山県栄養士会では、「健康・スポーツ栄養プロジェクト」が始動します。健康・スポーツ栄養プロジェクトチームの下田裕恵先生から、「勉強会（年4回

開催予定）や情報交換で互いに研鑽を積み、広く一般県民へ栄養・食事管理の大切さを伝え、競技力向上、健康増進に寄与し、スポーツ栄養学の普及を目指しましょう。」とのお話をいただきました。

最後に「管理栄養士でもできる運動指導」として川崎医療福祉大学 松枝秀二先生の講演がありました。日本では高齢者が人口全体の25%を超える高齢化社会である中、「自分たちに今できることは何か？」「今何が起きているのか？」を考えることが大切であることを教わりました。加齢によって起こりやすいフレイル・ロコモティブシンドローム・サルコペニアといった症状は、可逆的なので適度な運動による刺激と、栄養素のバランスを整えた食事を取ることが大切になります。特にたんぱく質には動的平衡があるので、1日3食できるだけ均等に摂取することが大切です。中高年になると動的平衡のスイッチが入るのが遅くなるので、若い人より少し多めのたんぱく質摂取が必要となり、運動をすることで、動的平衡のスイッチを早く入れることができる。ということでした。紙風船を使った運動の紹介がありました。動き方の決まりはなく、紙風船を手のひらや手の甲を使って上に弾ませてみたり、太ももや爪先でリフティングしてみたり、自分で思いついた動きをしてみます。やり始めると楽しくて、気づけば汗がにんじていました。講演会から帰宅し、膨らませた紙風船をリビングに置いていましたら、反抗期の息子がポンポンと手で弾ませて遊んでいました(笑)。紙風船を見ると、つい触ってみたいくなるものなのでしょうか。どの年代も気軽に取り入れることができる運動を、これからいろんな場所で広めたいと思います。

たくさん学ばせていただいた1日でした。今後の業務、生活に生かしていきたいと思えます。

ありがとうございました。



## 第1回岡山県スポーツ栄養勉強会 報告レポート

地域活動事業部 久米川麻子

昨年9月5日、健康・スポーツ栄養プロジェクト活動の一環として、第1回岡山県スポーツ栄養勉強会が岡山県備前県民局古京庁舎4階研修室に於いて、開催されました。今回は、参加者の方々の自己紹介やスポーツ栄養に関しての意見交換を行いました。普段、スポーツ栄養に関して疑問に感じることや思っていること、このような状況ではどうしたら良いのか等、小グループに分かれディスカッションの形式とし、意見交換を行いました。様々な事業分野の方々をご参加くださいました。有意義な勉強会となり、事後アンケートでは、「現場での問題点を共有できた」、「事業部をこえての意見交換ができた」、「今後も参加をしたい」等、好評ともいえるご意見を頂きました。

今回の意見交換会でのディスカッションでは、様々なテーマが話題となりました。例えば、練習で帰宅が遅い場合の食べ方や、スポーツ栄養におけるタンパク質について、引退した後の肥満を防ぐためのプロテインやサブ

リメントについて、水分補給等がありました。今回、話題にあがったテーマについても今後の勉強会で取り上げていきたいと、プロジェクトメンバーでも企画を考えております。皆さんと研鑽を重ね、情報や知識、現状や意見等を共有し、参加者の方々の現場や周りの方々を通じてスポーツ栄養が広まり、役立てていけたらと健康・スポーツ栄養プロジェクトメンバーの一員として思っております。今回の勉強会で、業務でのことや日常生活における運動と食事の話など、皆さんのお話を伺うと、スポーツ現場はもちろんのこと、ご自身や家族がスポーツをされている方、健康のために普段体を動かされている方、医療や教育現場、集団給食においてもスポーツ栄養は身近に存在すると改めて感じました。

スポーツ栄養に興味のある方、学んでみたい方、話を聞いてみたい方など今後も参加者の方々のご意見等を参考に有意義な勉強会を行ってまいりますので、お気軽にご参加ください。お待ちしております！



参加者の方へお菓子に含まれる油の量を説明



食育SATを用いて、食生活相談を行う

### 【勉強会について】

プロジェクトチームの活動の一環として勉強会を開催しています。

**岡山県栄養士会会員であればどなたでも参加可能です。参加費：1回1,000円**

※栄養士養成校の学生で学生証持参の場合。参加費：1回500円

※日程や内容、案内等は随時、岡山県栄養士会HPとチームのFacebookに掲載します。



### 業界トップクラスの保健指導実績！

特定保健指導を中心とした、保健指導のお仕事です。

研修あり、未経験歓迎！

資格を生かして働いてみませんか？

## 健康相談員募集中

お問合せは  
**0120-739-505**



## 令和2年度 医療・福祉合同研修会に参加して

福祉事業部 窪田 紀之

令和2年9月12日、川崎医科大学現代医学教育博物館にて令和2年度医療・福祉合同研修会が開催されました。今年度の研修会は新型コロナウイルス感染症対策として、会場での受講を収容人数の半数までとし、Zoomを利用したWeb研修会を同時開催しており、本研修会には、会場で32名、Webで87名が参加されました。

午前の部では「令和2年度 診療報酬改定の解説と実際」について、倉敷中央病院栄養治療部の高瀬綾子先生よりご講演がありました。令和2年度の診療報酬改定では、栄養に関する内容が11項目あり、一つ一つの内容や算定するにあたっての注意点について、分かりやすくご説明されていました。中でも「早期栄養介入管理加算」は、ICUやCCUを持つ病院で早期に経腸栄養・経口栄養の栄養管理を実施した場合について算定されるもので、単位数が1日当たり400点と大きいものです。「算定には1日3回以上のモニタリングが必要で、専任管理栄養士が休日の際には誰がモニタリングを行うかを決めておく」など、特に注意が必要であると説明されていました。

また、福祉施設との連携として、栄養情報提供書を評価した「栄養情報提供加算」があります。要件として、文章の作成と入院中の栄養指導を伴うため、介護保険施設から入院された患者さんへの算定は困難です。しかし、会場からは「退院時に医療機関から頂く栄養情報提供書は、退院後の栄養管理にとっても役立っている。福祉施設の管理栄養士も入院時に栄養情報提供書を作成し、切れ目のない栄養管理のための連携をしよう。」との意見がありました。

午後からは、「たんぱく質代謝から栄養状態を考える」と題して、川崎医療福祉大学臨床栄養学科の中村博範先生より講演がありました。「たんぱく質は、人体の構造と機能の維持を担うものであり、食事から摂取したたんぱく質の3倍が体たんぱく質に分

解・合成されている。血液検査データでよく見られる血清アルブミン値は、『栄養状態の指標』と言うよりも、『栄養不良へのなりやすさの指標』である。」と説明されていました。大学時代に生化学を学んで十数年経過した私は、懐かしいと思う反面、改めてたんぱく質の代謝について学び直さねばと感じました。

また、岡山大学病院血液・腫瘍内科の浅田騰先生による「血液腫瘍の治療を目指して」では、急性白血病の診断から治療と血液疾患における最新治療について講演がありました。白血病の治療には、抗がん剤による化学療法や造血幹細胞の移植などがありますが、副作用の一つに、口内炎による食事量の低下があります。アイスや乳酸菌飲料などの口当たりの良い食品や栄養補助食品、時には経腸栄養も使用し腸を使いながら移植の前から栄養補給をする方法が紹介されました。

本研修会では、受付時に体調不良の有無や、本人・家族の感染流行地域への渡航歴の確認、検温などの新型コロナウイルス感染症対策を行って実施しました。運営においては、マイクの準備等の反省点はあったものの、Webでの参加者からの質問や情報提供も多く、活発な意見交換がされ、とても有意義な研修会となりました。

「研修会に参加できないから、せっかく年会費を払っても無駄になる」と思われてはいませんか？ Web研修会に申し込みをすると、当日の講演を一定期間閲覧することができ、自分の好きな時間に学習することができます。資料もダウンロードすることができます。

今後は他県の栄養士会や日本栄養士会主催のWebセミナー、eラーニングなどが開催され、遠出をしなくても自宅で研修会に参加することができます。ピンチをチャンスに変え、共に自己研鑽を進めていきましょう。



【会場の様子】

密にならない座席配置で受講中



【事務局側の様子】

Web入室状況と、入室者のマイクやカメラがオンになっていないか確認しています



## 令和2年度 岡山県栄養士研修会 ～栄養士さんに知ってほしい腸内フローラ・腸内環境の新常識～

新見支部 福田真由美

令和2年9月22日(火)、川崎医科大学現代医学教育博物館にて「令和2年度岡山県栄養士研修会」が開催されました。

本研修会は、2つの講演が盛り込まれており、今回初めて会場受講とWeb受講というハイブリット方式で企画され、会場45名、Web76名、合計121名の参加がありました。

最初の講演は、京都府立医科大学付属病院 内視鏡・超音波診療部 部長 内藤裕二先生による「栄養士さんに知って欲しい腸内フローラ・腸内環境の新常識」という演題で話をされました。

腸内フローラ・腸内研究の新常識のまとめとして、以下の4点を強調されていました。

- ① 長寿の秘密は健康的な生活習慣と腸内環境が関与している。
- ② 酪酸産生菌による発酵・酪酸産生が長寿に関連している。
- ③ 胎児・幼少時期の母子環境が常在細菌叢の定着の重要な鍵を握っている。
- ④ 食物繊維を不溶性・水溶性で分けて考えているが、今後は「発酵作用があるかどうか」が重要になる。

### (1) 百寿者の腸内環境の比較

京都府立医科大学長寿・地域疫学講座による「京丹後市多目的コホート研究」のなかで百歳の長寿者が10万人当たり130～140人の京丹後市と70人の京都市で腸内フローラを比較した結果、京丹後市の百寿者の腸内には、酪酸を産生する酪酸菌が、京都市の百寿者の腸内より多く存在していることが明らかになりました。

### (2) 酪酸産生菌の発酵・酪酸産生が長寿の源

長寿地域「京丹後」の腸内フローラの特徴は、腸内発酵に関与する酪酸産生菌群の増加であり、

その要因の一つに日常的な食物繊維の摂取が関与していると示唆されています。そこで、京丹後地域の食生活や郷土料理などから細かく見ていくと、全粒穀類(麦・玄米)・海藻類・芋類・豆類を日常的に良く食べているということが解りました。酪酸は、免疫やアレルギーにも関与しており、腸内環境を良くしている人は、免疫機能が高まり健康で長生きにつながるのとことでした。

### (3) 胎児・幼少時期の母子環境が常在細菌叢の定着の重要な鍵

無菌で生まれた人間の腸内フローラは、生後3年で安定化するとされており、3歳までに何を食べたかである程度決まってくるのとことでした。

### (4) 発酵・酪酸産生する食物繊維が重要

日本人は、年々食物繊維の摂取量が低下しており、全ての世代で食物繊維が不足している現状であるため、日常的な食生活の中で自然に発酵や酪酸産生する食物繊維を取り入れていくのとことでした。

最後の講演は、岡山旭東病院 医療情報課 情報システム室長 榊原祥裕先生による「AIが栄養に迫ってきている」という演題で話をされました。

近年では、AIを活用して食事の写真から栄養価計算が出来るようになりつつあるのとことでした。食事摂取量が簡単に正確に評価できれば、これからの栄養指導等に有効活用できる可能性が感じられ、今後に期待したいと思いました。

今年度から、保育所給食を担当しているため、今回の研修は、とてもタイムリーな内容でした。今後は、この学びを日頃の給食献立や食育便り等を通じて、子ども達・保護者・祖父母・家族の食生活改善に役立てていきたいと思いました。



## 令和2年度 地域連携推進のための研修会

岡山市支部 富岡加代子

会 場：岡山赤十字病院

日 時：令和2年9月26日(土) 13:00~16:00

講 義：地域連携の中で栄養士に期待すること

～ケアマネから見た高齢者の食生活と栄養の課題～

講 師：岡山県介護支援専門員協会 会長 堀部 徹 氏

ワークショップ：

参加人数：34名 (栄養士24名 介護支援専門員9名 その他職種1名)



岡山県栄養士会では、地域連携事業をより発展させるために事前アンケートを行い、栄養士・介護支援専門員共に在宅高齢者の食生活支援の重要性を認めました。

講演では、地域における高齢者の現状やこれからの支援における課題、介護報酬における口腔・栄養関連加算の推移等、豊富な資料でご講義いただきました。これからの支援における課題のなかで、効果的な「毎日の食事支援」(買物、調理、摂取支援、後片付けなど)、わかりやすい「栄養マネジメント」、医療介護分野における情報共有の仕組み作りなどをご指摘いただきました。また栄養スクリーニング加算、栄養改善加算の現状や問題点について詳細にご説明いただき、特に通所介護事業所は、対象者はいるが管理栄養士を確保できないため算定に至っていない、どんどんとそのような所に出て行くようにとご教示いただきました。今後の栄養士活動への貴重なご意見ご示唆に富んだ講義でした。

ワークショップではそれぞれの立場からの意見交換をすることが出来ました。介護支援専門員の方からは情報の共有の必要性や栄養事業窓口の認知不足、栄養に繋がる研修が少ないとの意見がありました。栄養士からも、介護支援専門員や他の栄養士との繋がり不足、顔が見える栄養管理の必要性、施設間在宅への切れ目ない栄養マネジメントの必要性など活発な意見が話し合われました。



### あなたも岡山県栄養ケア・ステーション登録指導員になりませんか？

現在約70名の方が登録され、地域等で活動をしていただいております。

- \*業務依頼内容
- ・ 医院外来栄養指導
- ・ 特定保健指導
- ・ 講座講師
- ・ 料理講座講師
- ・ 食育講座講師
- など



#### 【登録の流れ】

- ① (公社)岡山県栄養士会ホームページの栄養士会書式一覧を開く  
⇒右のQRコードで開きます
- ② 「岡山栄養ケア・ステーション登録指導員申込書」にご記入後、岡山県栄養士会までお送りください。 岡山県栄養士会 F A X 086-273-6667
- ③ 企業や行政等から仕事の依頼がありましたらご登録いただいた得意分野(希望業務)、希望時間帯に合わせて電話またはメールで依頼させていただきます。



## 生活習慣病重症化予防対策セミナー

津山支部 橋本美由紀

令和2年10月3日(土)岡山県生涯学習センター研修室及びオンラインにおいて、「生活習慣病重症化予防対策セミナー」が開催されました。



はじめに、岡山大学病院新医療研究開発センター教授の四方賢一先生に「新しい時代の糖尿病治療」についてご講演いただきました。

糖尿病治療薬はたくさん開発されているが、合併症の進行を抑えるためには、10年20年と長く血糖値の良い状態を続けることが必要であり、そのためにも食事療法が重要となることに変わりはない。特に糖尿病患者では、アルツハイマー型認知症にかかる割合は2～3倍多く、常に認知症の可能性にも目配りが必要であり、高齢者の栄養指導の際、家族からの情報も念頭に置く必要がある。また、低血糖発作の回数が多いほど認知症発症リスクが増加し、高齢者は低血糖に気づきにくいことから、高齢者の治療には低血糖を防ぐことが重要となる。高齢者糖尿病の血糖コントロール目標は、HbA1cの下限があることが特徴である。さらにバランスのとれた食品構成は、一定の日安であり、食事療法を長く継続するためには、個々の食習慣を尊重しながら柔軟な対応を行い、食を楽しむことを最も優先させるべきとしている。また、腎臓の状態を知る検査としてアルブミン尿・eGFRがあり、早期診断のために大切である。減塩が重要であり、腎症が進んでいない時期にはた

んぱく質を摂り過ぎないという指導でよい。腎症の重症化を予防するためのアプローチとして、チーム医療で介入することで、糖尿病患者の生命予後を改善することにつながると話された。

続いて、低たんぱく質食事療法臨床研究プロジェクト参加者より、低たんぱくごはんの紹介がありました。

午後には、新潟大学腎研究センター病態栄養学講座特任准教授の細島康宏先生に「CKD重症化予防のために、本当に必要な栄養管理とは？」についてご講演いただきました。

CKD診療ガイドライン2018の栄養の項に「CKDのステージ進行を抑制するためにCKD患者の療養指導に関する基本知識を有した管理栄養士が介入することを推奨する」とあり、栄養指導の力が認められた。管理栄養士による定期的な栄養指導などによるeGFRの低下抑制効果が認められたことで推奨できたものであり、今後も管理栄養士によりCKD患者の療養指導に強く介入していただきたいと熱いメッセージを送られた。さらに、多くの論文データを解説いただき、管理栄養士が今後取り組むべき課題を示していただいた。たんぱく質摂取量の制限では、画一的な指導は不適切であり、個々の患者の病態やリスク、アドヒアランスなどを総合的に判断することが望ましい。特に高齢者を中心に過度なたんぱく質摂取制限は、QOLや生命予後悪化につながる可能性もあるため、腎臓専門医と管理栄養士を含む医療チームの管理の下で行うことが望ましいとされている。また、たんぱく質制限のアドヒアランスを保つことは困難なことが多く、上手に低たんぱく質ごはん等を利用しながら食事管理することを勧めている。低たんぱく質食事療法臨床研究プロジェクトの中で、100人を対象に栄養指導のみ群と栄養指導に低たんぱくごはんを使用した群を比較した研究では、有意差をもって使用した群がたんぱく質制限が維持できた。さらに、その群は食塩摂取量も減少できており、低たんぱくごはんというツールを使ったことで、栄養指導の理解度があがるという付随効果も期待できると話された。

ご講演いただいた先生方からは、新しい情報に加え今後も管理栄養士が積極的に療養指導に介入し栄養改善に取り組んでほしいというメッセージをいただき、患者さんの心を動かす栄養指導とするためにも、今後も「栄養」を楽しんで実践できるよう日々研鑽を重ねたいと思います。

## 「勤労者支援事業部・女性のための働き方改革について」の研修会に参加して

勤労者支援事業部 本多 佳代

10月23日、岡山県倉敷市内において「女性のための働き方改革について」の研修会が開催されました。講師はUIデザイナー本多佳保里氏で、株式会社デンソーテンに23年間ご勤務されており、若手社員教育を担当されています。



講師 本多佳保里 氏

講演は以下の3項目について行われました。

### ① 指導を向上させるコツ

#### (なかま・後輩への伝達)

伝えたいことを事前に簡単な書類にして、それをもとに話す。箇条書きにして、取り組む順番を明確にする。資料の事前準備ができない時は、その場でメモを取っていただく。それをもとに自分自身でやってみせるか、一緒に行く。随時、理解出来たかを尋ね、認識違いの無いように、また不明点を残さないようにする。

### ② 職場でうまくやるには

上司が自分に求めていることを、自分からよく聞いて確認する。相手が言いにくいような、改善して欲しいところなどもあえて聞くことで、信頼関係を築くことができるようになるかもしれない。注意を受けても否定されたと考えず、自分のためと受け取ることが大切。

身近に働く人には、自分と相手の役割分担を確認し、仲が良いほど役割分担が明確になっておらず、後で困ることもある。その場合、確認した内容は、その場でメモをして共有をしておくが良い。

今日、アサーティブコミュニケーションが大切だと言われている。アサーティブコミュニケーションとは、自分の主張を一方的に述べるのではなく、相手を尊重しながら適切な方法で自己表現を行うことである。深く傾聴しつつ、こちらの気持ちを伝える努力が必要である。従来型のグイグイ引っ張るリーダーシップが苦手な女性リーダーにとっては、周囲を援助しながら

自ら動いてもらうよう働きかける、アサーティブリーダーシップが相応しいかもしれない。

### ③ 仕事と家庭の両立について

まず、家庭の協力を仰ぐとともに、職場でも自分の状況を説明する。無理に状況を隠すことも、大袈裟に大変さを説明することも不要。できる時には誰よりも頑張っ取り組む気持ちで、できる範囲で精一杯やっていることを常日頃示していれば、困った時に助けてもらえることもある。

緊急に休まなくてはならない状況の時もあるので、常に自分の仕事内容を周囲に伝え、書類等の場所も共有しておき、自分が不在でも困らない状況しておく。状況を理解して協力してくれる人ばかりではないが、理解してくれる人を大切に、頼る。職場でも家庭でも、無理をして頑張りすぎるより、頼る勇気を持つことと、感謝の気持ちが大切。それをコミュニケーションで示すことが重要である。

コミュニケーションといえば、この頃は、テレワークでの仕事が多く、直接対面して会話できないことが多くなった。その際に気をつけるべきことは、相手に意図しない感情的な情報を与えないことで、声だけの会話では、声のトーンで不満そうに聞こえることや、Webカメラの映像が暗くて怒っているように見えることもある。意図せずに相手に悪い印象を与えて人間関係が悪くならないように、声のトーンは明るく、適度に相槌をうち、顔つきが明るく見えるように工夫すると良い。カメラ映えするメイクなどの特集もよく行われているので参考にするとよい。

以上の内容で拝聴しました。岡山県栄養士会は、Web会議やZoomで研修会を開催しています。明るい印象に伝わることに注意し、ポジティブな気持ちで会議、研修会に参加したいと思います。

# はばたけ 栄養士

## 「子どもたちの心身を健やかに育む食育を目指して」

岡山市立中山小学校 栄養教諭 清水 祐里



私は、平成27年度から栄養教諭として、岡山市立中山小学校に勤務しています。大学では、給食施設での実習や子どもたちを対象にした食に関する指導の実践（月1回）を積み重ねました。その過程で、食を通して子どもたちの健やかな体と豊かな心を育む教育に携わりたいと思い、栄養教諭の道を選びました。

私は、次のようなことに重点をおいて仕事を進めています。

まず第一に、安心・安全な給食作りです。本校は栄養教諭1名、調理員6名で約620食を提供しています。今年度から、調理作業は民間業者に委託され、「子どもたちにおいしい給食を提供したい」という意欲にあふれる調理員さんと共に、毎日給食作りに励んでいます。特に、学校給食は徹底した衛生管理が不可欠です。その中で、調理作業の効率や調理中のけがのリスク等も考えなければなりません。そのため、施設設備や調理員さんの勤務体制等を考慮しながら、日々の調理作業の振り返りをもとに、丁寧なミーティングを行っています。

次に、魅力ある給食の工夫も大切です。本校では、春のお弁当給食を実施しています。いつもと違い、ピクニック気分で友達や先生と給食を食べることができ、子どもたちのよりよい人間関係づくりのきっかけとなっています。(今年は、新型コロナウイルス感染拡大防止対策による休校のため、実施できませんでした。) 秋には、中学校区統一給食として、中学生が家庭科の授業で考えた献立を提供しています。子どもたちは、自分たちのためにお兄さんお姉さんが一生懸命考えてくれた給食を実際に食べることで、感謝の気持ちを持つことができます。これら一つ一つの取組は、調理員さんはもちろん教職員の協力も必要です。とりわけ食物アレルギー対応では、管理職・養護教諭・担任等との連携は必須です。そのため、私は、日常的にきめ細やかなコミュニケーションをとるよう心掛けています。

また、子どもたちにとって分かりやすく楽しい食

育の実践にも努めています。給食時間中は、子どもたちが目の前の食事を味わいながら、食事の重要性や社会性等を学ぶことができるように校内放送を行っています。岡山市は基本献立を実施しており、すべての献立には、子どもたちに伝えたい「ねらい」と「題材」が設定されています。私はこれをもとに放送原稿を考え、時には、掲示資料などを使いながら話をします。各教室を回る際には、担任と協力しながら、苦手なおかずに苦戦していたり、食事のマナーが守りにくかったりする子どもたちへの働きかけをしています。最近では、「苦手だったけど食べられた。」「次も頑張る。」と笑顔で報告に来てくれる子どもたちも増えてきました。とてもうれしい瞬間です。

さらに、岡山市の食に関する指導のカリキュラムをもとに、担任とチームティーチングによる授業も行っています。食に関する知識を一方向的に教え込んでしまうことのないよう、「なぜだろう？もっと知りたいな。」という問いや興味・関心を引き出すことを大切にしています。学びを深める過程では、具体的な操作や実習など五感を使う体験活動を取り入れています。たとえば、2年生の野菜の栄養やその働きについて学習する授業では、給食によく使われている野菜の実物を用いた「箱の中身はなんだろうゲーム」を行うことで、楽しみながら野菜に関心をもつことができるようにしました。授業後には、保護者向けのおたよりも発行し、家庭との連携を深めています。3年生で朝食の指導をした際には、保護者から「朝食を見直すよい機会になりました。」「何を食べるのか相談しながら準備するようになりました。」などの感想をいただきました。

食育は栄養教諭1人で行うものではありません。このような取組を通して、学校や家庭がつながり合い、子どもたちをよりよく育むことの大切さを実感しています。

今年は、新型コロナウイルスの感染拡大により生活が一変しました。子どもたちの日常に与えている影響は計り知れません。しかし、その中で新しい環境に適応しようと頑張っています。こんな状況だからこそ、毎日楽しみにしている給食がより魅力的なものになるよう努めていきたいと考えています。

な か ま (第139号)

令和2年度賛助会員名簿 (令和2年12月31日現在)

社 名	〒	所 在 地	電話番号	業務内容
旭松食品(株)	700-0927	岡山市北区西古松2-3-8	086-241-5611	凍豆腐、即席味噌汁、介護食等の製造及び販売
味の素(株)大阪支社	530-0005	大阪府大阪市北区中之島6-2-57	06-6449-5830	調味料・加工食品・アミノ酸等の製造販売
伊那食品工業(株)岡山営業所	700-0952	岡山市北区平田101-101	086-242-5588	寒天商品各種の製造販売・デザート の素の製造販売
(株)いわさぎ岡山営業所	700-0056	岡山市北区西崎本町1-41	086-252-5742	栄養指導用フードモデル・ショー ケース・食器・厨房用品・機器
(株)H+Bライフサイエンス営業 本部中四国エリア	700-0926	岡山市北区西古松西町5-6 岡山新都市ビル4F	086-362-7308	マービー、粉飴、オリゴワン他食品製 造販売
S・Kフーズ(株)	701-0165	岡山市北区大内田756-2 岡山県総合流通センター内	086-292-5020	野菜・フルーツの原体及びカット野菜 卸業
(一社) エヒメ健診協会	791-8036	愛媛県松山市高岡町90-5	089-972-7766	巡回型健診機関、特定健診・特定保健 指導機関
尾家産業(株)	700-0953	岡山市南区西市146-1	086-243-0311	飲食品卸売業
大塚製薬(株)広島支店	733-0002	広島市西区楠木町1-14-31	082-503-0242	医薬品及び健康をサポートする消費 者商品の製造・販売
大森食品(株)	701-0165	岡山市北区大内田828-2	086-293-1144	総合業務用食品卸
岡山ヤクルト販売(株)	700-0014	岡山市北区津倉町1-2-1	086-253-8960	ヤクルト製品の卸売販売
(株)おぎそ	509-5401	岐阜県土岐市駄知町1468	0572-59-8639	学校給食及び業務用強化磁器の製造 販売
カゴメ(株)中四国支店	732-0824	広島市南区的場町1-2-16 グリーンタワー	082-261-3251	調味料・飲料・野菜素材・乳酸菌飲 料・生鮮野菜の製造販売
キッセイ薬品工業(株) ヘルスケア事業部	399-0711	長野県塩尻市片丘9637-6	0263-54-5010	腎患者・糖尿病患者・高齢者向けの特 長ある食品を開発・販売
キュービー(株)東中国営業所	700-0963	岡山市北区北長瀬1202-1	086-243-3636	キュービー、ジャネフ、スノーマン製 品の販売
(株)グリーンム	803-0856	北九州市小倉北区弁天町1番8号	093-583-1002	栄養管理・指導・チーム医療 (NST・ 褥瘡等) システムの販売
(株)クリニコ	701-0165	岡山市北区大内田813	086-292-5281	経腸栄養・嚥下リハビリ食・リハビリ 応援飲料等の製造・販売
サラヤ(株)中四国支店 岡山営業所	700-0953	岡山市南区西市97-1	086-245-2226	洗剤、消毒剤、甘味料等の製造販売、 衛生管理コンサルタント業務
(株)サンラヴィアン	719-0302	浅口郡里庄町新庄3920	0865-64-4771	一般及び健康に配慮した洋菓子の開 発・製造・販売
信濃化学工業(株)	381-0045	長野市桐原1丁目-2-12	026-243-1115	集団給食用・メラミン食器、保温食器 の製造・販売
(株)白石商店	700-0945	岡山市南区新保103-14	086-225-4755	食用油脂その他業務用食品卸販売・厨 房設備の販売、メンテナンス
総合厨器(株)	700-0943	岡山市南区新福2-11-5	086-263-5291	厨房機器販売、メンテナンス管理業務 用電化厨房企画設計販売
SOMPOヘルスサポート(株)	101-0063	東京都千代田区神田淡路町 1-2-3	03-5209-8910	特定保健指導を中心とした、各種保健 指導の実施
(株)第一食品	577-0066	大阪府東大阪市高井田本通4丁 目1-5	06-6783-8181	病院・福祉施設の給食受託業務 セントラルキッチン運営
(株)ダイノー	732-0067	広島市東区牛田旭2-6-13	082-227-6930	食品添加物 (CVカルシウム) 等販売
ティーエスアルフレッサ(株) 岡山支店	700-0923	岡山市北区大元駅前9番18号	086-801-0077	医療総合商社
(有)テクノウェーブ	710-1102	倉敷市茶屋町早沖1457-4	086-428-0745	水質浄化事業、天然植物性洗剤の販売、 環境保全資材機器の販売
テルモ(株)岡山支店	700-0944	岡山市南区泉田20-7	086-226-6160	医薬品・栄養食品・医療機器財等の販売
東洋羽毛中四国販売(株) 岡山営業所	700-0845	岡山市南区浜野4-3-37	086-262-4711	羽毛寝具の製造、販売 -リフォーム・アフターサービス 承ります-

社名	〒	所在地	電話番号	業務内容
合同会社 ど根性ファーム	709-1215	岡山市南区片岡2468	086-420-0711	デイサービス等への食事提供(クックチル方式にて)、凍結含浸法を用いた特別介護食の提供
(株)ナリコマエンタープライズ 中四国営業部	700-0977	岡山市北区問屋町26-102	086-264-3440	病院、ご高齢者施設向けの食品販売サービス
日清医療食品(株) 関西支店 岡山営業所	700-0951	岡山市北区田中626-1	086-243-9171	給食の受託業務
日清オイリオグループ(株) ウェルネス食品営業部	104-8285	東京都中央区新川1-23-1	03-3206-5636	MCT関連商品、トロミ調整食品、ゼリー食調整食品等の販売
日東ベスト(株)広島支店	732-0052	広島市東区光町2-14-6 乃木坂ビル8F	082-535-3833	業務用冷凍食品販売
(株)日本トリム岡山営業所	700-0024	岡山市北区駅元町15-1 リットシティビル4F	086-251-5711	家庭用電解水素水整水器(管理医療機器)の製品開発及び販売
ニュートリー(株)	104-0033	東京都中央区新川2-1-5 THE WALL 4F	03-3206-0107	嚥下用困難者用ゼリー・微量栄養素補助飲料・胃ろう用専用半固形栄養剤等販売
ハウスウェルネスフーズ(株) 中四国支店	730-0855	広島市中区小網町6-12 平和大通り電気ビル2F	082-297-4150	「C-1000ビタミンレモン」をはじめ、強化米「新玄・サブリ米」などの製造販売
長谷川化学工業(株)	276-0022	千葉県八千代市上高野1384-5	047-482-1001	まな板、スパテラ、ひしゃく等の調理用品の製造販売
林兼産業(株)	750-8608	山口県下関市大和町2丁目4番8号	083-266-1191	介護食の製造・販売
バランス(株)	930-0813	富山市下赤江町1-6-34	076-441-4460	水分補給や栄養補給用食品の製造販売
(株)フードケア	252-0143	神奈川県相模原市緑区 橋本4-19-16	042-700-0039	嚥下調整食、栄養補助、水分補給
(株)福井厨房	700-0953	岡山市南区西市263-1	086-241-9551	厨房設計施工メンテナンス、食器調理道具、リサイクル品
フクシマガリレイ(株)岡山支店	700-0964	岡山市北区中仙道1-1-11	086-245-0551	業務用冷凍冷蔵庫・ショーケース他の製造・販売・メンテナンス他
(株)富久屋	710-0801	倉敷市酒津48-6	086-421-8866	冷凍食品卸し販売
(株)Fujitaka	736-0001	広島県安芸郡海田町砂走11-14	082-530-1812	適温配膳車、券売機、その他販売
(株)ホームナース	732-0052	広島市東区光町2-7-17	082-567-2020	特定保健指導、前期高齢者訪問健康指導、重症化予防等保健指導
ホシザキ中国(株)	700-0913	岡山市北区大供2-9-27	086-222-7581	業務用機器(冷凍冷蔵庫・洗浄機・消毒保管庫・給茶機・スチームコンベクション他)の販売及びメンテナンス
ホリカフーズ(株)	577-0012	大阪府東大阪市長田東3-2-43	06-6746-1616	介護食、治療食、非常食の製造販売
(株)本多岡山支店	701-0151	岡山市北区平野765-1	086-903-1010	業務用総合食品卸(学校、病院、福祉、産業給食、非常食、介護食)
(株)誠屋	701-0165	岡山市北区大内田717-3	086-292-5000	総合食品卸し、病者用特別用途食品
マッシュルームソフト	700-0907	岡山市北区下石井2-1-18 ORIX岡山下石井ビル6F	086-221-2400	給食管理、保健指導、栄養価計算ソフトの開発と販売
マルサンアイ(株)特販営業室	444-2193	愛知県岡崎市仁木町字荒下1番地	0564-27-3747	味噌、豆乳製造販売
丸大食品(株)西日本特販営業課	733-0035	広島市西区南観音6-11-32	082-293-2111	ハム・ソーセージ、調理・加工食品の製造販売
(株)宮源	640-8403	和歌山県和歌山市北島332	073-455-1711	「ミキサーゲル」非加熱ゲル化剤のバイオニア企業 ソフト食・嚥下食調理の無料レクチャー、導入サポート、勉強会
(株)名給 岡山営業所	701-0165	岡山市北区大内田822-3	086-292-3122	業務用総合食品卸商社
(株)明治	700-0023	岡山市北区駅前町2-1-1 JR岡山駅前第一NKビル4F	086-235-2283	牛乳・乳製品の製造及び販売 病院・施設への流動食等の販売
(株)山本精肉本店	708-0022	津山市山下40	0868-22-3344	食肉の製造・加工
(株)ヤヨイサンフーズ中国支店	732-0824	広島市南区的場町1-3-6 広島場のビル4階	082-264-2601	業務用冷凍食品の製造・販売

## 事務局だより

### 令和2年度理事会報告

#### 第3回理事会 (2020年7月4日)

1. 報告事項  
令和2年度公益社団法人日本栄養士会定時総会出席報告
2. 審議事項
  - (1) 令和2年度定時総会反省
  - (2) 理事の役割と令和2年度会務分掌について
  - (3) 今年度の研修会の方向性について
  - (4) 令和2年度事業計画について
2. 審議事項
  - (1) Web研修会の周知と参加勧奨について
  - (2) 改善学会の開催方法について
  - (3) 理事会のあり方について

#### 第6回理事会 (Web) (2020年10月10日)

#### 第4回臨時理事会 (メール審議) (2020年7月27日)

1. 審議事項
  - (1) 研修会Web配信にともなう業者選定
2. 承認事項
  - (1) 職務執行状況 (会長・専務理事：令和2年7月～9月)
  - (2) 新入会員・再入会員
  - (3) 災害マニュアル・災害実施要項

#### 第5回理事会 (Web) (2020年8月20日)

1. 報告事項  
支部・事業部の状況報告

あけましておめでとうございます。  
新型コロナウイルス感染症の終息を願い、明るい1年となりますようお祈り申し上げます。  
本年もよろしく願いいたします。

事務局一同

## お知らせ

### 令和3年度栄養士会費納入のお願い

令和3年度会費納入受付を1月より開始いたします。3月末までに納入をお願いいたします。

引き落としは4月1日となります。4月を過ぎて退会される方は令和3年度の会費は納入ください。

### 変更届提出のお願い

住所・氏名・勤務先・所属事業部・管理栄養士取得など、変更があった場合は必ずご連絡ください。

特に住所の変更の場合は郵便物が届きませんのでご注意ください。

定時総会  
令和3年  
6月12日(土)です。



昨年の前半は新型コロナウイルス感染症の流行により、多くの研修会・学術大会が中止や延期となりました。後半からはZoomなどを使用したWeb研修会やそのオンデマンド配信、eラーニングにより自宅でも学習が出来るようになり始めています。岡山県栄養士会では「新しい生活様式」を取り入れつつ、日々の業務に生かせる研修会を企画していきますので、ともにステップアップをしていきましょう。

編集委員 窪田 紀之