

なかま

手もつなごう

第133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

編集 なかま
 編集委員会
 印刷 西尾総合印刷株式会社

美作大学食物学科と地元スーパーが共同開発した:

食育弁当 第12弾

カラダ想いのごちそう弁当 ~鯖マリネとレンコン団子~



エネルギー
 558kcal
 糖質
 20.9g
 食塩相当量
 1.3g

カラダ想いのごちそう弁当
 ~鯖のマリネとレンコン団子~



試作検討会議

「普段食べるお弁当を通して、食育について考えてもらいたい」とのメンバーの思いを込めて、疲れた体をいたわる優しい味付けと、柚子や酢、鯖などの中性脂肪を抑える働きのある素材を取り入れています。



販売キャンペーン

平成28年県民健康調査からみえる栄養・食生活の問題点

岡山県保健福祉部健康推進課 高原 一恵



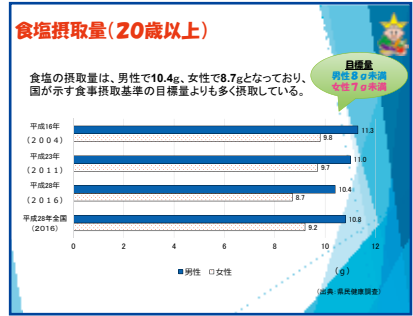
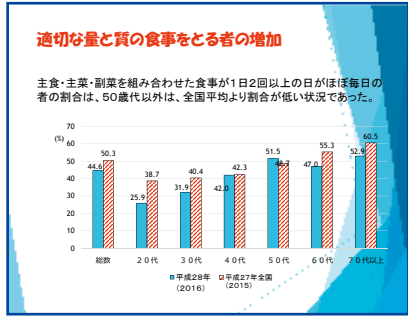
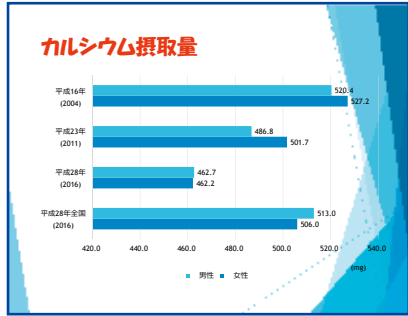
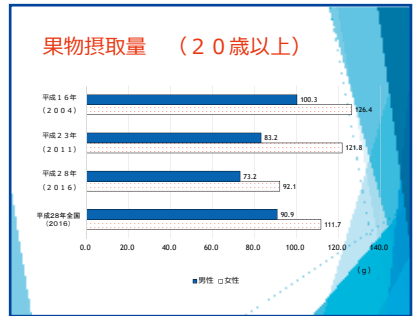
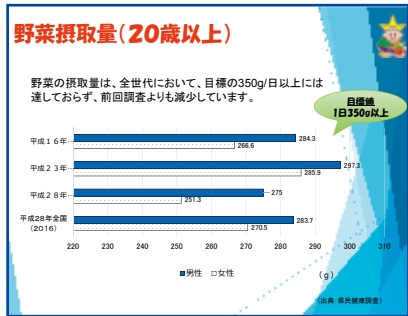
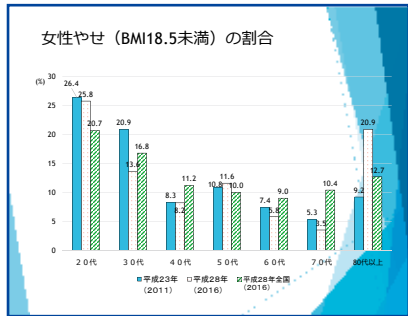
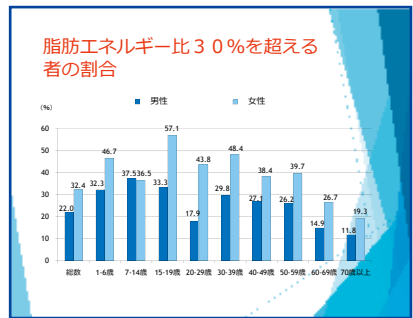
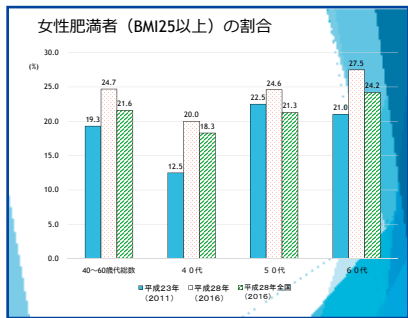
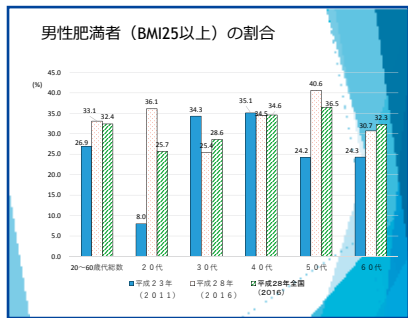
栄養士会の皆様方におかれましては、日頃から、それぞれの職場や地域における栄養相談や栄養指導などを通じて、県民の健康づくりに多大なご貢献をいただいております。厚くお礼申し上げます。

さて、県では、平成28年に5年に1回の県民健康調査を実施した結果を取りまとめましたので報告させていただきます。

この度の調査で、食生活面で幾つかの問題と考えられる点について挙げたいと思います。

- ① 肥満者 (BMI25以上) の割合について、男女とも前回調査より増加しており、全国調査より肥満の割合が高くなっていました。
- ② 脂肪エネルギー比が30%を超える者の割合は女性で高く、若い世代から多いのが現状です。
- ③ 20代女性のやせの割合は、全国平均より高く、今回80代女性のやせが前回調査より高くなっていました。
- ④ 野菜の摂取量は男性275.0g、女性251.3gで、前回より減少しており、全国平均より低く、目標の350gにはまだまだ遠い現状です。
- ⑤ 果物の摂取量も、果物どころ岡山であるはずが、摂取量は全国平均より低く、前回調査よりも減少していました。
- ⑥ カルシウムの摂取量も減少しており、男性462.7mg、女性462.2mgで、全国平均より低くなっていました。
- ⑦ 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合は、50代以外は、全国平均より割合が低い状況でした。
- ⑧ 食塩摂取量については、男性10.4g、女性8.7gと目標に達していませんが、男女とも経年比較すると減少していました。

このように、食生活面で前回調査よりも悪化している項目が多いのが現状でした。岡山県でも、食生活面について、様々な健康づくり施策を取り組んでまいりましたが、今後は、新たに始まる第2次健康おかやま21セカンドステージに基づき、健康づくりを県民運動として一層進めてまいり所存です。健康づくりを進めるに当たっては、栄養士会の皆さまなどの関係団体と連携し、地域全体で取り組むことが重要ですので、引き続き、県民の健康づくりへのご支援をよろしくお願ひします。



厚生労働大臣表彰を受賞して

岡山赤十字病院 下山英々子

この度は岡山県栄養士会のご推薦により、平成29年度全国栄養改善大会でこのような賞をいただき、大変光栄に存じますとともに、受賞できたのは上司や同僚の励ましの賜物と深く感謝申し上げます。昭和54年より栄養士として勤務し、入職当初は調理師さんと一緒に厨房業務と献立作成の給食管理が中心でしたが、時代と共に、臨床栄養管理分野にも視野を広げてまいりました。昭和56年より入院患者さんを対象とした糖尿病教室を毎日開催し、今では当たり前のチーム医療の先駆けとして頑張りました。併せて糖尿病食事療法の啓発のために岡山県内市町村にでかけて、糖尿病教室を開催し、地域の皆様や患者さんと一緒に糖尿病料理教室も行いました。平成10年に設立された糖尿病患者会では、患者さんと医療スタッフが交流しながら、円滑な自己管理ができるように様々なイベントを実施しました。岡山小児糖尿病サマーキャンプの運営には昭和55年より関わり、諸先輩

方のご指導の下、子供達の嗜好をとり入れた食事作り、食育としての糖尿病教室や調理実習、バイキング形式の食事の採用、ファーストフードやコンビニ弁当の利用、最近ではカーボーカント法の実践と…子供達の食事管理と自立のために奔走し、毎年、岡山県栄養士会医療事業部の方々に多大なご協力をいただいています。

「3年間は続けなさい」と父に言われた仕事ですが、こんなにも長く続けることができたのはこの仕事が好きで自分とそれを許してくれた家族の協力でしょうか。栄養士の仕事は奥が深く、挑戦の連続ですが、課題をクリアしたときの達成感には忘れられません。それらの仕事によって管理栄養士として成長させていただきました。今回の受賞を励みに患者に喜ばれ、安全で良質な食事の提供を通して、疾病の治療と予防に貢献し、今後も仲間とともに患者に寄り添った栄養の発展に寄与していきたいと思っております。

厚生労働大臣表彰を受賞して

渡辺胃腸科外科病院 樋口 資代

平成29年8月6日(日)、7日(月)全国の管理栄養士・栄養士が一堂に会す全国栄養士大会が、パシフィコ横浜にて開催されました。

また、8月7日には、「栄養の日」の制定を記念した特別式典が、高円宮家憲仁親王妃久子殿下御臨席の元盛大に挙行され、その後同時開催の全国栄養改善大会にて、厚生労働大臣表彰並びに日本栄養士会表彰が執り行われました。暑い夏の日ではありましたが、今回のような特別な日に表彰を受ける者と致しましては、栄誉ある一日となりましたこと、合わせて感謝申し上げます。

思い返してみれば、私の仕事人生は管理栄養士業一筋でした。学校を卒業し最初に勤めさせて頂いた病院栄養士。結婚を機に退社後しばらく関東で暮らす事となり、子育ての数年間過ごしましたが岡山へ帰る事になり、また管理栄養士としての勤めを現在の病院で始める事となりました。まず

は有床診療所でのスタートでしたが、増床と共に病院となり、基準給食の認可を取るのに苦労した事がついこの前の事のように思い出されます。消化器専門の小さな病院ですが、治療に於ける管理栄養士としての業務は多岐にわたり、あたふたと奮闘をする毎日でした。そして医学の発展と共に私たち栄養の分野も、医療に大きな貢献が出来る事が認知され、術前術後の管理から、褥瘡・低栄養や癌治療。末期の患者様の緩和期への関わり、生活習慣病への指導等々。現在はどの切り口を取りましても私たち管理栄養士が担っている事に繋がっていると実感する毎日を過ごしています。

平成29年3月31日をもって定年退職迎えました。ありがたい事に再雇用をして頂いています。残りの管理栄養士としての人生を、微力ながらお役に立てる事を探しながら、もう少し頑張りたいと思っております。

「保育所（園）給食業務実態調査」の結果

専務理事 竹内ひとみ

平成29年6月に保育所（園）給食業務実態調査を実施したので、その結果を報告します。

1 調査目的

保育所（園）（以下、保育所）の栄養士・管理栄養士の就労状態や給食業務への関わり方を把握し、安全で安心できる給食の提供と園児や保護者への食育の実践を進めるための基礎資料を得る。

2 調査方法、回収率等

岡山県保育協議会に所属する岡山県内の422保育所（公立保育所197、私立保育所225）の園長と栄養士・管理栄養士にアンケートを平成29年8月1日～15日に実施した。340所から回答を得た（回収率80.5%）が、338名の園長、216名の栄養士・管理栄養士からの回答を有効とした。

3 調査結果まとめ

平成30年4月1日から新たな「保育所保育指針」が（以下、「指針」という）施行される。

指針では、「第3章 健康及び安全」の中に「食育の推進」を設け、さらに「保育所の特性を生かした食育」、「食育の環境の整備等」の2点から整理されている。

現在、323施設（95.5%）が直営で給食を実施しており（図1）、食育の環境として、保育所内に給食調理室があることは、給食を活用した食育の実践やクッキング

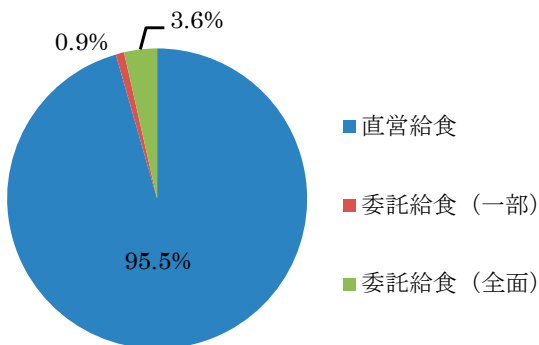


図1 給食運営形態

保育の実践につながりやすい。また、一人一人の健康状態や食物アレルギーの状況に応じた安全・安心な食事の提供が可能となると考える。

保育所保育指針に基づいた食育を311所（園）が実施している。しかしが栄養士・管理栄養士の261人（74.5%）のみが食育計画に参画（一部参画）していた（図2）。指針では、食育が保育内容の一環として位置づけられ、食事の提供を含む食育計画を全体的な計画に基づいて作成、実施、栄養士が配置されている場合は、専門性を活かした対応を図ることとされている。保育所に配置されている栄養士・管理栄養士が全員、食育計画に参画できるようにしたい。

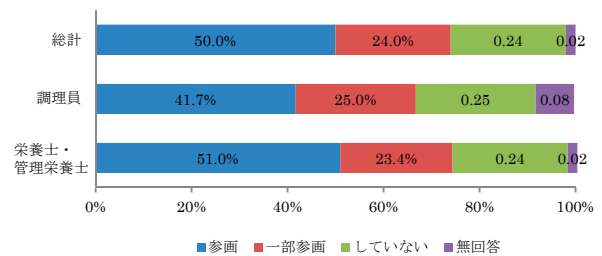


図2 栄養士管理栄養士の食育への参画状況

なお、栄養士・管理栄養士のいる保育所において食育計画への参画状況、食育計画にそった食育指導の実施状況、食育計画に沿った献立作成、クッキング保育、保育士と連携した食育指導や保護者への食育指導の実施状況を見るといずれも採用時職名が調理員より採用時職名が栄養士・管理栄養士の方が多かった。

安全で安心できる給食（食事）の提供のためには、小規模施設であろうとも「大量調理施設衛生管理マニュアル」の確実な実施が求められている。最近の食中毒発生状況を鑑みて「大量調理施設衛生管理マニュアル」が平成29年6月に改正さ

れているが、本調査では「マニュアルに沿っている」との回答率が53.7%であり、残りは「概ね沿っている」「園独自の管理」になっていた(図3)。今後、HACCPによる衛生管理の制度化も検討されており、食品衛生に関する知識を有する栄養士・管理栄養士が中心となって保育所の衛生管理の更なる向上を目指していく必要がある。

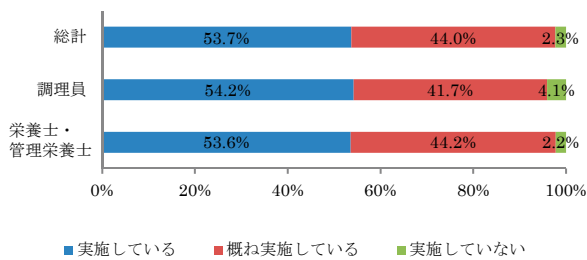


図3 衛生管理状況

指針では、栄養士が配置されている場合は、その専門性を十分に発揮し、積極的に食育計画の策定や食育への取組の実践や体調不良、食物アレルギー、障害のある子どもなど、一人一人の子どもの状況に応じて対応を図ることとされている。

現状、認可保育所において必置義務のある職種は保育士と調理員のみであるが、実際、218施設(64.5%)に栄養士・管理栄養士が就業していた。採用時の職名は栄養士152名(70%)、管理栄養士40名(19%)、調理員24名(11%)だった(図4)。

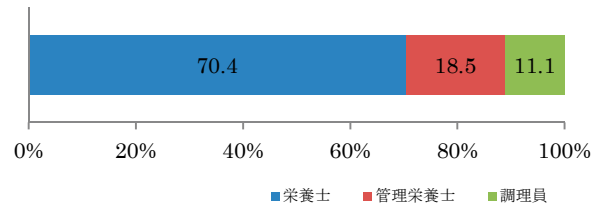


図4 管理栄養士・栄養士の採用時の職員

栄養士・管理栄養士がその専門性を活かし、安全・安心の食事の提供や食育の充実を図れるよう全保育所の栄養士・管理栄養士の配置が望まれる(図5)。

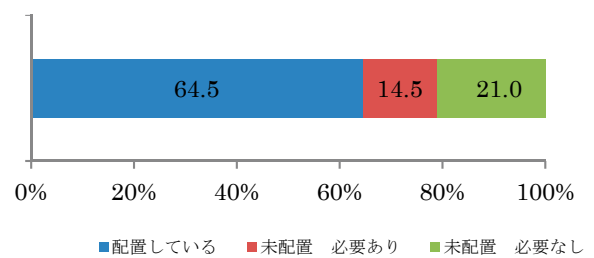


図5 管理栄養士・栄養士の必要性の有無

保育所は、子どもが一日の生活時間の大半を過ごすところであり、保育所における給食(食事)の意義は大きいと考える。保育所給食と給食を媒体とした食育は、子どもたちが生涯にわたる健康な生活の基本となる「食を営む力」を培う大切な機会である。栄養士・管理栄養士が保育士、調理員等と協働し、保育所と家庭や地域とともに更なる給食の充実と食育の実践を推進していくことが望ましい。

栄養・食生活相談カードが事務局にあります。ご活用ください。

栄養・食生活相談
 公益社団法人 岡山県栄養士会 栄養ケア・ステーション

TEL 086-273-6615
 FAX 086-273-6667

(受付) 10:00~15:00 (土・日・祝日を除く)

お気軽にお問い合わせください (TEL・FAXは料金無料)
 来所による相談もお受けします (料金500円、要予約)
 〒703-8278 岡山市中区古京町1-1-17 5階

介護における栄養・食生活相談
 公益社団法人 岡山県栄養士会

TEL 086-273-6615
 FAX 086-273-6667

(受付) 水曜日 / 10:00~15:00

来所による相談もお受けします (要予約)
 お気軽にお問い合わせください
 〒703-8278 岡山市中区古京町1-1-17 5階

平成29年度岡山県栄養士会災害支援スタッフ(岡栄DAT)養成研修会に参加して
福祉事業部 窪田 紀之

昨年11月23日と12月19日、年が明けて1月30日の3日間にわたり、第2回岡栄DAT養成研修が開催されました。この研修会は岡山県内で災害が発生した場合に、迅速に被災地域内外の医療・福祉・行政の栄養部門と協力し、主として栄養・食生活に係る災害支援を行う管理栄養士・栄養士の養成を行うことを目的に、原則年1回開催されています。

初日の研修では、熊本地震における報告から災害支援スタッフの意義と役割について学び、避難所運営ゲーム(HUG)を行いました。私は3回目のHUG挑戦でしたが、限られた避難所のスペースを最大限に活用するための方法や、情報を避難所の内外に発信することの重要性を学びました。2日目の研修は、ポリ袋に食材を入れて火を通す調理法であるバッククッキングの調理実習を行い、少ない水を有効に利用し、減塩食や便秘予防のための食物繊維を多く取り入れた献立をグループで調理しました。午後からは災害時における栄養アセスメントを学びました。講師が被災者役を担い、グループで聞き取りをする役、記録を取る役に分かれてロールプレイを行いました。十分な食事内容の聞き取りや栄養状態の把握が難しい中、対象者にとって一番必要な支援はどんなことなのか、心情に配慮した言葉使いや表情、対応を取ることの大切さを学びました。3日目の研修では、岡山の災害リスクと対策についての講義を受け、午後からは救命講習を受けました。岡山県は災害が少ない地域と言われていますが、統計によると風水災による住宅被害は多く発生しています。災害時には公的支援に多くのことは望めず、自助により自分を守ることが重要だと学びました。

今回の研修では、人が入れ替わっても支援を続けるため、後ろからの振り返りや経験を次に生かすために、「情報」「記録」「思い」を「つなぐ」ことの大切さを改めて感じました。

岡山県栄養士会災害支援スタッフ養成研修会日程表

日	程	内 容	講師・担当者	取得テーマ	場 所	参加人数
11/23 (木・祝)	10:00~ 10:15	オリエンテーション	坂本八千代		備前県民局古京庁舎 5F 栄養士会事務局 会議室	37名
	10:15~ 11:45	・災害支援スタッフの意義と役割 ・熊本地震における活動報告 ～活動内容・記録の意義～	坂本八千代 細川良子	災害時の理解		
	12:45~ 15:45	避難所運営ゲーム	森下桂子 坂本八千代 細川良子 佐藤幸枝 明関祐也	コミュニケーション スキル		
12/19 (火)	10:00~ 12:00	災害時の食支援(実習) ～バッククッキング～	佐藤幸枝 坂本八千代 細川良子 山口明子 明関祐也	臨機応変の対応能力	岡山ふれあいセンター 2F 調理実習室	30名
	12:30~ 14:00	栄養アセスメント	坂本八千代 佐藤幸枝 細川良子 山口明子 明関祐也	栄養アセスメント	岡山ふれあいセンター 第4研修室	
1/30 (火)	10:00~ 11:00	災害時における岡山県の対応	岡山県危機管理課 主任 篠原啓介氏	災害時の理解	中消防署大会議室 中区今在家地先	27名
	11:00~ 11:30	熊本地震での実際について	岡山県備前県民局 副参事 武用佳子氏	災害時の理解		
	12:30~ 15:30	普通救命講習Ⅰ	岡山市中消防署 消防司令補 救急救命士 土江浩徳氏	応急措置・救急		



第1回 避難所運営ゲーム



第2回 バッククッキング



第3回 普通救命講習Ⅰ

栄養ケア寄り添い型ソリューション事業(よりソリプロジェクト)

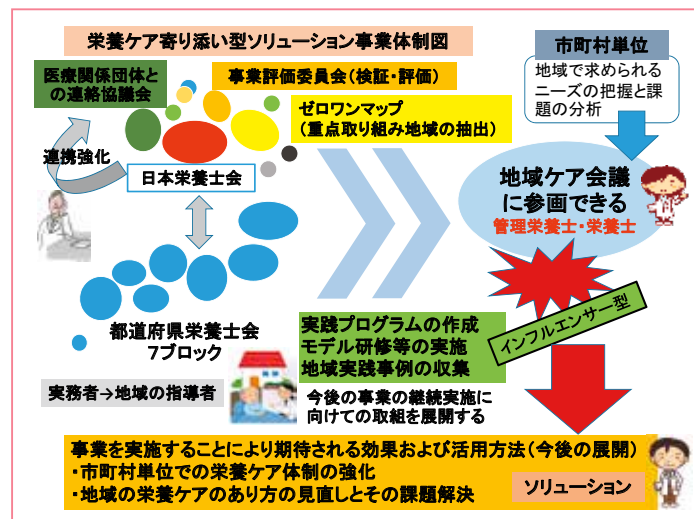
福祉事業部 江口 佳美

高齢者が健康で自立した生活を送るために、市町村（保険者）、地域包括支援センター、住民、事業者等の間で介護保険の自立支援や介護予防といった理念などを共有しながら、多職種の専門的視点を活用した地域包括ケアシステムの体制整備が展開されている。

その体制の基で、管理栄養士・栄養士は高齢者の抱えている健康、疾病の治療等の様々な問題点に対して寄り添い、現在の状態や要望等に合わせて、高齢者の気づきを促し、優先課題を共有し、最適な解決策を提案し、実践等に向けた取り組みを支援することになる。

「栄養ケア寄り添い型ソリューション事業」とは、管理栄養士・栄養士が在宅医療・介護を支える構成員の一員となるべく、(公社)日本栄養士会を中心に全国を7ブロックに分け、展開されている事業である。

事業の主な内容は、1) 全国の地域ケア会議の管理栄養士・栄養士の参画（参画の無い地域をゼロにするゼロワンマップの作成）2) 各市町村で開催されている地域ケア会議（個別プラン検討会）に参加し、栄養ケアの助言ができる管理栄養士・栄養士を育成する。3) 地域実践事例集の作成の3点である。



1) については、中国四国ブロックでの研修会が去る2月12日(月)にピュアリティまきびにおいて開催された。研修会では、地域包括支援システムのしくみを始めとして、地域ケア会議におけるケアプランの読み込み・視点や助言のあり方等々を学び、中国四国「よりそり」ワーキングメンバーによる模擬会議の後に、1事例についてグループ演習を行った。

この研修会の受講者は、今後、それぞれの地域においてリーダーとなり、栄養ケアを担う人材育成及び確保の体制整備を中心となって進めていただくことになり、岡山県では公衆衛生事業部と各支部2～3名の参加を依頼し34名の協力を得た。県外からの参加は33名であった。



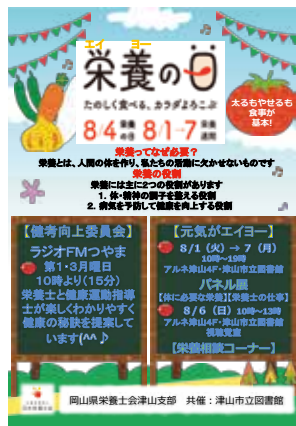
津山支部は津山市、鏡野町、久米南町、美咲町からなる支部です。

私たちは県北住民の楽しく食べる環を広げようと、高め合う仲間づくりを目指して活動しています。

恒例となりました『みんな集まれ!つやまエイヨウシジャー』とした支部研修会は、支部役員がアイデアを出し合いテーマはもちろん、初めての方でもすぐに打ち解ける雰囲気づくりを心がけています。調理あり、実技ありの参加型も毎回好評です。

また支部活動では地域の子どもたちへの食育教室に加え、『栄養の日・栄養週間キャンペーン』でのパネル展やイベントでの栄養相談など担当した会員も満足できる活動へと仲間の輪が広がっています。

さらに今年度から津山市個別地域ケア会議へ食生活面のアドバイザーと



して参加しています。

これからも地域住民の食べることの喜びをサポートできるように、一緒に 勉強し仲間を増やしていきたいと思えます。皆様からの笑顔をお待ちしています。



11月22日 研修会 天ぷらうどん 大学芋
見た目も美味しい嚙下食が出来上がりました。

倉敷市支部では、支部役員を中心に様々な活動を行っております。しかし、支部で事業報告をする機会がありませんので、どのようなことをしているのかご存知でない支部会員の方も多岐にわたるかもしれません。倉敷市ではここ数年、倉敷市主催の「こどものための食育フェア」でのブース展示(写真)や中学・高校での骨密度測定後の栄養指導、市内5地区で開催される栄養改善協議会主催の「食育栄養まつり」での栄養相談、健康福祉に関連する団体が協同して開催する「いきいきふれあいフェスティバル」での骨密度測定と栄養相談



(本年度は雨天中止)、さらには、幼稚園での食育事業や栄養成分表示店の普及活動などの事業を行っています。また、平成29年度は、倉敷市で第1回の倉敷市医療・介護連携推進会議が開催され、それに関連して個別ケア会議の研修会が5地区で試験的に行われ、栄養士会からもアドバイザーとして会員の方にご参加いただきました。

地域のニーズに合わせて、栄養士会も対応していかなければいけません。また、地域に「顔」を出して私たちの存在をアピールしていかなければなりません。しかしながら、それらを限られたメンバーだけで対応していくには限界があります。そのため、約350名の支部会員の皆様には、それぞれの経験や能力を活かして支部活動に積極的にご参加いただきたいと思っております。今後、ご協力いただける支部会員の方を募りながら支部活動が出来るような仕組みづくりを検討していこうと思えます。ちなみに、平成30年度は、7月8日(日)に「こどものための食育フェア」、10月21日(日)に「いきいきふれあいフェスティバル」が予定されていますので、ご協力いただける方はご連絡ください(hironori@mw.kawasaki-m.ac.jp)。よろしくお願いたします。



岡山市支部主催講座 「未来の健康を考えましょう」を開催して

岡山市支部 小山 洋子

平成30年2月3日(土)に岡山ふれあいセンターで「骨 - bone -」をテーマに講座を開催しました。この講座はテーマに基づいた調理実習と講話を中心としたプログラムで生活習慣病予防を目的に毎年行っています。今回は、「骨粗鬆症予防食」メニューの調理実習と骨密度測定、「骨粗鬆症を予防するための食事の工夫」と題した講話、ワールドカフェと盛りだくさんの内容の講座でした。

調理実習では、1班4～5人で「まめなご飯」「サーモンのチーズ入りコロッケ」「ヨーグルトロールスロー」「ごぼうのポタージュ」「人参のジュレ」の5品を作りました。「まめなご飯」は栄養士がまとめて作ったのですが、鮭を蒸してからほぐす、ごぼうを米と一緒に柔らかく炊いてからミキサーにかけて牛乳で味を整える、人参はすりおろしてからジュレにするなどひと手間かけて調理するものが多く、試食予定時間ぎりぎりまでかかりました。しかし参加者のみなさんの手際の良さでどれも素晴らしい仕上がりとなり、試食後には「いろいろな食感が楽しめた」「家でも作ってみたい」

「献立の工夫の仕方がわかった」などの感想をいただきました。実際に調理実習を行うことで、普段したことがない調理の工夫点や食材の利用法などを体得する最良の方法であると実感しました。そして栄養士からの講話では、軽い体操やストレッチなどの実技もあり、運動を取り入れることが簡単にできるという気づきにも繋がっているようでした。最後にお茶とお菓子をいただきながら、参加者全員で「健康のために気をつけていること」や「日々を楽しく生活する工夫」などについてワールドカフェを行いました。食事や運動の他に「おしゃべりを楽しむ」「趣味のサークルに通う」「笑う」など様々なアイデアが出されていました。やはり「健康」でいるためには、ポジティブな生活を心がけることがまずは重要であることに改めて気づかされました。

これからも地域住民の方々の生き生き健康な生活を支援するために、様々なテーマの講座を開催していきたいと思います。



調理実習の様子



骨密度測定の様子



実習メニュー



アイデアを書いている様子

第9回岡山県民公開医療シンポジウム「共に考えよう岡山の医療」

川崎医科大学総合医療センター 笹埜三世里

岡山県民公開医療シンポジウムが岡山県病院協会・岡山県医師会の主催で平成30年1月27日に岡山県医師会館の三木記念ホールで開催されました。「健康」で老後を過ごすために、今回のテーマは、『健康長寿』で広げよう幸せの輪!!—医療に基づいた健康長寿の秘伝を伝授!—でした。273名の県民の方々が参加されました。

講演と体操実技と合唱がありました。講演1は「アクティブライフを過ごそう—生活習慣病予防のために—」と題して岡山大学大学院医歯薬学総合研究科の教授、和田淳先生からでした。講演2は、「認知症予防で生き生き長生き」と題して岡山大学大学院医歯薬学総合研究科の教授の阿部康二先生からでした。講演3は「生活習慣病と認知症の予防のための食事」で管理栄養士の私が担当させていただきました。

た。認知症の原因となる生活習慣病を予防し、寝たきりにならずに健康寿命を延ばす。そのためには、40歳から70歳は生活習慣病のメタボリックシンドロームを防いで食事のとりすぎには注意をする。また70歳から100歳は老化のフレイルを防いで食事の不足には注意する等の話をさせていただきました。

体操実技では、赤磐市地域包括支援センター、ボランティアの皆さんによる介護予防「いきいき百歳体操」を紹介されました。岡山学芸館の合唱部の皆さんから「いのちの歌」「Far away—彼方の光—」「Stand Alone」美しい歌声が聞けました。

参加者の方からは、単調な食事を見直す良い機会になった、これからは健康寿命を意識して人生を楽しみ笑顔の毎を送りたいです等の感想がありました。

平成29年度 栄養教諭・学校栄養職員研修会に参加して

学校健康教育事業部 小寺 亮裕

栄養教諭・学校栄養職員研修会では3つの伝達講習があり1つめは第58回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会に参加された足守学校給食センターの佐伯洋子先生からの報告、2つめは第68回全国学校給食研究協議大会に参加された開成小学校の横田徳子先生からの報告、3つめは平成29年度牛乳食育研修会に参加された旭操小学校の井原玲子先生からの報告でした。全国規模の大会等の内容を勉強でき有意義な研修会でした。

第58回全国栄養教諭・学校栄養職員研究大会

趣旨：学校における食育推進に向けて、食に関する指導のあり方などについて研究協議し栄養教諭等の資質向上を図る

文科省説明

《第3次食育推進基本計画》

- *重点課題 ・若い世代を中心とした食育推進 } 学校における関わりが
- ・多様な暮らしに対応した食育推進など } 深い内容が多い
- *重要視点 ・子供から高齢者まで生涯を通じた取り組みを推進
- *目標値 ・朝食を欠食する子どもの割合

4.4% (H27年度) →4.5% (現状値 H28年度) →0% (H32年度)

《学習指導要領の改訂》

- *小(中)学校教育の基本と教育課程の役割
- 健康・安全・食に関する資質・能力の3つの柱についてしっかりおさえる

《栄養教諭の求められる役割》

栄養教諭を中心としたこれからの学校の食育シンポジウム

- *キーワード 「チーム学校」「PDCA」

第68回全国学校給食研究協議大会

趣旨：学校での食育を推進する上で重要な役割を担う学校給食の在り方について協議を行い、学校給食関係者の資質向上を図る

文科省説明

- *第3次食育推進基本計画について
- *学習指導要領改訂の方向性・ポイントなど分科会ごと研究発表や指導助言が行われました。

平成29年度牛乳食育研修会

- 講演1：教材研究とそのアプローチ方法 ~乳の豊かな教材性を生かして~
- 講演2：牛乳が食卓に届くまで~作る人たちの工夫、努力とその想い~
- 講演3：子供が主体的に学ぶ、対話的な指導~短く伝える工夫~ 等



「第31回岡山県栄養改善学会」報告

新見支部 森 朋美

2月17日(土)、おかやま西川原プラザにおいて「第31回岡山県栄養改善学会」が開催されました。森会長の開会の挨拶と来賓である岡山県保健福祉部健康推進課課長 山野井尚美様、岡山県医師会副会長 松山正春様からご祝辞をいただきました。

今回の学会では、様々な職域から、栄養と食生活に関する日頃の業務の積み重ねやデータ研究による成果についての発表が19題ありました。どの発表も栄養士業務の研究や資質の向上を図るうえでとても参考となるものでした。

特別講演は、岡山大学大学院医歯薬学総合研究科 教授 土居弘幸先生を講師にお招きし「地域で健やかに生活するための食生活支援～高齢者に寄り添う食～」と題してご講演をいただきました。

はじめに、日本の将来人口推計を示され、2020年頃から50歳以上の人口が50歳以下の人口より多くなっていく大変動期をむかえることを示され、今後ますます高齢者が増え、高齢者に寄り添った食生活支援が必要となってくることを実感させられました。

高齢者の食育とは、「心身をいたわり、死に至るまで健やかな心と身体を培い、豊かな人間性をはぐくみ、人生の完成を支える基礎となるもの」すなわち生きがいとなる

美味しい

楽しい

次が楽しみ

が食育の三本柱になるのではないかとお話されました。

日本の栄養学は、東洋（黄帝内経・医心方・養生訓）と西洋（ヒポクラテス・ドイツ栄養学・米国家栄養学）の両方の流れを持っているため、疫学研究や臨床研究から提供されたエビデンスから正しく認識する必要があるということでした。

また、「食物や栄養に関する知識」が理解できていても行動ができないのは、誘惑に負けるため。食行動に着目した誘惑場面の対策や対策に負けた後の対策を考えることが大切で、栄養士の武器である“直観”で教えること。そのためには、行動経済学の理論を活用した、心理的効果を勘案し、健康行動へ導く行動栄養学のススメを提唱されました。行動栄養学の実践として、献立・計画にテーマをつけることや現場を訪問し、観察・体験・ヒアリングをして再検討していくことの大切さも教えていただきました。

最後に、栄養士のミッション「食を育て、食文化を継承・創造」すること。岡山県で作られている、美味しく毎日食べられる健康食材を使った岡山県のオリジナル料理をつくってはどうかと提案されて締めくくられました。

今回の学会で学んだことを今後の業務に活かしていきたいと思います。



はばたけ 栄養士

「自分にできることを」

岡山市立中山中学校 栄養教諭 近藤まどか



私は、平成25年度に岡山市の学校栄養職員として採用され、平成28年度から、栄養教諭として岡山市立中山中学校に勤務しています。中山中学校では全校生徒と教職員あわせて約600

食の給食を提供しており、調理作業は民間の委託業者様に委託しています。

さて、学校に勤める栄養士の仕事にみなさんはどのようなイメージをおもちでしょうか。私は、実際に勤めるまで、「給食の献立を考える」という漠然としたイメージしかありませんでした。学校に勤めてみると、献立の作成や栄養管理だけでなく、食材の発注・衛生管理・会計管理・食物アレルギーのある児童生徒への対応、そして食育の推進…と、栄養士の仕事が多岐にわたることに驚かされました。そして、学校に栄養士は一人しかいません。同じ学校に相談できる人がいないことが初めはとても不安でした。5年目になった今でも、一人職であることの責任を感じています。

学校給食は、栄養価を満たすことや衛生的に調理ができることはもちろん、食育のねらいをもち、生きた教材として活用できるような献立である必要があります。岡山市では、基本献立委員会で協議された基本献立があり、月に数日、学校独自の自由献立の日があります。子どもたちが学校給食を通して、旬の食べ物や地場産物を知ったり、郷土料理を味わったりできる献立が計画的に実施されています。そして、毎日の給食が栄養バランスのとれた食事の見本にもなっています。中山中学校では、毎日、給食時間の放送で献立のねらいを生徒に伝えています。また、技術・家庭科では、生徒が給食の献立を考える授業を行っています。そのなかで、給食を例にして、栄養士から献立を考えるうえでのポイントを話しました。生徒たちは岡山の地場産物を使ったり、栄養バランスを考

えたり工夫しながら思い思いの献立を考えていました。生徒が考えた献立は、自由献立の日に実施しました。このように、食に関する指導をするたびに、やはり毎日の給食がとても大切だということを実感しています。

給食管理は自分の力不足や経験不足を痛感するところでもあります。栄養価ばかりを考えて献立をたててしまい調理作業が大変だったり、なんとなく似た味付けが続いてしまったり、失敗もたくさんあります。しかし、生徒からの「おいしかったよ」とか「〇〇は苦手」という声や、給食の残食量などの反応をダイレクトに知ることができ、すぐに献立の作成に反映できるのは、学校に勤務する強みであり、自分自身のモチベーションにもなっています。また、調理員さんは、限られた調理時間の中で、衛生・彩り・配膳のしやすさなどにも気を配りながら調理をしてくださっていて、学ぶことがとても多いです。そして、その姿を見ていると自分にももっとできることがあるのではないかと反省をすることもあります。調理員さんと力を合わせ、自分自身ももっと勉強をして経験を積み、生徒がおいしく食べて食に関心を持てるような給食を作っていきたいです。

どんな家庭環境の子どもでも、食への関心がない子どもでも同じ給食を食べ、同じ食育を受けられる期間は、この義務教育期間しかありません。長い人生の中の9年間ですが、そこで学んだことがその子の将来の健康に役立てられることがあるかもしれないと思うとその責任の重さとやりがいを感じます。また、一人職ではありますが、「おいしい給食を作りたい」という思いは調理員さんと同じであり、「子どもの将来のために」という思いは先生方と同じです。そして、まわりには助けてくれる先輩栄養士の先生方がたくさんいることもこの5年間でわかりました。たくさんの方の力をお借りし、学びながら、子どもたちのために自分にできることをしていきたいと思っています。

厨房紹介 川崎医科大学総合医療センター

笹埜三世里

川崎医科大学附属川崎病院は、旧深砥小学校の跡地に平成28年12月1日に新病院として「川崎医科大学総合医療センター」と名前を新たにしてお開院しました。地上15階、地下2階の延べ床面積約7万8,000平米の免震構造を採用した強い建物になっています。地下2階から4階までの低層階は外来部門、画像診断センター、通院治療センターがあります。5階から7階は手術室や教育研究部門です。8階以上の高層階が病棟となり、病床数647床、患者さんがゆったりと療養できるようになっています。旧深砥小学校跡地のグラウンド部分は、地域皆様の憩いの場として、また、災害時の避難場所として利用できる公園として整備し、「深砥ガーデン」と名付けられています。

栄養部は4階にあり厨房は700㎡、管理室と学生実習室等は272㎡です。平成23年8月から新築移転に関しての栄養部のワーキングが始動しました。給食数1食当たり500食を目安に、最初は真っ白な図面に動線と器機類を両面テープで張り付けることから始まりました。熱のこもった繰り返しのワーキングも今では思い出となります。給食数500食を基本にしたのでベルト配膳はしないで配膳車と下膳車の使用をすることとしました。衛生面の考慮でパススルー冷蔵庫、戸棚、食器消毒庫等で部屋の区分をしました。4階のため、食品納品に関しては各業者の理解と協力をいただき感謝しています。また下膳時には、下膳ベルトとゴミ粉碎機を使用して残菜量をコンパクトにして地下1階まで決められた時間にリネン用のエレベーターでゴミ運搬します。看護部門とは配膳車と下膳車の運用等を検討をしました。

平成28年11月5日は新病院で200食を職員に提供して、機器類と一連の作業の確認を行いました。開院前日の11月30日には午前8時30分からの入院患者106名の移送があり、弁当箱に入れて新病院で昼食を提供しました。新病院となり1年4か月経過した現在では、1食に付約300食の給食を提供しており、栄養部職員が皆新たな課題に取り組んでいます。

新築移転に関して、多施設の見学また色々のご指導いただき感謝申し上げます。今後もよろしくお願い申し上げます。



検収室



下処理室



カット室



調理室



コンベクションオープン



炊飯コーナー
(炊飯機、粥釜)



盛付コーナー



配膳コーナー



栄養部専用エレベーター



食器洗浄コーナー
(食器洗浄機、下膳ベルト)



ゴミ用の台車



ゴミ運搬専用エレベーター

平成30年度 生涯教育実務研修予定表一覧

主催	回数	開催日	研修会名	内 容	取得単位
地域活動	1	7月21日	スキルアップ研修会	「栄養士として働く方法」 ～今の自分に自信が持てる働き方の提案～	90-103
勤労者支援	2	5月19日	スキルアップ研修会	「ストレス」、「災害時に福祉施設における給食の実際」	61-101
		8月25日	生涯教育と調理実習	働き盛り骨強化	23-116
医 療	1	5月26日	第1回研修会	糖について学ぼう (基礎栄養)	23-101
				下痢対策 ～経腸栄養剤の工夫、当院ではこんな工夫をしています!～	23-200(演習)
福 祉	3	5月9日	栄養マネジメント研修会	栄養マネジメント…栄養スクリーニング、栄養アセスメント等	46-104 46-204(演習)
		7月10日	夏の行事食介護食研修会	介護食調理、経口維持加算、経口移行加算	23-118 23-218(演習)
		11月予定	おせち料理介護食研修会		46-104 46-204(演習)
医療・福祉合同	1	9月22日	合同研修会 (医療・福祉)	地域における栄養連携をより強化するために管理栄養士にできること(仮)	412-101 412-201(演習)
福祉・地域合同	1	10月21日	合同研修会 (福祉・地域・歯科衛生士会)	災害時における歯科衛生士・管理栄養士・栄養士の役割	61-101 61-202(演習)
県栄養士会	1	7月22日	県委託研修	食事摂取基準の活用 ～アセスメントを中心に～	90-110 90-210(演習)

※取得単位項目は変更の可能性があります。

講師・研修会場所は随時ホームページ等でご案内致します。

※その他日栄委託研修会が医歯薬出版の協賛で開催予定です。

東洋羽毛 睡眠セミナー無料サービスのご案内

◆ こんなお悩みはありませんか？

- ・夜勤明け、体は疲労しているのになかなか眠れない。
- ・寝起きが苦手で起床時間ギリギリまで起きられない。
- ・睡眠時間は長いのに、眠りの質に満足できない。

◆ 睡眠セミナーを無料で開催しています。

東洋羽毛では「睡眠健康指導士」の資格を有した講師による充実したセミナーをご用意しています。

※東洋羽毛では、研修会や勉強会、学会でのコーヒーマスターサービスもご提供しています。お気軽にご相談ください。

◇ 睡眠セミナー実績 ◇

- ◇ 第47回日本看護学会 在宅看護 学術集会
- ◇ 岡山県看護連盟 研修会(玉野・井笠・岡南)/新採用者研修(岡山・津山・倉敷)
- ◇ 一般社団法人 岡山県助産師会
- ◇ 医療法人和風会 中島病院
- ◇ 済生会吉備病院
- ◇ 社会福祉法人全仁会 複合型介護施設ピースガーデン倉敷
- ◇ 医療法人社団あずま会 あずま会倉敷病院
- ◇ 社会福祉法人旭川荘 介護付有料老人ホーム結びの社ホーム
- ◇ 社会福祉法人岡山博愛会 特別養護老人ホーム アダムスホーム
- ◇ 医療法人紀典会 北川病院
- ◇ 公益財団法人慈圭会 慈圭病院
- ◇ 医療法人社団新風会 玉島中央病院
- ◇ 倉敷市立児島市民病院 その他医療施設、福祉施設多数



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



役員選挙の告示

会員各位

(公社)岡山県栄養士会選挙管理委員会

役員の任期満了に伴い(公社)岡山県栄養士会定款第22条により役員の選任を行う。

定款 第5章 役員 (役員の設置及び役員の選出)
第21条 本会に、次の役員を置く。(1) 理事 20名以上25名以内 (2) 監事 2名以内 2 理事のうち、1名を会長、3名を副会長、1名を専務理事とする。
第22条 理事は、正会員の中から総会の決議によって選任する。 2 会長、副会長及び専務理事は、理事会の決議によって理事の中から選任する。 3 監事は、正会員外である有識者より総会の決議によって選任する。

1. 役員の定数
総会で選任する理事20名以上25名以内
2. 投票の日及び場所
平成30年6月9日(土) 定時総会時
株式会社コープP&S オルガホール 岡山市北区奉還町1丁目7番7号 オルガビル地下1階
3. 立候補者の資格及び届け出方法
 - ① 立候補者は、平成28・29年度の正会員であり、平成30年度の会費を納入した者であること
 - ② 支部・事業部からの推薦者
 - ③ すべての人々の自己実現を目指し健やかによりよく生きるとのニーズに応え、専門職業人としての倫理と科学的かつ高度な技術に裏付けられた食と栄養の指導を通して公衆衛生の向上に寄与することができる者であること
 - ④ 選任告示に従って、立候補者本人の経歴等を立候補届用紙(県栄HPからダウンロード)に記入し、平成30年3月31日～4月19日の間に選挙管理委員会(栄養士会事務局)までに提出する。
4. 選任の方法
 - ① 選任は平成30年度定時総会(6月9日)の決議によって行う。
 - ② 立候補者が定数を超えないときは、信任の可否を問う選任決議を行う。
 - ③ 届け出書類に不備または虚偽・不正があるとき、届け出書類が期日に遅れた時は、候補者の資格を失う。

(公社)日本栄養士会代議員選挙の告示

会員各位

(公社)岡山県栄養士会選挙管理委員会

(公社)日本栄養士会の代議員の任期満了に伴い公益社団法人日本栄養士会の選挙に関する規定に基づき代議員の選挙を行う。実施管理は、岡山県栄養士会に委任され、詳細については会報「栄養日本・礎」(Vol.3-No.4)を参照

1. 代議員の定数
平成30～31年度、7名+補欠代議員1名
※代議員の数は、29年度末の会員数によって確定することから変更される可能性がある。
2. 投票の日及び場所
 - ① 平成30年6月9日(土) 定時総会時
 - ② 株式会社コープP&S オルガホール 岡山市北区奉還町1丁目7番7号 オルガビル地下1階
3. 立候補者の資格及び届け出方法
 - ① 平成28年・29年度の正会員であり、平成30年度の会費を納入した者であること
 - ② 日本栄養士会の総会において、本会の全会員の代表として豊かな合意の形成に努めることができる者であること
 - ③ 選任告示に従って、立候補者本人の経歴等を立候補届用紙(県栄HPからダウンロード)に記入し、平成30年3月31日～4月19日の間に選挙管理委員会(栄養士会事務局)までに提出する。
4. 選任の方法
 - ① 選任は平成30年度定時総会(6月9日)の決議によって行う。
 - ② 立候補者が定数を超えないときは、信任の可否を問う選任決議を行う。
 - ③ 届け出書類が不備または虚偽・不正があるとき、届け出書類が期日に遅れた時、選挙当日の総会に欠席した時は候補者の資格を失う。ただし、選挙管理委員長がやむを得ないと認めた時は、この限りではない。

平成29年度理事会報告

1. 平成30年 1月20日

承認事項

- 1) 新入賛助会員承認
- 2) 職務執行状況(会長・専務理事)承認
- 3) 選挙管理委員の承認

審議事項

- 1) 平成30年度基本方針及び事業計画
- 2) 会員増対策

報告事項

- ・国民医療を守るための総決起集会
- ・岡山プライマリ・ケア学会
- ・事業計画書の締め切り

2. 平成30年 3月10日

承認事項

- 1) 新入会員、再入会員承認
- 2) 平成30年度基本方針、事業計画、予算、組織図承認
- 3) 岡山栄養ケア・ステーション実施要領承認
- 4) 高齢会員の名誉会員推戴承認
- 5) 福田道子賞候補者承認

審議事項

- 1) 公益社団法人の運営
- 2) 平成29年度事業実施状況概要
- 3) 情報管理のウイルス対策ソフト購入

報告事項

- ・日栄諮問会議
- ・平成30年度研修会等年間スケジュール

お知らせ



お仕事で悩み事があれば、先輩栄養士がアドバイスいたします。
お気軽にご連絡ください。

TEL : 086-273-6610

事務局だより

☆平成30年度栄養士会費納入のお願い

「日本栄養士会雑誌」等栄養士会からの文書を滞りなくお手元に届けるために、会費納入にご協力ください。会費引き落としをご利用の方は、4月1日に引き落としをしますので、残高の確認をお願いします。

☆氏名・住所・勤務先・所属事業部・管理栄養士取得など変更のあった方は、FAX、Eメールまたは葉書で事務局までお知らせください。転居されていると郵送物は届きません。

平成30年度 岡山県栄養士会定時総会のご案内

日 時：平成30年 6月 9日(土)
10時～

場 所：オルガホール
岡山市北区奉還町1-7-7

特別講演講師：厚生労働省健康局健康課
栄養指導室長

清野富久江氏

新刊書紹介

「佐々木敏のデータ栄養学のすすめ」

女子栄養大学出版社
東京大学大学院教授
佐々木 敏



事務局に
ありますので
ご利用ください。



「1月は行く」、「2月は逃げる」、「3月は去る」と昔から言われていますが、1月はお正月明けからの受験の準備、2月は非常に強い寒波が襲う中での受験であつという間に過ぎ去りました。3月が去ってしまえば暖かくなりますが、生徒たちも去って行く…。

うれしいような寂しいような新学期が始まります。

編集委員 小寺 亮裕