

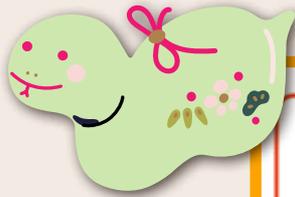
なかな

手もつなごう

第147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



真庭市



デジタル地域通貨「まにこいん」×健幸

岡山県



栄養成分表示見とく事業講習会

総社市



“歩得”・“リン得”健康商品券

美作市



もち麦摂取普及事業

公衆衛生事業部

様々な取り組みを通じて
地域住民の
健康づくりを推進しています

矢掛町



健康フェスタ

岡山市



ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト

赤磐市



街頭啓発

倉敷市

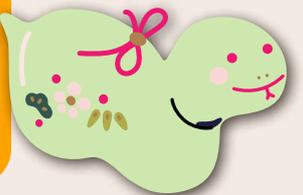


座学官連携事業「イオンdeくら☆けん」

玉野市



元気が一番展&食育展



新年のご挨拶

(公社)岡山県栄養士会 会長 坂本八千代



令和7年の年頭にあたりまして穏やかな新年を迎えられましたでしょうか？今年は昨年のような大きな災害が起きないことを願わずにはられません。災害が少ない岡山と言われますことをありがたく思っております。

ます。

お待ちかねの(公社)岡山県栄養士会のホームページも年明け早々に新しくなる予定です。会員の皆様だけでなくこれから管理栄養士・栄養士になられる学生の皆様にも知りたい、伝えたい情報がわかりやすくページを開いていただけるのではないかと期待しています。会員の皆様により多くの必要な情報発信に努めてまいります。

さて、今回、新年の1ページに当会の課題である、栄養ケア・ステーションの活動について理解を深めたいと思います。再度紹介いたします。ご存じでしたか？(公社)岡山県栄養士会栄養ケア・ステーションができる業務が11指定業務です。

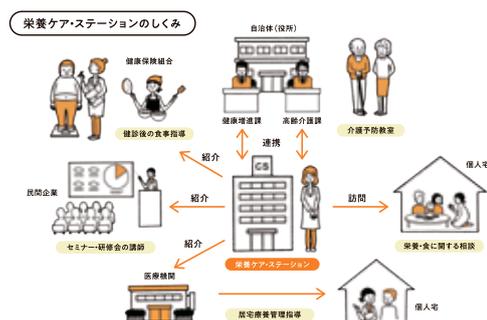
- (1)栄養相談、(2)特定保健指導
- (3)セミナー、研修会への講師派遣
- (4)健康・栄養関連の情報、専門的知見に基づく成果物(献立等)等の提供
- (5)スポーツ栄養に関する指導・相談
- (6)料理教室、栄養教室の企画・運営
- (7)診療報酬・介護報酬にかかる栄養食事指導とこれに関連する業務
- (8)(7)以外の病院・診療所などの医療機関と連携した栄養食事指導
- (9)訪問栄養食事指導
- (10)食品・栄養成分表示に関する指導・相談
- (11)地域包括ケアシステムにかかる事業関連業務です。

これからの高齢化社会を支えて行くのが栄養といわれています。必要とされる食に関する情報を伝えるとともに実際の活動に繋がっていかなくてはなりません。

現在当会では、岡山市と連携して検診後の高齢者の低栄養予防のために在宅での栄養指導を行うため実務者研修も行っていきます。主に岡山市拠点事業所支部でこの活動への参加に同意して下さった会員が希望された市民の方のご自宅に伺って栄養指導な

ど必要な情報提供を行っています。参加された市民の方に好評でリピーターもおられます。津山拠点事業所支部では医師会と協力してフレイル予防に積極的に取り組まれています。拠点事業所支部がそれぞれの地域で様々な活動を行うことができます。例えば、拠点事業所が中心となって地域食堂を開設することも可能です。月1回でも集まってバランスのとれた食事を一緒に食べておしゃべりをする場所を作って、そこに岡山県歯科衛生士会、介護福祉士会、看護協会のメンバーと一緒に参加することで、参加される方々に必要とされる情報を届けることができます。参加される方が増えれば月1回から月2回と開催することができます。地域の高齢者を支え、健康寿命を延伸する活動に繋げることができます。このように、我々は、食にかかわる様々な活動を展開することができます。しかし、よく似た名称の認定栄養ケア・ステーションは(7)~(9)の業務以外を担当することになります。現在岡山県には認定栄養ケア・ステーションが3か所活動しています。昨年のトリプル改定で認められた、障害者(児)や難病疾患の対象者に対する障害福祉サービスを提供した事業所への対価で、栄養アセスメントと適切な給食が提供されているか評価する仕事を依頼されることが多くなりました。メニューだけでなく、実際に提供されている食事を拝見し、修正できるところは改善案を示し、メニューの例も紹介することができます。この業務を認定栄養ケア・ステーションに繋いでいきます。

各支部の活動は正式名称を栄養ケア・ステーション拠点事業所〇〇支部の活動ということになりました。地域住民から必要とされる情報を提供する大事な任務があります。会員の皆様に何かできることを担っていただき、協力して県民や地域から必要とされる岡山県栄養士会の活動に繋がっていきたく考えています。ご参加、ご支援をお願いいたします。



令和6年度公益社団法人岡山県栄養士会定時総会及び特別講演 開催

公衆衛生事業部 山口 育子

令和6年6月8日(土)、Web配信により「公益社団法人岡山県栄養士会定時総会」が開催されました。岡山県の伊原木隆太知事からは、ビデオメッセージでご祝辞をいただきました。

また、日本栄養士会の中村丁次次代表理事会長からは「管理栄養士・栄養士は、栄養と食の専門職として、「栄養の力」ですべての国民が健やかに心豊かに幸せに生活できる持続可能な社会の実現に向け、最大限の努力をしていきましょう。」とのメッセージがありました。

その後、岡山県知事表彰、岡山県医療福祉部長表彰、福田道子賞の表彰者の紹介がありました。受賞された皆様、おめでとうございます。

定時総会では、書面表決815名で、総会員数1,503名の2分の1以上になり、有効に成立しました。第1号議案岡山県栄養士会理事及び監事選任の件、第2号議案日本栄養士会代議員選任の件、第3号議案令和5年度貸借対照表及び損益計算書（正味財産増減計算書）、財産目録承認の件、第4号議案岡山県栄養士会名誉会員承認の件について、原案どおり承認・可決されました。

また、理事会報告、令和5年度事業報告、令和6年度基本方針・事業計画・予算の件についても、賛成多数で可決され総会は終了しました。

坂本会長のもと理事に選任された皆様、2年間よろしく願いいたします。

続いて、「栄養士会の皆様への期待」と題して、岡山県保健医療部保健医療統括監で岡山県備中県民局備中保健所長の則安俊昭氏の特別講演がありました。保健・医療・介護分野で今起きていることをしっかり知らないといけないとおっしゃられました。日本の人口構造は、現在は1人の高齢者を2.6人で支えているが、少子高齢化が一層進行する2060年には1人の高齢者を1.2人で支える社会構造になると想定される。これからの日本のための財政は、税の増収分は高齢者中心でなく「全世代型」の社会保障制度にあてないといけない。支える人を広げるために、少子化対策

と女性・高齢者も働きやすい環境づくりをし、より子育てのしやすい環境、より充実・安心な老後を過ごせるようにしていかなければならない。医療介護制度は改革され、「治す医療」から「治し支える医療」へ変わってきている。ずっと病院の中で治療をし、命をながらえるために際限なく医療費をつかうのではなく、生活・人生の質を大切にしていくなよりの考え方である。重度の要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現しないとイケない。食べることは楽しみのひとつで家族と一緒に食事は癒される時間である。お話をお聞きしながら「私たち栄養士の出番である！」と思いました。

則安先生からは、栄養士会の栄養ケア・ステーションに大いに期待している。診療所の先生方が使いたいと強く思い、使い始めてもらう努力をしてほしいと叱咤激励をいただきました。連携するには、お互いの価値観、能力とその限界を知り、相手の立場で考える姿勢、誠意をもって応える姿勢、無理をお願いし、本当に無理なら断れる関係を基礎として、話し合い・交流・連携を重ねることが重要と教わりました。

また、管理栄養士・栄養士自身の健康な生活、地域住民の健康な生活を守るために職能として、職能団体として善良な国民として積極的な情報収集、適切な判断と尽力を言われ、もっと幅広い視野を持ち、様々なことを学び吸収していかなければと思いました。



紹介します！ 岡山県栄養士会栄養ケア・ステーションの活動

栄養ケア・ステーション部 下山英々子

日本栄養士会は、2018（平成30）年から「認定栄養ケア・ステーション認定制度」を開始しました。個人でも法人でも運営することができます。都道府県栄養士会を窓口にして認定申請を行います。資格要件は栄養ケア業務を実践できる体制、環境、経済的裏付けと専任の管理栄養士を責任者として配置することです。2021（令和2）年からは医療・介護での栄養ケア体制が整備されていることが要件に「機能強化型認定栄養ケア・ステーション」が追加されました。

岡山県栄養士会の栄養ケア・ステーションとしての活動として令和4年11月より透析専門クリニックと契約を結び、登録会員が栄養指導を行っています。この度、そのクリニックでは集団栄養教室も始めるということで新たな契約を結びました。

現在岡山県では、3つの「認定栄養ケア・ステーション」が地域に根差した活動を行っています。そのうちの2つの活動については次の6ページ、7ページで紹介します。残念ながら機能強化型認定栄養ケア・ステーションは活動していません。

県下では地域包括ケア病棟や回復期リハビリテーション病棟を持つ医療施設では機能強化型認定栄養ケア・ステーションの立ち上げを検討している段階になっています。

令和6年の診療報酬の改定で、入院・外来ともに新設された加算や体制加算があり、医療施設内での管理栄養士の業務が増加したこと、医師を始め他職種の理解が得にくいことなどが推測され、気持ちはあるけれど、前に進んで行かないのが現状です。

在宅療養患者の栄養状態の調査では、約70%の方に「低栄養または低栄養のおそれがある」との結果がでています。在宅療養となった場合に、効果的に自立支援を行い、重症化を防ぐために、各事業部の皆様の協力が重要と考えます。

医療事業部では、昨年は岡山県における「機能強化型認定栄養ケア・ステーション」について医療事業部としての共通の理解が必要な時期を迎えて

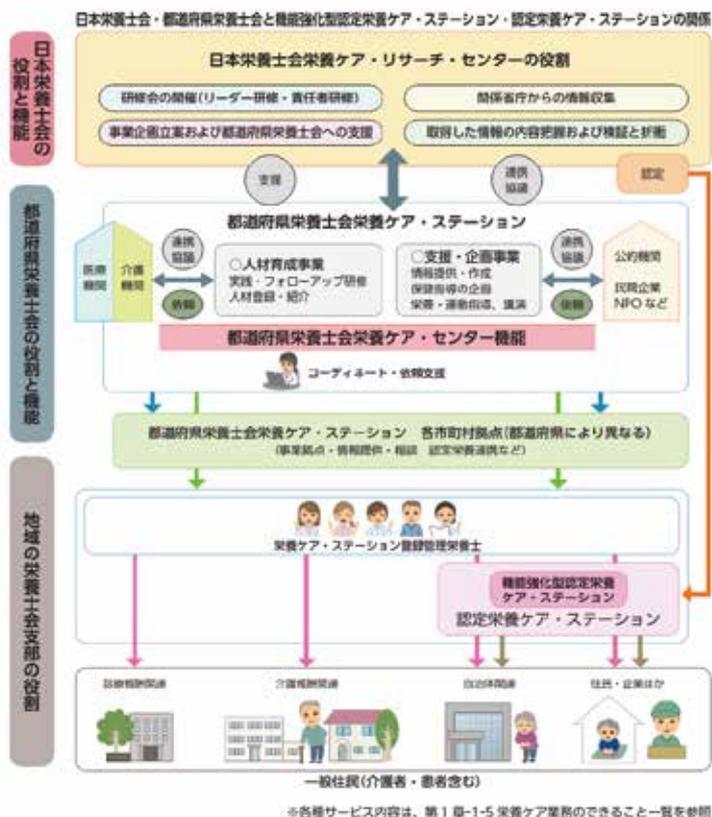
いると考え、意見交換のための臨時会議を開きました。

機能強化型認定栄養ケア・ステーションを立ち上げることに理解のあるクリニックでは訪問栄養食事指導のほかにITを活用した栄養指導はできないか、また栄養食事指導だけの対応ではなくて言語聴覚士などリハビリのスタッフや看護師なども一緒に共同できたらと模索中です。

並行して、岡山県栄養ケア・ステーションにおいては長く県内の地域活動を実践してきた11支部を栄養ケア・ステーション12拠点事業所へ移行し、地域密着型で健康を支える取り組みも順調に進んでいます。

日本栄養士会では重点項目のひとつとして全国に機能強化型認定栄養ケア・ステーションの設立を働きかけております。次回の医療・介護の報酬改定までには岡山県において複数の施設が稼働していることを実現しましょう。

実働が可能な栄養ケア・ステーション登録管理栄養士を増員し、切れ目のない栄養管理に向けて、皆様のご支援、ご協力をよろしくお願いいたします。



※各種サービス内容は、第1章-1-5 栄養ケア業務のできること一覧を参照

栄養ケア・ステーション拠点事業所としての活動

岡山市拠点事業所支部 宇野富美子

岡山市拠点事業所支部は栄養ケア・ステーション（以下栄養CS）の拠点事業所としての活動を行っています。特に各種イベントでの「食・栄養に関する相談」や「検診後の食事指導」「料理教室の企画運営」などです。実際の活動では、栄養CSと支部活動の区分けが分からず、コーディネーターの春名先生に確認を取りながらの活動しています。

昨年度の栄養CS活動は「ミルクフェア」のイベントでの栄養相談でした。2名の栄養士で約100名の相談を行いました。その他さまざまな活動を行って

ますが、栄養CSと協力して行っていきたいと思っています。

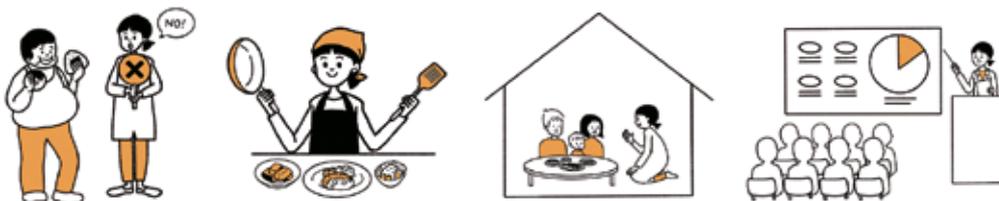
支部会員の協力を得ながらの活動ですが、活動の企画運営を行う上で、栄養CSの意義を理解し、協働していくことが求められます。地域住民の健康の維持・増進に寄与するための活動であるので、積極的に活動し社会に貢献したいと思っています。

支部の会員の皆様、平素より支部活動にご理解いただきありがとうございます。今後ご協力をお願いすると思いますのでよろしくお願いいたします。

会長からの一言！

(公社)岡山県栄養士会栄養ケア・ステーション拠点事業所各支部の活動について

ご存じのことと思いますが、支部の名称が拠点事業所〇〇支部に変わっています。そこで、もう一度みなさんに考えていただきたいことがあります。職能団体として我々のスキルをもって栄養の指導にあたり、イベントなどに参加し評価を得ています。それはボランティア活動ではなく、例としてですが、1時間程度の講演を行った場合には10,000円、調理実習を伴う講師を行った場合は15,000円、訪問栄養相談（自費サービス）：1時間では5,000円の対価をいただくことだと考えます。これまで、県や市町村など、様々なところからの依頼で管理栄養士・栄養士としてイベントなどに参加していただき、感謝申し上げます。さてその事業に参加する場合、日当や交通費さらには、リーフレットなどの印刷はどう考えられていますか？そもそもどこからの依頼でしょう。以前から支部の活動なので継続しているといった内容が多く見受けられます。依頼元とご相談の上、予算をつけていただくことが妥当と思います。現在、栄養士会では、研修会など参加者が減り、岡山県からの予算なども事業見直しで結果的に減ってきています。そのような中、日当や交通費の持ち出しが増えると必然的に会費値上げということにならざるを得ません。栄養ケア・ステーション活動として、依頼元とご相談いただき、予算立てが難しい場合は一旦中止することも考えてください。栄養士会として、収支トントンの活動をするを会員の皆さんに考えていただきたく思います。



サンヨー薬局認定栄養ケア・ステーションの取り組み

サンヨー薬局 認定栄養ケア・ステーション 関藤 直美

2023年9月に開設したサンヨー薬局認定栄養ケア・ステーションは、まもなく2年目の春を迎えます。母体であるサンヨー薬局は、創業以来在宅業務に取り組み、地域の皆様の健康サポートに力を入れてきました。現在2名で活動していますが、この1年余りは、地域に根ざした薬局ではたらく私達に何ができるかを考えながら、地域とのつながりを深め、栄養ケア・ステーションの認知度向上に努めて参りました。料理教室や講演、SNS配信など様々な活動を通じて、栄養士としての役割を改めて実感する充実した日々を過ごしています。今回は特に印象深かった活動を振り返り、ご紹介させていただきます。

地域での講演活動

私たちの活動の柱の一つである地域での講演活動は、栄養ケア・ステーション開設以前から力を入れてきた取り組みです。「熱中症対策」や「減塩」「フレイル予防」など、地域の皆様のニーズに応じたテーマでお話しています。「熱中症対策」についての講演では、薬局で販売している経口補水液を紹介し、その効果や使用方法についても詳しく説明しています。夏場には、デイサービスや地域サロン、公民館など様々な場所でお話させていただきました。熱中症予防に役立つレシピや手作り経口補水液の作り方を紹介し、家庭で手軽に実践できるようサポートも行いました。講演のたびに、参加者の方々の熱意や関心の高さに触れ、健康維持への強い思いを共有することができました。

公式LINEでの情報発信

その思いをより多くの方々に届けるため、ホームページや公式LINEを活用し、健康情報や活動報告を配信する取り組みも行っています。

公式LINEを通して、毎月の『食だより』や日々の活動を直接配信することで、より多くの方に活動を知っていただくきっかけとなりました。日常的に使うツールであるため、多くの方が気軽に情報を受け取ることができ、寄せられる質問等への対応もできます。LINEを通じて管



理栄養士の存在を知り、実際に薬局を訪れて相談をしてくださる方も増え、地域とのつながりがより一層強まっていると感じます。

就労継続支援施設の食事提供に関わる支援

最後に、就労継続支援事業所での食事提供に関わらせていただいたこと（今後も継続予定）についてお伝えします。令和6年10月より「食事提供体制加算」の算定要件に栄養士の確認が加わりました。主な業務は、事業所で提供する献立の栄養面を確認することです。スタッフの方々から「食事は利用者の楽しみなので、あまり制限したくない」という声が多く寄せられ、食べることが生活に欠かせない喜びであることを再認識させられました。限られた予算の中で、利用者の方を思いながら食事を作るスタッフの方々の努力にも感銘を受けました。事業所の特色を尊重しつつ、適切なアドバイスをするよう心掛けています。改めて、食事が生活の質を向上させる重要な要素であることを実感し、今後も食事の持つ力を多くの方々に届けていきたいという思いになりました。

今後の展望

サンヨー薬局認定栄養ケア・ステーションは、今後も地域活動に力を入れ、地域の皆様の健康維持に貢献していきたいと考えています。日々の活動を通じて、栄養士が地域社会の健康に大きく貢献できることを実感しています。専門知識を活かしながら、皆様の健康を支える役割を担うことは、非常にやりがいのある仕事です。これからも、地域の皆様に健康の大切さを伝えるとともに、日常生活での実践をサポートして参ります。



アール・ケア認定栄養ケア・ステーションの活動について

株式会社アール・ケア 河原 利奈

私たちは、令和6年4月に「地域住民にとって心と食を豊かにするサポートを」を基本理念として、アール・ケア認定栄養ケア・ステーション（アール・ケア認定栄養CS）を開設しました。（写真1）栄養ケア・ステーションとは、管理栄養士、栄養士が地域住民の日常生活の場で栄養ケアを実施、提供するための仕組みであり地域密着型の拠点となります。アール・ケア認定栄養CSでは、活動拠点である玉野市をはじめ、岡山市、倉敷市などで、管理栄養士5人体制で活動を行っています。実際に、健康の維持・増進を目的とした栄養相談や、地域住民の方向けの介護予防教室、企業向けのセミナー、研修会の講師など幅広い分野で栄養ケアへの対応が可能となっています。今回は実際に活動を行った3つの事例についてご紹介致します。

1つ目の事例としては、岡山県栄養士会の委託事業として岡山市訪問介護インセンティブ事業についての取り組みになります。認定栄養CSから出向した管理栄養士と訪問介護員が利用者宅を同行訪問し、その場で利用者の栄養状態のアセスメントを行い、在宅高齢者にどのような栄養ケアが必要か検討します。アセスメントした内容を基に、訪問介護員（ヘルパー）と連携を図り、その方に合わせた必要な栄養素の促しができているか、食事に偏りがないかなどフィードバックや助言をさせていただきます。また、訪問介護員が利用者の代わりに食材の購入（お惣菜）などをする際のアドバイス等も併せてさせていただきます。

2つ目の事例は、玉野市の介護予防事業になります。玉野市の介護保険第1号被保険者の自立した日常生活を支援するため、フレイルや生活習慣病予防に適した食事についての講座の依頼を受けています。参加者は、比較的独居の方が多くいらっしゃり、普段から食事を簡単に済ませてしまうため栄養面の偏りがみられました。そのため、スーパーやコンビニでも手軽に購入できる、カッ

ト野菜や冷凍食品を使ったレシピの紹介、電子レンジを使った時間短縮術など普段の料理で取り入れやすいよう工夫してお伝えしました。また、普段の食生活をチェックシートを用いて振り返っていただき、ご自身で栄養素の偏りを認識していただくなど、できる限り参加型の開催を意識し行いました。

3つ目の事例は、就労継続支援B型事業所からの食事提供体制加算の依頼になります。令和6年度の報酬改定に伴い、事業所に管理栄養士等の在籍がない場合、栄養CSもしくは、保健所の管理栄養士などと連携を図ることが必要になりました。食事の献立についての助言や確認を行い、必要な栄養素は含まれているか、偏りがないか、品数は適正であるかなど栄養面に関して、事業所と連携を図っています。また、必要に応じて現場の調理員と連携を図り、利用者の体重や食事摂取量についても把握し、利用者の個々に合わせた必要栄養量などの提案を行っています。

この度、アール・ケア認定栄養CSを開設し、外部から様々な依頼を受け、現場とは異なった経験をさせていただいています。今まで経験したことがなく、分からないことも多々ありますが、日々研鑽しながら充実した活動が行え、自身の成長に繋がっているように感じています。また、食を通じて、普段では関わる事がなかった方々との多くの出会いもあり、在宅の管理栄養士としての視野や考え方が広がりました。

在宅分野での管理栄養士は、まだまだ認知度は低いですが、栄養CSから外部への活動を継続することにより、在宅分野における管理栄養士の必要性をより感じていただけるよう努めて参ります。

今後も、地域住民の方々が住み慣れた地域で、人生の最後まで在宅生活が送れるよう、私たち管理栄養士が少しでもサポートをできることは何かを模索し続け、地域住民の方々をご支援できればと考えています。



（写真1）アール・ケア認定栄養ケア・ステーション

令和6年度第1回岡山県栄養士会医療事業部研修会 「今話題のGLIM基準を中心に栄養アセスメントとフレイル・サルコペニア対策を学ぼう」

医療事業部 今井 博美

令和6年度第1回岡山県栄養士会医療事業部研修会が「今話題のGLIM基準を中心に栄養アセスメントとフレイル・サルコペニア対策を学ぼう」と題して開催されました。ハイブリッド形式でWeb21名、会場50名の参加者で満席となり参加者の熱意を感じる研修会となりました。

川崎医科大学総合老年医学教室の杉本研先生より「高齢者を対象とした最も適切なアセスメントツールを学ぶ」と題してご講演いただきました。超高齢社会の現在、高齢者は健常から寝たきりまで多様であり、年齢、見かけでは個人の状態を捉えることが困難です。高齢者総合評価などのツールでスクリーニングを行い、栄養リスクありの場合GLIM基準による低栄養診断を実施し、より効果的な治療を行う必要があります。フレイル対策として毎食たんぱく質が必要で、特に朝食のたんぱく質摂取が筋肉量、筋力維持に有効です。

香川大学医学部薬理学の西山成先生より「食塩の神秘・食塩とフレイル・サルコペニア」と題してご講演い

ただきました。食塩の一日平均摂取量は、旧石器時代1.5gに対して現代は10.5gで過剰摂取による高血圧患者が増加しています。進化の過程で陸上での体温保持（水分＋塩分）により、血圧を上昇させることに成功したといわれています。Na⁺の新常識として、①Na⁺は、加齢や高血圧により、皮膚、筋肉にNa⁺が蓄積され筋肉のオートファジーが進み筋肉が溶解する、②体内に蓄積した過剰な塩は、フレイル、サルコペニアを悪化させる可能性があることが示唆されています。対策として過剰摂取に注意し「減塩」で高血圧、動脈硬化を予防することです。次の栄養のターゲットは、腎臓の石灰化（老化）を引き起こす「リン」であり、リンの成分表示や低リン食の必要性に関連する研究が進んでいくと思われます。

各講演に関連したテーマで4施設から症例提示があり、活発なディスカッションが行われ有意義な研修会となりました。

学校健康教育事業部研修会

岡山市立横井小学校 光森 真里

令和6年7月13日(土)に令和6年度学校健康教育事業部研修会を開催しました。この研修会は、栄養教諭等が児童生徒に対し、集団指導では解決しにくい個別性の高い健康課題について改善を促すための栄養学・教育学の専門的スキルの向上を目的としました。

参加者の関心も高く、50名の予定が53名と増えました。研修会では、「学校における個別的な相談指導のポイント」と題して、新潟市立桃山小学校栄養教諭（公認スポーツ栄養士）の齊藤公二氏による講義及び演習がありました。

講義では、「食に関する指導の手引き－第二次改訂版－」、「栄養教諭を中核としたこれからの学校の食育」、「岡山県の児童生徒の発育状態の概要」及び関連した「論文」を根拠に、個別的な相談指導の必要性について説得力のある説明がありました。

演習は京都市立新町小学校栄養教諭の東美里氏、倉敷市立大高小学校栄養教諭の藤原由美氏らの2つの事例発表を基にした実践に即したもので、齊藤氏考案の「成長予測個人目標栄養供給計画算出シート」を使用して行われました。その中で、スクリーニングにおいて対象児童生徒を抽出する際の視点やアセスメント及び成長曲線・

肥満度曲線作成の重要性、食事調査の画像による摂取栄養量の算出法などの解説がありました。

本研修会では、根拠を持って課題抽出から個人目標設定、栄養補給計画並びに行動計画作成、実践、再アセスメント、評価という正しいマネジメントの重要性を強く感じました。

終了後のアンケートでは、本研修内容を実践に移すには「スキルアップへの本人の努力」と答えた者が82%おり、実践への意欲そして実践に繋がる研修会になったと感じました。



「隣のハラール食」～作ってみた！食べてみた！～について

地域活動事業部 下田 裕恵

今年度の地域活動事業部スキルアップ研修会は高知県立大学 健康栄養学部 准教授 島田郁子先生をお招きしてハラール食についての講演と実習を行いました。

暑さも収まらない9月14日、会場である岡山ふれあいセンターには早くから県内外の参加者に集まっていたきました。

準備された食材も調味料も使い慣れたものに見えましたが、しょうゆ、マヨネーズ、コンソメはハラール対応、チーズは植物由来の酵素使用、ツナ缶はアミノ酸やだしが入っていないもの等意識していなければ見落としまじりそうな材料が並んでおり、開始前から写真を撮ったり講師に質問したりと期待は高まる一方でした。

最初に「ココナッツミルクカレーラーメン」「パックス

ッキング風ラタトゥイユ」「しらすとチーズの△揚げ」「切り干し大根ハラールマヨ和え」「バックッキング果物かん」の5品を各班で作って試食。ハラールの食材について班の方と話しながら作るの、実習をする研修会が久しぶりなのもあってとても楽しかったです。またどの料理も美味しく、先生に「チリソースやしょうゆで味変するとさらに美味しいですよ」と教えていただき各自好みの味も楽しみました。

試食後はイスラム教、ハラール食についての講演で、学校、企業、病院、施設など様々な場所で必要になるハラール食を学べた事はとてもありがたかったです。大学の保育士を目指す学生にも伝えたいと強く感じ、このような機会があれば次回も参加したいと思いました。



中国5県医療・福祉事業部合同研修会に参加して

福祉事業部 窪田 紀之

令和6年9月28日(土)に中国5県医療・福祉事業部合同研修会がWeb開催されました。この研修会は、令和6年度診療報酬、介護報酬、障害福祉サービス等の同時改定が施行されたことを受けて、「業務をするうえで分からないことや、困っていることを本音で語る」をテーマにしています。プレゼンターとして、医療・福祉の各事業部から3名ずつの情報提供がありました。その後、プレゼンの内容や事前に受け付けた質問に対して、演者とともに厚生労働省からお招きした日名子まき氏、斎藤陽子氏の2人の栄養系技官が回答や解説をしました。

午前のセッションでは、医療事業部からGLIM基準を用いた低栄養診断の導入や食材料費の高騰、栄養情報提供書の活用、腎臓病透析予防指導についての情報提供がありました。その後は日名子氏を交えて活発な意見交換がありました。特に食材料費の高騰はどの医療機関でも頭を悩ませている課題であり、アンケートからは「同じ悩みを共有できた。栄養剤の使用の仕方も参考になった」との回答がありました。

午後のセッションでは、福祉事業部から今回の改定で算定要件が変わった再入所時栄養連携加算、新設された退所時栄養情報連携加算、リハビリテーション・機能訓

練、栄養、口腔の一体的取組についての情報提供がありました。その後の質疑応答では、栄養ケア計画書の同意の確認方法や科学的介護情報システム(LIFE)の運用に関して意見交換がありました。斎藤陽子氏からは「今日の研修会を聴講し、いかに効率よく業務ができるかを考え、自施設に活かすことが大切である」とメッセージがありました。

今回の改定では、医療と福祉の連携、また歯科との連携が求められる加算が増えています。研修会を通じて同職種、他職種との連携を深めたいと感じました。

令和6年度同時改定＝医療・福祉の連携

- 再入所時栄養連携加算(介護)
 - 一施設栄養士が医療機関の管理栄養士に「会いに行きたい」と問い合わせがある、かもしれない。
- 栄養情報連携料(医療)
 - 一医療機関の管理栄養士から施設栄養士に栄養情報に関する電話がある、かもしれない。

お互いの加算について、理解を深める！

図 窪田のスライドから抜粋

令和6年度第1回岡山県栄養士会公衆衛生事業部研修会に参加して

公衆衛生事業部 原田 知佳

令和6年10月7日、第1回岡山県栄養士会公衆衛生事業部研修会がZoomで開催されました。「健康なまちづくりをすすめるために」と題し、筑波大学人間総合科学学術院人間総合科学群教授 久野譜也先生よりご講演をいただきました。久野先生から「今後のまちづくりには、0次予防の視点から社会環境に介入し、まちそのものを自然と健康になれる場所に変えるという考え方が必要である。」とのお話があり、環境が健康に与える影響や多職種連携の大切さを学びました。また、変化する社会や人々に適応できる柔軟性が求められることを実感しました。

グループワークでは、「わがまちの健康課題とその改善策について」をテーマに、壮年期・高齢期の健康課題に対する各自治体の取り組みや業務の悩みを共有し、自分の業務の進め方等を見直すことができる有意義な時間になりました。

研修会を通して、課題に対して幅広い視点で考え、地域の特性や住民の思いに耳を傾けながら、自然と健康になれるまちづくりに向けて尽力していきたいと感じました。

令和6年度岡山県栄養士研修会

「災害時の栄養を守る視線者が知っておいた方良いメンタルヘルスの理論とスキル」

地域活動事業部 細川 良子

令和6年10月12日(土)、岡山ふれあいセンターで岡山大学学術研究院ヘルスシステム統合科学学域の原田奈穂子教授より講義と実習を織り交ぜた研修を①災害時の人と地域のメンタルヘルス②精神保健及び心理社会的支援③サイコロジカルファーストエイドPFA④支援者のメンタルヘルスの内容で講演していただきました。

実習の中で災害や災害支援と言っても人によって違って「ズレ」があるということがトラブルを起こすことになると認識しました。それは、支援中でしてほしい

こと、してほしいことも「ズレ」がある。国連が考えている包括的な支援の在り方であるクラスタアプローチで人権を守られるような支援をするために最低11の領域が必要と説明がありました。

サイコロジカルファーストエイド(PFA)は深刻なストレス状態にさらされた人に対する人道的、支持的、かつ実際に役立つ援助で専門家でなくても使えるツールでスキルの1P+3Lを意識して対応することを学びました。



クラスタアプローチ



PFAのスキル1P+3L

<p>Preparation 準備</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・支援者である自分自身が安全(基本的ニーズが満たされている)状態であること ・現場の情報を収集する ・支援リソースを調べておく ・発災前の情報を収集する ・文化を学ぶ 	<p>Look 見る</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・急を要する基本的ニーズがある人を確認 ・深刻なストレス反応を示している人を確認 	<p>Listen 聞く</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・声をかける ・自己紹介する ・必要なものや気がかりなことについてたずねる ・耳を傾け、気持ちを落ち着かせる手助けをする 	<p>Link つなぐ</p>  <ul style="list-style-type: none"> ・情報を提供する ・必要なつながりや社会的支援と結びつける ・自分で問題に対処できるように手助けする
--	---	---	---

出典：原田奈穂子先生研修会資料より

食を通じて健康になれる晴れの国おかやまを目指して ～おかやまからだ晴れ食サポーター登録事業について～

岡山県保健医療部健康推進課 石井みのり

岡山県では、今年度から新たに「おかやまからだ晴れ食サポート事業」をスタートしています。その内容について、ご紹介します。

令和3年度県民健康調査の結果から、「食塩の過剰摂取」「野菜の摂取量の不足」「食事バランスの乱れ」の課題があることが明らかになりました。本事業は、

これらの課題の改善に向けて、県民がそれぞれの健康への関心度によらず、食を通じた健康づくりに取り組むことができることを目的として実施しています。

サポーターには、外食店だけでなく、食品を扱う小売店や持ち帰り専門店も登録することができます。サポーターは、栄養成分表示やヘルシーメニューの提供だけでなく、「卓上に調味料を置かない」や「野菜の商品やメニューを手に取りやすくする」などを自ら取り組むことを宣言し、実施します。

岡山県栄養士会の皆様には、「おかやまからだ晴れ食サポーター登録事業」の「栄養価計算」と「ヘルシーメニューの開発相談等」の業務に御協力いただき、サポーターの取組の支援をしていただいています。

食を通じて健康になれる晴れの国おかやまの実現のため、サポーター増加に向けて、働きかけていきますので、今後ともご協力をお願いいたします。

あなたのお店

「おかやまからだ晴れ食サポーター」 として登録しませんか？

おかやまからだ晴れ食サポーターとは？

「晴れの国おかやま」でからだ晴れ晴れと喜ぶような健康づくりを、「食」の面から推進し、健康に配慮した食事の提供、健康・栄養に関する情報発信等の取組を通して、県民の健康づくりの推進を宣言した食品関連事業者（施設）です。

岡山県の食生活では何が問題？

食塩摂取の現状

男性	12.1%	87.9%
女性	13%	87%

男性7.5g未満、女性6.5g未満の目標よりも摂取している人が多いです。

野菜摂取の現状

男性	18.2%	81.8%
女性	17.7%	82.3%

1日350gの目標に達している人が少なくなっています。

①～④のいずれか1つ以上取組を行って「おかやまからだ晴れ食サポーター」へ登録

① 健康・食育情報を発信している

たとえば…

- 岡山県が作成した食育媒体（リーフレット等）を店内に設置している
- 提供メニューの栄養成分表示をしている
- 健康づくりの相談、イベントの案内などを行っている
- 料理教室、食育体験などの開催 等

② 野菜摂取量の増加に取り組んでいる

たとえば…

- ポスター、メニュー表などに野菜摂取の呼びかけをしている
- 野菜や野菜メニューを選択しやすいように工夫している
- 1品あたり野菜70g以上のメニューを提供している
- その他独自の取組を行っている 等

③ 減塩に取り組んでいる

たとえば…

- 減塩の調味料を販売している・選択できる
- 食塩摂取量を減らす取組をしている
- 飲食店等の料理について、同じ商品で以前提供していた料理と比較して減塩となっている
- その他独自の取組を行っている 等

④ 適切な量と質の食事の提供に取り組んでいる

たとえば…

- ポスター、メニュー表等で主食・主菜・副菜をそろえるよう呼びかけている
- 定食など主食・主菜・副菜のそろった食事を提供している
- 食事バランスガイド等を示して、個人の必要量と食事の栄養素等との関係を説明している
- その他独自の取組を行っている 等

事業の詳細は、
二次元コードから→



岡山県栄養士会事務局からの流れ

各支部長に依頼事業者・内容について「岡山県栄養士会への応援依頼申請書」にて連絡をする。

各支部長から担当可能な会員に連絡

会員は申請事業者と連絡を取り、依頼されたメニューの栄養価計算を行う。

栄養価計算の際には、実際に提供される料理と食品重量などに誤差がないか必ず照合する。

必要に応じてヘルシーメニューの提案を行う。

実施結果について「岡山・栄養ケアステーション事業報告書」に記載の上、支部長を経由して岡山県栄養士会事務局に報告する。

【改善、要検討事項、感想等】の欄に栄養成分の計算メニュー、品目数・メニュー開発にかかる提案件数を記入の上提出のこと。担当者には交通費と報酬を支給する。

栄養ケア・ステーションに向けての活動

高梁・吉備拠点事業所支部 荒木 枝里

高梁・吉備拠点事業所支部では年に3回情報交換会を行い、栄養士同士が顔見知りになり交流を広げ、助け合える関係作りができるよう連携を図り活動しています。



昨年に引き続き「にゃんコード」高梁・吉備支部の食形態マップへの参加登録施設の新規を増やし、内容の見直しの実施を行います。

本年度は吉備国際大学の大学祭に、備北保健課の方よりのお声掛けもあり参加させていただき、大学生の食生活の実態把握を目的とする食事のアンケートを実施。食

事・栄養に関する普及啓発ができる取り組みを行っております。

また、高梁市の市民公開講座に地域に携わる多職種と連携を図り、高齢者向けの低栄養の予防を目的に日頃の食事量やたんぱく質が足りていますか？と声かけをしながら食事改善に繋がる寸劇を行います。短時間ではありますが、栄養の過不足がないかなど毎日の食事改善のきっかけになり、市民の皆様の健康づくりに貢献できるよう今後も栄養士活動を取り組んでいきたいと思っております。



栄養ケア・ステーションに向けての活動

新見拠点事業所支部 立花みどり

新見拠点事業所支部では、長年行っている健康まつり等での栄養相談事業に加え、近年地域からの依頼が増えており、栄養士・管理栄養士の活動の場が広がっています。現在実施している3つの事業について紹介します。

まず1つ目は地域の公民館事業の料理教室です。「続けられる減塩食」「高齢者が食べやすい食事の工夫」「郷土料理」など、テーマに応じて医療、福祉、学校等の各分野の栄養士が講師となり、調理実習や講話を通して子どもから高齢者を対象とした食育活動を実施しています。参加者からは「普段の生活の中で会う機会の少ない専門域で働いている栄養士に教わる事は新鮮でとても勉強になる」と好評です。

2つ目は、新見市社会福祉協議会から依頼を受け、新見市社会福祉法人連絡協議会、新見公立大学の学生有志と協力をしながら「ぴおーらキッチン（地域食堂とふれあいの場の提供）」で食事提供を行っています。回数を重

ねるごとに事業の認知度や来場者数が増え、多くの市民に喜んでいただけている事業の一つとなっています。

3つ目は、今年度初めて実施した大学生への食育事業『栄養ワンダー2024』です。本市には新見公立大学があり、一人暮らしをしている学生が多くいます。そこで食育SATシステムやベジチェックを実施し、栄養バランスや野菜摂取量を“見える化”することで、普段の食生活を見直してもらうよい機会となりました。

今後も専門性を活かしながら様々な関係団体と連携し、地域住民の健康づくりに貢献していきたいと思っております。



勝英支部のスキルアップを目指した運営活動

勝英拠点事業所支部 濱田奈緒子

9月6日に研修会を開催し、食品衛生の管理や減塩について、美作保健所と中国学園大学から講師を招いて講演をしていただきました。食品衛生の管理では、HACCPに基づいた衛生管理の要点について詳しく教えていただきました。日ごろ実施している衛生管理がマンネリ化していないか再度振り返り、もう一度原点に戻って衛生管

理を見直していきたいと思えました。毎日の調理従事者の健康観察の確認、和え物などの加熱・冷却時の温度測定と記録、掛け持ち作業が行われていないか、作業ごとの手洗いの励行など、二次汚染防止をしっかりとしていきたいです。減塩についての講演では、減塩にすると対象者や施設長からクレームを受けることが多々あるので

すが、様々な調味料や香辛料などを用いることにより料理を美味しくする方法、食べる時の温度が食事の美味しさを左右することなどを学びました。10月18日には、多職種研修会に参加し、「看取り」をテーマに研修しました。ACPをする際はタイミングが大切であり、本人は何を大切にしているのか、本当に最先端の医療を受けたい

のかなどその人の価値観をしっかりと聞き、これを共有することが大切であることを学びました。また、ACPはプロセスが大切で、決まった型にはめず継続すること、柔軟性をもって対応することが一番大事であると実感しました。今後もこのような研修会を開催し、地域全体で栄養ケア・ステーションを向上していきたいと思います。

栄養ケア・ステーションに向けての活動

東備拠点事業所支部 山本 美和

東備拠点事業所支部の活動地域は、赤磐市、和気町、備前市です。栄養ケア・ステーションの活動としては、過去に和気町ふるさとまつりへ参加しました。学校給食共同調理場の様子、地元野菜を当てるクイズや地元食材を使った給食の紹介、生産者の方への取材をし、パネルやパソコンを使って紹介をしました。

また、栄養成分表示の店では、巡回指導をさせていただきました。

今後は、栄養ケア・ステーション事業を他事業部の栄養士のみなさまのお力をお借りし、食や栄養についてのサポートができるような活動ができたらと思っています。

栄養ケア・ステーションに向けての活動

総社拠点事業所支部 鳥井 佳奈

総社拠点事業所支部は、備中保健所管内の総社市、および早島町からなり、会員の所属先は医療、福祉、公衆衛生、健康教育、学校健康教育、地域活動、勤労者支援と多岐にわたっています。

支部活動といたしましては、親子料理教室や市内高等学校における食事バランスチェック、岡山県立大学の大学祭で食生活診断や健康相談会等を実施しております。

地域の方々と直接触れ合うことのできるこのような機会は管理栄養士・栄養士の活動を知っていただくよい機会となっており、今後も継続していきたいと思っています。

今後も会員同士で連携をとりながら地域の健康づくりを担う栄養ケア・ステーションとして地域住民の方々の健康づくりに貢献していけるような活動をおこなってきたいと考えています。

栄養ケア・ステーションに向けての活動

井笠拠点事業所支部 栗村 三枝

井笠拠点事業所支部では栄養ケア・ステーションの活動として地域での健康づくり関連のイベントに参加しています。今年度は社会福祉法人天神会を会場とし、栄養ワンダーとして職員、利用者、地域の方々合わせて500名の方に栄養の大切さを伝えるイベントを開催しました。「消化は口から口からはじまる消化と栄養物語」をテーマに栄養ワンダーブックを活用しました。また井原市主催「はつらつ井原ふれあいフェスタ」では「食育SATシステム」を活用し、



食事バランスチェックや栄養相談を実施しました。

他には地域包括ケアシステムにかかると

連業務にも参加しております。「みんなで考える井笠の医療と介護」ではACP（人生会議）をテーマに研修を進めており、ゲーム感覚で楽しくACPを考える「わたしのいきかたカード」を活用し、会員同士で経験を共有し、ACPを考えるきっかけづくりを広めています。今後も地域の皆様の食事や栄養に関わるお手伝いができるよう活動を継続していきたいと思っています。



はばたけ 栄養士

「ご利用者様に寄り添った管理栄養士を目指して」

社会福祉法人鷺山会 特別養護老人ホーム 倉敷シルバーセンター 赤枝日向子



私は大学卒業後すぐに現在の職場に就職し、今年で4年目になります。大学入学当初は、教育現場で働く管理栄養士になりたいと思っていました。そのため、臨地実習へ行く前の私は、施設や病院よりも学校や保

健所で働きたいという思いがあり、実習先も高齢者施設を選択しませんでした。しかし実習を重ね、国試に向けて勉強を進めていく中で、次第に疾患のある方へのケアを行いたいと思うようになりました。そして、就活で今の職場に見学へ行った時に、管理栄養士の先輩がご利用者と楽しそうにお話されている姿に惹かれ、就職することを決めました。

特養で働き始めた時は、まずご利用者や職員と関係を作るところからのスタートでした。私は初対面の人に自分から話しかける方ではないので、職種も年齢も違う方々とお話することにとても苦労しました。先輩が話しているご利用者や職員さんを中心に、話しかけやすい人を見つけては積極的に話しかけることを心掛けました。すると次第に、職員さんがご利用者の状態を教えてくださいようになり、相談してくださるようになりました。

やっと色々な人と会話できるようになった頃、近くで指導して下さっていた先輩が退職され、1人で管理栄養士をすることになりました。施設の管理栄養士は、栄養管理業務、厨房業務のどちらも行いますが、物覚えの悪い私はどちらの業務も十分にできない状況でした。さらに数カ月後には新卒の管理栄養士の入職が決まっていたため、後輩に業務を教えられるかどうか不安に感じていました。今まで教わったことは1つずつ確実に、やったことのない業務は手探りで、とにかく必死だったのを覚えています。

2年目からは後輩が入職し、バタバタしながらも2人で協力しながら業務を行っています。現在は業務にも慣

れ、今までよりも余力が出てきた為、時に後輩と相談して業務の取り組み方を見直しながら仕事をしています。最近は行事の際も、作ったことのない新たな料理に挑戦したり、嚥下調整食であっても違和感なく常食に近い形で提供できるよう工夫しています。ご利用者の中には前に作った料理を覚えてくださる方もいて、「この間の料理美味しかったよ。また作ってね」と言ってくださることがあります。調理が大変だった時もそうした評価が励みになっています。

しかし、良いことばかりではなく上手くいかないことが多いのも現状です。中でも1番苦戦しているのが他職種連携です。入職したての新人の頃と比べると、ご利用者の状態を自分の目で見て、考えることが増えてきましたが、なかなか思うようにいかず悩むことも多々あります。例えば、ご利用者の状態が大きく落ちる前に対応したいと思い、早めの対応を提案しますが、そこまでする必要はないと受け入れてもらえないことがあり、ご利用者に対する思いが先走り、治療に近いケアを提案してしまったこともありました。

同じご利用者を見ている職種間で課題としている内容や、課題解決に向けてのアプローチ方法は異なります。また職員によっても視点や考え方が異なるため、バラバラの意見を一つにまとめるのは非常に難しく、悩むことが多いですが、方法は違っても、ご利用者の生活をより良くしたいという思いは職員全員共通していると感じています。今後も、悩みながらも自分と異なる意見に出会った際は新たな発見として捉え、チーム間で足並みを揃えることを意識しながら業務を行っていきたくと思っています。

さらに、他職種からの相談に上手く返せないことも多くあります。その度に、自分の知識不足を痛感しています。食事のことは相談したいと思ってもらえるよう、今後も知識習得に力を入れ、ご利用者の役に立てる管理栄養士になっていきたいです。

事務局だより

令和6年度理事会報告

■第3回理事会（Web）（2024年10月5日）

- 1. 報告事項
 - (1)令和6年度の上半期事業報告と下半期事業計画
 - (2)各部会 報告
- 2. 審議事項
 - (1)令和7年度表彰候補者の選出について年会費について
 - (2)各拠点事業所支部の活動について
- 3. 承認事項
 - (1)職務執行状況
- 4. その他
 - (1)第38回岡山県栄養改善学会演題 募集について

お知らせ

【第38回岡山県栄養改善学会】

【定時総会】

令和7年
2月8日（土）

令和7年
6月14日（土）

令和7年度栄養士会費納入のお願い

- 1月より『令和7年度会費』の振込みを受付けいたします。
3月末までに納入をお願いいたします。
 - 引き落としの方は4月1日となります。
- ※注意）4月以降に退会される方は、令和7年度会費を納入いただきますので手続きはお早めをお願いいたします。



昨年は元日に大きな地震があり、全国各地での大雨や高温などの異常気象、コメ不足など波乱の一年でした。今年は穏やかな一年であることを願うとともに、法人化されて41年目となる（公社）岡山県栄養士会をどうぞよろしくをお願いいたします。

編集後記 福祉事業部 窪田紀之



私たちは、働く皆様を
「快適な眠り」で支えます。

東洋羽毛について
詳しくはこちらをご覧ください



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～
0120-224711



日本栄養士会マイページより

メールアドレスと 携帯電話番号の 登録をお願いします



研修会など最新の情報をお知らせします！

登録のメリット

- 日本栄養士会、岡山県栄養士会から研修会やイベントのご案内が届きます
- 将来的には県内災害発生時の会員安否確認にも活用を検討しています
(携帯電話番号はショートメールの配信時に使用を検討中)

このような時にはマイページの会員情報の変更、更新をお願いします

- 自宅住所、電話番号、携帯電話番号の変更
- 勤務先の変更
- メールアドレスを登録したけど届いていないかも・・・

※変更の際は(公社)岡山県栄養士会事務局にも「変更届」をご提出ください

マイページから会員情報の確認方法

①日本栄養士会ホームページにアクセス

上部のログインボタンをクリック

ログイン

②ログイン時に「会員番号8ケタ」、「パスワード」を入力

パスワード不明 → 会員番号とメールアドレスで問い合わせができます

▶ パスワードを忘れた方

③マイページからご自身の会員情報とメールアドレスの確認・更新



スマートフォンの方は
こちらからログイン画面へ

現段階で登録済の方でメールが届いていない方は必ずご確認ください！

※ドメイン指定受信等の設定を設定している方は、「dietitian.or.jp」からのメールを受信できるようにしてください。

※「URL付きメール拒否設定」が「設定」になっていた場合は、「設定解除」に変更してください。