

第9号
(通号45号)

栄養 いわて

発行元

2023年2月20日

発行所：公益社団法人岩手県栄養士会

責任者：澤口 眞規子

〒020-0033 岩手県盛岡市盛岡駅前北通6-50 井上ビル

TEL：019-625-3706 / FAX：019-625-3707

会長挨拶

あなたの“次”はなんですか？…大事なものを見つけましょう。

公益社団法人岩手県栄養士会 会長 澤口 眞規子



関係者の皆様のご指導、各位のご協力により、お陰様で本年も充実した活動ができましたこと、心から御礼を申し上げます。

今回は嬉しいご報告をさせていただきます。

本会が力を入れている「岩手県食形態分類標準化推進事業」も3年目を迎え、医療・介護施設の連携から、地域栄養ケアに向け順調な流れを作っております。地域包括ケアの目的として“生涯を通じた健康を保つ栄養”を確保するためには、病院から施設、また安心して自宅に戻れるシステム(社会的な協力)が必要です。

初年度は、県立中央病院の宮田院長にご尽力を賜り、県内リハビリ施設・介護保険施設長、専門職種の方々による推進組織を構築し、「日本摂食・嚥下リハビリテーション学会 学会分類2013」が県内どこの施設でも運用できるよう、『嚥下調整食マネジメント ガイドライン』を作成し、多職種の皆様に理解・実践いただきました。

特に、医療現場で判定された嚥下・摂食機能評価と食形態分類を『栄養管理情報提供書』として“次”の介護施設等に繋ぐことを奨励しています。

まだ、『栄養管理情報提供書』を発信していない医療機関は早期に対応をお願いします。管理栄養士からの発進が“次”への有効なエビデンスになるのです。

二年目は、この嚥下調整食の物性を標準化するため調理技術にスポットを当て、『嚥下調整食調理力アップ ガイドライン』を作成し、当会ホームページから動画を配信しました。コロナ感染対応が普及啓発のブレーキにならないよう会員の協力をいただきました。

さて、本年三年目は、いよいよ在宅栄養をめざした取り組みです。ケアマネジャーや介護職、食生

活改善推進員等の地域と家族を見ている皆様に参加いただきます。介護スタッフには在宅高齢者の栄養と食生活をモニタリングし、地域ケア会議等の場で協議していただきたい。食改さんには“お隣さんお向かいさん”のボランティア活動を進めていただくことで、地域の高齢者を支える栄養ケアサポートが一元化すると考えました。

これらをテーマにした『在宅栄養ステップアップ研修会』は、県庁、保健所、市町村のご協力をいただき全33市町村、1,000人を超える参加を得て開催しております。「栄養確保と食事支援のノウハウを知ることでご自身の役割が確認できた」と大好評です。指導に当たった専門委員、地区長には多忙な職務を調整しながら対応いただき、本当にご苦労おかけしました。ありがとうございました。

研修会の中で強調したのは、『安全に食べるための栄養・食生活 アドバイス』シートの活用です。前述した『栄養管理情報提供書』の在宅向けバージョン。家庭に戻る要介護者とご家族に、これまでの施設等での食形態対応と食事づくりを分かりやすく指導支援していただきます。これをもって、医療⇒介護⇒在宅の「食」の繋がり地域支援が一連できます。

今回は、食形態分類標準化事業を中心に書きましたが、常に私達は現状に満足するだけでなく、その“次”の展開を目視した活動が自分を高めてくれるはず。職場の同職種仲間、他の専門職種の皆様との情報交流で“次”のヒントを貰いましょう。

県下の管理栄養士・栄養士が“次”のプログラムを稼働することで、本県の循環器病等の地域保健対策が進み、いきいきとした健康長寿社会が築かれるものと大いに期待するところです。

引き続き、よろしくお願ひします。

令和4年度 厚生労働大臣表彰・岩手県知事表彰 おめでとうございます



栄養指導業務功労者 **東野 真理子**

この度、栄養指導業務功労者として栄誉ある賞をいただきました。推薦にご尽力いただきました岩手県栄養士会会長をはじめ多くの方々に深く感謝申し上げます。

学校栄養士としての40年間、教育の一環として児童生徒の健やかな成長を願ってきました。食生活の変化に伴い「空腹を満たす給食」から「自己管理能力を身につけるための給食」へと給食の意義も変わり「個に応じたア

レルギー対応食」等、ますます教育としての位置づけが重要視され、「食に関する指導」が求められるようになってきました。超高齢化社会を迎え健康寿命の延伸が課題となっている今日、早い時期からの食育の必要性を感じております。

現在、自己研鑽のための機会をいただき、専門学校で将来「食」に携わるであろう学生たちを前にし、技術の習得のみならず、近年の食料事情を踏まえ「食の重要性」を伝える難しさを感じている日々です。



栄養指導業務功労者 **平野 照子**

この度、厚生大臣賞を受賞したことはひとえに諸先輩のご指導と良き後輩に恵まれたことと深く感謝しております。

新任地は岩手県立大槌病院でした。思い返すと栄養管理室(当時の給食科)も大きく変換してきました。大槌病院で患者食堂を二階に設置したことで良い環境で患者様に食事を提供しようとの試みは画期的なことでした。北上病院(現在の中部病院)では県立病院として初めてセレクト献立を始めたこと、ベットサイドに向き患者様の声を聴くことの大切さを学んだことでした。花巻厚生病院(現在の中部病院)と中央病院では高度医療の一

役を担う栄養管理の大切さに勉強に励んできました。東和病院に異動になりこの地では、東和町の老健施設と共有の栄養管理室で地域連携の大切さを学びました。磐井病院ではオール電化設備にしたことです。最後の勤務地の大船渡病院では東日本大震災に遭遇しました。備蓄食品の大切さと少ない食材を工夫し食事の提供をすることができ、栄養士の基本である大切さ実感しました。

県立病院を退職してからは、特定保健指導業務につきました。病院での知識を予防医学に微力ながら役立てたのはうれしいことです。

一緒に働いた方々に感謝申し上げます。



岩手県保健医療功労者 **工藤 綾子**

この度、岩手県保健医療功労者として県知事表彰を受賞いたしました。推薦にご尽力くださいました栄養士会長様はじめ多くの方に深く感謝申し上げます。

昭和55年10月開院した松園病院に栄養士として採用されてから私の栄養士としての人生がスタートしました。当時は全て手作業での献立、帳票作成業務でした。毎月提出する手書きの書類に理事長から「パソコンで管理してはいかがか」とのご意見を頂きました。早速、システム会社のシステムエンジニアと共にソフトを作りました。平

成21年遠山病院に勤務し、NSTを立ち上げました。定年まで勤めることができました。

現在は狹野病院で勤務しております。回復期リハビリ病棟、併設の老健、通所、保育園と医療、福祉を営む法人にお世話になり5年になろうとしています。

目まぐるしく変化する医療、福祉の業務に、周りの方々に支えて頂きながらの42年でした。これまで、私の周りでご一緒させて頂いた全ての方々に感謝いたします。決してひとりでは続けられなかった業務でした。今後はこの度の表彰を糧に職場に、社会に貢献して参ります。

公益社団法人日本栄養士会顕彰25年業務功労者 おめでとうございます (敬称略)

金野 貴子 佐々木 仁子 佐藤 千里 下机 暁美 田道 淑子 藤井 実加子 森川 利佳
吉田 真由美 蕨野 佳子

おいしく 鉄・カルシウム!
おくちに笑顔
元気をカラダに



ソフト元気
ヨーグルト (70g)

Yakult

岩手ヤクルト販売(株)

〒020-0125 盛岡市上堂4-3-4 TEL.019-641-8960

NAKANISHI

ナカニシは学校給食、病院給食、企業や大学の食堂、
外食など業態ごとのキッチンシステムをトータルにご提案します。

人と人を笑顔でつなぐ



株式会社
中西製佐所

中西製佐所

盛岡営業所
〒020-0839 盛岡市津志田南二丁目2番38号
TEL: 019-639-1671 FAX: 019-639-1677

今年で3年目を迎え 頑張ってきたからこそ見えた課題がある 食形態分類標準化推進事業

食形態推進部長 山崎 久美子

1 在宅栄養ステップアップ研修会進捗報告

① 岩手県食形態分類標準化推進事業について

この事業のアウトラインは巻頭の会長挨拶に記載されていますので、食形態推進部からは具体的な内容をお伝えしたいと思います。

自分の住み慣れた地域や家庭で、自分らしい暮らしを最後まで送れるよう食生活及び栄養障害を改善し、地域包括支援システム推進のために、3年の事業としてスタートしました。

この事業展開の反響は大きく、医師をはじめとした多職種による「岩手県食形態分類標準化推進委員会」を立ち上げ、翌年「嚥下調整食マネジメント岩手県ガイドライン」を作成し全県下で統一化したこと。

さらに、「嚥下調整食 調理力アップ岩手県ガイドライン」を作成し調理師と協働。3年目の本年は、在宅復帰後も適切な栄養確保が継続できるようケアマネージャー、ヘルパー、食生活改善推進員の地域ボランティア等に対象を広げ「在宅栄養ステップアップ研修会」を開催しました。「嚥下調整食在宅栄養ケア 岩手県ガイドライン」は、従来に比べ、使いやすさを考慮し専門用語を一般的なことばに置き換え、文字を大きくしました。

② 県内全33市町村で開催しました

県内の病院、高齢者施設で対応している「嚥下調整食」の実際を知り、退院・退所後も自宅で安心・スムーズな食事を食べるための方法を楽しく学べる研修会は人気です。

公益財団法人いきいき岩手支援財団より事業助成を頂き、岩手県保健福祉部健康国保課、県内保健所の協力をもとに、本会と事業に賛同いただいた県内市町村が進めています。

県内全市町村で36回の開催を計画しています。講師は当事業専門委員（医療施設管理栄養士等）が務め、会場準備等は岩手県栄養士会地区担当理事が担当しています。

内容は2部構成で、「1.講話 高齢者の健康を支える嚥下調整食」「2.調理学習・試食 家庭でつくる嚥下調整食」。各講師が、自らの経験を交えて紹介しています。参加者は自分の事に引き寄せて受け取っているようです。また、調理動画を見ながら調理技術・コツを学習し、試食することで食形態の物性を体感できているようです。今回の試食食材は「セントラルキッチンみたく」さんが担当してくれ、準備の時間短縮、食形態の安定が図られています。

現在のところ、コロナ感染対策の影響もあり、ややケアマネージャー、ヘルパーの参加が少ないようですが、食生活改善推進員の皆様は新しい活動目標を得て活力アップです。

コロナ感染対策バッチリ！
本当に県内全33市町村
廻ったよ～ 凄い一言！！



詳しくはこちらを検索「岩手県栄養士会ホームページ」
<https://iwate-eiyoshikai.or.jp/>



見えた課題！

2 栄養管理情報提供書の現状と課題

低栄養対策と症病改善のために、病院・施設の管理栄養士が患者や利用者の栄養管理の現状を次に繋げ共有することが必要と考え、令和元年度「栄養管理情報提供書」を、今年度新たに「安全に食べるための栄養・食生活 アドバイス」の発信を提案しています。

現在のところ、全患者・利用者の「栄養管理情報提供書」を発信・応答している病院・施設はまだ多くはなく、NST対象者・摂食嚥下障害がある方・経管栄養の方・低栄養リスクがある方等を優先して取り組んでいるようです。本事業を推進する中でこの情報提供書の発信は基本であり、施設を越えた管理栄養士・栄養士間の情報共有及び多職種と協働することは、専門職の役割です。医師や看護師の紹介状・サマリー同様「やってあたり前」となるよう提案をします。

また、「安全に食べるための栄養・食生活 アドバイス」は居宅での健康の保持増進のための食事サポートには不可欠です。病院、介護施設、そして地域栄養で頑張っている会員の皆様のご意見・ご助言をいただき、本事業の完全実施を進めたいと思いますので、よろしくをお願いします。

岩手町における災害時の栄養・食生活支援連携について

岩手町健康福祉課 主任栄養士 山本めぐみ

令和4年9月10日に岩手県栄養士会の生涯教育研修会で、当町で取り組んでいる災害時の栄養・食生活連携についてお話をする機会をいただきました。その取組内容について、今回紹介させていただきます。

私は、平成20年岩手町に嫁いだことをきっかけに岩手町職員として働いておりますが、平成23年3月11日の東日本大震災発災時は長女を出産して育児休暇中でした。初めて経験する大きな地震、停電に不安を抱え、その後テレビが映るようになった時、沿岸の津波による大きな被害に大変ショックを受けたと同時に、乳飲み子を抱えて何もできない自分に無力感を感じていました。一般事務職から栄養士に任命替えを受けたのが平成26年、その後行政栄養士の研修で災害への平時からの備えの重要性について学ぶ機会もありましたが、日常の業務に追われ手つかずの状態でした。

令和3年度の行政栄養士研修会で、陸上自衛隊の糧食班長と澤口会長の災害時の栄養・食生活支援の講話を聴き、これまで何もしていなかったことに危機感を覚えました。「災害時の住民の栄養・食事支援の指揮を自分がとること」の準備が何もできていない。気候変動で自然災害も増えている近年、いつ起こるかかわからない災害に対して、栄養士として自分の備えの無いことに危機を感じ、いよいよ重い腰を動かしました。

まず、町の防災計画、避難所運営マニュアルを理解することから始めました。自分の担当は勿論ですが、部署ごとの役割がどのようになっていて、全体としてどのように動くのか確認しました。わからないことは、防災担当部署へ質問に

行きました。併せて町の災害備蓄(生活用品及び食料)についてリストを見せてもらい備蓄物品を確認し、アレルギー対応食品の食数や備蓄場所を教えてもらいました。アレルギー対応食品や液体ミルクの備蓄に関して、種類や食数を以前から担当課と共有していましたが、備蓄場所等について考えることを全く気にしていませんでした。

町マニュアルの読み込みに併せて、県の災害時栄養・食生活支援マニュアル、宮古保健所作成の支援様式集等を参考にして、どのように当町の支援を組み立てていくか考えました。

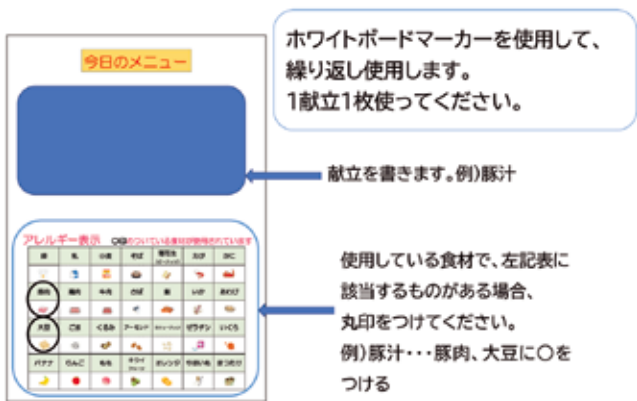
取組として行ったことは、大きくわけて①防災担当課との連携、②町内栄養士との連携、③指定避難所との連携です。

①では、食料備蓄のリクエストと在庫管理票の共有が出来る体制を整えた事、町内全ての避難所毎の栄養サポートセットの設置です。発災後に安全な食生活支援が対応できるよう、避難所の調理場や避難所に掲示するポスターやアレルギーに配慮した献立表示版などの掲示物、記録用紙、衛生用品などを全避難所分用意しました。

②では、「岩手町栄養士連絡会」と題して町内施設で勤務する栄養士の顔合わせを初めて行い、町の防災体制や施設ごとの災害備蓄などについて情報共有を図りました。

③では、避難所ごとに栄養サポートセットを説明して置いて回り、主要避難所となっている公民館職員と情報共有を図りました。

取組を始めたばかりで、今後の課題はまだありますが、先輩方のご指導をいただきながら、実際の災害を想定して体制を整えていきたいと思っています。横の繋がりを大切にして連携していきたいと思っておりますので、今後ともご指導よろしくお願いたします。



- 献立ごとにわかりやすいアレルギー表記ができるよう、各避難所に3枚ずつ用意。A3判でラミネートして、繰り返し使えるように準備しました。
- 誰が見てもわかるよう説明マニュアルも付けました。



優れた人材と、より良いシステムの提供を目指して

System Aid Co., Ltd.

Aid 株式会社 システムエイド

システム開発	アウトソーシング
・栄養管理システム [Mects、Cans-Aid]	☆オペレーター派遣
・電子カルテシステム [MIRAIS/AZ]	☆業務委託
・医事会計システム [MAPSIBARS/C]	・医事会計業務
・介護保険業務支援システム [ほのほNEXT]	・クラーク業務
・預り金管理システム [DACCS]	・システム管理
・物品管理システム [L-Mac]	・物品管理業務
	・中材、滅菌業務
	・ヘルプデスク

http://www.system-aid.co.jp
岩手県盛岡市三ツ割四丁目2番8号
TEL019-661-6461 Fax019-661-6463

株式会社 Fujitaka

炊飯器 和

「食を楽しむ」
「笑顔になる」

製品の詳細は左のQRコードより専用ページへどうぞ。

令和4年度生涯教育研修会 全5回開催

研修部長 森 真貴子

令和4年度生涯教育研修会は全5回(5日間)の開催で、延べ1,191名にご参加いただきました。昨年度に引き続き、今年度も会場参集とZoom配信によるハイブリッド開催で行いました。このような開催は、本州一広い面積を誇る岩手県の立地的特徴や様々な状況の受講者において非常に有意義であると考えます。また、実務経験3年未満の会員対象の受講料無料の研修項目では、延べ33名にご参加いただきました。今年度実施した一部の研修会について報告します。

第1回は、「嚥下調整食分類2021の要点」「管理栄養士でもできる嚥下評価、食形態を選択するポイント」をテーマに県立広島大学人間文化学部教授の栢下淳先生、「嚥下調整食分類2021に準じた調理ポイント」をテーマに広島修道大学健康科学部教授の栢下淳子先生にご講演いただきました。嚥下調整食の提供は形態だけではなく量や外観が重要であり、嚥下や咀嚼の評価ポイントについて科学的根拠に基づいた分かりやすいご説明をいただきました。また、実際の在宅栄養指導に携わられている経験からのお話は非常に興味深く、受講者からは今後の業務に活かしていきたいとの声をいただきました。

第2回は、「高齢患者の栄養アセスメントの極意」「栄養指導内容は患者さんに伝わっていますか?」「栄養部門のメジャーデビューーコスト削減部署からコスト生産部署へ」をテーマに東京医科大学病院栄養管理科科長の宮澤靖先生にご講演いただきました。高齢者の低栄養について身体的な特徴や原因を分かりやすくお話いただき、栄養食事指導では具体的な症例について科学的エビデンスに基づいた力強いご説明をいただきました。宮澤先生の管理栄養士・栄養士に対する熱意溢れる講演に、多くの受講者が感銘を受けた研修会でした。

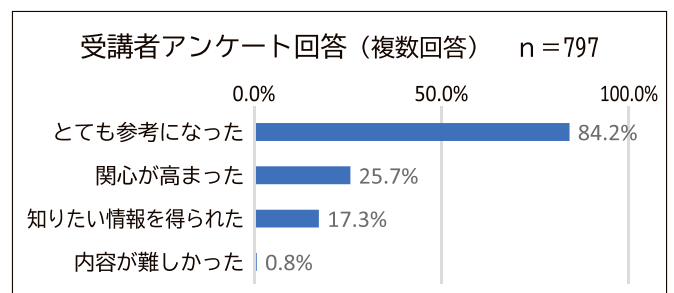
第4回の午後は、「公助・共助・自助の機能を生かした危機管理時の栄養・食生活支援」をテーマに、岩手県復興防災部防災課主任の高橋翔様、岩手県栄養士会の澤口真規子会

長、岩手町健康福祉課主任栄養士の山本めぐみ様、いわてアレルギーの会代表の山内美枝様からそれぞれの立場でご講演をいただきました。管理栄養士・栄養士が支援者として必要な情報を提供し、関係者が望むサポートを専門職として具現化していく必要性を学んだ貴重な研修会でした。

第5回は、「診療報酬改定に見る管理栄養士業務」をテーマに駒沢女子大学人間健康学部健康栄養学科教授で東京都栄養士会会長の西村一弘先生、「管理栄養士・栄養士の業務を研究的視点で『見える化』しよう」「栄養管理(栄養教育・栄養カウンセリング・給食管理)を研究する秘訣」をテーマに上越教育大学大学院学校教育研究科教授の野口孝則先生にご講演いただきました。お二人の先生からは、今後の管理栄養士・栄養士が目指すべきビジョンやあるべき姿についてお話しいただき、今後の管理栄養士・栄養士の地位向上に向けて自己研鑽に努めていく必要があると思いを新たにすると研修会でした。

令和5年度生涯教育研修会もハイブリッド開催で実施し、各都道府県で進められているオンライン受講の単位認定の条件整備を進める予定であります。今後も、皆さまのスキルアップのための有意義な研修会を実施していきたいと思っております。研修会を希望する内容や講師がございましたらご提案ください。

最後に今年度もZoom配信にご尽力賜りました有志の皆さま、ご協力本当にありがとうございました。




世界に誇れる羽毛ブランド HARUO DOWN

Lumone The joy of sleeping comfortably

HARUO DOWNの詳細は▶▶▶

TUK 東洋羽毛北部販売株式会社 仙台営業所
〒984-0032 宮城県仙台市若林区荒井1-29-13 TEL: 0120-023-337



抗菌 ポリエチレン 抗菌 かるがる。

熱風式消毒保管庫 90℃90分対応!(ノロウイルス対策に) 木芯入り構造により30%も軽い!加熱殺菌にも強い! ※調理時耐熱と加熱消毒時の耐熱温度は異なります

保管庫 90℃90分OK! 100℃煮沸消毒OK

名入れ可

長谷川化学工業株式会社 TEL: 011-482-0001

岩手栄養改善学会 地域の広がり期待!!

副会長 金谷 明美

例年より1週間早い開催でしたが、皆様の御協力により、第37回岩手栄養改善学会は、会場53名、Zoom35名とコロナ禍にも関わらず多くの方に参加していただきました。

一般口演は、学校健康教育、医療、福祉から2題、計4題の発表がありました。「施設クラスターが及ぼす入所者の栄養状態への影響」や「介護報酬改定に伴う栄養管理業務の充実強化」等、会員の関心が高い分野の発表でした。この口演発表は日頃、取り組んでいる業務を見える化し発表するものです。新たに気付いたことは、是非、業務に取り入れ、成果の見える事業をしていただきたいと思います。

特別講演は、岩手県医師会常任理事、盛岡市医師会長の産婦人科吉田医院 院長 吉田耕太郎先生に「女性のライフスタイル」についてお話をいただきました。女性の年代別に起こりやすい疾病とその対処方法や治療方法について、具体例をまじえながらの熱演です。治療以外に私達が気を付けることとして、規則正しい生活、食生活、適度な運動、趣味によるストレス発散が重要であること。まさに、私達が日頃から対象者の方に話している内容と同じであり、どの分野でも基本となるキーワードは「生活習慣、食生活」であることを再認識いたしました。

そして、シンポジウム。今年のテーマは「岩手県の脳卒中予防をめざした栄養士のアプローチ」としました。

岩手県の脳血管疾患年齢調整死亡率が男女ともに全国ワースト1であったため、県では官民一体となった取組を展開しています。死亡率は徐々に低下していますが、なかなかワースト枠から脱出できていません。

私達、管理栄養士、栄養士の強みは何でしょうか？全てのライフステージ、分野に栄養士がいることだと思います。赤ちゃんからお年寄りまで、保育園、学校、施設、地域で活躍している私達が力を合わせれば岩手県の脳卒中予防対策は着実に進みます。そのためには各職域の取組を知ることが重要です。滝沢市とタイアップした「減塩意識向上を目的とした子育て支援の取組」として南巣子保育園の藤原美雪理事から、「減塩に関わる学校給食と食に関する取組」として八幡平市立西根地区学校給食センターの桑島子規さんから、「医療機関での高血圧等の栄養指導について」は岩手医科大学附属病院の金野貴子さんから、「スーパーマーケットと協働した脳卒中対策の取組」は釜石保健所の菊池絵美理事から、「行政栄養士と食生活改善推進員との連携による地域の減塩対策」は岩手県保健福祉部健康国保課の小野償子さんからお話しいただき、活発な意見交換ができました。それぞれの職域が1つの目標に向けて栄養改善に取組めば、脳卒中ワースト1からの脱却が到達可能だと確信したシンポジウムとなりました。職域を超えた活動が楽しみです。



澤口会長のお言葉には
毎回、奮起させられます。



吉田耕太郎先生
女性特有の身体的変化について
お話をいただきました。



各職域の取組事例から
学ぶものが多くありました。



取組事例を発表頂いた皆様

地産地消・食の安全、安心・地域貢献



東北フードサービス株式会社

代表取締役社長 室田 義 男

■ 介護施設向け食品・試食会(予約)開催中!

本 社 盛岡市上田字岩脇 1 番地 14
TEL:019-656-1221 FAX:019-656-1228
<https://www.tfs-i.com>

外食産業のパートナー・パワワー 業務用食材の総合商社



株式会社 中村商会

本 社 〒024-0004 岩手県北上市村崎野 1 3 - 2 5 - 1 1
TEL (0197) 68-2300(代) FAX (0197) 68-2325
盛岡支店 〒020-0891 岩手県紫波郡矢巾町流通センター南三丁目 4 - 1 3
TEL (019) 639-7100(代) FAX (019) 639-7700
一関支店 〒021-0901 岩手県一関市真柴字川戸 2 3 - 2
TEL (0191) 32-5600(代) FAX (0191) 32-5625
秋田支店 〒010-1612 秋田県秋田市新屋豊町 3 - 2 1
TEL (018) 827-5123(代) FAX (018) 838-7855
横手支店 〒013-0041 秋田県横手市大沢字前田 1 2 5
TEL (0182) 32-5538(代) FAX (0182) 33-6666

栄養の日活動 各地区会活動報告

県南地区会担当理事 高橋 京子

今年度、県南地区会長に就任し、運営委員の皆様と共に通認識を図るために、運営会議を開催しました。

コロナ禍で研修会、会議が中止となる中で、運営委員の皆様によくお会いし会話が弾む一時でした。今年度の事業計画について意見交換し、栄養士活動を盛り上げて頂きました。

実際の運営では、コロナ感染対策が続くため、市町村イベント等の既存事業にタイアップし、工夫を凝らしながら、多くの住民の方々にご参加頂きました。住民の

方々には、「また来年も参加しますね」という嬉しいお声をかけて頂きました。

来年度こそ、コロナが収束することを願い、さらなる活動を実施して行きたいと思っております。

「栄養の日」の活動に参加下さいました会員の皆様、ありがとうございました。地区活動で会員の輪を広げていきたいと思っております。来年度は、より多くの会員の皆様のご参加をお待ちしております。

事業内容	期日・場所	参加者名
運営会議	・今年度の計画について 9月3日(土) 金ヶ崎町中央生涯学習センター	出席者 8名
遠野市 食育まつり	・栄養クイズ ・栄養相談 10月8日(土) 蔵の道ひろば	参加者 100名 栄養相談 5名
一関市 産業まつり	・栄養クイズ・栄養相談 ・血管年齢測定 10月29日(土)・30日(日) ユードーム	参加者 307名 栄養相談 40名
金ヶ崎町 健康アンバサダー 養成教室	・栄養相談 ・血管年齢測定 11月18日(金) 中央学習センター	参加者 70名 栄養相談 50名



一関市産業まつり (ユードーム)

県北地区会担当理事 村里 ユミ子

コロナ禍で多くのイベントが中止になりましたが、県北地区では2回「栄養の日」活動を実施しました。

1回目は10月14、15日の2日間、一戸高校桜陵祭において高校生、先生、保護者を対象に展示や栄養相談を行いました。特に関心が高かったのは普段飲んでいる飲料に含まれている砂糖の量で、その多さに驚き「もう飲まれないな」との声も聞かれました。栄養相談では、高血圧・スポーツ栄養・認知症・睡眠とストレス・便秘と下痢・在宅介護食など、食に関する悩みが多岐に渡っていることを再確認しました。

2回目は11月22日、軽米町防災センターにおいて体操教室参加者18名を対象に実施しました。1時間ほど一緒に運動をして軽く汗を流したあと、生活習慣病予防のためには主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事が大切であること、肥満予防、減塩、1日の野菜摂取必要量についてパンフレットを用いながら具体的に説明しました。

栄養講話終了後には軽米町食生活改善推進員に作っていただいた「ブロッコリーのポタージュ」を試食しながら、個別相談として簡単にBMIが分かる計算尺を配布し、現在のBMIと適正体重を確認してもらい食生活等の改善についてアドバイスしました。

今後とも関係者の皆さんと協働し、各種イベントを通じて栄養に関する正しい知識を普及し健康づくりに役立てるよう働きかけていきたいと思っております。

参加していただいた会員の皆様、お疲れ様でした。



栄養の日、栄養士会ブース(一戸高校)



個別栄養相談を担当した澤口真凜さん(軽米町)

MA ~快適な環境を提案します~

CXS シーバイエス(株)代理店

エーワメテック株式会社

本社 〒020-0034 盛岡市盛岡駅前通15番20号
TEL 019-651-0576(代) FAX 019-654-2512

優れた技術を皆様にお届けします

検便、ノロウイルス、新型コロナウイルス検査



登録衛生検査所
株式会社 日本微生物研究所

〒983-0034 宮城県仙台市宮城野区扇町2丁目3-36
TEL 022-783-8471 FAX 022-783-8433

活躍する管理栄養士・栄養士



盛岡大学 栄養科学部 津澤 美里

私は管理栄養士養成大学の助手として、実験実習や臨地実習、国家試験対策などのサポート業務に携わり、教員と学生にとってよりよい授業環境が整うように努めています。学生が栄養士・管理栄養士として就職した際に必要な力が身につけているように、教員の意図に応じた適切な学生支援をするように心がけています。数年ごとに担当する授業科目は変わりますが、常に同じ思いを持って計画的にスピーディーな対応ができるよう努力しています。学生への説明において「そういうことか!」など理解できた喜びの声や、教員から「あなたが授業担当で良かった」などの声は、自分自身の学びや成長を感じる瞬間でもあります。

また、私は縁があり2019年4月に山形県立米沢栄養大学大学院に進学し、働きながら週末には大学院へ通い

勉学と研究に励みました。研究を開始した2020年は新型コロナウイルスが蔓延し始めた時期で、思うように研究を進めることができない状況でしたが、工夫しながら現状で出来ることを行い、無事に修士課程を修了しました。

コロナ禍により常識が変化する時代において常に臨機応変な対応が求められ、これまでの培った経験を活かしながら新しいことへ挑戦する気持ちは、仕事に限らず様々な状況において必要であると感じております。

最後に本学の臨地実習や教育実習に対し、格別なご協力をいただき厚く御礼を申し上げます。今後ともご指導の程、よろしくお願ひ申し上げます。



栄養学を学ぶきっかけとなったのは、学生時代、部活動で「どのタイミングで何を食べればいいのか」を考えたことでした。栄養科に進学し、様々な分野を学んでいく中で、幼児期の食経験が、大人になった時の食選択に繋がることを知り、将来、自立した時に少しでも選択の幅が広がって欲しいと思うようになりました。

現在、こども園管理栄養士として、0歳から就学前の園児、職員合わせて約120食の献立作成、調理を行っています。今年で4年目となりますが、コロナ感染症流行により、行事等の中止もありましたが、現在は三密に気を付けながら、行事やクッキングなどの活動を行っています。

子供達にとって、給食が美味しいだけではなく楽しいものであって欲しいと思い、お誕生日会の特別メニューや行

社会福祉法人矢巾親和会やはばこども園 三上 華海
事食の他、卒園を控える年長児には、給食とおやつのリクエストを聞き、誕生月や3月の献立に取り入れるなどしています。管理栄養士が1人現場のため、多職種の連携が大切だと感じています。使う食器や食材の大きさ、量などの相談、食の進みを見たり聞いたりして、より良い食事提供を目指して日々取り組んでいます。

最近では、お世話になったスポーツクラブへの栄養指導もさせて頂き、こども園栄養士とスポーツ栄養との二刀流を目指し、学生時代に掲げた「人との関わりを深く持ち、豊かな知識のある管理栄養士」実現に向けて、精進したいと思います。



編集後記

今年度は各事業が再開され、対コロナから日常が戻り始めているのを実感しています。様々な情報を広報誌だけでは十分に伝えきれないので、県栄養士会ホームページから手軽に閲覧できるようにバージョンアップしました!ぜひご覧ください。

今後も役立つ情報をドンドン発信していきます。皆さまからのアツい情報もお待ちしております!! (広報部: 古川順勝、村里ユミ子、森川利佳)

岩手県栄養士会ホームページもリニューアルしました

検索 ▶



<https://iwate-eiyoshikai.or.jp/>



株式会社
ホームナース

〒980-0803

宮城県仙台市青葉区国分町1丁目8-10 大和ビル4階

TEL: 022-716-2080

特定保健指導 指導員(管理栄養士)募集 詳細はお問合せください

Food for better Quality of Life



株式会社モリレイは持続可能な開発目標(SDGs)を支援しています。

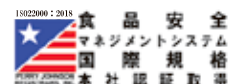
■本社(本店)■

岩手県紫波郡矢巾町広宮沢11地割506番地2

TEL 019-638-9814 FAX 019-637-0369

■モリレイ営業所■ 宮古 一関 八戸 弘前

■グループ会社■ 株式会社アキレイ・秋田営業所



<http://www.morirei.co.jp>