

みんな管理栄養士になろう

—— 住民の要求に対応するために ——

(社)山梨県栄養士会会長 深山 武

昭和20年に厚生省令をもって制定された「栄養士規則」が、廃止され、新に「栄養士法」が昭和23年1月1日から施行されたが、これは単なる名称法に過ぎないと、栄養士側から改正要求が行われた。一方、全国知事会議などからは、行政簡素化の立前から、栄養士法の廃止が叫ばれるに至った。そこで、吾々は、栄養士会の総力を結集してこれを阻止すると共に、更らに、栄養士業務の活性化を図って、昭和27年には「栄養改善法」の制定を勝ちとった。

然し乍ら、栄養士の社会的評価は依然として低く、栄養士法改正は全会員の強い要請事項として、会の重点活動として取り組まれ、昭和37年の法の一部改正により、管理栄養士が制度化された。この改正法に

第五条の2 栄養士であって次の各号の1に該当するものは、厚生省に備える管理栄養士名簿に登録を受けて、管理栄養士となることができる。

一、厚生大臣の行う管理栄養士試験に合格した者。

二、第二条第1項第1号に規定する栄養士の養成施設（以下養成施設という。）のうち修業年限が4年であるものであって、学校にあっては文部大臣及び厚生大臣が、その他の養成施設にあっては厚生大臣が、政令で定める基準により指定したものにおいて管理栄養士たるに必要な知識及び技術を修得した者。

と規定されたが、この第2号については、養成施設間並びに栄養士側との関係について、種々の疑惑的な風評が流布されたところで、この第2号の規定があったばかりに、今回の法改正に至るまでに、栄養士がカンパを徴収した経費や労力は莫大なものであり全く、徒勞の一語に尽きると断言できよう。それは兎も角、管理栄養士は名ばかりで、栄養士取得の無試験制と相俟って、栄養士の社会的評価を低下しているとは否めないことである。

もともと、私たちの要求している栄養士法は、

- (1) 栄養士の免許は、学校教育法による4年制大学の栄養学部を卒業し栄養士の国家試験の合格者に与えること。

(2 頁に続く)

栄養
やまなし

〒400
甲府市丸の内
二丁目38-8
山梨県栄養士会
☎ 0552-22-8593

No. 23
62 年 3 月

1. 巻頭あいさつ	1 頁
2. 研究生活で学んだもの、そして、今	3 頁
3. 栄養指導雑感…＜栄養指導にとまどい＞	5 頁
4. 「レポート」幼児の食生活について	7 頁
5. 事務局だより	9 頁
6. 山梨県消費生活センター「テスト室」から	9 頁
7. 編集後記	12 頁
8. 賛助会員名簿	13 頁

- (2) 栄養士は栄養指導の専門職として、業務独占を規定すること。
- (3) 栄養士の必置規定を拡大すること。
- (4) 従来の栄養士国家職を廃止すること。
- (5) 栄養士の既得権を保持すること。

とするものであることは今更いう迄もないことであります。

今回の法改正においては、管理栄養士の国家試験制は確定したが、栄養指導を業とするものの資格が栄養士と管理栄養士の二重構造として残されたことは、栄養士の資格取得か無試験あることと相俟って栄養士の資質の格差を一層拡め、社会的評価を相変らず低くすることを深く憂慮するものです。

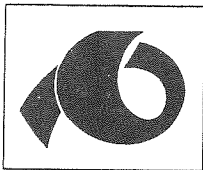
法は国民のためにあるもの、国民のニーズに対応するものでなければならないことは言う迄もないことで、栄養士法は、国民自らが、健康の維持増進のための栄養指導の要求に適切に対応できる栄養士の資質と業務条件とを規定するものでなければならない。

今回の改正栄養士法においても、栄養の指導に従事することを業とする者を栄養士と管理栄養士に二分したことは、明らかに立法の精神に反するものである。これは、栄養指導業務に単純なものと複雑困難なものと、あるなどと言う発想に誤りがあるからであります。栄養士と管理栄養士の二本建にすることなどは、国民的要求ではなく、栄養士養成施設の一部の者の要求に過ぎないでしょう。改正された管理栄養士の養成カリキュラムと国家試験の規定こそ国民のニーズに対応した規定であります。（「栄養日本」4月号掲載の「栄養士法、同施行令、同施行規則参照」）

国民が栄養士に求めているのは、達者で暮すために栄養をよくするにはどうした食べ方をしたらよいか、自分に実行できる方法を教えてほしいということです。世間の情報で誰にでも伝達される栄養生理や食品に対する知識のことなどを教えてこと足りるなら、栄養士の指導業務は単純、平易なものであり、住民の要求を満たすことはできません。栄養士の社会評価の在り方はこの辺にあると言わざるを得ません。

真に、国民のニーズに対応できる栄養士の人間像として、改正法に規定された管理栄養士を相定みましょう。そして、それに到達するために管理栄養士試験合格を目標として挑戦し学習し、ひとりなしが管理栄養士になりましょう。

●企画からカラー印刷まで



OZAWA PRINT INC.

有限会社 **オザワプリント社** 〒400 甲府市中央3丁目8-10
TEL 0552-35-6010 (代)

研究生生活で学んだもの、そして、今……

教育養成部会 鈴木道子

白いこぶしのつぼみも膨らみ、春の柔な陽ざしがこぼれています。卒業生を送り出した閑散とした研究室でペンをとりました。

私は昭和43年に、山梨学院短大を卒業しました。格別、栄養に興味があったわけでもなく入学したのですが、学園祭などでは、“化学分析とは……”などと題する小冊子を仲間と自費でつくり満足する学生でありました。只、好きなことには徹底的に興味を示し、行動したように思います。当時、大学の授業は、非常勤の先生方が主流でありました。個性溢れる先生方のお姿から、実に多彩なものを学びました。現、山梨県栄養士会長である深山武先生もその一人で、“栄養指導”の講義を受けました。卒業後、研究生として、大木七郎先生（食品化学実験担当、甲府市在住）の手伝いをさせていただきました。四季折々、咲き誇る花の姿を求めて、苗の移植、草取り、などなど。研究のことよりも、草花を育てる心の方が、私の人生にプラスしているように感じます。やがて、社会は学生運動たけなわ、身近にも火の粉が飛び散っておりました。こうした中で、私自身は、身体の不調もあり“今こそ、本当に歩きたい道に進むべきだ”と決断し、本学を離れて家事の傍ら、日本女子大学の通信教育に専念しました。その後、日本女子大学の大学院に進み研究生生活の第一歩を踏み出しました。女子大では栄養生理学研究室で、数年前家政学部長を退官された野崎幸久教授（内科医）の指導を受けました。動物実験の傍ら、臨床検査を済ませ不要となったヒト血液を手に入れるために、千葉まで定期的に足を運びました。寒い冬の日、夜遅くまで心配して、私の帰りを待っていて下さった先生の暖かさは、お人柄とともに心に残っています。動物実験とヒト血清脂質分析を通して、私の心の中では、両者を結びさまざまな思考の模様が生まれました。大学院に入る以前から、栄養学を医学と結びつけてじっくり学びたいという想いは、一層強くなりました。

徳島大学、医学部、病態栄養学講座（主任：萩平博教授）で、博士課程、専攻生、助手を含めた約10年間で過ごしました。研究テーマは、血清リポ蛋白分析法の開発と臨床応用、および糖、アミノ酸の腸管吸収であります。実験に明け暮れるなかで、教室内、外の多数の研究者、医者と触れ合い、研究者としての基本的姿勢を学んだように思います。加えて、離徳するまでの6年間、卒論学生と共に附属病院内科外来で、栄養指導を行いました。年を重ねるごとに医局内の先生方の中にも栄養、食事に関心を持たれる方が増え、私の行動範囲も次第に拡がりました。この時期、患者の血清脂質分析と食事指導を同時に行い得たことは、栄養指導に携る者の資質を考えることになり幸いでした。

徳島大から山梨医大へ。そして、縁あって再び母校である山梨学院大に戻りました。ここでの教員生活も春には三年目を迎えようとしています。故古屋喜代子先生（当時副学長であられた）は、私が迷い悩んだ時、次の便りを下さいました。

“ライフワークを持った人は幸い。まして、それが女性であればなお尊い”この言葉は、それ以来私の心にどしりと根をおろしています。

早春の二月、フランスの学者におめにかかる機会を得た。道を間違え目的地に廻り道した時、同乗の方の詫びの言葉に“すべての道はロマンに通ずる”（ローマであったかも知れないが、敢えてロマンと解釈したい。）と何気なく話された言葉が今も彩やかに心に残っています。考えてみると私のこれまでの人生も随分まわり道であった。しかし、それにも増して、実に大勢の人々に出会い、そして励まされ、助けられ、学ばせていただいている。つい先日附属幼稚園の手づくり卒園式からは、園児の凛凛しい姿と支える園の先生方の心に接し、魂を激しく揺さぶられた。指導（この言葉は余り好きでない）と名のつく行為を持って対象と触れ合う原点をそこに、かいま見たような気がする。

私は今、栄養指導研究室に籍がある。“栄養指導”をする、できる何かがあるからではない。

昭和62年度より、新カリキュラムに基づく栄養士課程での教育がスタートする。新しい栄養士像は、私たち自身が創るもの、育むものである。教育の場に、再び新入生を迎え、学生と共に“栄養士とは何か”“栄養指導とは何か”と語り合い、考えながら歩む日々がもうそこまできている。

今後共、大勢の仲間のご支援を宜しくお願い申し上げます。

ささやかな道を振り返ることがお役に立てるならと思い、事務局よりの原稿依頼を快く引き受けました。拙稿を閉じるにあたりこのような機会をいただき、心からお礼申し上げます。

(山梨学院短期大学)

鈴木道子氏 略歴

昭和21年12月10日生

昭和50年3月 日本女子大学大学院家政学研究科食物栄養学専攻修了

修士論文テーマ：高脂血症に関する臨床的ならびに実験的研究

昭和54年3月 徳島大学大学院栄養学研究科博士課程単位取得退学

昭和59年10月 保健学博士(徳島大学)

博士論文テーマ：アロキサン糖尿ラット小腸機能と構造変化に及ぼすペクチン食の影響

ジャネフ



半消化態流動食



1 低乳糖タイプ

3 おいしく

4 卵黄レシチン入り

2 乳清たんぱく使用

飽きのこない味

5 リキッドダイエット

リキッドダイエット
K-2

業務用食材総合卸
山梨県栄養士会指定食品取扱店

シキシマ醤油株式会社

中巨摩郡田富町流通団地3丁目1-1
電話 0552 (73) 6844 (代)
ファックス 0552 (73) 0460

栄養指導雑感

〈栄養指導にとまどい〉

公衆栄養推進部会 竹口 はる子

最近の栄養指導は、食品の多様化、過剰栄養、偏食、運動不足、ストレスなど健康障害の誘因も多岐に亘り、若者の虚弱化、青壮年の半健康、高齢者の健康保持、成人病の予防・治療などたいへん難しくなりました。

このような現状に対応して、厚生省では、栄養士養成のカリキュラムを再検討され基礎医学関係の教科の充実を図ることになりました。つまり従来の食物の栄養士サイドからの考え方から、人の身体サイドから考えた指導ができるように、新しく解剖生理学、生化学、運動生理などが加えられるようです。

また、研究機関や大学の先生方も、これらの当面する課題について調査、研究され、その成果を次々と発表されております。殊に、近年は、高齢化社会が進む中で成人病や寝たきりの中高年者が増加し、これらの問題に多く取り組まれるようになりました。

さて、先般「栄養日本」1987年1月号、頁16～18に「高齢者の健康と食生活」に関する調査結果の概要が掲載されておりました。

この調査は、中高齢者の食生活分析研究会(科学技術庁資源調査会所管)が食生活内容を調査し、老化の進行と食生活の係わりを解明するため、第1期の研究調査だそうです。

対象は、日本を代表する長寿県の中から地域別に三県を選んで、その地区内に在住する65才以上の方を悉皆調査したものだそうです。

ところで、私も1985年4月、同じような目的で山梨県下の高齢者のうち、85才、95才、100才以上の3グループに分けて50人余りを対象に「健康と食生活」に関する調査を行ないました。表1は、前述した三県の小金井市、長野市、福井市の都市部と山梨県の85才グループの男子10人のエネルギー、三大栄養素の摂取量、動物性のたん白質比と脂質比、たん白質性食品群の平均摂取量の実態です。これらの栄養摂取量から見て、流石に高齢を保られた方々の食事は、若者の食生活調査結果より、過不足や偏食が少なく、「日本型の食形態」に近いものだと感じました。また年齢差による摂取量の相違は余りなく、健康差、食習慣などによる個人差が比較的多く見受けられました。

以上の高齢者の食生活は、ここまで長寿を保持した方々の食習慣ですからスタミナを落さないよう心掛けていれば、問題はなかるうかと思えます。

そこで、私の考えるのには問題になることとして、現在の中高年齢層の食生活ではないでしょうか。表1の食品構成は、松崎先生と私の食品群別目標量です。松崎先生は、「すこやか長寿の食事学」の中で書かれている「老化を防ぐ食事七ヶ条」で奨励する食品群組合せ量は、「脳卒中、寝たきりを予防する食事の目標量」だそうです。私の作成した食品構成量(案)は、厚生省が示した70～80才代の栄養所要量に基づいて、地域の高齢者の食生活の現状を或る程度配慮し、構成した食品群量です。これを比較してみると、その数値に大きな差がみられるところです。

このため、実際の指導の場では指導として使うのには問題があり戸迷う点でもあります。現状は、動物性の脂質やたん白質の過剰摂取を戒めて、成人病予防の指導を行なっている矢先でもあり、肉や魚、乳類を2倍量も多く奨励されていることに、理解に苦しむところであり、むしろ反発を感じます。しかし、松崎先生は、東京都老人総合研究所、疫学研究室長という権威ある肩書をお持ちの医師です。

このような学識のある先生が、「日本型の穀菜食は、短命食であると誹謗し、動物性食品の多食を主張されては、住民もまた戸迷うのではと心配です。このような主張は、他にも時折りあることです。私達栄養指導に携わる者は、多くの主張に対して、取捨選択できるよう新しい専門的な知識や技能を身につける努力が必要と

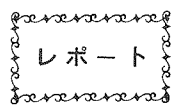
思います。そして実際の栄養指導に当っては、臨床栄養、公衆栄養のいずれにおいても、個人又は集団の体質、健康状態、食習慣、生活環境等、多面的にとらえて、指導方針をたてることが肝要と思います。

表 1 高齢者の栄養素摂取量と食品構成目安量

地域別の平均栄養摂取量					食品構成例		所要量
地域 人数 栄養素	小金井市	長野市	福井市	山梨県(男)	食品構成栄養量		厚生省 中等度(男) 70～80才
	68	70	89	10	松崎案	竹口案(男) 70～80才	
エネルギー	1774.8	1782.2	1645.8	1485.0		1742.0	1700
糖質g	250.2	265.6	239.2	226.2			
たん白質	たん白質g	68.9	66.7	60.6	61.3	64.1	65
	(動物性)g	(31.9)	(30.1)	(30.2)	(28.1)	(53.4)	(28.7)
	動物性比%	(44.8)	(42.2)	(45.5)	(46.3)	(82.0)	(44.7)
脂質	脂質g	(46.3)	(42.1)	(36.5)	(37.2)	(46.2)	20 25
	(動物性)g	(17.0)	(15.7)	(16.4)	(14.9)	(32.2)	(18.6)
	動物性比%	(37.3)	(35.8)	(43.8)	(40.0)	(80.1)	(40.2)
カルシウムmg	625.7	618.9	469.1	520.0		603.0	600

食上 記の 品 構 成 の た ん 白 質 食 品 群 の 量	肉類g	22	(50～70) 60	30
	魚介類g	58	120	55
	牛乳g	76	400 (2本)	206
	卵	33	50 1個	50
	豆類	56	みそ汁2杯 豆1皿	15 110

- 〔注〕 1) 地域別の平均栄養素摂取量
 中高齢者の食生活分析研究会調査
 抜すい：栄養日本 1987.1
- 2) 山梨県高齢者平均栄養素摂取量
 1985年
 85才、95才、100才以上の中
 85才男子のみ 10人
 山梨学院大 栄養指導研究室調査
- 3) 「すこやか長寿の食事学」1986
 松崎俊久著 雪印乳業発刊
 抜すい：老化を防ぐ食事七ヶ条
 脳卒中、寝たきりを予防する
 食事目標
- 4) 食品構成 竹口案 1984
 70～80才 男子の目安量(軽い)



レポート

幼児の食生活について

ー生活環境と栄養摂取状況の検討ー

教育養成部会 ○森沢まさ子・岡本 裕子

〔目的〕

多様化された現在社会において、当然のことながら幼児を取り巻く生活環境も様々である。そこで幼児の生活環境と食生活及び栄養摂取状況を調べ、あわせて栄養摂取に過不足のある幼児についてそれらとの係わりを検討したので報告する。

〔方法〕

甲府市内にあるY幼稚園男児 102名、女児 106名を対象として、食生活等に関するアンケート調査と食事調査を昭和60年2月下旬～3月上旬に行った。食事調査は、平日2日間に家庭(朝食・夕食・間食)で摂取した食品を目安量で記入してもらい、重量に換算した。

〔結果〕

- 生活環境
 - ①家族形態は、拡大家族 51%、核家族 49%で、一人っ子は 16%である。②母親の就業率は 44%で拡大家族に多く、職種としては自営業 43%、パートタイマー 17%、会社員 13%、農業 9%である。③起床は 7時台が 69%、就寝が 9時台 54%、8時台 41%、睡眠時間は 10時間 66%、9時間が 19%である。④1日に見るテレビの時間は、2時間 32%、3時間 27%、3時間以上が 28%である。⑤塾へ通っている幼児は 32%で、このうち 3回以上／週が 15%、2回／週が 24%である。
- 食生活状況
 - ①朝食を時々欠食する者が 11%、朝食を子供のみで食べるのは 10%である。朝食をとる時刻は、7時台 72%、8時台 23%で、食事にかかる時間は 20分以内 28%、20分以上 72%である。また、朝食時にテレビを見ながら食べる者は 40%、話しながらは 50%である。②夕食は 6時台が 68%、7時台 21%で、食事にかかる時間は 40分以内 77%、40分以上 23%である。また、テレビを見ながら 45%、話しながら 48%、夕食時に見るテレビの内容は 46%がマンガである。③母親が食事を作る時に優先するのは、栄養 58%、好み 34%である。また、栄養のバランスをあまり考えない母親が 12%である。
- 母親の就業の有無と幼児の生活状況(表1)

母親が働いている家庭の幼児の方が就寝時刻が遅く、睡眠時間も短い傾向がある。また、朝食時にテレビを見ながら食事をしている割合が高い。
- 栄養素に過不足のある幼児の割合(図1)

幼児の平均栄養所要量を 100として、幼稚園給食でとるべき給与栄養基準量の割合を差し引き、それに±10%したものを栄養素摂取の基準として、過不足のある幼児を割合で示した。鉄の不足している幼児が 53%と多く、ビタミンC 28%、エネルギー 20%に不足の幼児が見られる。また、鉄を除く他の栄養素は、多く摂取している幼児の割合が高い。
- 栄養素に過不足のある幼児と食生活との関係(図2)

母親が働いている家庭、または栄養のバランスを考えている家庭の方が、ビタミンAを多く摂取している幼児の割合が高い。また、朝食の所要時間 20分未満の幼児にエネルギー、たん白質、脂質、カルシウム、

ビタミンB₁の不足している幼児の割合が高い傾向がみられる。

〔考察〕

栄養面では、過剰に摂取している幼児が多い一方で、不足している者もあり、エネルギー、たん白質、脂質について個々のレベルに見合う摂取を指導する必要がある。特に不足している幼児の場合、朝食の所要時間との係わりが見られることから、食事の内容、食事量、起床時間、朝食時間等の背景となる原因を調べた上で指導すべきと考える。また、母親が働いている家庭の方が栄養的に配慮しているのが見られる一方、子供とのコミュニケーションをはかる有効な場であり時間である食事時にテレビを見ている家庭が多く、生活面での自覚と見直しを促す必要があると思われる。

母親の就業の有無と
幼児の生活状況の比較 (名)

			母 親 の 就 業			
			有	%	無	%
幼就	8 時	台	24	26	61	53
児寝時	9 時	台	62	67	50	43 **
の 刻	10 時	台	6	7	5	4
幼睡	9 時	間	20	22	20	17
児眠時	10 時	間	66	73	70	60 **
の 間	11 時	間	5	5	26	22
朝	テレビを見ながら		45	49	37	33
食	話しながら		37	41	64	57 *
時	ラジオ その他		9	10	12	11

**p < 0.01 *p < 0.05

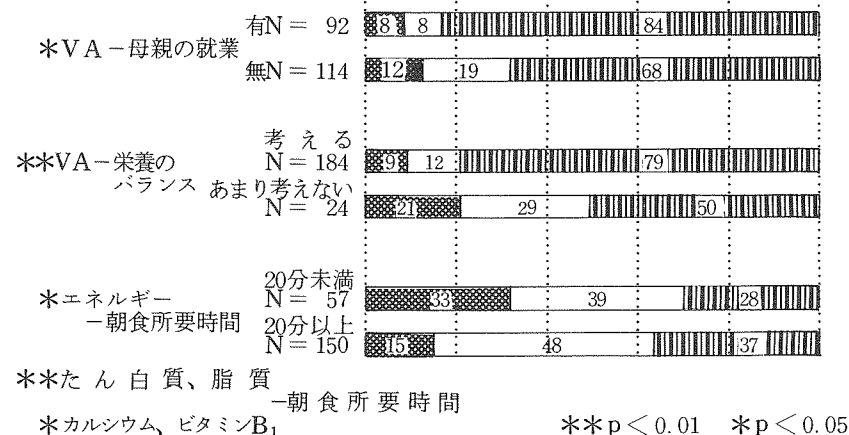


図2 栄養素に過不足のある幼児と食生活との関係

(山梨学院短期大学)

編集部注 第33回日本栄養改善学会講演集から掲載いたしました。

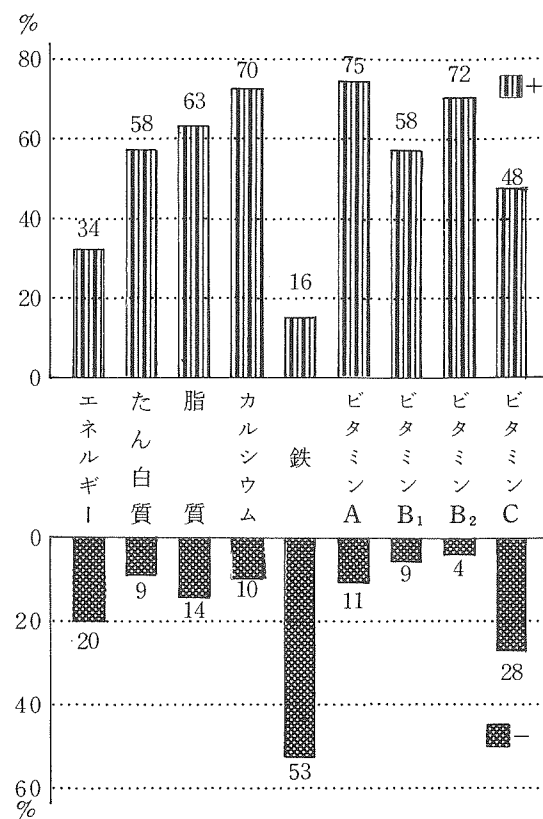


図1 栄養素に過不足のある幼児の割合

1. 会員調査票を提出してください。

栄養日本1月号47頁、3月号3頁を熟知されて4月30日までに事務局までご送付ください。事務的の手順としては(社)日本栄養士会へ会費納入時にこの調査票を提出することになっております。なお、備考欄に①出身養成施設名、②卒業年月日、③管理栄養士資格取得者は資格取得別(例えば管理栄養士養成施設卒か国家試験合格か特例によるものかの別)を記載してください。

2. 昭和62年度会費納入について

会費納入は銀行口座、郵便振替、あるいは支部長、保健所栄養担当者まで、お願いします。

◎ 納入時会員番号を必ず記載してください。

- 山梨中央銀行甲府駅前支店、普通預金口座 2 8 7 2 9 6
- 甲府宝郵便局、口座番号 甲府 9 - 6 7 9 5

なお、新入会員の勧誘もよろしくお願いします。入会申込書は、支部長あるいは、保健所栄養担当者にご請求ください。

◎ 林芳江氏知事表彰受賞

2月5日開催された昭和61年度栄養改善大会において（山梨学院大学メモリアルホール）、林芳江氏（公衆栄養推進部会）が栄養指導業務功績により知事表彰を受けられました。氏の栄誉を称え報告します。

◎ 厚生大臣表彰受賞者からご寄付

本誌1月号で竹口はる子、中村大家両氏の受賞祝賀会開催状況とご協力のお礼を申しあげましたが、このたび両氏から10万円の寄付がありました。

本会事業の記録づくりのため、これを基金に「カメラ」を購入いたしました。支部活動、部会活動の記録作成にも活用してください。



「食用油」をテストする

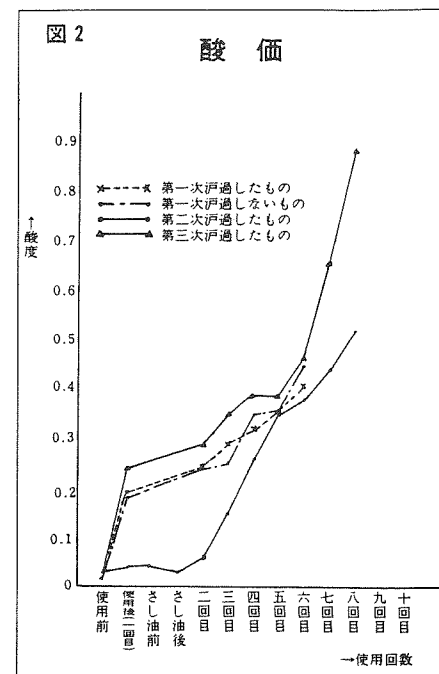
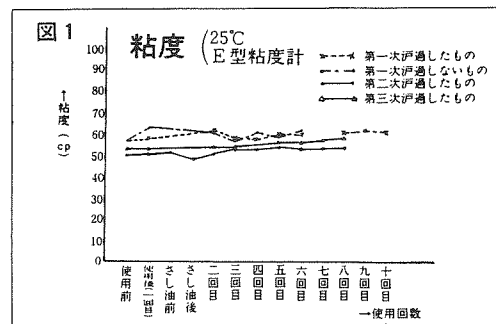
食用油を天ぷらなどの揚げ物に使うとき、いろいろなことが関係して、除々に品質は低下します。消費者にとって、一体何回ぐらい使えるのかということが素朴な疑問で、センターへの問い合わせも多くなっています。そこで、県内の給食センターに揚げ油を提供してもらい、テストを実施しました。

テスト項目は、酸価、粘度、色（Y/R）について経時変化を実施しました。

油の温度は、170～180℃を保ち、揚げ物の材料は、あげパン、コロッケ、とりからあげ、春巻、いわしフライ、ぎょうざフライなど多様でした。期間は、春、2月～3月、夏、5月～6月、冬、11月～12月の三次まで、6回～10回くり返し使用した油です。ただし、常に同量の油を維持するため、途中で何回かさし油をしています。

テスト結果は図1、図2に示すとおり、使用後、汙過した油の方が品質の変化は安定していました。

今回の調査では、6回までの酸価は、いずれも0.45以下でした。弁当そうざいの衛生規範によると原料油は酸価が1.0以下となっています。粘度、色のテスト結果も総合すると、この給食センターの条件では6回ぐらいまでは、揚げ物の使用に耐えうる品質を保っていると判断できます。



アジの開き干しをテストしました

魚介類は、日本型食生活の中心的栄養補給源として、見直されています。従来は、乾燥、塩漬などの加工を施すことにより、保存性をもたせてきましたが、最近は消費者意向を反映して、「干物」の実態も変わってきたようです。

アンケートにより消費者嗜好を調査したところ、県内では、開き干し(干物)のうちアジがよく利用されていましたので、「アジの開き干し」の塩分、水分、微生物学的テスト及び品質の経時変化についてテストを行いました。

○ 購入検体は、マアジ、ムロアジ、アオアジについて、甲府市内及び周辺のスーパーや専門店などから、56検体購入しました。

テスト結果

水分・塩分・微生物

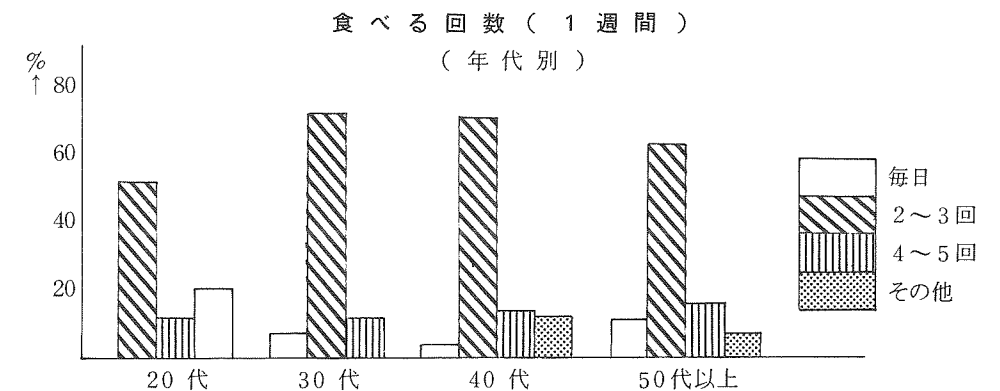
- 水分は平均すると、70%前後、塩分は2~2.6%と生鮮魚とあまり変らない品質でした。
- 微生物は、一般生菌数や腸炎ビブリオなどは全て問題ありませんでしたが、黄色ブドウ球菌が検出されたものがありました。開き干しは加熱してから食べるものですので、問題はありますが、開き干しに触れた手で、他の食品に触れることがあると、二次的に汚染される危険がありますので、まめに手洗いを心がけたり他の食品と接触しないなどの配慮も必要です。

経時変化

- 冷蔵庫、冷凍庫において品質の変化を調べたところ冷蔵庫では4日ぐらいまでが限度で、鮮度が急激に変化しますので、一週間以上の保存には冷凍庫を利用することが望ましいと思われます。

アンケートから

センターの講座受講生235人を対象としてアンケート調査をしました。どの年代もアジの開き干しをよく食べ、次いで、20歳代30歳代がさんま、40歳代、50歳代はいわしを食べています。テスト結果から、生鮮魚に近い品質であることが判明し、消費者の意識としても、低塩高水分として取り扱っているようです。



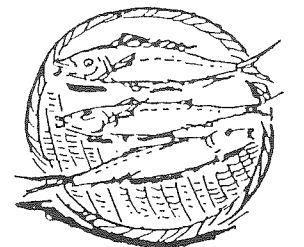
(山梨県消費生活センター提供)

東京築地直入 高級鮮魚卸小売

魚日出株式会社

●甲府市相生二丁目3-16 ☎35-7648代

代表取締役社長 山田 日出男



- ◎ 開花もまぢか、爛漫と咲く桜花を眺め、一陣の春風に乱舞して散る花びらを背に、蕩蕩と酔い、なんて言う心境になりたいものであるが、61年度の締めくくりと総まとめのとき、また新しい年度の計画に取組むなど、多忙の毎日を過しておられる諸氏だともう。
- ◎ 会員のすべてが興味を持ち魅力のある「栄養やまなし」にといつも願っているのだが。今月号は、博士号を取得している会員、鈴木道子氏に寄稿をお願いした、会員の意欲の喚起に役立てばと。
- ◎ 年4回発行する会誌を、情報提供と会員の連帯意識の高揚に役立てたい。組織を直接運営する執行者と会員、会員相互の意志や考え方を繋ぐ架け橋となる会誌にしたい、寄稿やご意見を期待する。
- ◎ 近く会員名簿を発行する。会員275名、いうまでもなく組織の力は、会員数に負うところが大きい、昭和62年度はとくに会員獲得にご協力をお願いしたい。(T. N生)

◎ 管理栄養士試験問題の解答と解説

栄養士会編 一昭和61年度版一
定価 2,000円

◎ 肥満とやせの判定表

厚生省編 一昭和61年度版一
第一出版社発行
定価 520円
事務局へお問い合わせください。幹旋しております。

昭和62年3月末日現在

商 社 名	電話番号	代表者氏名	業務内容
イカリ環境サービス(株)	0552-32-8177	宮沢公広	防鼠害虫駆除
和泉屋名取(株)	0552-35-2351	名取忠信	食器、厨房機器
上田商店	055266-2331	上田昭雄	ソフクリーン・もずく・煮豆
魚日出(株)	0552-35-7648	山田日出男	鮮魚卸・小売り
大塚製薬甲府出張所	0552-76-8581	加茂信泰	ハイネックス・ポカリスエット
オギノ食糧(株)	0552-22-5181	荻野恒男	給食材料
オザワプリント社	0552-35-6010	小沢孝	印刷
木村屋(株)	0552-41-4155	有賀充	製パン・和洋菓子
キューピー(株)関東支店	03-320-0800	氏原信夫	ジャネフ・ヘルスフード
(株)くぼた	03-682-6681	窪田栄松	煮豆
甲信食糧(株)	0552-73-4561	中込豊秋	惣菜用食品材料卸
甲府東洋(株)	0552-73-2511	大沢康二	即席カップめん
シキシマ醤油(株)	0552-24-4415	天野袈裟富	醤油・減塩調味料
信濃化学工業(株)	0262-43-1115	小野清	食器・トレイ
武田食糧(株)	0552-35-1141	武田辰男	醤油・給食材料
(株)日新厨房企画	0552-73-3881	井上寛	厨房企画設計管理
白麦米(株)	0556-22-2121	長沢利久	麦の総合食品メーカー、“はつらつ”
ファミリコマー	0552-33-0121	二子石宣威	食品・雑貨スーパー
(株)平安閣	0552-22-1111	秋山章	結婚式場・儀式産業
丸山梨製パン	0552-26-3411	梅本薫	パン製造
みしな食品(株)	0552-28-1347	三科喜男	総合食品卸
宮坂醸造(株)	0552-41-8181	宮坂伊兵衛	味噌
湊興(株)	0552-26-3742	飯島忠	鮮魚・煮貝
村松商店	05462-8-7371	村松善八	鯉の素・だしの素
森永乳業(株)甲府営業所	0552-22-7164	塩出一彦	ミルク・乳製品
山梨県製麺共同組合	0552-22-5510	清水清富	製麺
山一水産(株)	0552-28-1592	村田翠	鮮魚
山梨食品	055266-5175	成沢政則	給食材料・厨房機器
(有)山梨鶏卵市場	0552-26-0005	細川勝吉	鶏卵
山梨県豆腐商工組合	0552-28-1675	菊原甲子男	豆腐・大豆加工品
山梨ヤクルト販売(株)	0552-37-8960	上田俊一	健康科学ヤクルト
(株)やまひろ	0552-51-1121	広瀬順作	総合医薬品卸
雪印乳業東京西支店	0425-28-2527	田川祐次	ミルク・乳製品
北沢産業株式会社甲府支店	0552-26-2800	森沢茂男	厨房設計管理
山梨県牛乳協会	0552-24-2201	細川勝人	牛乳
第一出版株式会社	03-291-4576	栗田元	書籍
(株)修学堂	045-252-7242	鈴木勝己	書籍(日本の食文化大系)

●はちみつプラスりんご果汁入り

りんご小梅



JAS 認定工場

●高級シロップ漬

香り梅

●カルシウム入り

小梅漬
アリラン漬

各種高級調味浅漬

各種惣菜・和風・中華



各種漬物製造卸・総合食品卸

株式会社

みしな食品

本社・甲府市国母6丁目6の3 ☎0552(28)1347(代) 工場・甲府市上河原297 ☎0552(33)8253
甲府中央卸売市場東団地 F A X 0552(22)2195 F A X 0552(33)3076
工場・山梨市上神内川116 ☎05532(2)0347

はっ ぼー えん ほん
八 宝 塩 飯 (中国風まぜごはん)

〈材 料〉 (6人前)	〈正味量 g〉	〈概 量〉
もち米	640	カップ 4
豚もも肉	100	
ゆでたけのこ	100	
椎 茸		3 枚
干しえび	30	
ピーナッツ		カップ 1/2
サラダ油		大 2
スープ		カップ 2
酒		大 1
さとう	調	大 2
しょうゆ	味	大 2 1/2
塩	料	小 1
ごま油		小 2

〈作り方〉

1. もち米はといで、一晚浸漬しておく。
2. 豚肉は、5ミリの線切りにする。
3. ゆでたけのこ、椎茸は短かめの短冊切りにする。
4. 干しえびはよく洗い、もどし、穀などをとる。
5. 中華鍋に油を熱し、肉、たけのこ、椎茸の順にいため、干えび、ピーナッツを加え、スープ、調味料を加え、1/2量くらいに煮汁を煮つめる。
6. もち米は、せいろでふかし、蒸し上がったたら、5の具をのせむらす。

(昭和61年度 健康づくり米食栄養学術講習会で講習した料理です。好評でしたので、掲載します。)

DCel
Du Bleu デュ シェル ブル

八ヶ岳南麓 フランス料理の宿

栄養士会員 大 木 由 枝

山梨県北巨摩郡大泉村西井出8240番4628
〒 409-15 TEL 0551 (38) 3208