



「野辺山の秋桜」

撮影者 医療部会 藤原悦子

## 休日

休暇後進国と言われた日本でも、週休二日制がスタートし、休日を野に山に出かけ、大自然にふれ、草花を愛で、心身ともにリフレッシュさせる人が多くなりました。

過労やストレスなどの危険因子から体を守ろうと、サラリーマンを対象とした「休養指針」を厚生省で作成することですが、健康づくりの三大要素の一つである休養の部門にも目が向けられ、大変うれしいことです。

これからの休日は積極的に自然と遊び、効果的に休養の取れる、ゆとりの時間を持ちたいものです。

(医療部会 波木井なつ子)



(社)山梨県栄養士会は、実行委員組織の一員として小瀬スポーツ公園のサブアリーナを会場に、健康関連イベント「健康フェア」部門の「食と健康コーナ」を担当することになり、昨年末十二月四日各職域部会から推せんされた十四名をもつて委員会を構成し、早速「食と健康」コーナの企画に着手いたしました。

どのような「ねらい」で内容を組立てたらよいか、参加者を楽しませ、魅力と効果を期待する演出の方法や要領、パネルや展示物の選択、業務

さらに、山梨県栄養改善推進員連絡協議会は「うまいもの」のれんコーナ―を設け、郷土の産物を生かしたた県の自慢料理を他県の出品とあわせ、26のれんの模擬出店と健康づくりのためのシルバー料理展示をおこないます。

—— 試食自由 ——

「食と健康」

コーナー概要

一、コンピューターによる栄養診断、栄養相談（コンピューター3台）

二、リニアで見る「健康づくりのた

- (2) 高齢者の献立例（フードモデル）  
貧血予防のための鉄分を多く含む食品例（フードモデル）
- (3) 調理の工夫で多様な食生活をパネル
- (4) よく体を動かそうーパネル・歩行マップ
- (5) 食生活の知恵を身につけようーパネル

おいしく楽しく食事をとろうーパネル・おやつと砂糖を食物表示（20種類）エネルギー量、ご飯に換算したときのご飯量及び

・ 輪投げ遊びを通じ、主食・主菜・副菜のとり合せと一日30食品摂取バランスのとれた食事づくりの知識普及を図る。

参加者には「六つの基礎食品」ナプキンを配布（配布数一、〇〇〇枚）

四、腰痛予防教育ロボット「骨人28号」の展示、腰痛のメカニズムとその予防を解りやすくロボットで紹介する。

（第五回全国福祉祭山梨大会・食と健康コーナー実行委員長

全国健康福祉祭やまなし

大会の開催にあたって

副会長 小沢 量子

の役割分担や予算、発注と十数回の  
わたり検討、討議を重ねて英知を結  
集しました。計画的に作業を進めて  
万全の準備を終えようとしておりま  
す。また、栄養相談や説明に従事し  
てくださる会員は延六十名を数えま  
す。

なお、参考までに「食と健康」コーナーの概要を説明いたします。

総予算額一八〇万円、山梨県養士会としてはかつてない大規模のイベントとなるでしょう。また、学習の場として自信をもっております。

多数の会員の参観をおすすめします。

さらに、山梨県栄養改善推進員連絡協議会は「うまいもの」のれんこー

ナーを設け、郷土の産物を生かした、  
県の自慢料理を他県の出品とあわせ、  
26のれんの模擬出店と健康づくりの  
ためのシルバー料理展示をおこない  
ます。

— 試食自由 —

## 「食と健康」

コーナー概要

栄養士会の皆様におかれましては、日頃より県民の健康増進に多面的に御尽力・御協力をいただき、ありがとうございます。私は、この七月十日より山梨県にお世話になっております。前職は、厚生省保健医療局精神保健課精神保健専門官兼厚生大臣官房国際課課長補佐でした。栄養関係業務は初めての経験でございますので、皆様方の御指導と御協力をよろしくお願い申し上げます。本来ならば、抱負なり栄養士会への期待なりを述べるべきですが、ここでは私の小さな体験を通じての栄養と健康への雑感を述べさせていただきますと思います。

昨年夏、まだ私が厚生省大臣官房国際課にいたころ、要人の随行で米國を旅したときのことです。多忙なスケジュールの合間をぬって、ロススケジュールの合間をぬって、ロスの休日を、やはり随員として出張していた厚生省某局長とともに、ロスに在任の某日本企業の幹部の方と、その企業の系列が買収したとされる某有名映画スタジオの横にあるレスト

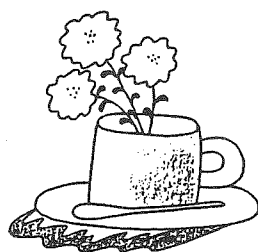
ランで昼食をしました。

詳しいことは忘れましたが、某局長が、そのレストランではメニューの栄養表示をしていることを発見しました。そういえば、米国のマクドナルドやバーガーキング、ウインディーズなどの外食屋さんでは、かなり前から店内のどこかの壁に、大きな紙に実に小さな手ながらも、各メニューのカロリー表示等の栄養表示がなされています。

また、各種加工食品は、栄養成分表をその箱や包紙にほぼ必ずといってよいほど表示しています。かつて、留学中に大変お世話になったキャンベルの缶入りクラムチャウダースープを例にとりましょう。ラベルには、カロリー、タンパク質はもちろん各種ビタミンに至るまで、こと細かに表示がなされています。さらに、なんとそのまま調理した場合（水を加えて加熱するだけです）と牛乳を加えて調理した場合のそれぞれについてまで表示されているのです。私には、当時これらの栄養表示を基に毎

の栄養成分表示制度（いわゆる新JSD食品制度）がスタートしました。一、〇〇〇品目以上がこの制度にのっかっているのですが、更なる普及を期待するとか、レストラン等でのメニューの栄養表示についても今後拡大していくと素晴らしいとか、栄養成分表示についていろんな事例を集めてみたかどうか、とりとめななく話は続けました。

さて、山梨に赴任して、健康増進を担当することとなり、この問題についていろいろな方のお伺いしました。せめて食事、とくに外食するとときくらい、理屈抜きで美味しいものを好きに食べたいものだ、とか、普通の人は、カロリーとかタンパク質についてどれだけ知っているのか……といった反応が大部分でした。当たり前というか意外というか、そんな反応に、栄養と食と健康のもつ多面性を改めて感じたものです。この問題をいかに美味しく料理していくか、皆さんとともに取り組んで参りたいと思います。



山梨県に着任して

健康づくりと栄養情報

山梨県厚生部健康増進課長 福田祐典

栄養士会の皆様におかれましては、日頃より県民の健康増進に多面的に御尽力・御協力をいただき、ありがとうございます。私は、この七月十日より山梨県にお世話になっております。前職は、厚生省保健医療局精神保健課精神保健専門官兼厚生大臣官房国際課課長補佐でした。栄養関係業務は初めての経験でございますので、皆様方の御指導と御協力をよろしくお願い申し上げます。本来なら

ランで昼食をしました。

詳しいことは忘れましたが、某局長が、そのレストランではメニューの栄養表示をしていることを発見しました。そういえば、米国のマクドナルドやバーガーキング、ウィンディーズなどの外食屋さんでは、かなり前から店内のどこかの壁に、大きな紙に実に小さな字ながらも、各メニューのカロリー表示等の栄養表示がなされています。

の栄養成分表示制度（いわゆる新JSD食品制度）がスタートしました。一、〇〇〇品目以上がこの制度にのっかっているとのことですが、更なる普及を期待するとか、レストラン等でのメニューの栄養表示についても今後拡大していくと素晴らしいとか、栄養成分表示についていろんな事例を集めてみたらどうか、とりとめななく話は続きました。

さて、山梨に赴任して、健康増進

## 特別管理給食

## 特別管理給食の実施にあたって

医療部会 老 沼 喜久江

## ◆ 当院栄養科の概要 ◆

今回の特別給食加算についてどこ  
の病院でも検討されていると思いま  
すが、当院では昭和五十七年、五十  
八年と二年間の検討期間を持ち、適  
温給食・適時配膳・衛生管理面と三  
点に絞り、検討してまいりました。  
昭和五十九年二月より給食サービ  
スの向上と喫食率を上げ、治療本来  
の目的を達成する事が出来る新しいシ  
ステムと、それに対応できる施設・  
設備の必要から新しい給食棟を新築  
し、適温給食・適時配膳をしており  
ました。このため、今回の特別給食  
加算についてはむしろありがたいと  
言うことで、夕食の配膳時間5時30  
分を30分遅らせ午後6時にすること  
については、栄養科では勤務体制・  
勤務内容変更で看護婦科の協力をい  
ただき、ほとんど問題はありませ  
んでした。適温給食・適温配膳・衛生  
面と三点を遺憾のないよう実施する  
為にはハード面・ソフト面と両面よ  
り検討し、特にソフト面では人材と  
組織の整備を全面的に取り組んで来  
ましたので、無理のない姿勢で長続  
き出来る体制を整えられたのだと思  
います。

- ☆ 総合病院 ベット数二六七床、  
一日平均五八〇食、六〇〇食、患  
者外給食、当直、中国研修生、栄  
養科職員等一回二十食
- ☆ 栄養科職員の構成は、管理栄養  
士一名、栄養士三名、調理師男性  
七名、女性二名、調理師二名、調  
理師平均年齢二十六才
- ☆ 委託業者職員五名は朝昼夕三回、  
下膳・食器洗浄・消毒を担当
- ☆ 配膳時間 朝食7時50分～8時、  
昼食12時～12時10分、夕食6時～  
6時15分
- ☆ 食事内容 一般食27%、一般軟  
食を含む特別食62%、キザミ、プリ  
ン食11%位です。
- ☆ 献立 週四週サイクル、献立は十  
日ごとに患者に配布、外に行事食  
等・小児科おやつ十時、三時に給  
与、調乳等があります。
- ☆ 栄養相談 毎日、予約制、平均  
二～三名を行っております。
- ☆ ベットサイド訪問 毎月定期的  
に一日、二日、三日、四日、午前  
9時30分～12時に実施し、患者の  
要望を取り入れ入院患者が満足で  
きる食事が取れるように努力して

- ☆ 教室の開設 糖尿病・入院、外  
来患者を対象に実施、医師一回、  
栄養士二回、看護婦一回（一サイ  
クル）
- ☆ 勤務体制
- ◎ 調理師

午前6時～午後3時15分 一名  
午前6時30分～午後3時45分 一名  
午前7時～午後5時50分 二名  
（超勤あり）

◎ 朝食時間30分  
午前9時30分～午後6時15分 四名  
土曜日平日を組むとき  
午後2時15分～午後6時15分 二名  
昼休み  
午前12時～午後1時 四名  
午後1時～午後2時 四名

◎ 栄養士  
午前7時30分～午後4時15分 一名  
午前8時30分～午後5時15分 二名  
午前9時45分～午後6時30分 一名  
土曜日は栄養士全員出勤  
土曜日  
午後2時30分～午後6時30分 一名  
日曜日  
午前7時30分～午後6時45分 一名

調理手前は午後6時配膳に合  
せて、炊飯時間、副食の料理を  
作る部分火にかける時間等逆算  
して設定



以上が適温給食、夕食6時配膳実  
施状況ですが、どのようなすばらし  
い施設・設備があってもそれを運用  
するのは私達ですから効率よく使い  
こなすことが大切で、病院の食事は  
治療の一環であり患者にとって楽し  
みのものでなくてはならないので、  
この意義を医師、看護婦、事務局に  
働きかける事が大切で病院職員全体  
が協力しないとなかなか大変だと思  
います。

当院では平成四年四月一日より、  
承認を受けました。

（大月市立病院）

## 事例紹介

（社）日本栄養士会では、「市町村に栄養士設置の経費を地方交付税への算  
入方の要望」を、今年七月から実施しています。県下には既に以前から  
栄養士を配置して事業を推進している市町村があります。

今回は東八代郡下三町村のご協力をいただきましたのでご紹介し、関  
係町村の栄養士及びその関係者に対してお礼申し上げます。

## 市町村（常勤）栄養士の活動

## 一宮町の推進活動

行政部会 鎮 目 和 美

本町は山梨県の中央に位置し、甲  
府盆地の東部にあたり戸数約二、八  
〇〇戸、人口約二万人を数える町で、  
古くから、桃やぶどうの生産が盛ん  
で、とりわけ桃の生産量は日本一を  
誇っている。又、町名の由来となっ  
た甲斐一宮浅間神社をはじめ甲斐国  
分寺跡など山梨の各時代を代表する  
文化財が多く、自然と歴史の恵みを  
受けた本町は「うるおいとやすらぎ  
のある町づくり」をめざしている。

研修会のバスの中で「一宮町の健  
康づくりには栄養推進員さん方の協  
力なしでは考えられません」と課  
長のあいさつがあった。

言葉通り我町の推進員は、会長他  
四十二名の人達だ。推進員が充足し  
たのは昭和四十四年四月で、県内でも  
古い。当時は「健康と生命を守る町  
民会議」という町の事業計画に協力

し、町民の健康づくりの指導、リー  
ダーの育成に自主的に取り組み、町  
が実施する事業を実質的に消化して  
きた。その一部を紹介すると「健康  
管理食部会」「農繁期食部会」「成人  
病予防食部会」「成長期食部会」の  
四つのグループに分け、さまざまな  
角度から推進員が中心になり、アン  
ケート方式による意識調査や健康づ  
くりのために努力してきた。又農繁  
期中はどうしても婦人の貧血が多く  
なるので、パンフレットや献立の配  
布、又高血圧症の方の家族を訪問し  
て、食事調査を行った。成長期食部  
会では子供のおやつを中心に調理実  
習を行って来た。「健康は食事から……」と成人病予防食を主とした指導  
者講習会を年四回開催し、一カ月以  
内に各地区に伝達している。食生活  
の重要性を訴えるため昭和四十九年  
から六十二年には、高齢者及び勤労  
者を対象とした栄養教室を年間十回、  
勤労者料理を夜間、年十回実施して  
きた。

又、加工食品 インスタント、レ  
トルト食品等が氾濫する現在、食生  
活を見直し、自然食中心の料理や、  
郷土料理を次の世代に伝えようと文  
化祭の折などにパンフレットを配布  
している。又、推進員が充足し二十  
数年の足跡を残す意味もあり過去実  
習したものの中で好評だったもの、  
伝えたいものを抜粋して、「いちの  
みや、すこやか味噌」としての小冊  
子を今、作成中である。

健康相談に見える方も以前は血圧  
の高い方や農繁期中に多いたん白質  
不足からくる貧血気味の方で、薄味  
の指導や軽度の貧血は食事からと栄  
養指導で済んでいたが、最近では高  
脂血症、糖尿病等複雑になり指導も  
個人個人で単に食事指導だけではな  
く、運動指導も取り入れていかなけ  
ればならなくなった。ただ運動といっ  
ても、どのような運動をどの位実施  
するのか、運動の目安との関係も考  
えなければならなくなってきた。

我町は、四月になると「桃の里マ  
ラソン」が開催され県内外から約四  
千人のマラソンファンが集まり健脚  
を競っている。この他に毎年コース  
を変えて町内を歩く「歩け歩け大会」  
が実施される。老若男女が和気藹藹  
に長蛇の列をなして歩く様は町外の  
方には異様に写るかも知れないけれ  
ど、現代人の運動不足を考えた時、  
このような行政の事業は見直され、  
今後ますます盛大になっていくだろ  
う。

「肩こりや腰痛で思うように体が  
動かないんだけど」とか「体がかた  
くて」という問い合わせにもすぐに  
答えられ、納得のいくような指導が  
できたらと保健所より指導されたテー  
プ、資料等を中心に今年度より地区  
料理講習会の中に軽運動、ストレッチ  
体操を取り入れ習慣化に努めてい  
る。

以上のように地道な活動の他に毎  
年、秋になると「健康まつり」の準  
備で保健課は多忙になる。「笑うか  
どには福きたる」など毎年テーマを  
きめて中央の著名な先生の講演を中  
心にしたイベントで今年で十二回を  
数える。会場には手作りおでんや豚  
汁、献血、バザー、石けん作り、塩  
分濃度あてクイズ、薬草茶、成人病  
予防食展示、体力測定、介護用品、  
国保優良世帯の表彰、すこやか三才  
児の表彰など数多くの催しがあり毎  
年四百人近く集まり、定着されつつ  
ある。

又、町民より要望される健康管理  
センターの設置については、私も一  
町民として今後とも働きかけていき  
たい。予算化はまだだが、近い将来  
には実現されることと思う。

少しづつでもいいから、健康づく  
りを一人でも多くの人が取り入れ、  
十年後の高齢化社会にボケ、寝たき  
りにならないよう自分なりの健康法  
を見つけていきたい。

（一宮町保健衛生課）

事例紹介

食生活改善推進員会、愛育班組織の協力を得て実施したみそ汁の塩分濃度測定

行政部会 宮川 善美

一、はじめに  
境川村は、人口四三九四人、世帯数一一一戸、十四集落からなる恵まれた自然と歴史文化遺産の豊富な村です。

昭和五十六年に各種検診を一つにした「出張人間ドック検診」をスタートさせ、検診を軸にした健康づくり活動を行っています。

昭和六十一年には「健康の村、境川村宣言」を行い、村民の健康意識の高揚に努めました。各事業には衛生指導員会、愛育班、食生活改善推進員会等の各種組織の協力を得て地域に浸透した保健衛生活動を行っています。

昭和六十三年より食生活改善推進員会、愛育班組織の協力を得て、全戸を対象にみそ汁の塩分測定を三年毎に、行っています。

今回二度目の調査となりました。調査期間は、平成三年十一月十八日～三十日。

境川村の全戸を対象に前もって愛育班員が受け持ち世帯に容器とアンケート用紙を配布し、調査当日の朝、回収してもらう。

集められ、各地区の食生活改善推進員、愛育班分班長の協力を得て、栄養士が測定を行いました。

調査結果は、愛育班員によって各戸に配布されました。

三、調査結果（前回との比較）

前回の調査に比べて回収率が低下した。平均塩分濃度は、1.1%から0.9%に下がった。

また、0.8%以下のうす味のみそ汁が増加し、1.3%以上の濃い味のみそ汁が減少している。

みそ汁の塩分濃度をみる限り、全体的にうす味傾向になってきている。

四、おわりに

健康づくり推進

という同じ活動目標をもっている二つの組織が、協力して行った本事業は、組織がしっかりしている地区とそうでない地区とで回収率に大きな差が出てしまいました。

塩分濃度の濃いみそ汁が多い地区においては、これからも、減塩活動を大きな目標として活動していく必要を感じました。

地道な食生活改善活動を行って行くためには、地域に根ざした各

組織の協力が大きな力となることと  
思います。

（境川村民生課）

二歳児の育児学級について

行政部会 小林 好美

一、はじめに

中道町では、母子を対象とした事業をいくつか実施してきたが、その中でも今まで二歳児を対象とした健診を、体の健康から心の健康へと変えていくため、「のびのび教室」という育児学級に変更した。

二、目的

(1) お母さんたちの交流の場の提供。（仲間作り）

(2) 育児の思いを引き出すことにより、今までの育児、これから育児について考える場とする。

(3) 歯科の面からみても、う歯の罹患率が多くなる年齢であるので、歯科検診等により、う歯の罹患防止につとめる。

(4) 子供の健全育成につとめる。育児等についての知識の普及、啓蒙

三、ねらい

二歳児といえば、人間の発達段階の中で精神、肉体の両面が著しく成長し一生懸命に自立しようとする年代である。更に、この児たちは翌年には保育園児として、集

団の中で仲間作りを通してレクリエーション、遊びなどによって自立性や協調性を養う。併せて最近重要視されている「親子のスキンシップ」を助長するためにも、親子で健康的且つ社会的しつけを身につけるために話合いの場を設け、当事業の運営、推進をはかる。

四、流れ

歯科検診（母子歯科を含む）

1時30分～2時15分

レクリエーション

2時15分～2時45分

レクリエーションを通して母子および他の母子との交流の場とする。

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

話合い

2時45分～3時30分

## 連盟支部だより

「市町村に栄養士設置の経費を地方交付税に算入方要望」活動について  
八月二・三日に開催されました都道府県栄養士会長の折り、日本栄養士会並びに日本栄養士連盟会長から運動の展開を早急に実施するよう要望がありました。続いて両会長名で文書による要望がありました。これを受けて、栄養士会では八月十一日に急遽部長会議を招集し、連盟支部では八月十九日に幹事会を招集してそれぞれこの件について諮った結果、早急に実施すべきであるという結論が出されました。連盟支部長と栄養士会長が協議した結果、要望書を作成して各関係機関に二人で出かけることとなり、九月二日(水)に関係機関に趣旨説明と要望書の提出を行い、且つ自治省や厚生省に対して要望書などによる働き掛けをお願いして参りました。

県関係機関としては、栄養の主管課である健康増進課、県議会は議会事務局、市町村関係は蓬沢の自治会館に市長会、町村会、町村議会議長会を訪ねて要望活動を展開しました。また市議会議長会は大月市役所内に事務局があるので別途に運動を行いました。この運動や働き掛けは全国的規模で展開していることを強調し

## 連盟支部だより

が、みそ味でいただく新鮮な味と香りは正に醍醐味でした。モロコシもあったネ、コクのあるみそ汁もついていた。そんな昼食を堪能しておいとましました。途中道路の工事箇所もあったので、乗用車によるピストン輸送があつて、一部の人は歩け歩けで心地よい山間地の空気を胸一杯に健康そのものでした。会食では参加者一人一人が参加した思いや、食を考える意義やらを発表し合い楽しいひと時を持つことができました。帰路、北都留郡農協直営のみやげ物センターで各人が思い思いのおみやげを物色してこの研修会の仕上げにふさわしい品物を手に家路に向かったのです。

今回の企画の参加者の大方の声として「一度はこんな機会に参加したかった」「一人では思っているだけで来れない」「来て見て聞いて味わって、自分で体験できたことがありがたい」「などなど、参加費五千円也の価値は充分だったようです。

この会の設立趣旨にもあるとおり、山梨の食はこれぞいいの、健康・医療・教育・流通・消費等々巾広い異分野の者が交流を深めることにより、先駆者の労に思いを馳せ、未来の文化を創造しようとする新しい動きが特徴です。会員みんなが主役です。短い人生、お互いに役割分担の中で使命を果たすこと、それが人生の一つのあり方かもしれません。

## 心強い評価を得て

「栄養なんでも相談」

当会では昨年七月から毎月二回(第二・四日曜日)山梨日日新聞の家庭欄へ「なんでも栄養相談」のタイトルでコーナーを確保し、記事の掲載を続けて十カ月を経過するのを機会に、当会々員を対象にアンケート調査を実施しました。今年度の定期総会参加者の有志四十余名の意向を把握できたので、ご協力をいただいた各位に感謝を申し上げ、報告させていただきます。

質問は四項目で、いずれも大変高い評価をいただいて、広報部ならびに原稿検討委員会では意を強くし、次の段階への飛躍の夢を描いているところです。

問一、あなたは山日新聞のこの欄をご覧になったことがありますか。

△回答者四十四名中、三名のみが読んでいないだけでした。▽

問二、月二回の掲載回数数は。

△回答者四十名中三十四名が「よい」との回答でした。▽

問三、記事の内容は。

て参りましたし、趣旨の説明には理解示してはくれましたが、国の財政事情がバブルの崩壊によって極めて厳しい現状から、来年度予算の中に計上されるか否か大変難しい状況にあります。しかしながら、現実に向けての粘り強い地味な活動の展開が今後とも必要でありましょう。

医療法改正についての要望活動について

管理栄養士の業務独占の拡大や栄養士・管理栄養士の病院配置基準の改正などを盛り込んだ要望書の提出活動をやはり全国規模の運動の中で実施しました。

日本栄養士会長、病院栄養士協議会長、県栄養士会長、県連盟支部長連名による要望書を、本県では参議院議員の二人の議員に提出いたしました。が、医療法改正問題は、時に利害が相反する団体などもあり、早急な実現は難しいと思われませんが、我々の要求が決して突出したものではなく、時代の要請であることを医療関係諸団体にも理解される運動が今後は必要だろうと思われまふし、政府や国会議員への働き掛けも欠かせないものと思います。

それにつけても、栄養士自身の資質の向上や業務に対する情熱や創意工夫が最も大切であることは論をまたないところであり、会員の皆さんの自覚と奮起、更に強固な団結が最後の鍵を握っていることを付け加えて筆を置きます。

△回答者四十一名全員が「わかりやすい」との答えでした。▽

問四、記事の分量は。

△回答者四十一名中三十八名が「よい」でした。▽

問五、その他ご意見・ご希望を書いていただいたところ十五項目の参考になるご提案がありました。

いずれのご提案も原稿検討委員会が常々何とか前向きに対応していきたく考えている項目が多く、多くの会員の方々が、会のことを思い、普及啓発のしかたに心を遣われていることがよく理解できました。本当にありがたいことです。

この事業は、県の委託を受けて当会が社会活動の一環として力を注いでいる事業の一つです。情報過多の時代であることを思うにつけ、専門職能組織の立場から地方新聞の一角を確保して社会的アピールのできることはうれしいことです。去る八月下旬には日本栄養士会の各県事務局長会議の中でも紹介され、二・三の県で新聞掲載活動をしているところがあったが、当会の物が「一番いいと思った」とは中村事務局長の感想でした。

原稿の起草にあたっては各職域部会の会員数に比例して執筆回数を分担し、部会内部で責任分担して起草されたものを検討委員会が最終点検をさせていただいて新聞社へ原稿を送り出すこととしています。原稿起

草者ならびに検討委員会各位には多大なご協力をいただいていることを紙面をお借りしてお礼を申し上げますと共に、この事業にまつ関係各位にも改めて感謝を申し上げます。平成四年度分は、第二弾として「病態編」の基礎を掲載するはこびで原稿の起草をお願いしていただきます。

## 「骨人28号」で奨励賞受賞

財団法人・保健会館健康教育推進本部が募集していた「第四回手作り健康教育媒体コンテスト」に、全国から八十七点の応募の中から厳正な審査の結果、作製者の当会々員、平井美樹夫氏(甲府保健所、管理栄養士、健康運動指導士)が昨年に続いて二度目の奨励賞を受賞し、九月二十九・三十の両日開催された「第十回健康教育研究会」で発表され、賞状と記念品が授与されました。

この作品の制作目的は①腰痛予防の理論と方法を視覚的にわかりやすく教える②腰痛予防に向けて日常生活の行動を変容させるための意識づけを行うというものです。

これは十月末日から小瀬スポーツ公園で開催される「第五回全国健康福祉祭やまなし大会」の関連イベント「健康フェア」の食生活部門の「食と健康コーナー」の一環でも展示紹介されることになっています。



ShikiShima

おいしい暮らしのエッセンス。

皆が健康で、  
おいしい暮らしが  
できるよう  
私たちは、  
「愛する気持ち」を  
基本にしています。

シキシマ醤油株式会社

■営業品目 シキシマ製醤油製造販売、醤油加工食品製造販売、業務用食材販売、業務用冷凍食品販売

■本社 〒409-38 山梨県中巨摩郡田富町流通団地3丁目1-1

TEL.0552-73-6844代 FAX.0552-73-0460

賛助会員のページ

## 健 腸 長 寿

ご存じですか？『ヤクルト』は昭和10年から販売されています。

ヤクルト産みの親、故代田 稔博士は、京都大学医学部を卒業すると、そのまま微生物学教室で研究を続けていました。そのとき、人間の体の中には、病気の原因となる悪い菌と、健康に役立つ良い菌がいることを発見したのでした。

その良い菌の代表が、当時「人腸乳酸菌」といわれ、今日のヤクルト菌のもとになりました。正しくは、「ラクトバチルス・カゼイ・シロタ株」といいます。

その優秀な菌が、ヤクルトやヤクルト80A、ジョア、ソフー

ル等に使われています。この菌は、生きたまま腸に届き、おなかの健康をまもります。

ヤクルトでは、この外にミルミル、ミルミルE、ビフィーラ等、健康に役立つ乳製品や清涼飲料水、各種食品、そして化粧品も販売しており、毎日多くのかたがたにご愛用いただいております。

ご自分の健康のために、ご家族の健康のために、1日1本のヤクルト乳製品のご愛飲をおすすめいたします。

健康科学  
**ヤクルト**

山梨ヤクルト販売株式会社

|      |     |                  |
|------|-----|------------------|
| 本電   | 社話  | 甲府市下飯田1丁目3番2号    |
| F 営電 | A 業 | 0552-37-8960     |
| F    | A   | 0552-28-1740     |
|      |     | 富士吉田市電ケ丘3丁目12番8号 |
|      |     | 0555-23-8960     |
|      |     | 0555-23-8996     |

### ☆☆ 薬と健康食品・医療食の店 ☆☆☆

- ・人工透析（腎臓）食・塩分とカロリー制限食
- ・寝たきり病人食 など

食事療法についてもお気軽にどうぞ

《県立中央病院入口》 **ひろせ薬局**

☎ 0552-51-2528

### ◇◆◇ 在宅介護をなさっている方へ ◇◆◇

『安心』と『やさしさ』と『便利さ』をおとどけします。

- ・介護用品のこと介護のご相談はどうぞ

(株)やまひろ

**シルバーケアセンター**

甲府市富士見1-3-28《県立中央病院前通り》

☎ 0552-52-3794



事務局だより

## 事務局だより

一 平成四年度会費納入のお願い  
会費は、会運営の基本財源です。

未納の会員は至急、次により納入をしてください。  
(納入時会員番号を必ず記載のこと)

未納者は、所属職域部長から、再度納入の督促をいたします。

会費 一〇、五〇〇円

○山梨中央銀行甲府駅前支店

普通預金口座二八七二九六番

○郵便振替

口座 甲府九一六七九五番

退会しようとする会員は、その旨意思表示をお願いします。

(栄養日本は四月号から送付されます)

二 健康食品・食療法用食品の託配事業

本会の収益事業として、かねて事業部では賛助会員シキマ醤油(株)と特約し、「シキマ」の集団給用物資の販売促進を図り、会員の皆様にもご協力を願う

てきました。このたび健康食品の販売をさらに特約し、この販売を進め収益事業として実績を挙げたいと考えております。どうか積極的なご協力をお願いします。

なお詳細につきましては、シキマ醤油(株)の営業担当者が直接訪問して取扱要領等を説明いたしますので、よろしく対応をお願いします。

三 平成四年度栄養士研修会のお知らせ

「指導者のため健康栄養セミナー」

主催 山梨県 山梨県栄養士会

①日 時 十一月十三日(水)

午前九時から午後四時まで

②場 所 山梨県総合婦人会館

(甲府市朝日一丁目二二)

③研修内容

「食物繊維の機能と摂取状況」

講師 東京大学医学部

奥 恒行

「現代の栄養事情とその問題点」

講師 女子栄養大学長  
香川 芳子  
『カルシウム不足の現状とこれから』  
講師 東京農大教授  
五島 教郎

四 いきいきメニュー百選の発行

高齢者ヘルシーメニューの開発を助長するやまなし振興財団の委託を受け、会員の皆様方のご協力を頂いたところですが、このたび山梨県栄養士会編により、山梨日日新聞社から発刊されました。

「高齢者の食生活指針」「食生活のポイント」「食品ヘルシーガイド」「料理をおいしく、たのしく」写真掲載料理五十一点、主菜五十二点が材料別に収録されております。(一一〇頁) 栄養士会事務局で取扱っております。

・定価二、〇〇〇円送料共  
・取扱数量十冊以上のこと  
・電話で注文してください。  
また、事務局へ直接受取りにくる場合は、一、八〇〇円に値引きして頒布します。  
(あらかじめ電話のこと)

## 晩秋雑感

『はぎ、ききょう、すすき、などして、おみなえし、くず、ふじばかま、これぞ七草』とたたわねるうちに、どの草花一つとっても深まりゆく秋の風情を感じます。

七草の一つ「くず」は山路のかけや土手に生え繁り、長く伸びた蔓の葉液に甘く香る紅紫色の美しい花穂をひっそりとつけています。この花穂を天ぷらに揚げると秋の野趣が楽しめます。

また、すすきは穂がでた姿を尾花といい、枯れたすすきをカヤと呼びます。広い野を吹く冷たい風に、すすきのそよぐ景色に静寂な感動を覚え、十五夜の月とのとり合わせに、日本人の自然を愛する心を知ります。

(事務局長 中村 大家)



## 酒・食品 総合

—山梨学院短期大学指定—

## 清水商店

甲府市善光寺町1880-3

TEL 0552-33-5726  
FAXデラックスマイクロバス  
高級乗用車・トラック  
(各車保険付)車の整備点検  
旅行のご案内

## 有限会社 富士レンタカー

栄養士会々員はご優待しますのでご相談ください。

甲府市荒川二丁目6-38  
TEL 0552-51-4042  
FAX 0552-51-4071

## ☆ 賛助会員 ☆ (順不同)

平成4年4月1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)         | 0552-41-1755 | 宮 沢 公 広 | 防鼠害虫駆除                 |
| 和泉産業株式会社             | 0552-22-1153 | 名 取 忠 信 | 食器、厨房機器                |
| 上田商店                 | 0552-66-2331 | 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                |
| 大塚製菓甲府出張所            | 0552-76-8581 | 針 生 均   | 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                   |
| (有)オズプリンティング         | 0552-35-6010 | 小 沢 孝 男 | 印刷                     |
| (株)三和化学研究所甲府営業所      | 0552-26-9010 | 太 田 徹   | サンエットA・サンエットL・サンゲンラクト  |
| キューピー(株)関東支店         | 03-3486-3388 | 原 田 純 男 | ジャネフ、ヘルスフード            |
| 甲信食糧(株)              | 0552-73-4561 | 中 込 豊   | 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)            | 0552-73-6844 | 天野袈裟富   | 醤油、減塩調味料、ジャネフ製品        |
| 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)日新厨房企画社           | 0552-73-3881 | 井 上 寛   | 厨房企画設計管理               |
| (株)はくばく              | 0556-22-8989 | 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 | 食品、雑貨スーパー              |
| (株)アピオ               | 0552-22-1111 | 秋 山 章   | 結婚式場、儀式産業              |
| 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                  |
| 株式会社マルハチ村松           | 054-622-7371 | 村 松 善 八 | 鰹の素、だしの素               |
| 森永乳業(株)東京支社甲府営業所     | 0552-73-3249 | 増 田 敏 雄 | ミルク、乳製品                |
| 山梨ヤクルト販売(株)          | 0552-37-8960 | 上 田 俊 一 | 健康化学ヤクルト               |
| (株)やまひろ              | 0552-74-0714 | 広 瀬 順 作 | 総合医薬品卸                 |
| 雪印乳業(株)甲府営業所         | 0552-51-7311 | 木 村 義 男 | 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                 |
| 第一出版株式会社             | 03-3291-4576 | 栗 田 元   | 書籍                     |
| 山梨食品                 | 0552-66-5175 | 成 沢 政 則 | 給食材料、厨房機器              |
| 新日本法規出版(株)           | 03-3269-2220 | 河合善次郎   | 栄養関係法規、栄養コンピューター       |
| 株式会社マインド             | 03-3498-3024 | 三 角 立 行 | カルシウム強化米               |
| スリーライン株式会社           | 03-3433-0021 | 岩 嶋 徳   | プラスチック業務用機器            |
| 中央法規出版株式会社           | 03-3359-3861 | 荘 村 多加志 | 食品衛生、栄養関係書籍出版          |
| 三信化工株式会社             | 03-3861-4331 | 鳥 谷 好 夫 | メラミン、ポリプロ食器            |
| 武田薬品工業(株)東京食品営業部     | 03-3278-2683 | 赤松順一郎   | 強化米「新玄」                |
| (株)ニチブン名古屋支店         | 052-204-1505 | 原 野 克 己 | ビジュアル栄養科学事典「サルビオ」      |
| 三島食品(株)東京営業所         | 03-3317-1212 | 日名田俊文   | ふりかけ、レトルト食品            |
| (株)林原商事東京営業所         | 03-3235-0661 | 結 縁 邦 彦 | 特殊栄養品、低エネルギー食品「マービー」   |
| ブリistol・マイヤーズスクイブ(株) | 03-3980-9571 | 外 川 賢 治 | アイソニック液状栄養食「アイソカル」     |
| (株)京都科学東京支店          | 03-3253-2861 | 中 島 恭 助 | 食品模型                   |
| (株)東京書房              | 03-3263-3317 | 小 松 世 和 | 世界栄養文化大全               |
| 丸善ブックメイト株式会社         | 03-3264-5851 | 島 田 実   | 頭脳のよくなるCD・書籍           |
| ダイナポット株式会社           | 03-3567-4621 | 高 木 英 明 | ファイバー入り、リキッドタイプ「エンリッチ」 |
| テオー株式会社              | 03-3952-1381 | 河 内 釣 一 | ファイブ・ヘルシーカレー           |



まろやかな風味を楽しみながら  
塩分をひかえられます。

## テンヨ うす塩しょうゆ

テンヨうす塩しょうゆは、厳選された原料と永い伝統につちかわれた技術で、食塩分だけが $\frac{1}{4}$ 少なくなるよう醸造されたおしょうゆ。しかも、香りとうまみはJAS特級を上まわる特選品。

まろやかな風味を楽しみながら、知らず知らずに塩分をひかえられます。

おいしさと健康。ふたつのテンヨ

塩分を $\frac{1}{2}$ カット。  
健康が気になる方におすすめします。

## テンヨ 減塩しょうゆ

食塩分だけを、普通のおしょうゆの半分に減らしました。

高血圧の方、心臓や腎臓の悪い方、妊娠などでむくみのある方など、塩分の摂取を制限された方のために開発されたものですが、働き盛りの中高年やお年寄りなど、健康が気になる方に広く愛用されています。



味わいコミュニケーション

## 武田食糧株式会社

本 社／〒400 山梨県甲府市幸町9番30号 私書箱：77号  
製品本部・甲府南工場／〒400-15 山梨県東八代郡豊富村高部1921-8



## 使いやすく、飲みやすい 高栄養流動食

### 【特長】

- (1)下痢防止のための配慮をしています。
- (2)栄養素の質とバランスに配慮しています。
- (3)飲み易く、飽きのこない味にしています。
- (4)長期使用に適しています。
- (5)1kcal/1mlに調整してあります。
- (6)浸透圧は人の体液と等張(280mOsm/kg H<sub>2</sub>O)に調整してあります。
- (7)使い易く衛生的な無菌容器(アセプティックパック)入りです。



# MA-8

エムイーエイト

フレーンタイプ  
500kcal/500ml  
200kcal/200ml

森永乳業株式会社／株式会社 森乳クリニコ

製品のお問合せ先…〒108 東京都港区芝5-33-1 森永乳業(株) 栄養食品部 TEL03-3798-0133  
…〒153 東京都目黒区目黒4-4-22 (株)森乳クリニコ TEL03-3793-4101

森永乳業