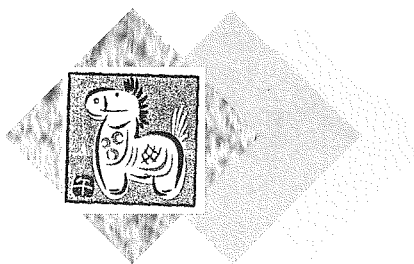


# 栄養やまなし No. 68

社団法人 山梨県栄養士会 〒400-0031 甲府市丸の内一丁目 10-5 ☎ 055-222-8593 平成 14 年 1 月

## 1 ・ 2 ・ 3 月 の 行 事 予 定

- |                                          |                                                                               |
|------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------|
| 1 月 13 日(日) 第 5 回生涯学習研修会<br>於：総合女性センター   | 2 月 22 日(金) 指導者のための健康栄養セミナー<br>「サプリメントの効用と有効の使い方」<br>於：シティプラザ紫玉苑<br>講師 佐藤 務先生 |
| 1 月 25 日(木) 食と農業・農村を語り育む講演会<br>講師 香川芳子先生 | 3 月 13 日(水) 第 6 回生涯学習研修会<br>於：総合女性センター                                        |
| 2 月 7 日(木) 公益法人の検査<br>山梨県総務部私学文書課        | 3 月 19 日(火) 第 3 回理事会                                                          |
| 2 月 9 日(土) 関東甲信越地区病院協議会<br>於：総合女性センター    |                                                                               |
| 2 月 22 日(金) 栄養士会研究発表会<br>於：シティプラザ紫玉苑     |                                                                               |



あけまして  
おめでとう  
ございませう

## 目 次

|                   |                         |    |
|-------------------|-------------------------|----|
| 新年のごあいさつ          | 四川省日中友好                 | 8  |
| 会 長 石坂 恵子         | 会員から会員へ                 | 9  |
| 日栄ニュースダイジェスト      | 理事会報告                   | 9  |
| 案 内               | 動脈硬化性疾患の予防と治療のためのガイドライン | 10 |
| ニュース              | 賛 助 会 員                 | 11 |
| 今年の抱負 午年生まれの会員に聞く | 奥 付                     | 12 |
| 受賞おめでとう           |                         |    |

# 新年のご挨拶

(社)山梨県栄養士会 会長 石坂恵子

新年あけましておめでとうございます。

昨年は私たち栄養士にとって、法改正等の変動の一年であったと思います。

食に関わる仕事は、全て栄養士の職務と言えますが、あまりにも幅が広過ぎ、又奥が深くなってきて、一人が何でも出来る時代ではなくなっています。専門性が高まることは時代の流れとも言え、日本栄養士会でも専門栄養士制度を目指しているようですが、法改正が成された今は時期尚早と言えます。将来的には考える必要性も出てくることかとも思われます。

栄養士法の最大の欠点は、業務独占ではなく名称独占であることにあり、これが常日頃より業務努力をさせないと、不要論が出る原因になっています。

時代が何をもとめているのかを的確につかみ、日々進歩する医学、栄養学等の学問及び技術の習得に努め、最新、最良の技術を職務に生かすためにも自己研鑽が大切です。

14年度は役員改選の年でもあり現役員には再立候補について考慮いただくとともに、会務運営の活性化が図れることを望みます。

今の立場に満足することなく、更に地位を固め社会的に必要性を求められる職業人として、認められるように努力していくことが大切だと思います。

今年も頑張りましょう。

## 日栄ニュースダイジェスト

健やか山梨 21 の策定

新しい食生活指針が厚生省・文部省・農林水産省の連携で表示

五訂 日本食品標準成分表改定

第六次改定 日本人栄養所要量－食事摂取基準の改定

文部科学省「栄養教諭（仮称）制度」について検討

保健機能食品の新制度が施行

管理栄養士・栄養士養成施設カリキュラム等の改正

第15回管理栄養士国家試験、合格率21.4%

平成12年国民栄養調査結果の概要発表される

医療制度改革大綱まとまる

糖尿病療養指導士認定試験実施される

21世紀の栄養士活動ハンドブック刊行

太るもやせるも  
食事が基本

## 案内

### 生涯学習研修会（第5回・第6回）

第5回

日時 平成14年1月13日(日)

会場 県立総合女性センター

内容 13:30～15:00

①生体物性論を学ぶⅤ 臨床への応用

肝臓、腎臓、心臓、機能保持と不全

15:15～16:45

②生体物性論を学ぶⅥ 臨床への応用

静脈・経腸栄養の理論 浸透圧と生体

東北大学名誉教授 旗野昌弘先生

第6回

日時 平成14年3月13日(水)

会場 県立総合女性センター

内容 13:30～15:00

①栄養士のための医学英語講座Ⅺ

補習 病名 症状名 カルテ用語

県立看護大学短期大学部講師 長坂香織先生

15:15～16:45

②先天性代謝異常の機構と食事の実際

酸素欠損 分子病 転送受容体障害

女子栄養大学小児栄養学研究室

教授 青木菊磨先生

生涯学習に受講したい方は随時受け付けています。

来年度も奇数月13日ですので、予定に入れて下さい。

(但し、5月は14日、15年1月は15日です。)

※ ※ ※

### 公益法人の検査

山梨県総務部 私学文書課

日時 平成14年2月7日(木)

※ ※ ※

### 関東甲信越地区病院協議会

日時 平成14年2月9日(土)

13:00～18:00 まで

会場 総合女性センター

講演「効果的な栄養指導方法について」

講師 名古屋芸術大学講師 山内恵子先生 (管理栄養士)

ワークショップ「栄養指導はじめての一步」

グループ討議

休憩

講演「病院栄養士の役割と展望」

講師 全国病院栄養士協議会会長 立川俱子先生

### 第12回 平成13年度山梨県栄養士会研究発表会

日時 平成14年2月22日(金) 午前10時～12時

会場 シティープラザ紫玉苑

研究発表内容 (10:30～12:00)

1)学校健康教育部会 牧丘町立牧丘第一小学校 内田里美  
「学校指導と他教科との関連、指導におけるT・Tの有効性」

(T・Tによる授業実践を通して)

(発表要旨)

学校栄養職員が専門性を生かしT・T授業を行うことは、様々な面で有効的である。給食指導を通して自分の食生活を見直し、生涯にわたっての自己管理能力、健康な食生活の実践的な態度を育てるきっかけづくりとしたい。

2)行政部会 石和保健所 千須和 功

「糖尿病有病者に対する、集団栄養指導の一例」

(発表要旨)

食事療法におけるバランス感と適当量について、主食(炭水化物)、主菜(タンパク質、脂質)、副菜(ミネラル・食物センイ)を別に分けたフードモデルを用いた。目で実践してもらうことに重点をおいた一例。

3)研究教育部会 山梨学院短期大学 塚原順子

「野菜洗浄における強酸性電解水の有効利用について」

(発表要旨)

水道水に少量の食塩を加え、電気分解で陽極側に生成する強酸性電解水の強力な殺菌力が様々な分野で注目されている。今回、強酸性電解水をもちいて、野菜に付着した菌の除去について検討を行なった。

4)集団健康管理部会 ホテルジュシェルブルー 大木由枝  
「研究発表へのアプローチ－テーマ設定と研究方法－」

(発表要旨)

テーマはどこに存在するか。研究はどのように進行するか等。最近の研修会より発展させた身近なテーマを事例とする。

5)地域活動部会 風間内科医院 米山久美子

「インスリン導入患者における個人医院での取り組み」

(発表要旨)

診断直後よりインスリン導入となった2型糖尿病患者が、その後良好なコントロールを経て、インスリン不用となった例を紹介する。食事会を重ね、患者が治療の意義、實際を理解し、改善へ向かうよう継続指導した。

6)病院部会 山梨医科大学 阿佐美 薫

「患者給食にカフェテリア方式を導入するにあたって」

(発表要旨)

バブル崩壊後、様々な分野で変革が求められている。経済不況の結果であろう。以前なら、タブー視されていたことを皆々が平気で言葉にしている姿がマスメディアから流れている。政治・経済・社会構造・物

流・医療等々数えあげたらいとまない。栄養士がかかわる社会でもなんらの形で影響が出ているはずである。こんな厳しい環境であるからこそ、考えることができた。「これでいいのか。患者給食」が原点である。

7) 病院部会 山梨県立中央病院 平井美樹夫  
「血糖自己測定に取り組んで」  
(発表要旨)

病院部会の研修会で会員が被験者となり、ダイエットコーラ、コーラ、チョコレート、バナナ、りんごの5品目について、血糖値の変化を簡易血糖測定器により調査したので、その結果を報告します。

8) 福祉部会 大島保育園 沢村和子  
「保育の中における食育について」  
(発表要旨)

近年、子どもたちは家庭でお手伝いの体験がほとんどない生活環境におかれている。

食事作りも簡便化され、食卓での作る人の思いが感じられない現状。これからもっと活発に保育における食育を栄養士、保育士が連携をとり活動することが望ましい。

‡ ‡ ‡

## 指導者のための健康栄養セミナー

日時 平成14年2月22日(金) 13:00～17:00  
会場 シティープラザ紫玉苑  
内容 「ビタミンのセルフチェックと最近のトピックス」  
講師 大塚製薬学術担当者  
「サプリメントの効用と有効な使い方」  
講師 佐藤務先生

‡ ‡ ‡

## 平成13年度 管理栄養士国家試験受験 実力養成講座開催要領

開催日時 平成14年3月19日(火) 10:30～20:00  
20日(水) 9:00～19:10  
21日(木・祝) 9:00～17:10  
会場 服部栄養専門学校 TEL 03-3356-7171  
東京都渋谷区千駄ヶ谷5-25-4  
(交通) JR山手線 代々木駅下車徒歩3分

‡ ‡ ‡

## ニュース

### いきいき山梨ねりんピック2001

～栄養診断コーナー、ことぶき汁 大好評～  
事業部長 渡辺富雄

本格的な長寿社会の到来にあたって、健康でいきいきとした生活が送れるように、高齢者を中心に、子供から大人までの各世代の県民が一堂に会し、健康・福祉等への関心を高め相互理解を深めることを趣旨として、9月8日(土)小瀬スポーツ公園にて、第9回「いきいき山梨ねりんピック」が開催された。

本会に於いても、例年通り「ことぶき汁」の提供とコン



ピュータによる「栄養診断」「食生活診断」を担当した。栄養診断コーナーでは、多くの相談者より、日頃の食生活についての熱心な相談があり、調理法等も交えながら、具体的な内容で質問に答えていた。

一方「ことぶき汁」については、今年は福祉プラザの厨房にて、7日・8日の二日間にわたって材料の下拵え作業が行われた。当日、現地の「ふるさと味展コーナー」の特設テントにて加熱調理を行った。又、下拵え段階により食材の分けがスムーズにできたので今回は例年になく調理作業も円滑に行われた。昨年迄、味噌味で調整していたが今年は、醤油をベースとした「けんちん汁風」にて提供したが、大変好評でした。

当日、前日とこのイベントにご協力いただいた本会の会員の皆様、お疲れ様でした。

### 【第16回管理栄養士国家試験の概要】

1. 試験期日 平成14年5月19日(日)
2. 試験地 北海道・宮城県・東京都・愛知県・京都府・岡山県・熊本県・沖縄県
3. 願書提出期間 平成14年4月1日(月)～7日(日)
4. 合格発表日 平成14年6月10日(月)  
(平成14年度の願書は山梨県栄養士会事務局に取りよせてあります。)

## 平成13年度 栄養士研修会

副会長 白須その

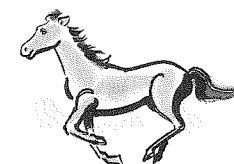
平成13年12月7日(金)紫玉苑に於いて、栄養士研修会が開催された。講師は、せんぼ東京高輪病院栄養管理室長、足立香代子先生ということで、講演会の申込み予約は早くからあり166名の受講者があった。

臨床検査値からみた栄養指導法については疾病との係わりのある検査値をいくつか、からめて判断し薬の影響も考慮に入れて一つ一つの消去法で問題点を探ってゆく指導法

を具体的な例題を挙げながらの熱のこもった講演であった。指導の実施にあたっては①まず検査値について覚える。②薬との関連も把握しておく。③相手を誉める。等でした。栄養指導に係わっているものにとって時宜を得た講演で受講者の目がいつもより輝いていたように見えた。今後も研鑽を積んでアセスメントが書けるように努めたいものです。



## 今年の抱負 午年生まれの会員に聞く (順不同)



### 健康管理に気をつけたい

教育研究部会 根津美智子

いつまでも若い気分は変わりませんが、体力の衰えを感じる年齢となりました。来年は、家族の為にも自分自身の健康管理に気を付け、14年4月から施行される新カリキュラム実施に力を注いでいきたいと思ひます。



### 今年の抱負

県立農業大学校勤務 堀内 慈

病院栄養士勤務の後、現在は健康な若者の食事に係わっています。家族に対しても、いいかげんな食べ方はさせませんでした。

健康と食事のかかわりの深い事をしっかりと受け入れ、日常生活の中に生かしていけるような人になってほしいと願ひながら仕事をしています。食生活に密接にかかわる農

業を目指す学生に大きな期待を持って応援しています。



### 今年の抱負

地域活動部会 古屋 洋子

現在地域活動部会に所属し、ボランティアグループで行っている、高齢者の配食弁当作りの献立作成と現場指導、甲府保健所の手伝いとして病態別栄養指導、食教育活動等させていただく中で、自主勉強会や、生涯学習会を通して、栄養士として力をつけ、充実した活動をしていきたいと思ひます。



### 2002年を迎えるにあたって

陸上自衛隊富士駐屯地 集団健康管理部会  
和田 香織

2002年は、サッカーのワールドカップが開催される。

日頃、栄養と休養は十分に足りている私。2002年こそ、運動の充実を計りたい。

昨年来、誘われてしぶしぶ始めたスノーボード。今年は、シーズン券を買い求め、上級者コースにもチャレンジしたい。



## 新年を迎えて

病院部会 山梨赤十字病院 小佐野 文子

今年は年女という事で何かと胸ふくらむ年明けとなりました。

病院での仕事も何年、年を重ねてもこれでいいという事はなく、ますます責任の重さを感じる毎日です。

私は昨年夏、北アルプスに行ってきました。長野大町から黒部へと、夏休みだったので混んでましたが、きれいな山々、何と言っても自然の大きさ、大きな風景写真の中に自分がいるようでした。

近くの富士山、三ツ峠、紅葉台にも以前チャレンジしました。どれもこれもそれぞれのよさがありますが、何といても山頂での休息、空気、水のおいしさはもうたまりません。それこそ最高です。これからも体力の続く限り、夢中であり続けたいと思います。



## 栄養士8年目を迎えて

地域活動部会 中村 玲子

遅咲きの花なら可憐で、そっと見守ってあげたいと思うのですが、40歳近くになっての栄養士免許は、どう生かしていけばよいのか戸惑うばかりでした。自分自身の力のなさに苦しみ、落ち込み、栄養士に固執する必要なんかないと、逃げたくなっている私に、多くの先輩方からのご指導と励ましをいただき、未熟ながらも栄養士の仕事を続けています。

まずの目標は、管理栄養士の資格が得られるだけの力を付けたいと思います。



## 私の夢

遊佐 渚

これからの管理栄養士として、2008年第15回国際栄養士会議を目指して、世界の栄養士と栄養の話ができ、日本も国際化の時代となっている中で、英語や中国語で栄養相談にのれる管理栄養士となるのが夢です。



## 今年の抱負

県立女子短大 酒井 治子

あけましておめでとうございます。

早いもので、県短に勤めて5年。学生指導にも慣れ、ようやく地域に目を向けられるようになってきました。今年も県内の様々な地域での活動に関わらせて頂きながら、実践現場で学習したことを学生の授業に活かしていきたいと思っています。

## 食生活指針

1. 食事を楽しみましょう
2. 1日の食事のリズムから、健やかな生活リズムを
3. 主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを
4. ごはんなどの穀類をしっかりと
5. 野菜、果物、牛乳・乳製品、豆類、魚なども組み合わせ
6. 食塩や脂肪は控えめに
7. 適正体重を知り、日々の活動に見合った食事量を
8. 食文化や地域の産物を活かし、ときには新しい料理も
9. 調理や保存を上手にして無駄や廃棄を少なく
10. 自分の食生活を見直してみましょう

## その他の午年生まれの方々

大沢みさき  
中村みち子  
長田恵美子  
石井 静恵  
嶋津よし子  
田中 雪江  
中村可奈子  
上野 文子  
志村 知恵  
功刀 雪江  
三浦真祐子  
辻 恵里子  
武藤 千絵  
清水 恵美  
功刀 瑠美

山梨温泉病院  
大月保育園  
特別養護老人ホーム よこぶき  
忍野村立 内野保育所  
特別養護老人ホーム 明山荘  
甲府市役所福祉部健康衛生課  
㈱富士給食（㈱利根塩山工場）  
株式会社 富士フードサービス  
地域活動部会  
山角病院  
介護老人保健施設つる  
相川保育園  
明治乳業㈱甲府出張所  
株式会社 平野屋  
㈱富士給食（東芝タンガロイ）

乙黒久美子  
岸川 琴美  
渡辺由紀子  
富永 絹代  
石原 真紀  
上野 彩  
相川 望  
宮下まゆみ  
加藤美由紀  
早川 明子  
井上さなえ  
内藤このみ  
矢崎 智子  
馬場さとみ

㈱シャトレーゼ  
宮前保育園  
富士吉田市社会福祉協議会  
地域活動部会  
武川病院  
㈱富士給食（竜王リハビリテーション病院）  
住吉病院  
山梨県立北病院  
国立療養所西甲府病院  
増徳町立第四保育所  
日清医療食品株式会社（市川大門町老人保健施設）  
介護老人保健施設ふじ苑  
㈱富士給食（社会福祉法人トリアス）

## 受賞おめでとう



### 厚生労働大臣表彰を受賞して

山梨県社会福祉事業団  
明生学園栄養士長 岩間 福巳

平成13年10月29日大阪市の大阪国際会議場で開催された全国栄養改善大会の席上で、栄養関係功労者として大臣表彰を頂きました。奇しくも、今年度定年という年にこのような素晴らしい賞を頂いた事は、私にとって誠に光栄です。これもひとえに大変ご尽力下さいました栄養士会長様、事務局長様はじめ甲府保健所の早川様、県健康増進課の皆様他関係機関の皆様に感謝致します。栄養士として通さん36年間を顧みますと、大勢の方に支えられて今日までやってこれたのだと痛感致しています。学校卒業後東京の呼吸器科病院、山梨に帰って来て山村で開始した学校給食、結婚してから現在の児童養護施設にと勤めさせて頂きました。この施設は、家庭崩壊により養育困難な子どもたちが入所しています。幼児では食事を与えられなくて栄養失調の子、嘔むことが出来ない子、学童ではストレスによ

る肥満、友達を作れない不登校の子、すぐキレる子等々です。その子どもたちを正常の生活に戻し学校に通わせ、楽しい雰囲気の中での食育を計り、成長を促進させ社会に送り出す役割が職員にはあります。特に食事に関しては出来るだけ手作りで添加物が少ない安全なもの、子どもたちに喜ばれるもの等、山梨県児童福祉栄養士会の沢村会長をはじめ諸先生方のご尽力により手作りおやつ、行事食の冊子や食事指導カルタ等を作り大いに活用させて頂いて献立に取り入れて喜ばれています。

家では二人の子どもを育て、長い間看病していた母が今年他界し、家族の協力があってこそ今日までこれたと思うと感無量です。長い間勤めただけで何の力もない自分ですが、残された人生をいかに楽しく健康で過ごせるかが課題です。

皆様、本当にありがとうございました。栄養士会の益々のご発展をお祈り致します。

## レポート

### 四川省日中友好旅行団参加して

— 中国見聞 —

へいりん荘 古屋 百合子

太平洋上にあるちっぽけな島国日本から、アジア大陸の広大な中国への旅、不安と期待に包まれて私たちは飛び立った。

飛行機は北京空港に難なく着陸、ひとまずホットー安心。北京・中国の首都・長い歴史の中で何度も名前を変えながら常に歴史の大舞台にあった。故宮博物館、天安門と歴史を刻む建築物と対照的に現在は、高層ビルの建設ラッシュだ。中国の近代化ここにありの感、ビルビルビルの波。

万里の長城・全長約 3000km 人工衛星から見る事が出来る唯一の石壁、匈奴からシルクロードを守るために築かれた。しかし、秦王朝は長城建設の結果、経済的に破たんしたのだった。

西安・シルクロードの出発点として栄えた。昔は長安と呼ばれる。

秦の始皇帝の墓所兵馬俑を訪れる。彼の死後を護衛する部隊として作られた一万体の兵士達、しかし、秦の滅亡後、始皇帝陵は略奪しつくされている。これら多くの兵士は全くその役を果たさなかったのだが・・・。

彼の目は今の世をどのように見ているのか。

初めて見る西安名物の餃子、金魚や、花、小鳥の形をしたものなど、豚肉、トマト、青菜などが入っている。又豆粒のように小さい餃子など丁寧に料理されていて目と味覚を楽しませてくれた。

成都・成都の美しい自然を守るために公用車は全て天然ガスに切り替え、一人一人がごみを出さないように心がけているという。

中国の豊富な自然は何時までも残り、人々を楽しませ支えてくれるであろう。

桂林・漓江下りは動く画廊といわれている。隆起した石灰岩、幾重にもなる山々、不思議な形の奇峰、両岸に囲まれた民家、水牛が水遊びする川べり、竹で組んだ筏をあやつる鸕鶿いの漁師、エメラメレドの清流とあいまって天然のパノラマである。

出紫水明の語源はここが発端だ。

上海・地理的に恵まれた港をもつ国際都市、市民の憩いの場となる公園の数々、洒落た西洋建築も素敵だ。夜になると東京の銀座顔負けのネオンが一面に光り輝く。

有名な商店、レストランが建ち並ぶメインストリートは人の波・・・

思いつくままに心に残ったことを書き連ねてみた。先進国が軒並、経済成長を下げているのに対し中国は世界の工場として、その地位を確立している。

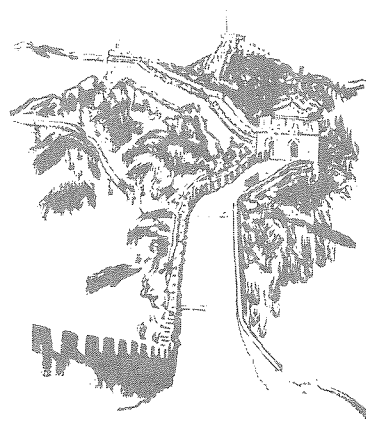
WTO にも加盟しますます力をつけるだろう。

太古の昔からすばらしい文化を創造してきた中国の歴史の一部を私たちはこの目で見る事が出来た。さまざまな文化の蓄積は大きな力となる。私たちは小さい隣国として、どのようにコミュニケーションをとってゆけば良いのだろうか山梨県から贈った 2000 本の桜の苗木もやがては満開の花をつけるだろう。

このような草の根の交流を継続することがお互いの理解と友好の第一歩となる。

これからの訪中団で、更なる人の輪を広げてほしいとおもっている。

この研修の機会を与えて下さった皆様方に深く感謝申し上げます。



## 会員から会員へ

### 「栄養士の役割」

地域活動部会 川上陽子

地域活動部会に移り 2 年ほどたった昨年の 1 月、久しぶりに栄養士の仕事の話を頂きました。しばらく栄養士という職から離れていたの、私にできるものか不安で一杯でしたが、思い切って引き受けてみました。

仕事を休んでいる間に錆び付いて堅くなってしまった頭を動かすために、栄養士の冊子、学生の頃使っていた本に目を通したり、また、本屋で仕事に使える本がないか探したりしました。久しぶりの個別指導に当たったときは大変緊張し、無事終わったときは本当にほっとしました。そして、仕事が始まってからはそれまでの、のんびりとした生活から、目まぐるしい生活へととなりました。

今は、近くの町村へ離乳食指導や、民間での健康診断後の栄養指導に行ったり、また時々ですが高校生のスポーツ栄養指導もあつたりと、忙しい日々を送っています。今、こうして仕事ができるのも、紹介をしていただいた方々がいるからです。大変感謝しております。

久しぶりに仕事を始めてみて感じたのは、栄養士という資格にあぐらをかいていたのでは、だめだということです。栄養学も研究が重ねられ常に進歩していますし、食生活も時代とともに変化し多様になっています。年々増加している高脂血症や糖尿病など生活習慣病の予防のため、個別健康教育等、さらに充実した指導が求められ、私たち栄養士の役割はますます重要になると思います。

これからも、時代の波に乗り遅れないよう新しい情報に耳を傾け、分かりやすく適切な栄養指導を心がけるとともに、仲間の足を引っ張らないよう仕事をしていきたいと思っています。

(次回は上野原町立病院の秋山加代恵さん)

## 理事会報告

(平成 13 年度第 2 回)

日時 平成 13 年 12 月 12 日(水) 13 時～ 15 時

場所 県立総合女性センター

出席 理事 15 名 監事 1 名

委任状提出理事 1 名

委任状提出監事 1 名

### 経過報告

\*すこやか山梨 21 総決起大会について

\*ねんりんピック山梨大会について

\*全国ボランティアフェスティバルイベントについて

\*地域活動部会だよりの発刊について

\*健康と栄養を考える講演会について

\*山梨県栄養士研修会について

\*会員数の現状について (13 年 11 月 30 日現在)

登録正会員数 515 名、今年度入金済み会員 505 名、賛助会員 43 名

\*その他

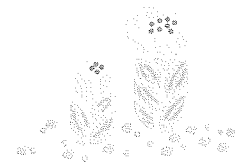
### 議事

①平成 14 年度役員の改選について

②健やか山梨 21 実践相談事業について

③平成 13 年 (12 回) 研究発表会について

④指導者のための健康栄養セミナーについて



動脈硬化性疾患の予防と治療のためのガイドライン（案）

ステップ 1. リポ蛋白プロフィール：スクリーニングのための基準（空腹時採血）（mg／dl）

|              |               |       |
|--------------|---------------|-------|
| コレステロール      | 高 TC 血症       | ≥ 240 |
|              | 境界域高 TC 血症    | ≥ 220 |
| LDL- コレステロール | 高 LDL-C 血症    | ≥ 160 |
|              | 境界域高 LDL-C 血症 | ≥ 140 |
| HDL- コレステロール | 低 HDL-C 血症    | < 40  |
| トリグリセライド     | 高 TG 血症       | ≥ 150 |

ステップ 2. 患者群別治療目標値

患者群は冠動脈疾患の有無、年齢、他の主要動脈硬化危険因子の数により 6 群に分けて、治療目標を定める。

| 表 患者カテゴリー別管理基準 |       |            |        |                |       |         |       |                 |                 |    |
|----------------|-------|------------|--------|----------------|-------|---------|-------|-----------------|-----------------|----|
| 患者カテゴリー        |       |            |        | 脂質管理目標値（mg/dl） |       |         |       | その他の危険因子の管理     |                 |    |
|                | 冠動脈疾患 | 他の主要冠危険因子* | 相 対リスク | TC             | LDL-C | HDL-C** | TG    | 高血圧             | 糖尿病             | 喫煙 |
| A              | －     | 0          |        | < 240          | < 160 | ≥ 40    | < 150 | 高血圧学会のガイドラインによる | 糖尿病学会のガイドラインによる | 禁煙 |
| B1             | －     | 1***       | × 1    |                |       |         |       |                 |                 |    |
| B2             |       | 2          | × 3    | < 200          | < 120 |         |       |                 |                 |    |
| B3             |       | 3          | × 6    |                |       |         |       |                 |                 |    |
| B4             |       | 4          | × 12   | < 180          | < 100 |         |       |                 |                 |    |
| C              | +     |            | × 24   |                |       |         |       |                 |                 |    |

- \* 脂質以外の冠危険因子：年齢（男性 ≥ 45 歳、女性 ≥ 55 歳）、高血圧、糖尿病、喫煙
- \*\* 高ければ高いほど良い
- \*\*\* 糖尿病があれば B2 とする

ステップ 3. J-LIT チャートに基づくリスク評価と患者管理

個々の患者の総合リスクをチャートで評価する。

個々の患者のデータがあその位置を決定する。リスクの低い安全圏に到達するために以下の治療を行う。いずれの治療も生活習慣の是正を行った後、薬物療法を行う。表の患者カテゴリー別のガイドラインは省略して、直ぐこの J-LIT チャートに従ってもよい。

以下の治療の優先順位は問わない。

- ・禁煙
- ・高血圧の管理
- ・糖尿病の管理
- ・LDL-C の低下
- ・HDL-C の増加

☆ 賛 助 会 員 ☆

（順不同）  
平成 13 年 11 月末現在

| 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)          | 055-241-1755 | 宮 沢 公 広   | 防鼠害虫駆除                  |
| 和泉産業株式会社              | 055-222-1153 | 渡 邊 正 幸   | 食器、厨房機器                 |
| 上 田 商 店               | 055-266-2331 | 上 田 昭 雄   | ソフクリーン、もずく              |
| 大塚製薬甲府出張所             | 055-276-8581 | 小久江 康 人   | ハイネックス、ポカリスエット          |
| オギノ食糧(株)              | 055-222-5181 | 荻 野 恒 男   | 給食材料                    |
| (有)オズプリンティング          | 055-235-6010 | 小 沢 孝 男   | 印刷                      |
| (株)三和化学研究所甲府営業所       | 055-226-9010 | 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)東京支店          | 03-3486-3232 | 島 家 時     | ジャネフ、ヘルスフード             |
| 甲 信 食 糧 (株)           | 055-273-4561 | 中 込 武 文   | 食品材料卸                   |
| シキシマ醤油(株)             | 055-273-6844 | 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                  |
| (株) テ ン ヨ 武 田         | 055-266-5251 | 武 田 與 光   | 醤油、給食材料                 |
| (株)日新厨房企画社            | 055-273-3881 | 小 林 光     | 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、『骨太家族』       |
| 宮 坂 醸 造 (株)           | 055-241-8181 | 宮 坂 和 宏   | 味噌                      |
| 湊 興 (株)               | 055-226-3742 | 飯 島 忠     | 鮮魚、煮貝                   |
| (株) マ ル ハ チ 村 松       | 054-622-7371 | 村 松 憲 行   | 鰹の素、だしの素                |
| 山梨ヤクルト販売(株)           | 055-237-8960 | 上 田 聰 彦   | 健康科学ヤクルト                |
| (株) や ま ひ ろ           | 055-276-0714 | 広 瀬 順 作   | 総合医療品卸                  |
| 北沢産業株式会社甲府支店          | 055-226-2800 | 森 沢 茂 男   | 厨房設計管理                  |
| 第一出版株式会社              | 03-3291-4576 | 栗 田 元     | 栄養・調理関係書籍               |
| 三信化工株式会社              | 03-3861-4331 | 島 谷 好 夫   | メラミン、ポリプロ食器             |
| (株)メディックス             | 052-211-1551 | 原 野 克 己   | ビジュアル栄養科学事典『サルビオ』       |
| 三島食品(株)横浜出張所          | 045-923-1321 | 日名田 俊 文   | ふりかけ、レトルト食品             |
| (株)H+Bライフサイエンス東京支店    | 03-5285-0562 | 西 村 良 徳   | 特殊栄養食品、低エネルギー食品『マービー』   |
| ダイナボット(株)新潟出張所        | 025-285-1561 | 高 本 英 明   | ファイバー入りリキッドタイプ『エンリッチ』   |
| (株)マ イ ン ド            | 03-3498-3024 | 小 池 孝 宜   | カルライス、粥のもと、白がゆ          |
| テーオー食品株式会社            | 03-3952-1381 | 河 内 釣 一   | ファイブ・ヘルシーカレールー          |
| 鍋 林 (株) 甲 府 支 店       | 055-237-0371 | 林 昭 夫     | 保温食器、液状栄養食品             |
| テルモ株式会社               | 0263-48-0701 | 筒 井 和 寛   | 医療用食品の製造、販売             |
| 東洋羽毛工業(株)西東京営業所       | 0426-75-8811 | 筑 嶋 順 治   | 羽毛フトン                   |
| 東京サラヤ(株)横浜営業所         | 045-943-2050 | 室 橋 唯     | 食品衛生材料製造販売、栄養食品の製造販売    |
| (株)カイゲン横浜営業所          | 045-472-0175 | 笹 川 博 司   | 医療用機器、薬品、健康食品製造販売       |
| 日清医療食品(株)中部支店         | 0263-39-0440 | 田 村 耕 一   | 給食受託業務、給食材料、濃厚流動食シリーズ   |
| (株)ヤクルト本社医療品部横浜営業所    | 045-316-5421 | 杉 原 達 男   | 医療品営業、カロリアン             |
| ホリカフーズ(株)オクノス事業部東京営業所 | 03-3261-4206 | 栗 山 幸 夫   | 流動食、ミキサー食、蛋白制限食         |
| (株)ジャパンメディカル          | 055-222-1121 | 上 森 美 彦   | 臨床検査受託、医療、資材販売          |
| (株)川崎フードモデル           | 0846-22-2588 | 川 崎 伸 野   | 栄養指導用フードモデル製造、販売        |
| 日研化学(株)甲府出張所          | 055-222-0806 | 藤 森 敏 雄   | 医療用食品、医療品製造販売           |
| ホシザキ東京(株)甲府支店         | 055-237-7126 | 坂 本 寿 彦   | 温冷配膳車、電解水生成装置、牛乳保冷車     |
| 洋伸エージェンシー株式会社         | 03-3234-1188 | 大 塚 晋     | 生命保険（がん・介護医療保険等）        |
| (株)テクノサイエンス           | 03-3962-5100 | 高 野 賢 裕   | ソフトウェア開発販売              |
| (株)クイジナートサンエイ         | 03-5687-2011 | 柴 田 浩 一 郎 | 電気調理機器販売                |
| (株) 岩 崎               | 03-3732-3177 | 坪 井 治     | 食生活・栄養指導用食品模型の製造・販売他    |



# 事務局からのご案内



**平成 13 年度 会費納入済会員は  
(H13.11.30 現在)**

**505 名となりました。  
ありがとうございました。**

**金額 12,500 円** (新入会員は 13,500 円)

|    |           |         |
|----|-----------|---------|
| 会費 | 日本栄養士会費   | 5,300 円 |
|    | 山梨県栄養士会費  | 6,500 円 |
|    | 日本栄養士連盟会費 | 700 円   |
|    | 新入会費      | 1,000 円 |

**銀行振込みの場合** 山梨中央銀行甲府駅前支店  
(普) 287296 (社)山梨県栄養士会

★甲府駅前支店からの場合 105 円

★他 支店 からの場合 210 円

★他 銀行 からの場合 525 円

**郵便局振込みの場合** 振込口座 10890 - 11752671  
(社)山梨県栄養士会

◎通帳から振替 (窓口扱い) 140 円

◎通帳から振替 (機械扱い) 130 円

◎現金を窓口で振り込む 340 円

**～会費は自動引落し制度を  
利用すると便利です～  
会費納入は現金納入者を含み  
毎年 4 月 10 日が納期です。**

・ 会員登録事項の変更は忘れずに確実に  
勤務先・住所・姓など変更があった方は事務局  
へご連絡下さい。

## 事務局の年末年始休館について

平成 13 年 12 月 29 日(土)～ 1 月 6 日(日)まで休みます。  
(留守番電話、FAX 等の利用可)

## 編集後記

あけましておめでとうございます。

今年もみのり多い年でありますようお祈り申し上げます。

昨年は、21世紀の幕開けということで、誰もが平和を祈り幸せを期待しました。しかし、ニューヨークにおける同時多発テロや国内における狂牛病の発症など予期せぬことがおこり大変な年でした。私たち人間が、草食動物の牛に共食いさせたから狂牛病になってしまったのでしょうか。いきものの食性を大切にしたいものです。

現代の日本の食べ物の種類と量は多く、食生活の多様化(エネルギーの過剰と不足、脂肪の摂りすぎ、食塩の過剰、偏食、奇食など)の度合いを強めています。それぞれに見合った指導を根気よく行い、一人ひとりが実践できるようになれば「健やか山梨21」の推進につながるものと思います。私たちの活動を支えているのは、学習と確かな情報収集と人と人とのふれあいが大切だと思います。

今年も会員各位に役立つ内容にするための努力をしたいと考えています。

## 編集委員

編集委員長 白須 その

総 括 石坂 恵子

広 報 部 風間 静江 中田 薫 上條 加代

事 務 局 遊佐 渚 小林 操

栄養やまなしNo. 68 平成 14 年 1 月 1 日

発 行 所 社団法人山梨県栄養士会

〒400-0031 甲府市丸の内1-10-5

TEL・FAX 055-222-8593

栄養なんでも相談電話 055-222-8140

印 刷 所 (有)オズブリンティング

〒400-0032 甲府市中央3丁目8-10 TEL055-235-6010(代)