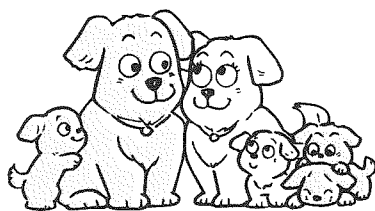


栄養やまなし No. 80

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18年1月

1・2・3月の行事予定

1月13日(金)	山梨県栄養士研修会	
2月1日(水)～7日(火)	「健やか山梨21」健康づくり実践相談事業	県民情報プラザ
3月11日(土)	平成17年度第3回理事会・連盟幹事会	びゅあ組合



目

新年のごあいさつ	2
会長 石坂恵子	
役員一同	
厚生労働大臣表彰受彰おめでとうございます	3
知事表彰おめでとうございます	4
案 内	5
山梨県栄養士研修会	
「健やか山梨21」健康づくり実践相談事業	
ニュース	5～9
健康づくり提唱のつとめ	
平成17年度保健栄養学術講演会	
NSTシリーズ勉強会	
平成17年度(第16回)山梨県栄養士研究発表会	
図書紹介	9

次

情報の広場	10
栄養ケア・ステーション開設!	
山梨県栄養士ホームページの閲覧等に	
関するアンケート	
今年の抱負	11～15
職域部会のコーナー	16～20
私達ががんばっています	21
理事会会務報告	22
賛助会員名簿	23～24
事務局からのご案内	24

新年を迎え 謹んで年頭のご挨拶を申し上げます

(社)山梨県栄養士会

会長	石坂恵子		
副会長	岡本裕子	矢崎圭子	
総務部長	田草川憲男		
総務部担当	大木由枝	早川文子	米山きよみ
事業部長	沢村和子		
事業部担当	栗田恭子	小渕正子	石上三千子
組織部長	齋藤正治		
組織部担当	田中恵美子	佐藤秀子	
広報部長	矢崎圭子		
広報部担当	山本聖子	深澤幸子	桂原由味子
	横森千代子	福永千賀代	
学術部長	依田萬代		
学術部担当	細萱幸子	藤森裕子	日向純子
監事	大森光子	秋山知子	塚原順子

日本栄養士連盟山梨県支部

顧問	長田正五 藤巻一雄 小沢量子
支部長・分会長	森田園子
副支部長	老沼喜久江
副支部長・分会長	矢崎圭子
幹事長	遊佐渚
財務部長	齋藤正治
幹事	古屋百合子
幹事分会長	笠井恵美子 川窪真由美 山本賀子 渡邊ひでみ 田中一子
監事	石坂恵子 長田庸子

(社)山梨県栄養士会 会長 石坂恵子

あけましておめでとうございます

会員の皆様方には気持ちも新たに、平成18年を迎えられたこととお喜び申し上げます。

昨今、管理栄養士、栄養士に向けられる社会の目は大きく変革しています。

健康日本21・健康フロンティア戦略・食育基本法・フードガイド・介護保険制度改革・医療保険制度改革等多くの施策が管理栄養士、栄養士に専門職としての位置づけがされております。健康づくりに取り組んできた者として、「健康日本21」の中間評価において、栄養・食生活分野における数値上の改善がみられず、生活習慣病予備軍は増加傾向にあり、特に糖尿病予防と介護予防なかでも高齢者の低栄養などがクローズアップされ、管理栄養士・栄養士への期待がたかまっています。そこで全国都道府県栄養士会は、「栄養ケア・ステーション」を開設し、個々人に対応した適切な栄養相談を行い、住民の栄養改善、健康づくりの推進を図るとともに管理栄養士、栄養士の業務や活動をアピールし、社会的な認知度を高めるとしています。山梨県栄養士会においても同様の趣旨をもって栄養ケア・ステーション開設しました。

介護保険制度改革では、明らかな管理栄養士・栄養士の方向性を示し、「栄養ケア・マネジメント」を行うことが、最重要業務と位置付けられています。このことはいづれ医療保険改革にも影響を及ぼすことは必須であります。又、食の安心・安全、食育など食生活に関する問題が山積しています。私たちには各職場、地域で解決への努力が課せられているのではないのでしょうか。管理栄養士・栄養士像もかわります。時代を読みとり、もとめに応じられるようお互いに頑張りましょう。

厚生労働大臣表彰受彰おめでとうございます

☆栄養指導業務功労者

管理栄養士 河 南 洋 子



平成17年10月27日、徳島県で開催された「平成17年度全国栄養改善大会」において、平成17年度栄養指導業務功労者として厚生労働大臣表彰をいただきました。県の健康増進課から表彰推薦の連絡を受け出席の返事をし、徳島への交通手段を調べ富士吉田から大阪の夜行バス、大阪梅田から徳島まで高速バスと乗り継いで、ようやく徳島大学の会場に着き午後3時からの表彰を無事受けることができました。

40年間栄養士の仕事を一途、一職場で勤務出来たのも上司、同僚の支えがあったこそと感謝しております。

昭和40年新設の昭和大学富士吉田校舎に20歳の春就任し、40年間で医学部歯学部薬学部一年生約15700名の一食三餐を提供してきました。中には親子二代お世話した方々も多数おいでになりました。

卒業生は医歯薬の博士、大学教授、開業医、大病院の院長、薬局長と幅広い分野で活躍されていると聞きますと自分のことの様に誇りに思います。

栄養士会においては、諸先輩方のご指導や、後輩の後押しで微力ながらお手伝いさせて頂けたことを深く感謝しております。

今回は、身に余る表彰を頂き恐縮しています。今後も栄養士会に協力していきたいと思っています。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いたします。

☆厚生労働大臣表彰を受賞して

市立甲府病院 中 村 恵美子

この度は、厚生労働大臣表彰を受賞し、大変喜ばしく思います。と同時に身が引き締まる思いであります。諸先輩方が築き上げたしっかりとした基盤と、ご指導があったからこそ、今回の受賞に結びついたのだと感謝しております。

平成10年には、現在の場所に、新病院移転。適正な患者サービスと栄養管理を行うために、温冷配膳車を導入し、適時適温給食の実施。また、選択メニューも段階的に実施回教を増やすなど、患者サービスの向上に努めて参りました。

栄養食事指導も患者様の食生活における行動変容を目指し実施することとしています。継続的に行う栄養食事指導のシステムを作り、指導後には、患者様がどれだけ理解し、実行できたかを評価し、問題点を提示し、次回の実施目標としています。患者様個々の生活習慣に合わせて実行できるよう、具体的な方法を示して、患者様個々に対応した栄養食事指導に努めています。

平成18年度4月より、NST活動が本格的に稼働いたします。栄養士の活動の場を、厨房から病棟に移し、チーム医療の一員として、患者様の個々の栄養管理を行っていきます。患者様個人の治療状況を把握しながら、直接入院患者様に接し、食事摂取状況や栄養状況を確認し、それらを評価することが必要になってきます。

このような業務を通じて、治療の一環としての食事を提供し、患者様のQOLおよび満足度を高める様に、今以上の患者サービスに努めたいと思っています。

推 薦 基 準

栄養指導業務功労者

現在、栄養士の免許を有する者であって、常に第一線に在って実際の栄養指導業務を担当し、栄養士としての活動に特に顕著な功績を有すると認められる者で当該年4月1日において次の各号のいずれにも該当するもの。
(1) 功績に係る従事年数が20年以上で、年齢が50歳以上であること。
(2) 原則として都道府県知事又はこれに準ずる者の表彰を受けたことがあること。

特定給食施設

給食の管理運営が特に優秀であり他の模範とすべき特定給食施設（国立及び独立行政法人の特定給食施設を除く。）であって、当該年4月1日において次の各号のいずれにも該当するもの

- (1) 特定給食施設としての実績を10年以上有する施設であって栄養改善のための効果が顕著であること。
- (2) 合理的な給食管理組織が確立されており円滑な運営がなされていること。
- (3) 給食業務の合理化及び喫食者の栄養指導がよく行われていること。
- (4) 喫食者中心の給食への配慮及び給食改善のための調査研究がよく行われ、その結果が栄養改善に結びついていること。
- (5) 施設及び設備が整備されており、食品衛生監視結果の成績がよく、かつ、過去に行政処分を受けたことのないこと。
- (6) 原則として都道府県知事又はこれに準ずる者の表彰を受けたことがあること。

知事表彰おめでとうございます

— 夢を追いかける幸せ —

ホテルデュシェルブルー 大 木 由 枝

昨年11月晩秋の良き日、山梨県知事表彰を受賞いたしました。知事及び推薦頂きました皆様に、心からお礼申し上げます。私と現在の職業との縁を振り返りますと、人生の思いがけない展開を実感します。

大学の学部選択には大変困りました。数学嫌いの化学好き女学生だったからです。唯一受験に数学のない化学系、それが栄養学でした。その先に栄養士があり、病院栄養士を経て現職にあります。

就職した公立病院の院長は、斉藤式二重管の開発者で世界的な外科栄養のスペシャリストでした。直属の栄養科長は経管栄養の第一人者で、診療第二部栄養科として医療部門に席を置き、化学系の大好きな私には魅力ある職場でした。この後、高原でフランス料理の小規模ホテルを経営するなど想像もできない充実した楽しい日々を過ごしていました。

現職への転機は、思いがけないところで訪れたのです。栄養相談を担当した多くの人々の心の叫びに気づいた時です。

食事は身近な幸せです。多くの方は、食事制限を指示されて初めてその事に気づくのです。食事療法をする人にも一般の人と同様に、華やかな非日常食を適宜楽しめる環境を創る必要があると感じました。生きる楽しさが味わえる事、それは必ず患者自身の治療意欲を推進すると考えたのです。

実現にはホテル・レストランに栄養士の進出が不可欠だと感じました。食事療法に対応することは、単なるヘルシー料理の提供と異なるからです。

既存のホテルの調理部門への栄養士の進出は、難しい事情があります。それならば、自分で実践施設を設立すればよい。現在に至る出発点はここにあったと思います。

実際には施設の建設に億を超える資金が必要であり、サービス業として患者を迎える難しさの中で解決すべき問題も沢山あります。望む事さえ許されない事もありました。

しかし、夢を追いかける人生には充実感と達成感があります。食事療法対応フランス料理提供の職務は、人間として大切な何かが味わえるのです。

私より若い栄養士さんには、平安無事の人生が推奨されるこの時代こそ、夢を追いかける楽しさを味わって欲しいのです。

私にも、もう一つ達成しなければならない「重要なこの夢の続き」があります。

併走しましょう！それぞれの夢へ向かって。Hitch your wagon to a star. Hard work has its rewards, in due course.

地域活動部会 望 月 かほる

この度は思いがけない受賞で喜びと驚きが入り混じっております。「ありがとう」「おいしかった」との人づての言葉が励みとなり長い歳月やってくることができましたが、振り返ってみればあっという間でした。近年現状に対応しうる知識が勉強不足で悩んでおりました。そこにこの受賞の話しがあり、「エッ！こんな私がいただいてもいいの？」という気持ちで一杯でした。在宅栄養士として地域でここまでやってこられたのは周りの人達の暖かい励ましに支えられたおかげです。この賞を励みに人々に受け入れられる又喜ばれる栄養士となれるよう努力する所存でありますので、これからもよろしくお願い致します。ありがとうございました。

推 薦 基 準

県知事表彰

1 推薦基準

現在栄養士の免許を有する者であって、常に第一線にあって実際の栄養改善業務を担当し栄養士としての活動に特に顕著な功績があった者並びに栄養士の資質向上、組織活動等を通じ、栄養士制度の発展向上の為、功績が特に顕著であると認められる者で次の各号に該当するもの。

- (1) 栄養関係業務に20年以上従事した者であること。
- (2) 年齢は推薦締切日現在満50歳以上であること。

2 推薦方法及び表彰の決定

- (1) 保健所長が知事あて推薦する。
- (2) 保健所長から推薦された者について県が審査し被表彰者を決定する。

案 内

山梨県栄養士研修会

日 時 平成18年1月13日（金） 13：30～
場 所 ベルクラシック
内 容 講演「食事バランスガイド」の説明と活用について
講師 女子栄養大学教授 武見ゆかり

「健やか山梨21」健康づくり実践相談事業 いきいき健康チェック

日 時 平成18年2月1日（水）～2月7日（火）
場 所 県民情報プラザ 1階ロビー
内 容 パソコンによる栄養相談

ニュース

☆健康づくり提唱のつどい （生涯学習認定1単位）

日 時：平成17年9月2日（金） 13：00～
場 所：県立文学館
内 容：「若さと元気を保つための食事」
～血管年齢・腸年齢・骨年齢を若く保つ食事～
講師 医学博士・管理栄養士 本多京子

講演要旨

○最近の食生活の乱れの話

弁当箱の中に、パスタやカロリーメイトがごはん代わりに入っている。冷蔵庫の中には寒天やもずくが・・・、日本は世界一の長寿国（女85歳、男78歳）で、男女の年齢差は7歳、やもめ暮らしをきれいで元気に生きたい。

○沖縄県の26（にいろく）ショックとは、男性の平均寿命が1995年5位だったのが、2002年には26位になり、働き盛りの生活習慣病が問題視された。昔話の「・・・あるところにおじいさんとおばあさんがいました」は、ある所にしかないなかったからで、今は、子どもがその状態になってきた。

○元気で長生きした人ほど、寝込む日数が少なく、P P K（ピンピンコロリン）が望ましい。

○血液は、ドロドロでもサラサラでもだめ、摂取エネルギーは増えていないのに、脂肪の摂取が増えている、油の取り方にカギがある。

○困った話：ゴボウのさがさがき・・・鉛筆削り、だしの取り方・・・汁がなくなる、缶きりが使えない、落とし蓋・・・蓋を落とす、ビックリ水を買に行く？、魚の三枚おろしのおろし金は？

○食生活の欧米化によるP C F（たんぱく質、糖質、脂質）バランス（％）の変化
摂取エネルギーは少なくなっているが、脂質の摂取割合が多い、油の取り方は減っていない。

○健康寿命を左右する3つの年齢…血管年齢、骨年齢、腸年齢

・血管年齢：40歳代の4人に1人が貧血、50歳代はコレステロール値が高い、60歳代の4人に1人が高血圧、

①太りにくい油（ジアシルグリセロール）・・・エコナなど

②太りにくい油（中鎖脂肪酸）・・・ヘルシーリセッターなど

③植物ステロール入り健康オイル（ダイエット目的でなく、コレステロールに注意したタイプ）内臓脂肪を付けない。脂質のエネルギーは、1 g 当たり8、4～9kcal で変わらない。

本来の改善は、脂質エネルギー比を変えることが大切。

メタボリックシンドローム…腹囲、血圧、コレステロール、血糖

参考（公衆衛生情報 2005.8）

1 必須項目：腹囲径（へそ廻り）男≧85cm、女≧90cm

2 関連危機因子（2つ以上）：

①血中脂質：トリグリセリド値≧150mg/dl かつ／また 低HDL血症<40mg/dl

②高血圧症：収縮時血圧≧130mmHg かつ／または 拡張時血圧≧85mmHg

③空腹時高血糖≧110mg/dl

（メタボリックシンドローム診断基準検討委員会；日本内科学会雑誌、2005.94:188-203より改変）



・骨年齢を若く保つ

破骨細胞の働きを抑える。

ビタミンK：破骨細胞を減らす。納豆（50g）2回／週、青菜、青のり（海藻）、牛乳

イソフラボン：破骨細胞による骨破壊を抑制

大豆のイソフラボン：大豆の芽（ゆでこぼすとなくなる・水に解ける）
きな粉 大さじ1～2杯／日、豆腐半丁、

骨芽細胞の働きを助ける。

マグネシウム：コラーゲン産生を促進 海藻 Mg：Ca＝11：1

ビタミンK：骨の石灰化（Ca沈着）促進

★ワーファリンなど（血栓予防薬）を飲んでいる人は、ビタミンKに注意。

こけるとぼける、タオルを絞ると骨折してしまう？。

足の付け根が骨折すると、5 ヶ月間寝る。骨はコラーゲンでできている、古いコラーゲンが居座るとコラーゲンがすり切れて継ぎを当てる必要がある。→Ca、P、Mg、たんぱく質、ビタミンをしっかり摂る。

・腸年齢を若く保つ

調理時間が短い、脂質が多い、食物繊維不足、便秘、一ヶ月出ない人もいる。生活のリズム不規則、忙しい。

食物繊維の摂取量 1951年（昭和26年）22.2g→2003年14.4g／日（理想的20～25／日）

日本人の腸は長い、9m 欧米人 6m テニスコート1面分

子ども：うんちが出ない、朝起きてから学校へ行くまでに15分 3人に1人 元気もうんちも出ない。学校出前教室：うんご・うんによ・うんびよ

腸は第2の脳：脳のストレスが直接腸に行く。

免疫と腸：アレルギー 昔：卵・大豆・牛乳、 今：卵・小麦・牛乳、花粉症、果物アレルギー（りんご、メロン、オレンジ）

・抗酸化栄養素（ビタミン、ミネラル、ファイトケミカル）を含む食品

カロテノイド、ビタミンC、ビタミンE、セレン、鉄、亜鉛、ポリフェノール・・・）

ファイトケミカル：色が濃くきれいなもの、にがい・渋い、切って色が変わる（ポリフェノール）、茶色になる前に食べる。
（文責：田草川憲男）

☆平成17年度保健栄養学術講演会（生涯学習認定1単位）

日 時：平成17年11月19日（土）13：00～

場 所：びゅあ総合

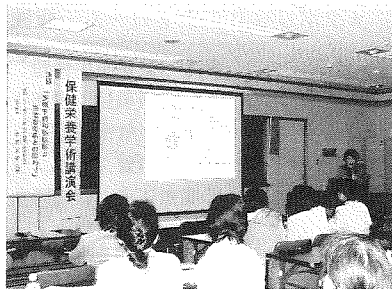
内 容：講演「多価不飽和脂肪酸と生活習慣病との関わり」

講師 元(独)国立行政・栄養研究所 平原文子

講演要旨

日本人の平均寿命は世界でも有数の長寿国であるが、誰もが健康的な長寿を全うできるものではない。年々増え続けている生活習慣病。現代日本人の死因トップ3は生活習慣病である。生活習慣病は食生活のかかわりが大きいといわれている、なかでも高脂肪食による影響が問われている。脂肪食および血中脂質を考えるに当たり、脂質の種類・分類および脂肪酸の分類等を正確に頭に入れておく必要がある。さらに必須脂肪酸（n-3系・n-6系）の代謝等も大切なことである。脂肪食および血中脂質の脂肪酸のデーターではダイエルゲルグ：1975、1978・・・イヌイットの研究が知られている。

国民栄養調査結果よりみた脂肪摂取量および脂質エネルギーの比率は20～25パーセントを超えている。また魚離れによってEPA、DHAの摂取が少なくなっており、子どもの時からn-6が多くn-3が少ないのが現状となっている。魚の安全性について問題となるところがあるが、普通の食事をしている限りに置いては、デメリットよりメリットの方が多い。



DHAおよびEPAの生理作用

生理作用	DHA	EPA
血中脂質改善作用 (Cholesterol) (中性脂肪)	○ △	△ ○
血圧効果作用	○	○
抗血栓作用	○	◎
抗腫瘍作用	○	○
抗糖尿病作用	○	○
抗炎症作用	○	○
抗アレルギー作用	○	○
記憶・学習機能向上作用	◎	—
網膜反射機能向上作用	◎	—
情緒安定作用	◎	—

2005年版日本人の脂質の食事摂取基準 (平成17年4月1日より)

脂質エネルギー比率(%エネルギー)

～29歳	20～30
30～69歳	20～25
70歳～	15～25

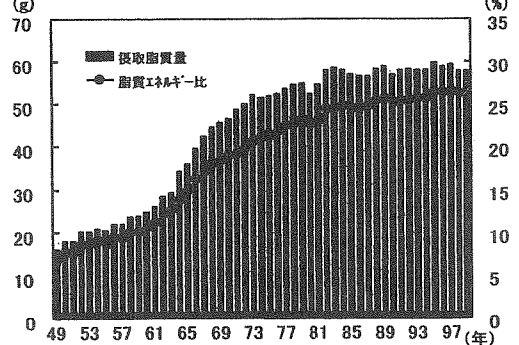
摂取脂肪酸構成

飽和脂肪酸 (%エネルギー)	4. 5～7. 0
n-6系不飽和脂肪酸 目安量(g/日) 30～49歳 目標量(%エネルギー)	男性:11 女性:9. 5 ～10
n-3系不飽和脂肪酸 目安量(%エネルギー) 30～49歳	男性:2. 6～ 女性:2. 2～

コレステロール摂取量(mg/日)

18歳～	男性:～750 女性:～600
------	--------------------

国民栄養調査結果より見た脂質摂取量および 脂質エネルギー比の年次推移



まとめ

- ・脂質、特に多価不飽和脂肪酸の摂取は「生活習慣病発症」に影響が大きい。
- ・日本人の脂肪摂取の現状:エネルギー摂取量に占める脂肪エネルギー比率は25%を超えている。
- ・日本人の食材の大部分は外国に依存していることから、輸入相手国の事情に左右されやすい。
- ・「生活習慣病発症」予防、健康維持・増進には特に、食材の選択の指導・教育が重要である。

（文責：福永千賀代）

☆NSTシリーズ勉強会（生涯学習認定1単位）

日 時：平成17年11月22日（火）19：00～

場 所：びゅあ総合

内 容：「医師の立場からみたNST」

講師 山梨甲陽病院 外科 中瀬 一

講演要旨

私達にとって最大なる理解者であり、良き指導者として尊敬してやまない中瀬先生の講演を聞かせていただく機会を得たことは何よりも得がたい事でした。

低栄養の出現状況は入院の人ほど高く、入院患者の約40％が栄養不良であること、栄養状態が悪いと死亡率も高くなることなど・・・「栄養不良だから入院せざるを得ないのか？ 入院したから栄養不良になるのか？」後者の表現はものすごく残念でしたが「現実」でもあるのです。

ただ、それは栄養を管理している私達だけの責任ではなく治療の中に「栄養を認識していない」という現実も多くあると思います。

山梨県の高齢化率は全国24位（98年）特に県庁所在地では甲府は全国2位（98年）と高く、私達が行う日常の栄養管理が必要な相手の多くは「高齢者」になる訳です。

静的・動的栄養価指導、各種蛋白の特徴など理解した上ですべての治療法の基盤となる代謝・栄養管理を適切に行えば予後を改善できる（命を救える）ということを重要に受け止めました。

栄養療法には特別な薬理作用、副作用もなく安全域が広くすべての治療の基本であるという事の中心に私達がいるのだということを肝に銘じて取り組んでいきたいと思いました。

現在はNSTが必要であるか否かを論じる時期はもう過ぎて、多くはどのように立ち上げるか・どのように運営していくのか・についてどの施設でも関心を持っているのではないかと、また機能評価の項目にもNSTという単語が具体的に出てきていること、来年の保険改正でも何らかの動きがあるのではとされている状況の中で、実施し効果の判定を振り返るのも

大切なことである。

NSTの役割・院長の統括する組織であること・NST業務の三本柱・甲陽病院での活発な活動の様子・外部にも開かれているTNT-C講習会、具体的なNSTの活動（エネルギー必要量・効果・費用効果・消化管の安全の確認・IVHは最後の手段・術後絶食期間の短縮・免疫力を高める・既存の委員会との関係・対象症例は主治医から・早期SGA・チーム医療の大事な考え方・栄養士の関わり等）多くのことを学ばせていただきました。

使える腸は使うこと！外国の学会で「人間にとって最高の抗生物質は食事である」と！栄養から始まるという事を大切に施設・地域で活動していく為に知識を高めるための努力と「始めれば半分成功。後の半分は継続すること。」という中瀬先生の言葉をかみしめて明日からの活動に生かしていかなければと心に誓いました。

（文責：深澤幸子）

☆平成17年度（第16回）山梨県栄養士研究発表会 （生涯学習認定1単位）

日時：平成17年11月19日（土）10:00～

場所：ぴゅあ総合

内容：職域部会研究発表8題

発表要旨

1) 学校健康教育部会

わかば養護学校ふじかわ分校 川崎ひとみ

演題 「業者委託給食について」

県立校では、初めての委託給食実施校となり、6年目を迎え、業者との業務のメリット・デメリットなど実態を説明



2) 行政部会

山梨県福祉保健部健康増進課 小林 治子

演題 「県民栄養調査について」

5年に一度の県民栄養調査を実施し、栄養・食生活、生活習慣等の現状を把握する。この調査結果を基に健康施策である「健やか山梨21」の中間評価、見直しを行い県民の健康増進のための有効な方策の基礎資料として活用する



3) 研究教育部会

山梨学院大学附属幼稚園 小寺 英子

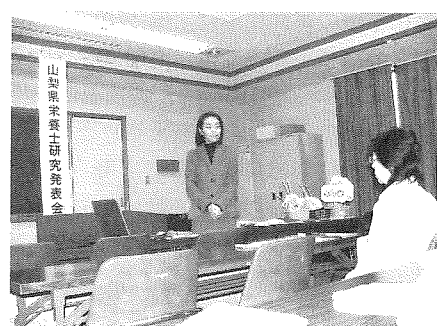
演題 「給食の実践内容および実習生の受け入れについて」
本学付属幼稚園と付属小学校の給食実践内容の紹介と、短期大学食物栄養科1年生の給食運営実習受け入れについて



4) 集団健康管理部会

キープ自然学校 大柴 由紀

演題 「キープ自然学校での食育の取り組み II」
キープ自然学校は宿泊・食事・体験プログラムを提供しており、食事の時間も大切な体験の場と考えている。食材約7割が八ヶ岳南の食材で、地域の“農”を考えた食材調達を課題としている。“農”を体験するプログラムも提供しており、酪農体験が好評である。

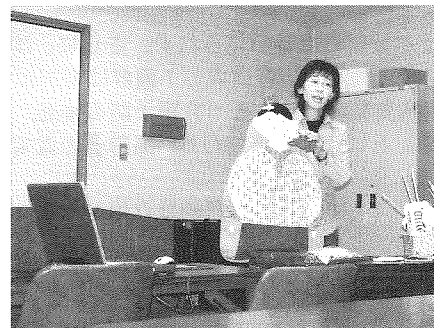


5) 地域活動部会

韮崎支部 横内 良子

演題 「出前栄養相談（食育）を実施して」

将来の生活習慣病の発症を予防するためには、育児中の保護者への食育が大切である。0から3歳までの乳幼児と保護者を対象に、楽しみながら食事の大切さが理解できるような内容で、出前栄養相談（食育）を実施した。



6) 病院部会

巨摩共立病院 小淵 正子

演題 「患者の満足度調査、結果について」

当病院における患者の食事に対する満足度について、調査を行った。その結果について報告する。



7) 福祉部会（児童）

大島保育園 澤村 和子

演題 「保育園における食事への配慮」

従来の食事提供だけでなく、離乳食、アレルギー除去食、体調不良児への配慮等や、栄養管理、衛生管理の徹底、又食事摂取基準の対応、食育への取り組み等、栄養士の専門性をいかし、保育園の職員すべてが保育者として共通意識をもち、連携を深めることが現在の課題である。

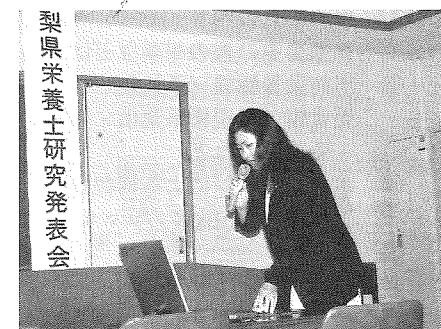


8) 福祉部会（障害）

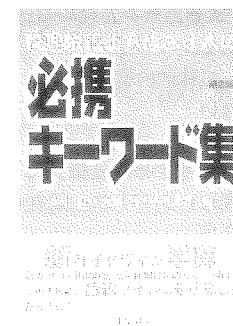
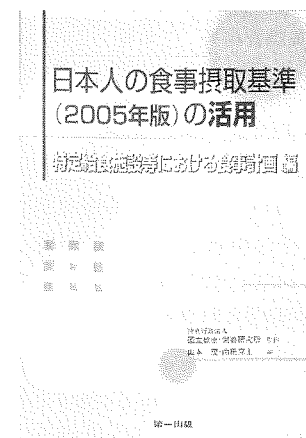
知的障害者更生施設 向徳舎 広瀬 美雪

演題 「向徳舎 給食の実践内容について」

開園3年目を向かえた新しい施設の給食の状況と行事食の内容について発表する。



新刊図書の紹介



栄養ケア・ステーション開設！

山梨県栄養士会は平成18年1月より甲府市丸の内の同会事務局に「栄養ケア・ステーション」を開設する。

1 事業の目的

「健康日本21」計画の中間評価では、栄養・食生活分野における数値の改善が見られず、さらに、国民健康・栄養調査では、30～60歳代男性の3割以上が肥満であるという結果が発表され、生活習慣病の予備群は増加傾向にあるといえる。国で新しく掲げた「健康フロンティア戦略」では、「生活習慣病対策の推進」と「介護予防の推進」の政策を展開することとしており、又現在見直されている介護保険制度では「予防」という視点が加わり、高齢者の低栄養状態の改善が重視されており、管理栄養士の活動が期待されている。

そこで、社団法人山梨県栄養士会では「栄養ケア・ステーション」を開設し、専門的な立場から個々人に対応した適切な栄養指導を行い、住民の栄養改善、健康づくりの推進を図る。

2 実施主体

社団法人山梨県栄養士会

3 事業内容

- ① なんでも栄養相談（電話による相談）【無料】
毎週 月曜日～金曜日の13：30～15：30（祝祭日を除く）
電話：055—222—8140（エイヨウ）
- ② 栄養相談（面接による相談）（予約制）
予約申し込み電話：055—222—8140（エイヨウ）
場所：山梨県栄養士会 栄養ケア・ステーション
甲府市丸の内1—10—5 山梨県社会福祉会館5階
※療養中の人の相談などは主治医との連携をいたします。
- ③ 出前栄養相談（予約制）
児童館・小規模事業所・各種イベント会場などへ出向いての栄養相談・栄養講話など
- ④ ホームページによる情報提供
アドレス <http://www.comlink.ne.jp/~yamaei/>
- ⑤ その他
必要に応じて対応する

4 担当者

本会会員（管理栄養士・栄養士）

栄養ケア・ステーション

電話による

なんでも栄養相談【無料】

健康や病気と栄養・食生活に関する相談に応じています

糖尿病患者の食事、効果的なダイエット

高齢者の低栄養予防・要介護者の食生活

離乳食、子どもの偏食や間食

今晚の食事のアドバイスなど

栄養ケア・ステーションでは上記の他

・医院と連携した栄養相談

・児童館・事業所などへ出向いての栄養相談・栄養講話

・ホームページによる情報提供<http://www.comlink.ne.jp/~yamaei/>など

どなたでもOK!! 栄養・食事のプロに相談してみませんか

電話相談：月曜日～金曜日 午後1：30～3：30

電話：055—222—8140（エイヨウ）

面接による相談は予約になります

場 所：山梨県栄養士会 栄養ケア・ステーション

甲府市丸の内1—10—5

相談員：栄養士会会員（管理栄養士・栄養士）

山梨県栄養士ホームページの閲覧等に関するアンケート

次の事項について、ご回答のうえホームページのトップページの「MAIL」からご回答ください。（FAXも可）FAX番号055—222—8593

問1 よく見るページを下記の中から3つ以内で選んで番号でお答えください。

- ①トピックス ②栄養なんでも相談 ③栄養一口メモ ④山梨の郷土食 ⑤おすすめ献立集 ⑥県民栄養調査結果 ⑦栄養士会のご紹介 ⑧入会のご案内 ⑨お知らせ ⑩研修会情報 ⑪生涯学習研修会 ⑫職域のページ ⑬支部のページ ⑭リンク ⑮賛助会員の紹介 ⑯事務局からの連絡 ⑰理事会のようす ⑱会員のページ 質問&アドバイス掲示板

問2 本会のホームページに関する感想や意見・掲載を希望することがありましたらお知らせください。

- ①ある。
具体的内容
②ない

問3 「おすすめ献立集」のページに料理の掲載希望がありましたらお知らせください。

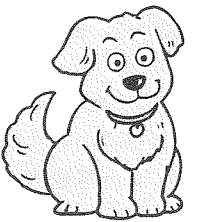
内容は自由ですが、献立名、材料名と分量、作り方、調理のコツ、写真（デジカメのデータ）、栄養価計算結果と料理の特徴が必要です。献立名：

ありがとうございました。よろしければお名前・所属職域をお書きください。

なお、希望により各職域及び支部の事業実施状況等を掲載いたしますので、その都度、記事と写真（デジカメデータ）等をお寄せください。

今年の抱負 成年生まれの会員に聞く

（順不同）



沢 登 京 子

あけましておめでとうございます本年もよろしくお願いいたします。

皆様希望に満ちた輝かしい新春を迎えられたことと存じます。私は還暦を迎えますが、気持ちはまだまだ40歳、若い人たちとテニスや太鼓などと一緒に楽しんでいます。初心を忘れず素直な気持ちで今年もいろいろなことに挑戦したいと思います。学校給食の栄養士を退職後、子育てをし、再度フリーの栄養士として、行政関係の仕事から始めて20年ほどたちます。現在は母子関係から高齢者までの栄養指導や調理実習、社会福祉協議会、事業所関係などと幅広い年齢層の方々の出会いがあり“日々勉強”を痛切に感じております。

「食育」の大切さが叫ばれ、「健やか日本21」と食生活の大切さが言われておりますが、その割には栄養士の必要性が聞こえてきません。若い栄養士が希望を胸いっぱい、充分力が発揮でき栄養指導や健康教育は栄養士抜きでは考えられないと言われるような社会を目指し、期待され職域が広がることを願います。自己研鑽を積みながら、心のふれあいを大切に頑張りたいと思います。すばらしい出会いを楽しみに、明るく元気よく。

“ファイト ファイト”

鷹 野 みどり

「そうじゃん、私、高校の時演劇部だった。今までは毎日が仕事場と家との往復で、すっかり忘れていた。「そうだ！文学座の支持会へ入るぞ～」

一昨年夏、甲状腺の手術を機に18年間勤めた病院を退職しました。1年半の休養の後、縁あって、給食関係の会社の顧問になりました。

若くハンサムな専務の熱意に動かされ、「明かるく元気な委託業者」を目指しています。栄養士や調理師等、働き者の若いスタッフの相談にのり、話し合いをしながら、患者や入所者の人達に喜ばれる、安全で美味しい食事の提供を、心掛けています。

これまでの仕事の体験を役立ててもらえる職場にめぐり

会えて、大変幸せな事と感謝しつつもあと何年元気で働けるかな？と思います。

新しい仕事を生かし、生活の幅を広げる為にも、有効な余暇の過ごし方の1つとして、文学座の支持会に…と思っている昨今です。

実は私、座員の「坂部文昭さん」と、「内野聖陽さん」のファンなのです。



白 倉 ケサミ

新年あけましておめでとうございます。一年過ぎるのが、毎年早く感じられる今日この頃です。

栄養士の世界も、一人一人のきめ細かな対応がせまられ、昨年の介護保険対応につき大変な御苦労をなさった事とお察し申し上げます。

私は栄養士として民間・福祉・病院・学校と歩いてまいりました。職場が違えばゼロからの出発で、目標に少しでも近づけるよう努力してまいりました。

世の中は美食であふれていますが、子供から大人まで何らかの病気をもっている方が多いですね。

マクロビオティックの世界を知り、肉、乳製品、油をつかわないで栄養的にも見た目にも、美味しく美しい食べ物に感動し、次の道はこれしかないと言現勉強中です。

若い世代も自分のため子供のためにと、マクロビ層はどんどん増えています。

皆さま、体の中からきれいになり、健康で楽しく過ごしましょう。

より一層の御健康をお祈り申し上げます。

新春を迎えて

米 山 きよみ

新年を迎え、私の干支の戌年が巡ってきました。

栄養士として約40年仕事をしてきましたが、現在老人福祉施設で利用者に「おいしかった」「食事が楽しみ」と言っていたいただけるような食事づくりを目指して働いております。

今年は仕事と、ともに自分に合わせた新たな生き方を探し、変化のある楽しい日々を送りたいと思っています。



しあわせ～

田草川 憲 男

今年で60歳かぁ～ これからも、楽しいことがいっぱいあるだろうから、ここでは、これまでのことを振り返ることはしい～ない！

ふんだって 他人の過去（自慢話や苦勞話）など聞いても少しもおもしろくないじゃ～ん。“（アンガールズ風に）♪じゃんが♪じゃんが♪じゃんか♪じゃんか♪”

でも、後輩の皆様へ一言「私もやっと栄養士として、被相談者の気持ちを受け止めて受容することが出切るようになったよ。指導では行動変容は起きない！ 勉強しろ～！、努力しない奴は頼むから栄養士をやめてくれ～」（やっぱり言っちゃったね。）

さて、先輩方々が通ってこられた道ですので、私のとっても今年は大きな転換期の年になることには“（長井秀和風に）まあっちがいない！”

今年1年、どんなことが待っているのか楽しみでもあります。

そして、その後はどんなふうにご過ごせばいいのでしょうか。何でも出来そうに楽しそうに、でも何にも出来なかったりして・・・

毎月の「同級生無尽会」が、一番楽しみだったりして・・・

やっぱりこれからも、妻に怒られ怒られ、それでも仲良く暮らしていくのね。

これが幸せってもんでえ、とってもうれひい～ しあわせ～。

（追伸：この原稿を読んだ方は、お会いしたときに「読んだよ」と声をかけてくださいね。）

新年を迎えて

遠 藤 美千子

新年を迎え、年女ということで筆を執らせていただきます。

体力が今までとは、どこか違うのを感じる今日このごろです。自分自身の健康についても考えさせられています。「まずは出来ることから一歩・・・」と、毎日の食生活がいかに大事なのかを知るのに良い機会だと感じます。

縁あって、事務局のお手伝いをさせて頂きその後、地域活動部会で在宅として勉強させて頂いております。今は「子どもの食」を通じて生活習慣病の予防や、日頃の食事の大切さを痛感しておる所です。その中で個々の対象の方々にいかに分りやすく、1つでも心に留めて実践してもらえるような指導ができればと自分の中で心掛けています。

これからも、様々な年齢層の方々に少しでもお役に立てよう新しい知識を習得していきたいと思っています。

今後共、皆様のご指導をよろしくお願い致します。

戌生まれの栄養士

松 尾 美穂子

今年、私は48歳になります。41歳で結婚、42歳で出産と普通の人よりかなり遅い第2の人生を送っていますが、それまでに仕事も遊びもめいっぱいやってきたので、後悔する事はありません。長崎の栄養士会で伝説の栄養士と呼ばれ？独身栄養士の希望の星です。（ほんとかな？）独身栄養士の皆さん、never give upです（〇）v



「いぬ年に思うこと」

井 上 千 秋

東京の大学を卒業してから15年がたとうとしています。栄養士の免許を卒業と同時に生かそうとはせず、結婚前までは企業で事務をしていました。

しかし、結婚してからは、栄養士の免許を生かしたいと思い今勤めている病院で調理員として勤務をしています。

初めのうちは社会人としてはキャリアのあるはずですが、一つ一つが勉強で知識を生かしてすりこことになりました。その中で患者さんがおいしくたべて元気になっていただけるのが何よりだと思い、食の大切さを感じています。

そして、栄養士会に入らせていただいて10年がたとうとしています。研修会など、講師の先生長年つとめて表彰されている先生（栄養士）の皆さんが、とてもまぶしく思えて、私も、実績を一步づつみかさねて、頑張りたいと思っています。

活動の中の皆様の職場の見学も大変参考になり、就職先も提供くださったことにも感謝しています。今、自分でみつけた調理員として仕事に責任をもち、社会人として目標に向かって進んでいきたいと思っています。



今年の抱負

志 村 美 春

私は、地域活動部会に所属してはいるものの現在、育児のためほとんど活動に参加しておらず、会誌等の情報で学んでいるかたちとなっております。

今後もしろいろな情報をもとに、知識を得ながら日々の生活に生かし、当面は子育てに励んでいきたいと思っています。



今年の抱負

長 沼 寛 子

山梨で働きだしてから、私も随分大勢の人と接してきたものだ振り返ってみる。その時々で、人の生活にふれてきたと考えると、何とも重大な仕事をさせてもらっているんだなぁと思う反面、大変な仕事を職業にしまったものだとも痛感する。

東京の病院を退職する時、数人の調理師さんから同じ様な饞別の言葉を頂戴した。その時は「みんなから同じ事を言われるなんて?!」と、不思議な気持ちだったことを覚えている。

あれから月日が経ち、いろいろな場面でその言葉の意味を自分なりに解釈しながら今に至っている。これから先、またどれだけの人に会い、その生活にふれていくかと思うと、身が引き締まる思いでいっぱい。饞別にもらった言葉と初心を忘れずにこれからも歩いていきたい。

今年が良い年でありますように…。そして、今年も笑顔にたくさん会えますように…。

今年の抱負

真 野 芳 彦

先ず、この場（書面）をお借りしまして、給食業務に携わる皆様にお詫びしたい事があります。それは、前職場（社会保険鯉沢病院）での給食管理に対する監督不行により、食中毒の事故を起こしてしまった事で、皆様に多大な迷惑や患者様への信頼を無くすような結果を起こしてしまい大変申し訳ございませんでした。本来ならば皆様の前で直接に詫びなければならぬ所、このような形での謝罪をお許しください。並びに謝罪が遅くなった事も重ねてお詫び申し上げます。

さて、前述に記したように暗いトンネルを歩む事もあった栄養士の道でしたが、早いもので平成18年3月には栄養士歴10年を迎えます。

今まで歩んできた道を振り返ってみると、須弥山（この山をご存知ない方はお調べになり、ご自身でこの意を解釈してみてください。）を見つけるために歩み続けていた10年間でしたが、現在では当病院長である保坂嘉之先生の導きもあり、糖尿病の療養相談に携わる事ができ、須弥山の『麓』に立ち、『頂』に向かい歩み始めているところです。

そのような環境にいる今、思うことがあります。自身の目的・信念を持ち続けられ、理解して戴ける方にも恵まれるという、人の出会いに感謝をしています。

今後は道を迷うことなく前に突き進み、須弥山の『頂』に少しでも近づけるように『自身の変化』を求めながら、療養相談で接する患者様に対して献身的な関わりを忘れることなく、同じ目標を持った方達と共に生活習慣病の改善を進めていく事を、今年の抱負・永遠の目標としていきたいと考えております。

新年の抱負

渡 辺 美 紀

振り返りますと栄養士になって15年、管理栄養士になって10年が経ちました。昨年5月から転職を機会に、千葉県より山梨県へやってきました。生まれ育った町を出るのは、初めてのことでした。何故、わざわざ山梨へ…？と聞かれますが、たまたま求人広告で「南アルプス市」という地名が素敵なことと、きっと、空気が良く、自然環境が良く、観光地としても魅力的なところだろうと、ただ単純な動悸でした。思ったとおりのところでした。毎日、美しい山々をみることができ、夜の星もきれいで、時に、富士山をみることもでき、そのような自然に癒され、仕事の疲れも吹っ飛びます。また、時々、温泉や登山にでかけ楽しんでいます。現在の業務においては、やらなくては…と考えることが盛りだくさんです。厨房内の衛生面の見直し、献立の見直し、院内約束食事箋の見直し…。栄養指導件数の増大、集団栄養指導のスタート…などなど…。また、当院の近辺は果樹園に囲まれ、おいしいサクランボ、桃、ブドウなど食べられるのはうれしいのですが、栄養相談を受けに来られる患者様の中には、果物を食べ過ぎの方が見受けられます。この地域の特性です。その様な患者様にはきちんと教育をしていかななくてはと思います。色々なことがありますが、少しずつ改善していきたいと思っています。



今年の抱負

渡 邊 ひでみ

前回の年女原稿依頼から、12年あっという間でした。人の成長ならば、生まれた子供が小学6年生になっている訳ですが、私の成長は？栄養士という職業を通じて、色々な方とめぐり会い、教えていただいた事、相談出来た事それが宝であり、今の私があることが何より成長したことかなと思います。

今年の抱負、まず健康第一。もうひとつ、興味はある難しそうだとか、無理だとか、やる前からそう思う事はやめ、とにかく挑戦してみようと思います。

ある方からのアドバイスです。「辛」という字は横棒一本加えるだけで、「幸」という字になります。辛い状況にいる時、その一本の成長をつけたせるかどうかは力ぎです。辛い辛いと嘆いていてもそんなに状況は変化してくれません。それなら自分から変わろうとすることです。「どうしたらこの辛い状況を乗り越えられるか」何事もゲーム感覚でやってみましょう。何も困難のない、敵のいないゲームなんて誰もしませんよね？試練があるから楽しくて、はまっちゃうのです。辛い状況が訪れたら一本成長出来るチャンス！自分を変えられる絶好の時ですよ。（一本の成長より）

今年の抱負

有 泉 智 美

就職してから、4年目に入りました。毎朝、登園した園児が「今日の給食は、な～に？」と元気よく声をかけてくれます。それを励みに給食づくりを頑張っています。

食育は他園でも取り組んでいますが、私が勤めている園でも保育士の協力のもと月一回、年長児と年中児の手作りのおやつ作りをしています。いつもは、あまり食べない子も自分で作ったものは、あっという間に食べてしまい、おかわりをする子も多いです。まだまだ、分からない事ばかりなので、これからも頑張っていきたいと思います。

新年の抱負

大久保 真 紀

私は、栄養士として働き始めてもうすぐ3年になります。色々な場面において日々勉強の毎日です。今は、主に調理にたずさわっていますが、どのような患者さんが喫食するのか、またどのようにしたら食べやすいかななどを工夫し、対象者に合った食事を提供できるよう心がけています。また、たくさんの人と接し、職場の先輩方や他病院の方々からいろいろな知識や技術を吸収して、より患者さんの力になればと思っています。そして、管理栄養士の資格を取って自分自身一歩成長させられるよう努力していきたいと思っています。

新年の抱負

丸 山 真理子

短大を卒業し、社会人として始めて迎える新年です。事業所施設の栄養士として働いています。初めての仕事ということで周りの方々に助けられながら毎日の仕事をこなしています。学校で学んできたこと以上にこなさなければならない仕事が多いのですが、とても充実した時間を送っています。

本事業所では、定食2食、ヘルシー食、特別食、和麺、中華麺、パスタ、丼、小鉢3品という形で食事を提供しています。なかなか新メニューを考えることができなかったのですが、この一年はたくさんの新しいメニューを考え、お客様に喜んでもらえるような料理を提供したいと思います。

今年こそは管理栄養士の免許を取得し、どんなことにも対応できる栄養士になっていきたいと思っています。

郷 田 沙 智

私は今、富士吉田市の学校給食センターに勤務しています。センターには私の他に2名の栄養士がおり、いろいろと教わりながら働いています。やはり、先輩栄養士の先生方がいるということはとても心強く、学ぶことも多いです。しかし、頼ってしまうことも多く、気をつけなければいけないと思います。

今年度から、私も試食会で話をするようになり、話をする難しさを感じました。この前ある小学校で「子供たちの食生活」という題で、保護者対象で講演という形で話をさせてもらいました。わかりやすく話すこと、また、言葉づかい等、なかなか上手には出来ず、もっと勉強して、経験を積んでいきたいと思いました。

来年度は栄養士として働き始めて3年目になります。管理栄養士の受験資格が得られるので、挑戦したいと思います。

まだまだわからない事も多いですが、今年も、一歩ずつでも成長していけたらと思います。

今年の抱負

笠 井 里 衣

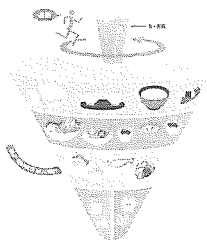
私の今年の抱負は、自分自身を向上させることです。栄養士の仕事を始めて3年が経ちました。前に比べると仕事にも慣れてきたと思います。でも、自分の中で成長しているのかわからないまま過ぎてきました。だから目標を決めようと思い、何がやりたいのかを考えた時、管理栄養士の資格を取りたいと思いました。資格を取るのは難しいと思うのですが、実行する前から頑張ってもいないのに諦めたくないの、勉強して絶対に資格を取りたいと思います。仕事と勉強の両立は大変ですが、自分で決めた事なので最後まで諦めないでやりとげたいと思います。やりとげる事ができた時こそ成長感が味わえるのではないかと思います。

新年の抱負

嶋 田 裕 美

去年は、念願の管理栄養士の免許を取得することが出来て嬉しい1年でした。

これからは知識や経験を積み、自分自身を向上していきたいと思っています。



今年の抱負

田 平 美智子

食事を通して医療に携わりたい、人の役に立ちたい、患者さんの笑顔が見られる仕事がしたいと、そんな思いから始めたこの栄養士も、念願だった病院栄養士として働き始めて2年が経ちました。今は臨時という立場ですが、先輩方から日々様々なことを学ばせて頂いています。またそれと同時に自身の経験不足と知識のなさを痛感する毎日でもあります。私の今年の目標は、管理栄養士国家試験の合格です。管理栄養士に合格すれば、もっともっと仕事の幅も広がりますし、資格を取ってもっと患者さんと身近に関われる仕事をしていきたいです。

私の好きな言葉に“心こそ大切”という言葉があります。どんな環境にあっても、誠意と真心と笑顔を忘れずに、相手のために何が出来るかを考え、その職場で“なくてはならない人”になれるよう努力し、成長していきたいと思います。

P. S Nさ～ん、今年は戌年。試験絶対合格！年女の意地を見せましょうね♪

その他の成年生まれの方々

(順不同)

岡 さくの

長 田 庸 子

佐 藤 ひさ子

沢 登 八千代

鈴 木 道 子

相 馬 玲 子

秋 山 めぐみ

小 池 美奈登

神宮司 由美子

塚 原 順 子

鶴 切 聖 子

荻 原 弘 子

雨 宮 美貴子

伊 藤 恵

窪 田 七 重

東 谷 弥 生

社会福祉法人 いちいの木

特別養護老人ホーム みのぶ荘

山梨学院短期大学

ディサービス かがやき

山梨市福祉事務所

社会保険山梨病院

山梨学院短期大学

上野原市立病院

春日居リハリビテーション病院

加納岩総合病院

石和温泉病院

守 屋 みゆき

浅 川 明日香

穴 水 博 子

今 沢 沙耶香

宇津木 麻 紀

小 沢 麻 衣

小 泉 京 子

清 水 裕 美

則 光 明 華

深 澤 絵 美

増 澤 佳 子

望 月 麻理子

望 月 三 咲

代 永 綾 子

伊 藤 佐智子

巨摩共立病院

富士桜学園

城東病院

つくし保育園

介護老人保険施設 ノイエス

特別養護老人ホーム 富士山荘

介護老人保険施設 ノイエス

軽貴老人ホーム あやめの里

宮前保育園

㈱富士メディカルサービス

職域部会のコーナー

学校健康教育部会

食育推進に向けて

甲府市教育委員会
石 上 三千子

近年、肥満、偏った栄養摂取、朝食欠食など子どもたちの食生活の乱れが深刻化する現状に対応するため、学校における食に関する指導の充実が必要とされていますこのような状況を踏まえ、食に関する指導体制の整備を図るため、栄養教諭制度が本年度からスタートされました。学校健康教育部会においても、栄養教諭制度の開始に伴い、本年度は県が開設した認定講習に参加し、資質の向上と免許の取得に向けて取り組みました。

衛生管理推進研修会

平成17年5月28日(土) 会場：塩山中央公民館
「学校給食における感染型食中毒の予防について」
講師 東京都金町診療所副所長 関根大正先生

栄養職員研修会

平成17年6月2日(木)・10月20日(木)
「食に関する指導の充実について」会場：びゅあ総合
講師 県スポーツ健康課指導主事等

部会総会

平成17年6月2日(木) 会場：びゅあ総合
「平成16年度事業報告および会計報告」
「平成17年度事業計画および予算」

栄養教諭単位認定講習

会場：県立城西高校
平成17年7月26日～29日
8月1日～5日
8月8日～11日
8月15日～19日
8月22日・9月8日
「教育原理」「生徒指導」「教育課程」「教職概論」「学校栄養教育論Ⅰ・Ⅱ」講師 山梨大学 妻鹿絢子教授等6名

行 政 部 会

児童福祉施設における食育（食教育）に関する調査

甲府保健所
山 本 聖 子

目的：子どもたちの食生活の現状は、朝食の欠食が目立ち、肥満傾向の子供の割合や孤食の増加など、食形成の重要な子どもたちの食生活の基礎が崩れつつあることが文部科学省「学校保健統計調査」等の調査で明らかになっている。その中で、今年7月に食育基本法が施行された。この法律の目的は、国民が生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性を育むことができるようにするため、食育を総合的、計画的に推進することにある。そこで、地域の就学前の子どもたちの食育における課題を明らかにし、保健所の役割を明確にすることにした。

方法：甲府保健所管内69児童福祉施設等を対象に、食育の実施状況に関する質問紙調査を実施し、分析した。

結果：対象とした69施設のうち、有効回数は44施設である。児童や保護者に対しての食育の実施は98%の施設で実施しており、ほとんどの施設は食教育を行っている状況であった。対象者は、100%が園児を対象にしており、77%が保護者を対象としている。

児童への食育の内容として「食事の時のあいさつ」「食事前の手洗い」「食を通じた季節感や伝統的行事」「よく噛むこと」「食べる姿勢」など食事の中に指導できることが90%

をしめていた。保護者に対しての食育の内容は「生活リズムと食事」「バランスの良い食事の取り方」「朝食を食べること」などが70%以上を占めている。施設側では児童に対しては食事をしながら学べることや基本的な内容を指導し、保護者に対しては家庭で実施してほしいこと、家庭でしかできないことを重点に指導している。なかには、「家族そろっての食事摂取」について指導している施設もあった。

食育の担当者では、「保育士」が86%、「栄養士」84%、「施設長」が25%となっており、園児を教育している立場の者が主に指導している。

食育の取り組みへの満足度は、「満足」25%、「不満足」57%、「わからない」18%と回答しており、不満と回答した施設は半数以上であった。

不満足の回答理由には「時間がない」64%、「内容的に不十分である」48%、「指導媒体が不足している」28%と回答している。日常業務に追われて時間がないことや、手が回らないのが現状である。また、保育の現場の中で「食育」への取り組みがまだ確立していない部分もあり教育カリキュラムの中に組み込まれていない。

「食育の場が施設の他にどこが考えられるか」の質問には、95%が「家庭」と回答しておりどの施設も家庭が施設以外の食育の場と考えている。

自由記載（食生活に関する身近な問題点等）

①児童に関するもので多かったのは、「朝食をたべない」

「偏食、好き嫌い」「飲み込みが悪く、固い物を食べない」「食事のマナーの悪さ」が多かった。

なかには施設での活動状況を記載しており、「給食便りの配布」「バイキング」「クッキング教室」「家族と共におやつづくり」など独自の方法で食育を進めている。

②保護者に関するもので多かったのは、「家族全員で食事をしていない」「好きな物ばかり与える」「忙しさのあまり大人中心の食生活になり、子どもが振り回されて朝食が摂れない」「孤食」「味つけが濃い」「コンビニ利用、スナック菓子、ジュースの与えすぎ」など家庭でしかできないことなど家庭での児童に対する指導要求が非常に多い。中には「遠足時の手作り弁当」「忙し日常だが子どもの食事に気を遣っている」など保護者に対して喜ばしい意見もあった。

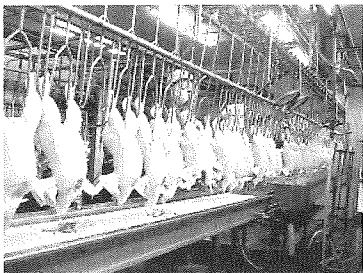
③施設に関するものは、「アレルギー除去食への疑問、除

研究教育部会

山梨学院短期大学
樋 口 千 鶴

平成17年8月10日、鶏肉製造所である『甲斐食産㈱』と馴染み深い『テンヨ武田㈱』の施設見学を行ないました。甲斐食産ではISOを取得しており、危機安全管理がしっかりされていました。今回は鶏インフルエンザの影響もあり、見学も極力控えている期間にもかかわらず、社長自ら鶏インフルエンザにおける検査状況や施設設備の説明をしていただき、安全性が良く理解できました。写真は、工場見学のための服装をしたところです。この白衣などは、すべて使い捨てという衛生に細心の注意が払われているのがお分かりになると思います。見学中も衛生面についての注意が細かくされ、作業スタッフの熱気がひしひしと感じられました。

取り扱い製品は、健味どり、甲州地鶏などがあります。これらの特徴や飼育状況など詳しく知ることもでき、とても参考になりました。



去食などの対応不足」、「食育対応への人手不足、知識不足、時間不足」など、努力不足を感じている施設が多かった。しかし、食物の栽培から収穫、喫食まで園児と一緒にしたり、料理教室など、努力している。

結論：各施設とも、食育に対しての意識は高いことが明らかになった。保健所で設定した具体的な質問項目では不十分であり、自由記載部分に記入施設が多かった。そのため、それぞれの施設が独自の方法で食育に取り組んでいることがわかった。有効な食育を実施するため、現在甲府保健所で開催している児童福祉施設等給食関係担当者研修会を継続実施し、食育の実践指導や事例発表、食育の媒体づくりを行っていく。また、これからも各関係機関と連携をとりながら、各施設・保護者の実態に合った情報提供や支援を行う必要があると考える。

テンヨ武田は、しょうゆを中心につゆ類を多く販売しています。しょうゆの販売状況や塩分濃度の違いによる種類の説明、つゆ類がシェアの半分近くを占めている状況などのビデオや説明をしていただきました。今回は休業ラインが多かったのも、あまりたくさんのお見学ができなかったのが残念でしたが、やはり衛生面などに細心の注意を払っていることなど、概要を知ることができました。

企業発展を続ける2工場を見学し、お話を伺うことができ、貴重な体験となりました。今回の研修から得たものを今後の活動に生かしていきたいと思っています。



集団健康管理部会

ホテルデュッセルブルー

大木由枝

今年度も集団健康管理部会の活動は、計画の通り順調に進みました。

次の通りです。

- 4/3 運営委員事務書類及び経費引渡し
- 5/11 集団健康管理部会総会 山梨県男女共同参画推進センター
- 5/11 研修会 症例から学ぶ生化学「交通外傷受傷後の死」
- 6/19 全国集団健康管理協議会代表者会議 大木由枝部会長出席
- 11/19 研究発表会 (財)キープ協会大柴由紀部会員発表
- 11/29 施設見学会 (株)NECライブックNECコンピュータテクノ食堂

総会に続く研修会の症例考察では、筋肉の消耗による肺炎と言う結果を学びました。脳が1日に必要なグルコースを主に筋肉のアミノ酸から供給すると、1日1kgの筋肉を分解するという計算式で考察しました。

研究発表会では実践的研究の効果が大会員により示され、研究課題は日々の職務にもある事を実感しました。施設見学会では伊藤部会員の活躍と、カフェテリア形式による現代の事業所フードサービスを体験しました。喫食者の健康管理を第一の目標としてメニューを作成していると考察します。満腹感と安価を目指した少し前の事業所給食からの大きな脱皮を実感しました。栄養士の職務が重視される時代にこそ、ニーズに応えられる専門職でありたいと感じます。オープン参加として、地域活動部会の会員さんの出席も大変うれいものでした。

小さな部会も元気に活動しています！



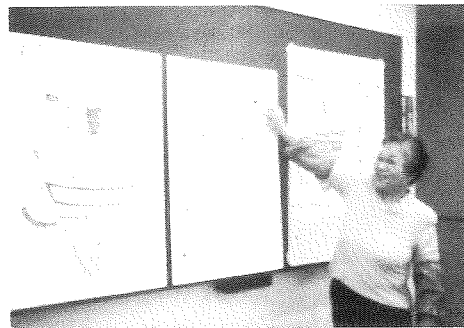
NECライブックス伊藤貴子栄養士を囲んで

地域活動部会

食事バランスガイドパネルシアターの作成

矢崎幸枝

今回「パネルシアター」を作成することになりましたのは、平成12年に策定された「食生活指針」の具体的な行動



を図表化した「食生活バランスガイド」をより分かり易く説明するためです。このガイドには1日に摂る料理の組み合わせとその量がイラストで示されているのですが、もっと誰にでも理解できるようにするため、パネルシアターを選びその媒体を作ることになりました。

はじめに講師よりパフォーマンスの種類やパネルシアターについての基本的なお話があり、その後細かい作業手順の説明を受けました。4、5名の班に分れて大きなパネル

を作ったり、そこに貼るイラストや料理の絵を書いたりしました。

皆熱心に取り組みましたがはじめて経験する人がほとんどで、ボードや布の扱い方、絵の書き方、色付けの仕方などとまどうことが沢山ありました。その都度でいねいな指導を受け、だんだんと形が整ってきましたが、うまく貼りつかなかったり、食品の色彩が思う様に出せなかったりで、何度もやり直したりしました。

なんとか仕上がり黒板にボードを立ててそこに完成品が次々と貼られ、全て終了した時は全員で喜びの声をあげました。

その後、意見交換がなされ、絵をもう少し大きくした方が見易い、料理のメニューの種類を増やすともっと組み合わせが沢山できるのではないかなどが話し合われました。今後このパネルシアターを有効に活用し、ひとりひとりが「バランスのとれた食生活」をするために「何を」「どれだけ」食べたらよいか分かり易く指導できるよう、大いに役立てていけたらと思っています。

なごやかな雰囲気の中、共に作る楽しさを味わい、会員相互のつながりも深められた有意義な研修会でした。

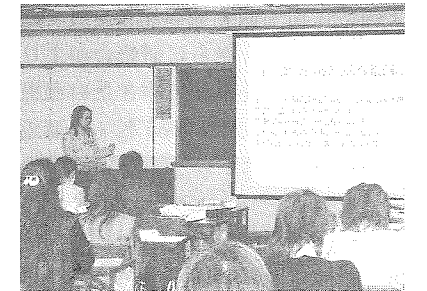
病院部会

県立中央病院

平井美樹夫

3月18日(金)に男女共同参画推進センターにおいて総会を開催し、福島労災病院栄養管理室でNST専門栄養士として活躍している田村佳奈美管理栄養士に、研修会において褥瘡と栄養アセスメントについて講演してもらいました。高齢者の栄養管理、日本のNSTの動き、褥瘡対策委員会設立の経過、褥瘡アセスメントに必要な知識等について病院で苦労した点を織り交ぜながら話をしてもらい、これからNSTに取り組む栄養士には特に参考となりました。

6月12日(日)には男女共同参画推進センターにおいて、栄養アセスメントと栄養ケアプランの立て方について勉強会を開催し、せんば高輪病院の足立代子管理栄養士と外科の板谷慶一医師に来ていただきました。



福祉部会 (老人)

介護老人福祉施設トリアス

齋藤正治

会員数百名を越え増えつつある組織になってまいりました。

今年度の活動状況は介護保険制度の改定に伴うさまざまなでき事が多くこの制度に関わる事業や研修を展開しております。

4月は腎臓病の食事についての研修を実施7月は本会で主催した介護保険制度の改定に伴う栄養・食事サービスのマネジメント研修に代表者に参加戴き本会主催研修に協力した。8月25日は代表担当者会議(役員会)を実施内容は①研修会について・介護保険制度の改定に伴う栄養ケア・マネジメント研修日程9/29(木) 14:00~17:00迄福祉プラザで実施と決まり、専門研修出席者よりの伝達研修に決まりました。

②次年度役員改選期欠席役員の出席可能者の補強を各支部共するよう今のうちから推薦の準備をしておいて下さい。

9月29日は栄養ケア・マネジメント実務研修を全国福祉の専門研修出席の齋藤福祉部会長以下2名が3日間参加し

栄養評価に空欄を設けた症例を出して、会場の参加栄養士に順番に答えてもらい解説していくという実践向きの研修で、講師と参加者のやりとりであったという間に時間が過ぎ、栄養アセスメント実践者には大変勉強となりました。

9月24日(土)には山梨県立中央病院において糖尿病の薬についての研修会を開催し、「糖尿病療養指導者に知ってほしい薬のうら話」というタイトルで保坂内科クリニックの保坂嘉之先生に講演してもらいました。保坂医院で行っている食品早見表や弁当箱バランス表示による栄養指導について便利な点、わかりやすさ等が解説された後、薬の知識で目先を変えて栄養指導を進めてみるといった話がありました。また健康食品や薬を使う考え方についても教わりました。

伝達研修講師として会員と実践研修を実施した。出席者も多く50数名の出席を得て熱心の実務研修を展開できました。結論的に栄養ケア・マネジメントを上手に執る為には多職種協働体制を施設長が作り、その体制に対し、好むと好まざるもその多職種全員が力を合わせて積極的に協力して、12点が執れる様、知恵と労力の分割協力を命令する事にあります。

何故か管理栄養士の仕事は多岐にわたり、給食の管理と栄養管理でこの栄養の部分に、栄養ケア・マネジメントが上乘せとなった。ましてや施設のケアマネ資格取得専門家の書類作成と同様式で作る事です。ケアマネは資格取得専門家として山梨県社会福祉協議会がバックアップして何回も実務研修を繰り返し実施し計画書が出来る様になった人達と管理栄養士と一緒に仕事をするのですからそこに嫉みや無視、嫌がらせ、いじめ、が存在し、苦労している会員も少なくない。

年度のしめは3月7日(木)の総会を予定して栄養ケア・マネジメント実務研修をしたい。

福祉部会（児童）

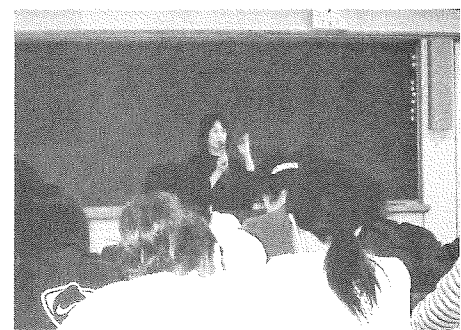
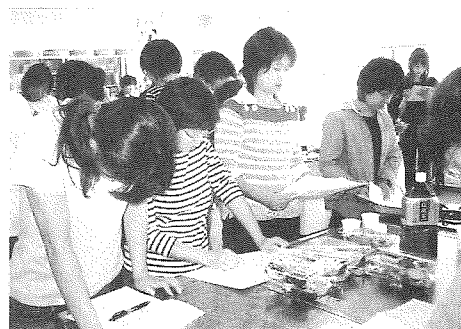
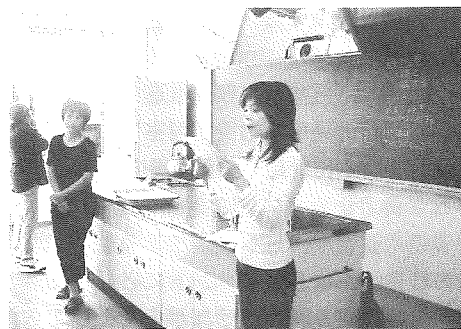
大島保育園

沢村和子

本会は、県内の保育園（所）、養護施設に勤務の栄養士が対象です。6月の総会終了後、講演を中心とした研修会と秋は会員が講師となって調理実習や実演、試食会等を開催しました。今年度の第1回目は、こども未来財団月刊誌「子どもの栄養」調査研究部調査課の管理栄養士、岡林一枝先生に講演をしていただきました。講演内容は「保育所における食事摂取基準について」でした。2回目の研修は、さらに具体的に取り組みやすいデータが整ったので、その資料をもとに勉強会をしました。同じテーマの内容を2回やることにより、共通理解が深まったことが何よりでした。又、これからの季節に利用できる内容のメニューや動物性たんぱく質を少しでも減らすメニュー等を資料として配布。23献立の中5献立を参加者全員で試食しました。

これからも、さらに研修会がより身近に日頃の業務に生かされる内容を重ねていきたいと思っています。

（第1回 出席者67名 第2回 出席者75名）



訃報

故 長澤千恵美 会員（峡南地域振興局健康福祉部身延保健所勤務）のご逝去を悼む

平成14年より本会員となり、学校健康教育部会、病院部会、行政部会等の職場に勤務されておられましたが、平成17年12月6日に急死されました。これからの御活躍を期待されていたところ誠に残念でございます。

心よりご冥福をお祈り申し上げます。

社団法人山梨栄養士会会長 石坂恵子

私達ががんばっています！

会員の皆様から「私達ががんばっています」というテーマで

①自己紹介・職場紹介

②主な仕事内容

③仕事で「うれしかったこと」「つらかったこと」など

④現在取りくんでいること

⑤栄養士会に思うこと 等を今回は集団健康管理部会・地域活動部会会員より書いていただきました。

集団健康管理部会

① 自己紹介

陸上自衛隊 北富士駐屯地に勤務している和田香織です。1日3食、365日の給食に追われて、あっという間に18年が過ぎようとしています。

この仕事に就いた頃は自衛隊の事も何もわからず、見るもの聞くもの全てが初めてで毎日の仕事をただ言われるがままにこなしていくのがやっとでした。自衛隊の給食は食堂の他に、演習場での自隊炊事や乾パン・缶詰などの携行できるもの等、訓練に合わせて提供しています。

② 主な仕事内容

献立・購入予定一覧表の作成、食材の金額計算、3ヶ月交代の勤務員の調理指導、栄養相談 他

③ 仕事で うれしかった事、つらかった事。

うれしかった事は、3ヶ月交代の隊員で調理をしていても、自分の思い描いた通りに出来た時、また喫食した人から『おいしかった』という一言をいただいた時や、勤務を終えた隊員より『食事を作る事がこんなに大変だなんて思わなかった。いつもありがとうございます』という言葉聞いた時。逆につらい事は、年々引き下げられていく食材費や、調理員の削減…

給食をとりまく環境は厳しくなるのに喫食隊員からの要望は多様化する一方で、なかなか希望通りの給食が出来にくくなっている事。

④ 現在取り組んでいる事。

提供している食事を各自が自分の勤務の内容に応じて摂取出来るように指導していく事。

⑤ 栄養士会に思う事

会長を核として、会員のためにと日々力を注いでいただいている役委員の方に感謝しています。

集団健康管理部会は事業所などの勤務者が多く、なかなか栄養士会の行事に参加しにくいのが現状ですが、出来るだけ職場にも理解してもらい協力していきたいと思っています。これからも宜しくお願いします。

地域活動部会

病院栄養士から地域活動部会栄養士へ

あけましておめでとうございます。地域活動部会甲府支部の松尾美穂子です。

6年前に結婚、夫の転勤に伴い甲府に越してきました。生まれも育ちも長崎で、20年近く300床余の病院で働いてきましたので、こちらに来た当初はその生活のギャップに戸惑う事ばかりでした。妊娠・出産もあり、仕事のできないジレンマもあったと思います。

子供が幼稚園に通い始めた一昨年程前から、地域活動部会の栄養士として活動を再開。今では、栄養士会を通じて人の輪も広がり、仕事も徐々に増えています。保健所での病態栄養相談、厚生連での人間ドッグ後の栄養指導、公民館での健康教室、栄養士会事業として事業所出前相談、スポーツ事業団での栄養相談、子供達への食育活動・・・等、研鑽の日々ですが、周りの人たちに恵まれ、楽しく仕事をさせてもらっています。

独身で病院栄養士としてバリバリ仕事をしていた頃もやりがいがあった楽しかったのですが、今は子供がいなかった時間だけ、栄養士と言う仕事が続けられる事にもおもしろさを感じています。いろんな事にチャレンジして、仕事の幅を広げていきたい、キャリアを積んでいきたいと考えています。皆さん、今後ともご指導よろしくお願いします。

今年の目標としては、本栖湖でのウインドサーフィン挑戦！長崎では「風は友達、海は恋人」をキャッチフレーズに結構やってたのですが、はたして「おばさんサーファー」復活なるでしょうか？