



平成29年1月7日(土)、公立学校共済組合 高知宿泊所 高知会館において、(公社)高知県栄養士会、(公社)日本栄養士会、一般社団法人Jミルクの主催、高知県牛乳普及協会様の後援により開催いたしました。

本セミナーは、参加者の課題解決に役立つ情報の提供やワークショップによる体験型研修を取り入れ、管理栄養士・栄養士の栄養指導実践力の向上やコミュニケーション力の向上を図ることを目的としました。また、病院の管理栄養士をはじめ、行政機関や学校等の管理栄養士及び栄養士等、43名の参加者がありました。



《講演1》  
「高齢者のフレイルとその予防に向けた栄養」

講師 小川 純人 先生(東京大学医学部附属病院 老年病科 准教授)

高齢者のフレイルやサルコペニアとともに、メタボリックシンドロームや低栄養なども課題としてあげられる中で、高齢者の栄養療法の中でも、牛乳・乳製品をはじめとする栄養介入に伴うメタボリックシンドロームやフレイルの予防とその可能性が紹介されました。また、若年から筋量や骨量を一定増やしておく必要があることから、高齢者への働きかけとともに、若い世代への啓発も重要であることが示唆されました。

小川先生の軽快な語り口でエビデンスとともに紹介された内容が分かりやすかった、もっと聞きたいといった感想が寄せられました。



《講演2》  
「高齢者の栄養不足及び過多における栄養指導の実践」

講師 林 進 先生(東京慈恵会医科大学附属柏病院 栄養部 管理栄養士 課長)

症例を基に、栄養不足による病状の経過、食生活の問題点や栄養指導のポイント及び、糖尿病発症者への教材を使った啓発、運動を取り入れた食べ方指導、行動変容ごとの働きかけなどについて、エビデンスを交え、病状改善のための手法が具体的に紹介されました。

林先生は、ワークショップで使用した教材「食の課題とアドバイス」の企画、監修を担当されています。今回紹介された具体的な手法を業務にぜひ取り入れたいという感想が寄せられました。



《ワークショップ》  
「健康寿命延伸のための牛乳・乳製品摂取アップを目標とした栄養指導」

ファシリテーター 渡邊 慶子 先生(高知学園短期大学 生活科学学科 教授)


テーマに関する日本人のカルシウム摂取の現状と重要性の説明後、ライフステージを4つ(成人前期、成人中期、成人後期、高齢期)に分け、8つの班に分かれてステージ別のテーマでワークショップを行いました。各班で、対象者に対する支援方法を考え、全体で発表、交流しました。


一例をあげますと、70歳以上の高齢期の方には、牛乳引き換え券を作る、移動スーパーや配送ができる仕組みを作る、乳糖不耐症の人のための牛乳のPRを行う、牛乳パッケージに牛乳を飲むタイミングを表示してもらう(大きな字で)などの支援方法等が発表されました。

渡邊先生には、進捗状況を確認していただきながら、班別で活発な協議ができるよう、適切なアドバイスを行っていただきました。

参加者からは、年齢区別による課題や支援方法の違いを実感したり、新しい仕組みやアイデアを考案したりすることができた、また、他職種の栄養士と協議したことで、新たな視点、考え方の違いが分かり、今後に生かせるなどの感想が寄せられました。



 W3Cの基準に準拠しアクセシビリティの配慮に努めます。

 適正なスタイルシートを使用し、アクセシビリティの確保に努めます。