栄養土佐はちきん

第43号
2023

県民公開講座

栄養の日（イベント）

栄養の日（講義）

栄養土佐――はちきん第43号――
目　　次

これからの栄養士業務への期待　（公社）高知県栄養士会会長　新谷　美智……1
厚生労働大臣表彰を受賞して　地域活動事業部　長﨑　佐知……2
長﨑 佐知さんへのお慶びの言葉　地域活動事業部　濵田　佐恵……3
厚生労働大臣表彰を受賞して　（公社）高知県栄養士会理事　髙橋　由美……4
厚生労働大臣表彰　おめでとうございます　公衆衛生事業部　津野　美保……5
新春県民公開講座「食べることは生きること」安藤 和津さんをお迎えして
（公社）高知県栄養士会副会長　尾﨑　美和……6
令和４年度　高知県栄養士会新人研修会　（公社）高知県栄養士会理事　北村真知子……7

外来栄養食事指導推進事業
　外来栄養食事指導推進事業研修会報告　（公社）高知県栄養士会副会長　伊與木美保……9

高齢者の栄養・食の自立支援事業
　令和４年度高齢者の栄養、食の自立支援事業（県外先進地の視察）
（公社）高知県栄養士会理事　益　　実佐……11

災害時食支援体制整備事業
　災害支援体制作りにむけて　（公社）高知県栄養士会理事　島田　郁子……13
　災害時食支援体制整備事業　研修報告について　（公社）高知県栄養士会理事　十萬　敬子……14

栄養ケア・ステーション
　栄養ケア・ステーション事業のご紹介
（公社）高知県栄養士会栄養ケア・ステーション担当理事　久武　啓子、大坪　豊寿……16

各事業部活動報告
　診療報酬と栄養士のあり方　医療事業部　宮島　　功……17
　家庭内備蓄の普及啓発について　公衆衛生事業部　山下　鈴子……18
　文字に頼らない指導資料作成の取り組み　学校健康教育事業部　北村真知子……19
　本学の特徴ある科目「口腔ケアと栄養管理」を地域活動に生かして
研究教育事業部　渡邊　慶子、三宮　章香……20
　自衛隊給食について　勤労者支援事業部　重松奈央子……22
　今の私にできる寄り添いかた　地域活動事業部　佐田　瑞記……23
　栄養マネジメント強化加算について　福祉事業部　髙橋　佐枝……24

調査報告
　令和４年度高知県栄養士会 福祉事業部実態調査報告
（公社）高知県栄養士会理事　宗石依里子……26
県からの伝言板
　フレイル予防のための「高知の食材を使った低栄養予防レシピ」の活用について
高知県健康政策部　保健政策課……30
　食育・学校給食の取組について　高知県教育委員会事務局　保健体育課……31
　「HACCPに沿った衛生管理」できていますか？　高知県健康政策部　薬務衛生課……33

栄養士会入会パンフレット＆ロゴマーク・キャラクターを作成！
（公社）高知県栄養士会理事　十萬　敬子……35

新入会員紹介
　人の役に立つ仕事　公衆衛生事業部　清水　澪里……37
　健康維持・増進に携わる管理栄養士として　勤労者支援部　仰木　　薫……38
令和５年度 高知県栄養士会賛助会員 …… 39
編集後記 …… 41

これからの栄養士業務への期待

（公社）高知県栄養士会
会長　新谷 美智

令和４年度も新型コロナウイルス感染症に揺れた年でしたが、会員の皆様には当会の運営並びに各種事業にご尽力いただき感謝申し上げます。

さて、当会が「公益社団法人」として、県民の誰もが住み慣れた地域で健やかで心豊かに安心して暮らし続けることのできる高知県「日本一の健康長寿県構想」の達成に向け、「栄養と食」の専門職能団体として取り組み始めて、早いもので１２年目になります。令和５年１月１２日には、県民の健康づくりを応援するため「新春県民公開講座」安藤和津氏講演会を開催いたしました。

医療報酬や介護報酬の改定により、医療と介護の連携の推進、栄養ケア・ステーション登録管理栄養士が多職種・自治体と連携しての栄養支援等、多方面に栄養と食の専門職として関わる管理栄養士の役割がますます求められています。

令和６年度から始まる第８次医療計画策定にあたって、糖尿病医療連携対策では、糖尿病のステージに重点をおいて医療体制の構築を目指すとされています。当会の令和４年度外来栄養食事指導推進事業では、糖尿病患者さんへの外来栄養食事指導について、相互の実践を知り、圏域内でのネットワークを形成するとともに顔の見える関係づくりができるように高知、須崎、安芸、幡多で栄養食事指導に係る事例検討会を実施し、参加者からは好評を得ています。在宅医療の提供体制については、栄養ケア・ステーション等の活用も含めた訪問栄養食事指導の体制整備が重要であり、その機能・役割について明確化するとされ、訪問栄養食事指導の要求が高まります。また、保健事業と介護予防の一体的な取り組みにおいても、管理栄養士の期待が大きく、ポピュレーションアプローチでは運動、口腔ケアと栄養ケア、ハイリスクアプローチでは糖尿病性腎症の重症化予防の専門職の介入が最も多く行われています。高齢者の栄養・食の自立支援事業と合わせて取り組んでいきたいと思います。今後は、栄養ケア・ステーションが重要な役割を持つことになりますが、本会の登録管理栄養士数は十分ではありませんし、実際に活動できる会員も少ない状況です。会員の皆様の登録とご協力をお願いいたします。

今年の干支は、卯（うさぎ）年です。兎は飛び跳ねる姿から「飛躍・向上」を表しているとされています。当会は、コツコツを基本に、ピョンピョンと飛躍もできる年になることを願って、会員の皆様とともに、栄養と食の面から県民の健康の維持・増進を応援する活動を進めてまいります。

厚生労働大臣表彰を受賞して

地域活動事業部　長﨑 佐知

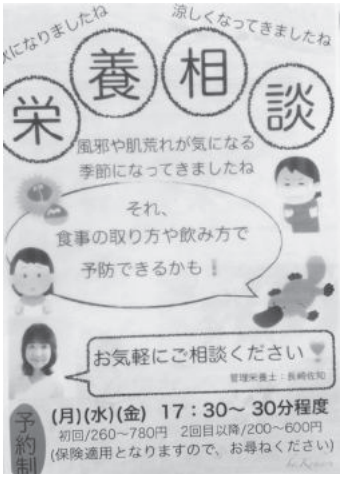
この度、高知県栄養士会のご推薦をいただき、厚生労働大臣表彰（栄養指導業務功労）の栄誉を賜りました。推薦してくださった高知県栄養士会推薦委員会の皆様、一緒に活動してくださっている栄養ケア・ステーションに登録されている会員の皆様、常に導いてくださっている津野コーディネーター始め、日頃何かとご指導いただいてきた歴代の会員の皆様に、心から感謝申し上げます。

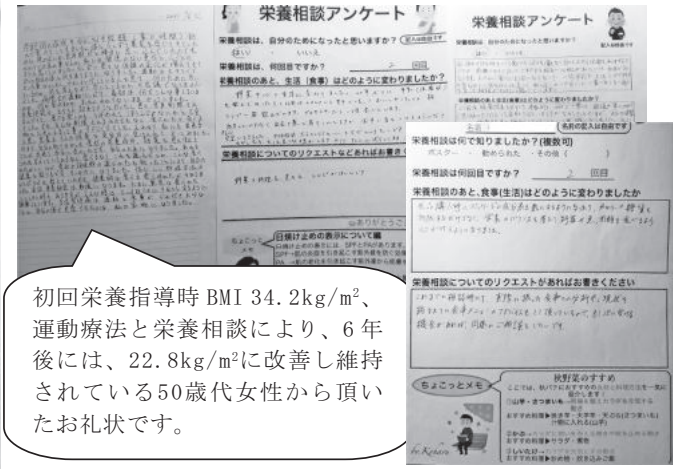
病院栄養士として約30年間勤め、その後、別の資格で病院に入職し、病棟所属での業務が9年半になりますが、入職後すぐに、「やはり管理栄養士として活動したい。」との想いが強くなり、勤務先の了承を得て、高知県栄養士会栄養ケア・ステーションに登録。又、定年後は雇用契約により、念願だったクリニックとの契約で外来栄養食事指導を行う事が出来るようになりました。今回の受賞を一番喜んでくださったのは、外来栄養指導を行っている、帯屋町ハートクリニックの日浦院長と栄養相談チームの皆様（下の栄養相談の案内、アンケートを作成、配布、回収を行ってくれています）、そして実家の両親でした。特に私が進路を決める際、管理栄養士にと勧めてくれた母には、受賞が親孝行になった様です。

私は幼少期から内科的疾患で入院する事が何度かあり、小学1年生当時の腎疾患では夏休み中入院して腎臓病食を食べて過ごし、退院後は通院で昼頃から登校する日も有りました。初めてプールで水泳を体験したのが小学3年生です。

その経験から、食事療法といえども食事は楽しみたいとの想いがあり、「調理は苦手。」という方には、簡単で美味しく、食事が楽しめる料理を紹介しています。

昨今、健康寿命を延ばして人生を楽しむためにも、健康リテラシーのスキルを身に付けることと言われています。氾濫する情報の迷子になっている方々に何がその方には必要なのかをナビゲート出来る事を理念とし、これからも研鑽してまいります。今後とも、ご指導をよろしくお願い致します。ありがとうございます。





初回栄養指導時 BMI 34.2kg/m²、運動療法と栄養相談により、6年後には、22.8kg/m²に改善し維持されている50歳代女性から頂いたお礼状です。

長﨑 佐知さんへのお慶びの言葉

地域活動事業部
在宅栄養士　濵田 佐惠

この度の厚生労働大臣表彰受賞おめでとうございます。

いずれこの賞をいただく方だと信じていました。やはりこの時が来ました。

佐知さんとの出会いは40年前の集団給食会で北里大学病院へ先進地視察として2人で研修に参加した時からです。慣れない者同士で何とか終えたことでした。私が先輩なのに、すっかり佐知さんに頼っていたような気がします。

料理のレパートリーを広げるために料理学校に通いましたが、その時にも一緒になり料理を覚えたことでした。その後、大塚製薬さんによる栄養教室、高知県警の栄養教室でも一緒に学び、活動しました。しばらく会えない時期がありましたが、その間に彼女は「自力整体」という運動を習得し、自分の頭痛もちも克服され、自力整体の指導者として自分を磨いていました。今では高知や安芸で教室を開催する程になり活躍されています。黒潮町の食生活改善推進員（ヘルスメイト）の運動教室にも講師として来ていただき、遠方にもかかわらず気軽に指導していただきました。「自力整体」ということでたくさんの参加者がありました。食生活改善推進員は一所懸命佐知さんの運動を真似、身体を動かし汗をかいて頑張っておられました。運動についていくのは大変でしたが、「運動後は身体が軽くなって活動しやすくなった」という声が多くありました。

佐知さんとは、研修や活動をともに行うたびに仲が深まりました。佐知さんは熱心でしっかり者、とても頑張り屋さんでもあります。また、年上の私をたててくれる優しさもあります。

厚生労働大臣表彰受賞は、長年頑張ってきたご褒美です。この賞を糧に栄養士活動、自力整体をより質を高めていって下さい。

厚生労働大臣表彰を受賞して

（公社）高知県栄養士会　理事
地域活動事業部代表　髙橋 由美

このたび、高知県と高知県栄養士会のご推薦により、厚生労働大臣表彰を受賞させていただきました。このような栄えある賞をいただくことができましたのも、ひとえにご指導いただいた諸先輩方をはじめ会員の皆様のご指導、ご支援の賜物と深く感謝申し上げます。

短期大学卒業後は、本山町役場に入職し保育所の給食業務から仕事が始まりました。保育と給食は車の両輪であるとの保育所長の言葉に、職員一丸となって子どもたちを取り巻く「食」に取り組みました。陶器の食器を使い、より身近な食材で手作りし、地域と一緒になって季節や行事を楽しみました。30年ほど前には、高知医大の先生にご指導頂きながら手探り状態でアトピー対応の給食も始めました。その時の子どもたちが、今は地域の中核として活躍する姿を見守るのも嬉しいことです。

本山町役場本庁への異動後は、栄養業務を担当し、当時の中央東保健所でご勤務されていた津野美保様や森田陽子様方にご指導いただきました。食を通じて集まり、学び、食生活改善の活動を展開するヘルスメイトの皆さんは生き生きとしていて、当時の会長さんが、「70代が一番充実しちゅう！」と笑って言われたことが印象深く残っています。

健康福祉課や社会福祉協議会では、事務方の業務と併せて地域へ栄養指導にも出向き、たくさんの方々と交流ができました。見守りやご近所の助け合い、生きがい活動や介護予防活動など、地域福祉を考える中でも、常に「食」は欠かせないものでした。当たり前に自分の周りや町の事を考えて活動する民生委員児童委員さんやボランティアの皆さんに、「地域で生きる」という事を教えて頂きました。そこでも皆さんの笑顔は素敵でした。

役場退職後は、自分の一番好きな活動をしようと思い、栄養ケア・ステーションの一員となりました。今は特定保健指導が活動の中心ですが、乳幼児健診、赤ちゃん会、保育所や保育士研修への支援、介護予防等の講演、地域ケア会議などに携わってきました。

生涯教育委員としては、何をテーマに研修しようかと企画する事も楽しみであり、個人で活動する地域活動の皆さんや、他事業部の方々と研修会で交流出来る事にも魅力を感じます。また、西日本豪雨の際には、JDA-DATとして被災地支援の場も経験しました。

このような、栄養士会活動のさまざまな場面で出会った先輩方は、いつも情熱と思いやりに満ちた栄養指導をされていて、本会の目的に沿った、県民の幸せにつなげる活動そのものであり、私たちの目指す指標であると改めて感じます。

これからも引き続き、微力ながら栄養士会での活動を地域の様々な活動に繋げて、皆様方から受けたたくさんのご恩をお返ししながら、健康づくりのお手伝いを続けたいと思います。

今後ともご指導のほどよろしくお願い致します。このたびはありがとうございました。

厚生労働大臣表彰　おめでとうございます

公衆衛生事業部　津野 美保

高橋由美様　このたびの厚生労働大臣表彰の受賞、おめでとうございます。心よりお慶びを申し上げます。

私が高知県庁で健康づくりを担当していた時、本山町役場の栄養士さんとしてお名前は存じていましたが実際に深く関わったのは、私が中央東福祉保健所勤務になった時からです。嶺北地域の貴重な管理栄養士として、本山町のみにとどまらず嶺北地域の状況や人材について相談したことでした。

当時は既に、本山町健康福祉課課長補佐として重要な役割を果たしながら、地域の食生活改善のボランティア、ヘルスメイトさんの育成や活動の支援をきめ細かくされていました。課長補佐として広い分野を経験されていましたので、発する意見や着想にハッとする時もありました。根底には常に「地域の人たちは」という主語が隠されていましたので、大くくりにまとめようとする自分を反省したことでした。

役場を退職後も関係団体事務局長として勤務されています。お忙しい中、栄養ケア・ステーションに登録してくださいました。私がコーディネーターをしていましたので、特定保健指導などスタッフのやりくりがつかず困っていると「私にできるなら‥」と、遠くても引き受けてくださりありがたかったです。

他にも、栄養ケア・ステーションへの依頼には「行ける、行けない」の意思表示をはっきりしてくれ、引き受けたことは十分に準備をしてくれるので安心していました。

高橋さんの最初の職場が保育所ということで、やはり子ども関係には強いし、いつも前向きに取り組まれています。現在も本山町の子ども食堂などに関わっていらっしゃるとお聞きしています。地域の人々に必要とされておられることが良く分かります。「当たり前のことをしているだけです。」という声が聞こえてきそうですが、管理栄養士という資質を地域に生かし、地域の方々と共に活動されていることは人生１００年時代のお手本のような生き方だなぁと感心しています。

これからもお元気で、高知県栄養士会や本山町、また高知県のために、ますます活躍していただきますよう結びとさせていただきます。

新春県民公開講座「食べることは生きること」
安藤 和津さんをお迎えして

（公社）高知県栄養士会
副会長　尾﨑 美和

令和５年１月１２日に県民文化ホールにて１２２名の皆様にご来場いただき県民公開講座を開催しました。

安藤さんの講座に先立ち、高知県栄養士会の紹介をしました。ご来場いただいた県民の皆様に栄養士会の担う役割や７つの事業部があること、また、栄養ケア・ステーションや災害支援活動などを行っていることを知っていただけたことは大変良かったと思います。

大きな拍手の中、コーラルピンクのスーツをお召しになった安藤和津さんの登場です。とにかくお綺麗なのにびっくりしました。あまり、かしこまることなく、お話が始まりました。「高知で食べる“いたどり”や“ふき”が大好きなこと」「高知で住んでいる皆さんは気づいていない・気にかけていないだろうけれど、高知には美味しい物がたくさんあること」そして「食べることは生きること。生きることは食べること」と。安藤さんのお母様は料亭をされていたそうです。さぞかし、美味しいものを召し上がっていたんだろうなぁ、と羨ましく思ったのも束の間、一人で食べる食事は寂しく、小さい頃は食べることが苦手な子どもさんだったそうです。みんなでワイワイ食事をする、食べるのに大切なのは「（一緒に）食べる人」「食べる環境」「食べる物」とおっしゃいました。やはり孤食や個食であってはどんなに美味しい物・栄養のある物も十分な役割を果たさないのではないでしょうか。家庭においても学校においても施設や病院においても、食べるということを共有することはとても重要なことだと改めて感じました。こんなこともおっしゃっていました。「お母さんが握るおにぎりが美味しいのは、お母さんの手のひらから出る何かがあるから。」そのとおりだと思いました。美味しい塩を使っているからでもなく美味しい海苔を使っているからでもなく、愛情を込めた手で握ること・愛情を注ぐことでおにぎりは美味しくなるんだと思います。私たち栄養士も日々、そういう思いを持って仕事をしていきましょう。

アンケートをいくつかご紹介します。「食の大切さを改めて感じた。」「あっという間の時間だった。」「感動する話にウルっときた。」「若いお母さんに聞いてほしい。」「新年早々、良いお話が聞け、楽しい１年になりそう。」などなど。

安藤さんは高知の「空と太陽」が好きだと話して下さいました。青い空と太陽が燦燦と降り注ぐこの高知で高知県栄養士会は、県民の皆様の健康と福祉の増進、栄養改善や生活習慣病の重症化予防や介護予防等に会員の皆様とともに取り組んでまいりますので、今後ともどうぞ、よろしくお願いします。

コロナ禍ではありましたが、出演を快諾いただきました安藤和津様、公開講座の開催にあたり、短い準備期間にも関わらずご協力いただきました南放セーラー広告株式会社様、司会をしていただいた藤崎靖啓様、会場である県民文化ホールの皆様、そして、最後にご登場いただいた安藤桃子様、本当にありがとうございました。

令和４年度　高知県栄養士会新人研修会

（公社）高知県栄養士会　理事
新人研修会担当　北村 真知子

令和４年１２月１７日（土）総合あんしんセンター３階中会議室にて、令和４年度新人研修会を開催しました。この研修会は、高知県栄養士会の魅力や果たす役割に関する情報及び会員相互の悩みや解決方法を共有することを通じて、会員としての自覚と誇りを持って管理栄養士・栄養士としての活動ができる人材を育成するとともに、会員同士の仲間づくりを推進することを目的としています。対象は入会５年未満の管理栄養士・栄養士です。本年度は９名の参加がありました。

午後の半日の中に、盛りだくさんの内容を用意しました。

・講話「県民に信頼される高知県栄養士会の魅力ある活動について」新谷会長
・情報提供「生涯教育の紹介」山本常務理事
・ミニ講座「食欲不振・フレイル予防に対して管理栄養士ができること」
　　近森病院臨床栄養部部長　宮島 功理事
・グループワーク（参加者の悩みを一緒に解決する内容）

新谷会長の講話からは、自分たちの会の沿革や存在意義などを詳しくわかりやすく学ぶことができました。忙しい日々のなかで、ともすれば忘れがちである基本的な事を復習するよい機会でした。

山本常務理事からの情報提供では、科学の進歩と社会状況の変化に的確に対応するための能力を常に磨けるよう各種研修会が豊富に準備されていることが紹介されました。

ミニ講座の講師・宮島功氏は、参加者の身近な存在であるとともに、第一線で活躍する先輩でもあります。患者さんに寄り添う栄養士であるために、どのような考え方ができるのか、必要か、順序だててお話してくださいました。患者さんの食の背景に同じものはない、その方に合う方法を見出すまで、可能性を探る姿勢に共感しました。支援する私たちの力量を上げる努力は言うまでもありません。地道に学ばなければ、と決意を新たにした次第です。

昨年度の反省から、グループワークの時間を多く設定しました。参加者を３つのグループに分け、それぞれに開催スタッフが加わりました。開始早々から、どのグループからも笑い声が聞こえる、活発に意見交換する様子が見られて、大変嬉しくなりました。ワークの最終時には、ファシリテーター尾﨑副会長の進行で、各グループのまとめを代表者が全体に発表しました。各領域での活動を披露しあったことで大いに刺激を受けたであろうことがよくわかりました。

以下に参加者さんのアンケート回答の一部を紹介します。

・多職種（職場）で働く栄養士さんとお話する機会は初めてだったため、いろいろと

興味が湧いた。
・仕事へのモチベーション等、沢山の知識を得ることができました。
・（グループワークから）業務（患者対応）に役立てられそうです。
・他の病院でのやり方、視点を学べてよかったです。早速実践できる事もあったので取り組みたい。
・もっと現場の方々に知ってもらう努力が必要だと感じた。
・グループワークで、栄養士としての仕事内容の違いがあることに驚きました。
・同じ栄養士として、みんなの健康のためにということがどの職場でも一番ということを改めて知り、より一層仕事場で頑張りたいと思った。
・職域は違えど悩みは共通する部分があり、話を共有できて良かったです。
・他の施設の方々との情報交換も積極的に行いたいです。
・視野が広がりました。
・仲間づくりができて良かったです。
・もっと相談したかったです。グループワークの時間が長くてもよかったと思いました。
この紙面には書ききれない量であったことを申し添えます。

研修会開始前は、ぎこちない表情で座るみなさんが、終了前の記念撮影時には柔らかな笑顔で写真に納まる様子が大変印象に残っています。会が終わってからも参加者さんが名残惜しそうに会場で和やかに話している光景が見られ、担当として嬉しく思いました。

会員の皆様、令和５年度も開催の予定です。学びの多い機会となりますので、対象者さんに広く声がけをお願いします。

外来栄養食事指導推進事業研修会報告

（公社）高知県栄養士会
副会長　伊與木 美保

高知県栄養士会では、平成２９年度より「外来栄養食事指導推進事業」を受託し、外来栄養食事指導を提供する体制の充実に向けて、栄養食事指導を担当する管理栄養士のスキルアップのための研修会を開催しています。令和４年度は、従来の栄養食事指導技術向上のための研修会に加えて、二次保健医療圏（幡多地区･須崎地区･安芸地区･中央地区）ごとに栄養食事指導に係る事例検討会を開催しました。

事例（症例）検討会では、糖尿病専門医師によるミニレクチャーと、管理栄養士が発表する糖尿病や糖尿病性腎症の症例を通して相互の実践内容を知り、圏域内のネットワーク形成と共に、顔の見える関係づくりができることを目指しました。

１．スキルアップ研修会

実施日	実施場所（参加人数）	内　容
７月３０日（土） 9:30～11：50	高知市総合あんしんセンター大会議室＆オンライン配信 ハイブリッド開催 （参加人数：７３名）	講演「糖尿病性腎症の病態と診療について」 講師　高知大学医学部附属病院 内分泌代謝・腎臓内科教授 藤本 新平 ・症例発表　高知大学医学部附属病院 管理栄養士　西内 智子

２．事例検討会

実施日	実施場所（参加人数）	内　容
１０月１５日（土） 13：30 ～ 16：00	須崎地区 須崎市民文化会館 （参加人数：８名）	講義「糖尿病性腎症の病態と診療について」 講師　高知大学医学部附属病院 内分泌代謝・腎臓内科　医師 平野 世紀 ・症例発表　大西病院　大﨑 まどか 須崎くろしお病院　國本 宏恵 くぼかわ病院　刈谷 美南
１０月２７日（木） 18：00 ～ 20：00	安芸地区 県立あき総合病院 （参加人数：９名）	講義「糖尿病性腎症の病態と診療について」 講師　高知大学医学部附属病院 内分泌代謝・腎臓内科　医師 天野 絵梨 ・症例発表　芸西病院　近藤 恵子 田野病院　山本 瑠奈、塩田 雪月 県立あき総合病院　有澤 ゆかり
１１月１９日（土） 14：00 ～ 16：20	幡多地区 四万十市立文化センター （参加人数：９名）	講義「糖尿病性腎症の病態と診療について」 講師　高知大学医学部附属病院 内分泌代謝・腎臓内科　医師 平野 世紀 ・症例発表　幡多けんみん病院　井上 那奈 森下病院　生駒 亜実 松谷病院　山本 万結
２月５日（日） 14：00 ～ 16：30	中央地区 高知城ホール （参加人数：４６名）	講義「糖尿病性腎症の病態について」 講師　近森病院　総合内科部長 浅羽 宏一 ・症例発表　高知医療センター　宇賀 春花 高知赤十字病院　川竹 千佳 近森病院　溝渕 智美

○症例検討と情報交換会のアドバイザー：講義担当医師、伊與木副会長

３.アンケート集計結果
＜回収率（回答者数）＞
スキルアップ研修会：47.2％（34名）、事例検討会：須崎地区87.5％（7名）、安芸地区88.9％（8名）、幡多地区100％（9名）、中央地区89.1％（41名）回答者総数99名
＜講演内容について＞
①大変参考になった83.8％ ②参考になった16.2％ ③あまり参考にならなかった0％
＜事例検討会について＞
①大変参考になった87.3％ ②参考になった12.7％ ③あまり参考にならなかった0％
（無記入２名）
＜今回の研修会・事例検討会についての感想・意見＞　抜粋
とても参考になる研修会でした、実際の業務に活かしていきます。講演で最新情報が聞けて良かった。医師の解説や意見がありながらの症例検討が良かった。実際の症例を通して栄養指導の方法や継続方法が聞けて良かった。症例検討会での医師の講義時間が短かった。栄養ケアプロセスのことを初めて知った、栄養診断を取り入れていこうと思う。
＜外来栄養食事指導推進にむけて今後希望する研修内容＞　集約
糖尿病の講義と症例検討会の継続（何度でも聞きたい）、糖尿病以外の疾患（高齢者の肥満やフレイル、慢性心不全、脂質異常症、痛風等）に対する今回同様の研修会、栄養食事指導のコツ（行動変容に繋げる、栄養食事指導の継続、食事内容聞き取りからの推定栄養量算出方法等）、薬物療法、運動療法、栄養ケアプロセス（栄養診断・ＰＥＳ報告）の習得、他施設との情報交換

【まとめ】
今年度の研修会は、コロナ禍の中、日程の再調整、参加人数の制限などを行いましたが、無事に終了することができました。症例発表を担当された皆様、ありがとうございました。令和５年度も引き続き計画をしておりますので、医療機関の管理栄養士・栄養士の皆様には、是非、ご協力いただきますようお願い申し上げます。

令和４年度高齢者の栄養、食の自立支援事業（県外先進地の視察）

（公社）高知県栄養士会
理事　益 実佐

令和５年２月８日「高齢者の栄養、食の自立支援事業」における先進地視察として、大阪府羽曳野市の特定非営利活動法人はみんぐ南河内認定栄養ケア・ステーションからふる（以下はみんぐ南河内）、及び大阪府富田林市の地域ケア会議に参加させていただきました。（事前に富田林市より見学の許可を得ています。）

今回の視察では、はみんぐ南河内の管理栄養士である時岡菜穂子氏から活動内容をお聞きした後、富田林市地域ケア会議（ケア方針検討会）に同行させていただきました。

はみんぐ南河内は「食べる喜びを暮らすよろこびへ～いただきますのお手伝い～」を理念に、大阪府南東部の南河内地域７～８市町村で活動されています。事業の種類は、①介護保険、障がい福祉サービス事業（居宅療養管理指導、地域ケア会議、訪問型サービスＣ（短期集中予防サービス）、地域リハ事業・一般介護予防事業）、②栄養や食事に関する教育、指導、助言、啓蒙普及活動（地域栄養ケア事業、みんなの食育講座、畑仕事、南河内食のネットワーク、在宅栄養支援の勉強会、介護食講座）の２つであり常時５名の管理栄養士が活動しています。

はみんぐ南河内の取り組みとして、【多世代型のオナカマ食べようプロジェクト】があります。内容は、オナカマ食堂の開催、オナカマフードパントリー、ＳＦＴ（Ｓｍｉｌｅ Ｆｏｒ Ｔｗｏ）プロジェクト等で、様々な相談・支援・地域住民のやりがいにつなげる場になっています。オナカマ食堂では、握力測定、栄養の話、体操、ミニ料理講習を実施後、配食弁当を試食し、さらに個別栄養相談もあります。配食弁当の試食後は「お食事チェック」があり、①お弁当の味付け、②おかずの量、③食事のかたさの３項目の設問に対し参加者がチェックを入れ、参加者自身で日頃の食事状態が確認できるようになっています。オナカマフードパントリーは、寄付された食品や、日用品を生活に困りごとがある人に配布するシステムです。ＳＦＴプロジェクトは健康志向の食品開発をし、販売、売り上げの一部がオナカマ食べようプロジェクトに寄付される仕組みになっています。販売している物の中で、１枚８０ｋｃａｌ、糖質３０％、コレステロール７０％ＯＦＦのおからサブレを試食させていただきましたが、とても美味しく満足感がありました。

また、富田林市地域ケア会議のうちの一つ「ケア方針検討会」の見学をさせていただきました。ケア方針検討会は月２回、第２・第４水曜日に開催されています。この会では通常２事例検討されますが、今回は１事例の検討でした。ケア方針検討会の流れは、①開会、②事例紹介（概要説明：担当するに至った経緯等）、③資料（提出しているプラン等）の読み込み、④補足説明や課題について（担当ケアマネジャーより説明もしくは、事業所の参加がある場合は支援の内容等を報告してもらう）、⑤専門職からの質問（事例の理解を深める）、⑥専門職からの助言、訪問型サービスＣ（短期集中予

防サービス）の必要性の検討、⑦事例提供者の感想及び振り返り、⑧閉会、となっています。構成メンバーは、作業療法士、管理栄養士、歯科衛生士、薬剤師、担当ケアマネジャー、サービス事業者、包括支援センター職員、事務局（高齢介護課）の８名です。

③の資料については利用者基本情報、支援計画書、口腔アセスメントシート、摂食嚥下アセスメントシート、興味関心チェックシートの５つで、メンバーの読み込み時間は３分間です。摂食嚥下アセスメントシートの項目の中で、①よく食べるもの、②食べやすいものを記入する欄があります。その項目は時岡氏の発案によるもので、多職種内で利用者の日常の食事内容が共有しやすいとのことで導入されたそうです。検討会において各専門職の方が、事例内容のプラン作成者の質問より、スピーディーに、的確に助言されていました。時岡氏によると会に参加した当初は、栄養に関しては重視されていなかったが徐々に栄養の理解の重要性について浸透し、現在では様々なアドバイスを求められるようになったそうです。

はみんぐ南河内の活動目的として、【地域に住むあらゆるライフステージの人々が「食」を通して生命を育み、守り、喜びを共有できること】【食に関する専門職が、専門職として、また住民として地域づくりに関わり、地域住民が、生まれた時から最後を迎えるときまで「その人らしく生きること」ができるように食支援を行う】とあります。時岡氏をはじめ、様々な人が熱心に活動されている一端を今回知ることができとても嬉しく思います。私も様々なライフステージの方々に、専門職として地道に関わっていきたいと思います。

最後に、大変お忙しい中視察を受け入れて下さった時岡様、はみんぐ南河内の方々、富田林市地域ケア会議担当の皆様、誠にありがとうございました。

はみんぐ南河内のリーフレットです。写真中央のキャラクター「はみちゃん」は時岡氏が作成したそうです。卵の形と、なわとびをしている姿で、食と運動をあらわしているとのことでした。

災害支援体制作りにむけて

（公社）高知県栄養士会
理事　島田 郁子

昨年度発行した「災害時栄養・食生活支援マニュアルVer.２」に、平常時の体制整備、災害に関する研修・訓練、会員及び地域住民への啓発、会員の勤務する給食施設への啓発は、高知県栄養士会として重要な役割である、との記載があります（語順を変えています）。高知県は東西に長く、災害発生時に交通が遮断されれば、会員の移動は復旧までできなくなる可能性が高いです。また、これまで行ってきたJDA-DATスタッフ養成研修は高知市内で実施することが多く、東部・西部地域の会員の参加が困難という状況があります。

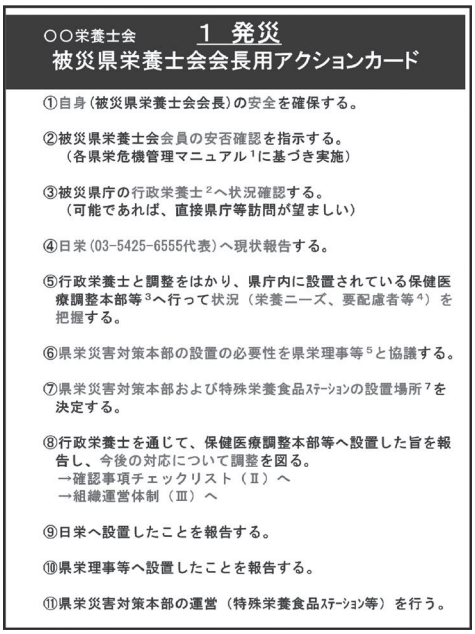
研修については、昨年度オンラインと対面のハイブリッドという形で実施し、遠方の会員の参加を促す一歩となりました。しかし、日程が合わないと参加もできないので、東部・西部でそれぞれ研修会が開催できれば、さらに災害支援体制作りにつながることが見込まれます。

これまでの支援活動から、要配慮者向けの特殊栄養食品ステーションが避難所・在宅にいる方々に、有効であることがわかっていますが、実際広い高知県において十分な活用が可能かどうか、大きな課題といえます。

これらのことから、今年度、災害支援員を、高知県の地域性を考慮して配置し、災害時の体制作り、研修企画・運営を目指すこととなりました。新谷会長、尾﨑副会長、災害担当理事の島田・十萬理事と東部は医療事業部の有澤会員、北部に髙橋理事、中央に西村会員、西部に篠田会員がメンバーです。

現在遠隔・対面で会議を行い、運営委員会の設置と規程作成、研修会の企画等に着手しています。令和５年度は東部・西部の会員が参加しやすい研修会の実施（オンラインも積極的に導入します）、県民への啓発として出前講座を実施できればと考えています。

また、災害発生時の迅速な災害対策本部の立ち上げや、会員との連携ができるよう、アクションカード（災害発生時に、どのような行動をとるべきかを表したもの）の作成も行っていきます。すでに、日本栄養士会が作成したアクションカード（右図）があるため、それをもとにして高知県版を作っていきたいと考えています。課題は多いですが、会員のみなさんに災害を身近に感じてもらい、備えていただくためにも尽力してまいります。


○○栄養士会　1　発災
被災県栄養士会会長用アクションカード

①自身（被災県栄養士会会長）の安全を確保する。

②被災県栄養士会会員の安否確認を指示する。
（各県栄危機管理マニュアル[1]に基づき実施）

③被災県庁の行政栄養士[2]へ状況確認する。
（可能であれば、直接県庁等訪問が望ましい）

④日栄（03-5425-6555代表）へ現状報告する。

⑤行政栄養士と調整をはかり、県庁内に設置されている保健医療調整本部等[3]へ行って状況（栄養ニーズ、要配慮者等[4]）を把握する。

⑥県栄災害対策本部の設置の必要性を県栄理事等[5]と協議する。

⑦県栄災害対策本部および特殊栄養食品ｽﾃｰｼｮﾝの設置場所[7]を決定する。

⑧行政栄養士を通じて、保健医療調整本部等へ設置した旨を報告し、今後の対応について調整を図る。
→確認事項チェックリスト（Ⅱ）へ
→組織運営体制（Ⅲ）へ

⑨日栄へ設置したことを報告する。

⑩県栄理事等へ設置したことを報告する。

⑪県栄災害対策本部の運営（特殊栄養食品ｽﾃｰｼｮﾝ等）を行う。

災害時食支援体制整備事業　研修報告について

（公社）高知県栄養士会
理事　十萬 敬子

12月３日（土）日本栄養士会主催の第12回リーダー育成・第７回リーダースキルアップ研修会（オンライン）に参加しました。平成30年に日本栄養士会災害支援チーム（以下JDA-DAT）スタッフ養成研修修了後、スキルアップ研修は今回で３回目の参加になります。

JDA-DATは、国内外で大規模災害が発生した場合、迅速に被災地内の医療・福祉・行政栄養部門と協力して、緊急栄養補給物資の支援など、状況に応じた栄養・食生活支援活動を通じ、被災地支援を行うことを目的としています。そのため、災害発生後72時間以内に行動できる機動性、大規模災害に対応できる広域性、栄養支援トレーニングによる専門的なスキルの習得が研修会の目的になります。

研修会では、事前にE-ラーニングでの講義と課題があり、特に課題においては、今回の参加者７名で、災害状況を想定した会員の安否状況確認、被害状況の確認や災害対策本部立ち上げの基準、被災自治体より支援要請があった場合の募集方法等について意見をまとめました。

当日は、全国から153名の参加がありました。まず始めに、事前課題について意見交換を行い、次に各都道府県と県栄との「災害時の栄養・食生活支援活動にかかる協定」の締結状況や「大規模災害時の保健医療福祉事業に係る体制の整備」、「保健医療活動チーム」の１つとして「JDA-DAT」が追加されたこと等の報告がありました。その他、今後の危機管理体制の整備においては、持続可能な開発目標（SDGs）の「目標３：すべての人に健康と福祉を」、「目標11：住み続けられる街づくりを」の体制を持続しつつ「災害時においても誰一人取り残さない栄養・食生活支援」をキーワードとして、栄養ケア・ステーション等とも連携し、より発展させることの重要性を学びました。

次に「人吉・球磨地域の水害における避難所での栄養・食生活支援について」熊本県での実際の活動内容（フェーズ０～２）について報告がありました。実際の経験を通して活動をする上で重要なことは、①被災者の食の自立を促すことを意識する。特に要支援者向けの備蓄推進が重要。②日頃から災害・防災対策に関わり、災害時に栄養士がどのような能力を発揮できるのかを伝え、理解者を増やしておく。支援を受けるには、行政栄養士自身が動ける体制を整備しておく。③平常時から受援体制をしっかり検討しておく。支援を受けるには行政栄養士がマネジメントできる状態を作っておくことを学びました。

事例検討からは、アクションカードを活用した、①避難所巡回（提供食の把握と支援、衛生管理の把握と助言等）、避難所食事状況調査票の記載・活用方法、②要配慮者の支援被災者健康相談票を用いた記載・活用方法、③要配慮者の支援について県栄ごとで検討後、全体で共有しました。

最後に、今後の活動において重要なマッチングシステム「Dims（Dietitian

Matching System)」の操作方法について学びました。このシステムは自治体からの支援要請後、県栄ごとで情報を一括管理することが可能となるため、システム操作の習得は必須となります。

今回の研修会を通して、実際の現場をイメージすることができ、チームで意見交換を行うことでさらに学びを深めることができました。今後も微力ながらJDA-DATメンバーとして活動していきたいと思っています。

栄養ケア・ステーション事業のご紹介

（公社）高知県栄養士会
栄養ケア・ステーション担当理事
久武 啓子
大坪 豊寿

高知県栄養士会では栄養ケア・ステーションの活動を主軸として、妊娠期から高齢期まで、県民の栄養改善や生活習慣病予防、血管病の重症化予防対策、介護予防、災害時食支援体制整備事業に取り組んでいます。

高知県栄養士会の栄養ケア・ステーション以外の活動では、認定栄養ケア・ステーションが２カ所と機能強化型認定栄養ケア・ステーションが１カ所あり、情報交換などをして連携しています。

今回は高知県栄養士会の栄養ケア・ステーションの事業について紹介させていただきます。現在、登録している管理栄養士・栄養士は６１名います。

事業内容としては特定保健指導の個人契約（市町村職員共済組合・四国銀行健康保健組合）や集合型契約があり、昨年の実績は約４００件です。

他には地域ケア会議への出席、外来食事指導推進事業、高齢者の栄養・食の自立支援事業、健康料理教室や介護予防講座、一般事業所からの食品栄養成分の計算、献立作成と高知県下の乳児期から高齢期までの多種多様な依頼に対応しています。

課題としては高知市以外の登録者数が少ない、登録者の中には仕事をしている会員もいるので活動に制限がある、業務量も依頼数が一定ではないので、毎月一定額の収入を約束できないなどがありますが、栄養ケア・ステーションが会員の皆様のキャリアを活かせる場所でもあります。

登録したいけれど、出来るのかどうか不安な方もいらっしゃると思います。

そのような方は、研修会の開催や講演や実習の様子を見学することもできますので、ご興味のある方は詳細について高知県栄養士会に是非ご連絡下さい。

また、日本栄養士会では「認定栄養ケア･ステーション」の設置を勧めています。「認定栄養ケア・ステーション」とは、地域の皆さまが栄養ケアの支援・指導を受けることができる地域密着型の拠点として日本栄養士会から認定されている施設のことです。

全国に４００件以上の「認定栄養ケア・ステーション」ありますが、高知県下にはまだ３件しか設置されていません。

地域に密着した管理栄養士・栄養士の姿を県民に示していくためにも、開設を考えてみませんか。

診療報酬と栄養士のあり方

医療事業部
（公社）高知県栄養士会　理事　宮島 功

すべての医療行為には診療報酬が定められており、診療報酬は保険医療機関等が行う診療行為やサービスに対する評価として公的医療保険から保険医療機関等に支払われます。医療の分野で働く管理栄養士・栄養士も例外ではなく、管理栄養士が行う栄養食事指導に対しても診療報酬が定められています。また、入院中の患者に提供する食事に関しては、入院時食事療養費として、1食ずつ診療報酬が定められています。2年に一度、診療報酬の改定があり、診療報酬の内容や点数が見直されます。そのため、病院で働く管理栄養士・栄養士の業務は、診療報酬によって大きく変化します。

少し時代を遡ると平成18年度に栄養管理実施加算が算定可能となりました。入院患者に対して栄養管理計画を作成し栄養管理を実施することで1日につき12点が加算されます。初めて病棟で管理栄養士が患者に対して栄養管理を実施することに対して認められた加算です。その4年後の平成22年度の診療報酬改定にて、栄養サポートチーム（以下、ＮＳＴ）加算が算定可能となりました。ＮＳＴによる介入に対しての診療報酬はかねてより期待されていたため、多くの病院の管理栄養士にとって嬉しい改定でした。ＮＳＴ加算の要件は、専任医師、看護師、薬剤師、管理栄養士がチームを形成し、週に1回の栄養カンファレンスと回診を実施することで、週1回200点が算定できるようになりました。

大きな転機は、平成30年度の診療報酬改定にて、回復期リハビリテーション病棟の患者の栄養管理を充実させるため、同入院料1を算定する病棟では専任の常勤管理栄養士を1人以上配置することが努力義務とされました。病棟での管理栄養士の配置を求められることは初めてでした。その後、令和2年度には急性期病院にて早期栄養管理実施加算の算定が可能となりました。集中治療室10床に対して1名の管理栄養士の専任が必要となり、入室48時間以内に栄養が開始となった場合、1日につき400点が7日間算定可能となりました。この加算では、栄養管理業務は管理栄養士が行い必要な時は医師、看護師と連携することが求められており、実質栄養管理業務は管理栄養士が実施するということが要件とされています。さらに、令和4年度には、特定機能病院において入院栄養管理体制加算、さらに周術期栄養管理実施加算が新設されました。特に入院栄養管理体制加算は各病棟に専従の管理栄養士の配置が求められています。

ＮＳＴの管理栄養士はチームの一員であり、栄養管理の主役ではありませんでした。その役割もチーム内で情報提供であり、栄養管理はチームで実施するものでした。しかし、時代は変わり今では栄養管理の主役は管理栄養士であり、管理栄養士が中心となり自律自働して栄養管理を行う時代になったと感じています。診療報酬の歴史から、医療における管理栄養士・栄養士のあり方、役割が変化していることがよくわかります。次回の診療報酬改訂は、令和6年度です。今後、診療報酬改定の内容を確認しつつ、自身が行うべき業務を見定めていきたいと思います。

家庭内備蓄の普及啓発について

公衆衛生事業部
高知市保健所　山下 鈴子

高知市では、新型コロナウイルス感染症の自宅療養開始に伴い、自宅療養者に栄養に配慮した食品を提供するため、食品の選定や個別の聞き取り等を栄養士が担当しました。

提供食の分類は「高知市災害時栄養・食生活支援活動マニュアルＶｅｒ.１」の「提供食分類表」を基に、主食・主菜・副菜・嗜好品・飲料の７日分とし（現在は療養期間が短縮されたため４日分を提供）、基本食、やわらか食、子ども食、離乳食、アレルギー食の５種類とし、より個人に適した組合せを提供するため、基本食以外は栄養士が個別に聞き取りしています。提供する食品の選定については、高知県栄養士会に助言と具体的な提案を依頼し決定しました。高知県栄養士会の関係者の皆様には、あらためてお礼申し上げます。

栄養士が関与し、主食・主菜・副菜を組み合わせることで、目標とする栄養量に近づけることはできましたが、レトルト食品や缶詰は食塩相当量が多いこと、副菜となる野菜を中心とした食品が少ないこと、個々の嗜好に対応した食品の準備はできないこと等、対応の難しさを感じました。やはり、個人の状況に応じた食事の確保には、平時からの家庭内備蓄が重要であると再認識しました。

高知市における家庭内備蓄の状況は、令和３年市民意識調査では全体で４６.０％との結果になっています。また、平成３０年高知市食育に関するアンケート調査では、主食や副食まで備えている人は成人全体の４割に満たない状況です。

備蓄の必要性や内容の充実の啓発については、高知市食育推進計画でも「災害に備えるための取組」として取り上げ、啓発しているところですが、今回、提供した食品の組み合せをもとに、具体的な食品名や目安量を示した家庭内備蓄のチラシを作成しました。これを見ることで、大人１人１週間分の食品として何をどれだけ準備しておけばよいかイメージしやすくなったと思います。

現在、イベント、地域での防災会の会合や講習会等で配布し啓発を行っています。自然災害や感染症等の療養生活等で食に困る市民の方が１人でも少なくなるように、啓発を進めていきたいと考えています。

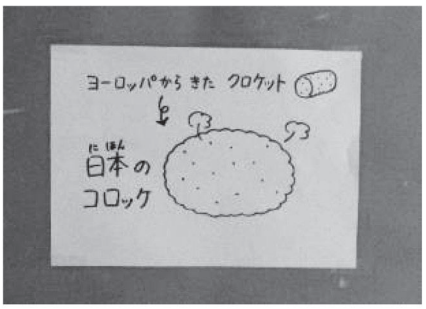
文字に頼らない指導資料作成の取り組み

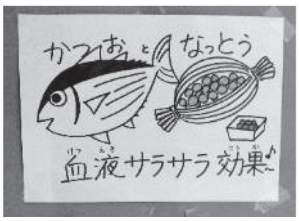
学校健康教育事業部
高知特別支援学校　栄養教諭　北村 真知子

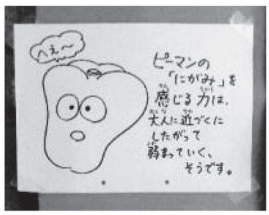
栄養教諭は、子どもたちの生涯にわたる健康を願い、食事の在り方を体得するための支援を日夜続けています。給食管理と栄養指導を両立させ、その子どもに合った自己管理能力を育成することが目標です。

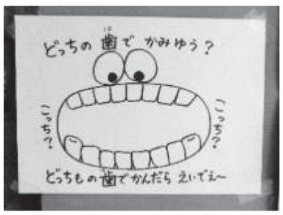
私は知的障害特別支援学校の勤務が２０年以上になります。今も試行錯誤の毎日ですが、これまでを振り返ると、何事につけ言葉による説明が多いと感じます。

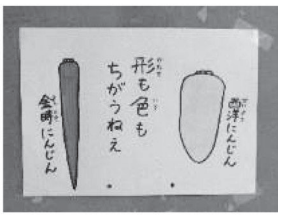
給食室近くの何も貼っていない場所を見ながら、（ここに給食にまつわる絵を描いて貼ってみよう）と思い立ち、試しに始めました。その日の給食にまつわることをテーマに、絵を描きます。一言を添えて完成です。いくつかを紹介します。











日々の指導資料を毎日発行していますが、その中でも特に強調したいことを、「目に飛び込んでくる」を目指して描きます。

もともと絵を描くのが好きで、各種お便りには挿絵を描いてきました。ただ、中心は文章であり、絵は理解を深めるための補助的役割のように感じてきました。思い付きで始めた試みですが、本校の子どもの中には、私の訴えをより感じ取ってくれる人がいるかもしれないと考え始めています。

自分自身が楽しんでいます。これには驚いています。続けられるか不安でしたので宣伝をしていませんが、これからは注意喚起をして、食の学びの一つにしたいと思います。

本学の特徴ある科目「口腔ケアと栄養管理」を地域活動に生かして

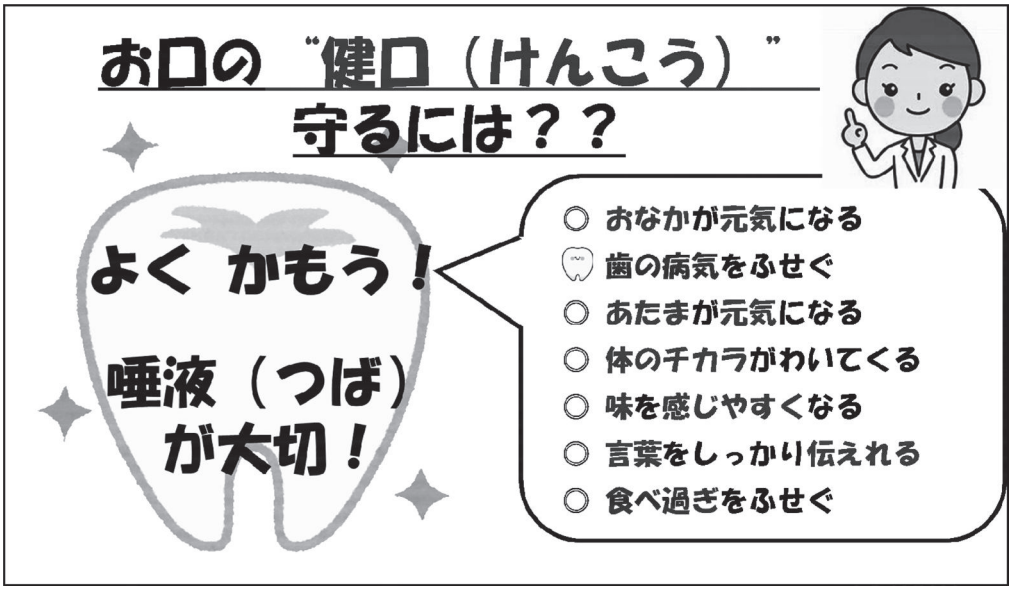
研究教育事業部
高知学園大学健康科学部管理栄養学科
渡邊 慶子、三宮 章香

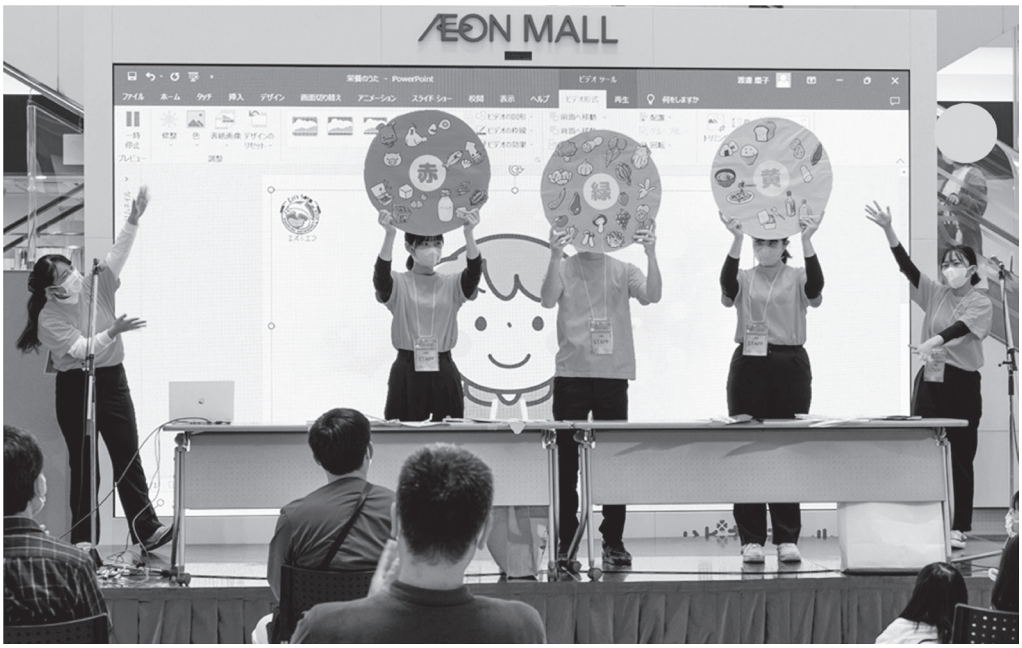
高知学園大学は令和２年度に、健康科学部管理栄養学科、臨床検査学科の２学科を開設し現在に至ります。大学を開設するに当たり、学部共通科目としてチーム医療を重視し、「チーム医療概論」や「地域医療概論」、「地域包括ケアシステム論」などの科目を開講し、２学科が共に学び、チーム医療における知識や技術が学べるようになっています。更に管理栄養学科３年生では、プロフェッショナル科目として、「がんと栄養療法」「病棟栄養管理学」「口腔ケアと栄養管理」など他大学にはない特徴的な科目を設定し、より専門性の高い知識と技術を習得し卒後の実践力を備えた管理栄養士を育成しています。

本学の特徴ある科目として「口腔ケアと栄養管理」についてご紹介させて頂きます。近年、高齢者のフレイルが健康寿命延伸に関わる大きな課題となっています。日本人の食事摂取基準２０２０年版でも高齢者の低栄養・フレイル防止を目的とした策定方針が示されています。口腔機能が低下している（オーラルフレイル[*1]）者は、低下していない者と比較して、身体的フレイル[*2]、サルコペニア、要介護状態、死亡の新規発生リスクがそれぞれ２倍以上高いという報告がされています[*3]。オーラルフレイルとは、日本歯科医師会により「老化に伴う様々な口腔の状態（歯数・口腔衛生・口腔機能など）の変化に、口腔健康への関心の低下や心身の予備能力も重なり、口腔の脆弱性が増加し、食べる機能障害へ陥り、さらにはフレイルに影響を与え、心身の機能低下にまで繋がる一連の現象及び課程」と定義されています。「口腔ケアと栄養管理」の授業は、本学の短期大学に設置されている歯科衛生学科の教員により、歯科口腔の仕組みと全身状態との関連について理解し、口腔ケアと摂食・嚥下機能評価による食形態と食支援などにおける栄養管理を学ぶ授業となっています。

今回、管理栄養学科３年生の学生が、本授業を受講して得た知識を生かして「歯っぴいスマイルフェア2022」に参加し、「栄養と健口をつなげよう」というタイトルで、子供から高齢者までを対象に口腔ケアと栄養の大切さについて、歌やクイズなどでプレゼンテーションを行い、地域活動へとつなげました。現３年生は令和２年度入学時より、新型コロナウイルス感染症の流行により、様々な行動制限を強いられ、校外活動などもできない状況を過ごしてきました。３年ぶりに開催された「歯っぴいスマイルフェア２０２２」というイベントに参加できたことで、学生は卒業後、管理栄養士として地域貢献への関わりについて学ぶ良い機会となりました。

参考文献
*1）Tanaka T, Takahashi K, Hirano H, Kikutani T, Watanabe Y, Ohara Y, Furuya H, Tsuji T, Akishita M, Iijima K.
*2）Oral Frailty as a Risk Factor for Physical Frailty and Mortality in Community-Dwelling Elderly.
*3）J Gerontol A Biol Sci Med Sci. 2018 Nov 10;73(12):1661-1667.





自衛隊給食について

勤労者支援事業部
陸上自衛隊高知駐屯地　重松 奈央子

陸上自衛隊のエネルギーの基準は3,000kcalです。有事を想定した訓練等を日々行っているため、自衛官の消費エネルギーは一般の成人男性に比べて高いのが特徴です。そして、エネルギー基準及び各栄養素の基準を満たすために、各駐屯地に所属する栄養士が限られた予算の中で365日、朝・昼・夕の3食の献立を作成し、隊員に給食を提供しています。

駐屯地で生活している隊員（営内者）にとって、給食は楽しみの1つでもあります。そこで給食のマンネリ化を防ぐ為に、毎月新献立や希望献立を取り入れる等の工夫を行い、給食に対する満足度を高めることに各駐屯地の栄養士は日々奮闘しております。自衛隊給食で有名なのは、海上自衛隊のカレーでしょうか。最近では、航空自衛隊の空上げ（唐揚げ）も知名度を上げてきています。陸上自衛隊も負けてはいられません。令和2年度、陸上自衛隊全体の取り組みとして、陸自飯グランプリが開催されました。陸自飯グランプリとは、ラーメン・肉料理・丼・ご当地グルメの4部門に、全国の駐屯地が提供している給食の中からそれぞれの部門にエントリーし、国民が投票して各部門のグランプリを決めるイベントでした。高知駐屯地からは、味噌カツラーメン・高知チキンナンバン・土佐ちりめん丼・カツオタタキをエントリーしました。惜しくも上位に入ることは出来ませんでしたが、全国の駐屯地の個性的なレシピを知るきっかけになりました。陸上自衛隊の公式サイトで、エントリーしたメニュー全てのレシピを見ることが出来るので、是非ご覧頂ければと思います。現在、高知駐屯地でも毎月1回、陸自飯グランプリにエントリーしていたレシピを給食に取り入れて提供しています。食後、隊員に実施してもらう嗜好調査でも「美味しい」と高い評価を得ています。

陸自飯グランプリの他にも、陸上自衛隊中部方面隊の取り組みとして、令和3年度にはデザート甲子園、令和4年度にはダイニング甲子園がそれぞれ開催されました。甲子園献立は、書類選考されたレシピを実際に各駐屯地で提供し、食味評価の結果、頂点が決まるという内容でした。どの駐屯地のレシピも趣向が凝らされており、隊員の興味が沸く献立ですが、調理の作業量が若干増える為、作業量にも配慮した献立を作成するように心がけました。

全ては隊員の笑顔の為に！をモットーに、そして、隊員自身もただ何となく出されたものを食べるのではなく、「また食べたい。」「次はこれが食べたい。」と給食に興味を持ってもらえるメニュー開発に、今後も取り組んでいきたいと思います。

今の私にできる寄り添いかた

地域活動事業部
佐田 瑞記

コロナの影響で、黙食や孤食など食生活を取り巻く社会環境は大きく変化し、今までにないストレスを感じている方も多いのではないでしょうか。

私は現在フリーの栄養士として活動しており、令和３年１１月より高知市地域包括支援センターからの依頼で、「みんなで取り組む栄養改善運動－食べて延ばそう健康寿命」と言う事業に関わっています。これは、いきいき百歳体操の会場での４回コースの栄養改善活動、栄養相談です。

初回は栄養改善が老化予防・介護予防につながるという講話をし、日頃の食事を思い出し、チェックシートに〇を付けてもらいます。２～４回目は栄養士がチェックシートの内容に目を通し、コメント欄に一言添えます。短時間でフィードバックすることが求められるため、記入内容を見ながら普段の食生活や趣味の話などを通し、できるだけわかりやすい言葉で話をするように気をつけています。高知市内でもそれぞれに地域色があり参加者の質問も様々です。

言葉で伝えにくいことは食品のパッケージや実物を持参して視覚的に理解してもらうよう心掛けています。栄養相談をしつつ、その方の身の回りの話に耳を傾けることも少なくありません。

また３年前からは高知市内の福祉作業所で生活支援員として勤務しています。そこでコーヒーインストラクターの資格を活かし、コーヒー焙煎や食事介助を行っています。聴力の非常に優れた利用者さんにはコーヒー焙煎時のハゼ音を知らせる係を担当してもらい、違いを見分ける能力に優れた利用者さんにはハンドピックの豆選別作業をお願いしています。

コロナ禍で会話やレクリエーション活動も制約されていますが、昼食時間になると皆、テンションが上がり楽しそうにしているので、食事が利用者さんにとって一番貴重な時間のようです。昼食時の食事介助では咀嚼、嚥下、やけどに気を付けながらサポートし、全盲の方にはクロックポジションで食事の説明をします。食事を通して想像することや楽しさを感じてもらいたいので、色や香り、季節の食材も伝えています。

ふたつの働き方を紹介しましたが、栄養士のスキルを活かし他の分野でも活動できるのは、周囲の理解や協力があってのことです。

これからも栄養士として、人に寄り添った活動ができるよう努めて参ります。

栄養マネジメント強化加算について

福祉事業部
特別養護老人ホーム　土佐清風園　髙橋 佐枝

当施設は南国市にある入所８０名の特別養護老人ホームです。１階と２階で３つのグループに分かれており、季節の名前が付いています。１階は春グループ２９名、２階は夏グループ２６名と秋グループ２５名、平均介護度は４.３８（令和４年１２月１２日現在）となっています。男女の比率は、男性約２０名・女性約６０名で、年齢構成は６０歳代が３名、７０歳代が９名、８０歳代が３４名、９０歳代が３０名、１００歳代が４名です（令和４年４月１日）。その他、短期入所８名、デイ２５名、平日の昼に配食サービスを約５食と、第１・３週の水曜日の昼にも配食を約２０食行っています。４年ほど前から療養食加算を取り始め、食種は、常食、減塩食、腎臓病食、糖尿病食、脂質異常症食、貧血食、肝臓病食、潰瘍食を提供しています。食事形態は、並菜が３～４名、きざみ菜（一口大）が約３０名、ミンチ菜（極きざみ）が約２０名、ソフト食（ゼリー菜）が約２０名、ミキサー菜（ペースト菜）が６～７名で、経管栄養（胃瘻）は４名です。以前と比べると、ミンチ菜・ソフト食の方が増え、並菜の方は一桁になっています。

厨房は、人員が足りているとは言えないながらも、なんとか直営を続けられています。職員不足で今まで何回も委託や調理済み食品使用の話が出ていましたが、ありがたいことに人の繋がりに助けられてきました。現在の職員数は、常勤管理栄養士１名、パート管理栄養士１名、常勤栄養士１名、調理員６名、調理パート４名です。栄養マネジメント加算等の見直しが行われ、栄養マネジメント強化加算の基準・算定要件の人員配置について（管理栄養士を常勤換算方式で入所者の数を５０〈施設に常勤栄養士を１名以上配置し、給食管理を行っている場合は７０〉で除して得た数以上配置すること）とのことで、今年度より管理栄養士１.２名以上の人員配置の体制をつくり、栄養ケアを中心に栄養管理の充実を目指して進めています。

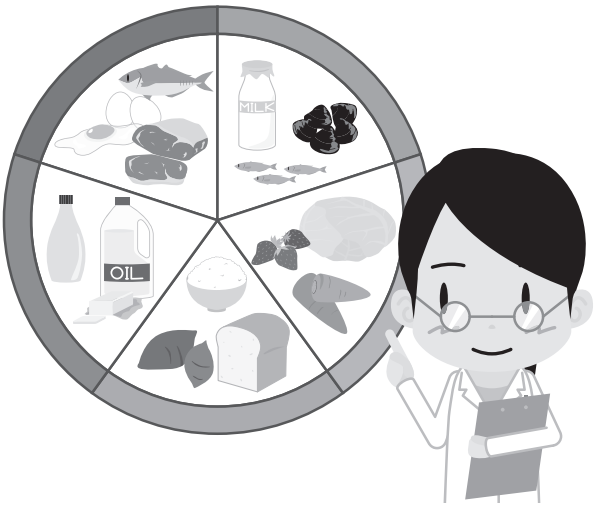
介護事業のソフトは施設（全体）でありますが、栄養課のみ、それとは別に２つの栄養ソフトを入れています（①献立、発注・納品処理、食事箋入力、食数管理等、②栄養ケア）。ＬＩＦＥ開始前の栄養ケア入力（多職種）は、別にＥｘｃｅｌで作成した表に看護職員・介護職員に入力してもらったものを自分でコピーし、栄養ソフトに貼り付けていました。看護職員は職員１名当たり、それぞれのグループ２５～３０名担当のため、途中からはＥｘｃｅｌを使わず、直接、栄養ソフトに入力してもらうように依頼しました。

ＬＩＦＥ開始は令和３年７月。開始にあたって近隣の事業所や知り合いの管理栄養士に電話しましたが、まだ加算を取るという施設は少なく、人件費の問題や調理員不足でＬＩＦＥまで対応ができないという内容も聞かれました。栄養ソフト会社と連絡を取り、オンライン研修を受け資料を見ながら、やり方を考えていきました。まず、画面（スクリーニング）をＬＩＦＥ関連加算に対応できるように修正してもらいました。修正費用がいくらかかかりましたが、加算を取るためには仕方ないと考えました。無

くなったり、追加になったり、入力する項目も増えたりしたことから、以前のようなＥｘｃｅｌからのコピー、貼り付け作業をしていては間に合わないため、介護職員にも直接入力をしてもらうよう交渉しました。各グループ数名の職員から始め、立ち合って確認し、やり方を覚えた職員が他の職員に教えてくれました。最初の頃は操作を間違えて、それまでに入力していたデータが消えることもありましたが、職員も少しずつ慣れていき、今ではデータが消える回数は減少しました。

低栄養のリスクレベルは、現在は高リスク：約５名、中リスク：約５５名、低リスク：約２０名で、低ＢＭＩ・低アルブミン値の方が増えています。栄養補給の状態（食事摂取量）については、それまでの介護現場にある食事チェック表が「主食・副食」だったのを、「主食・主菜・副菜」に項目を追加してもらいました。摂取量や体重等、課題が出てきた時には、担当者会、又は、朝礼後にミニカンファレンスを行い、それぞれの立場から意見を出し合い皆で検討しています。一定期間経過観察を行い、必要に応じて内容を再検討し、ミールラウンドの際にも他職種が状態変化を教えてくれるので、記録に残しています。入所者の生活・食事では色々なケースがあり、他職種からの情報も得て進めていますが学ぶこともまだまだ多くあります。

多職種協力のもと作成したデータを３ヶ月に１回、担当者会の時に送信、その他、新入所者・計画書変更があった場合も送信、結果、毎月２０～４０名分を翌月の１０日までに送っています。「これで合ってる？」「とにかく１０日までに送らなくては！」と思いながら、自己流のやり方でＬＩＦＥ開始から１年以上が過ぎましたが、フィードバックを見ても、「数字が並んでいる。」という感想で、個別の対応にどう繋げていけばいいか分からないままでした。令和３年１０月１６日にあんしんセンターで福祉事業部の情報交換があり、参加していた方達に聞くと、参加人数の半分以上がＬＩＦＥ関連加算を取っているとのことでしたが、同じく迷いながらやっているという話もあり、互いのやり方や新しい内容の情報交換ができ、また新たな人との繋がりもできました。食べる楽しさ、時には苦しさもあるかもしれませんが、無理はせず、食事面から低栄養状態の改善をサポートしていけるよう、フィードバック情報も活用し、サービスの提供に取り組んでいきます。



調　査　報　告

令和４年度高知県栄養士会 福祉事業部実態調査報告

（公社）高知県栄養士会
理事　宗石 依里子

１．調査の趣旨

介護保険施設の現状把握（加算の取得状況や人員基準等）を目的に２年に一度の割合で実施している。

２．調査の概要

・対象　高知県下の介護保険施設（特別養護老人ホーム：特養、老人保健施設：老健、介護医療院：介護医、介護療養型医療施設：療養型）

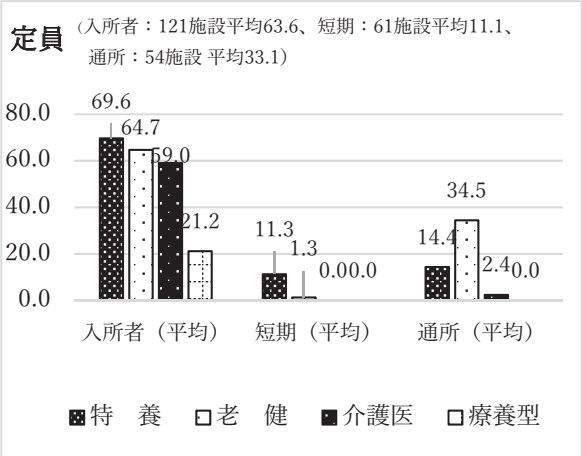
・期間　令和４年８月11日～９月30日

・調査依頼施設数　135施設（特養：65、老健：30、介護医：33、療養型：7）

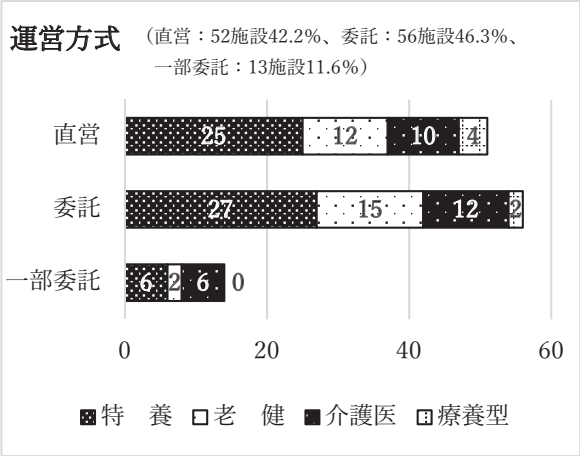
回答施設数　121施設　回収率　89.6％

３．調査結果

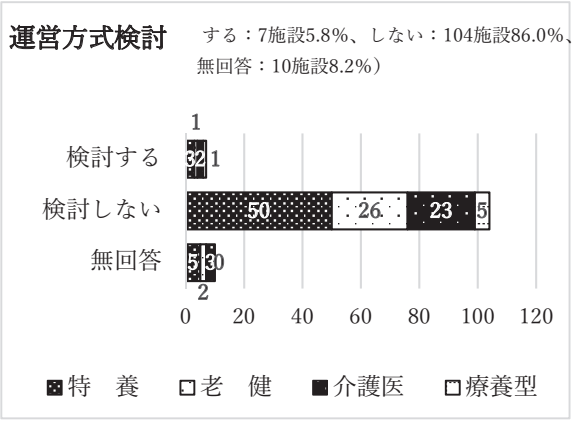
【定員数について】



【給食の運営方式について】



【給食の運営方式について】



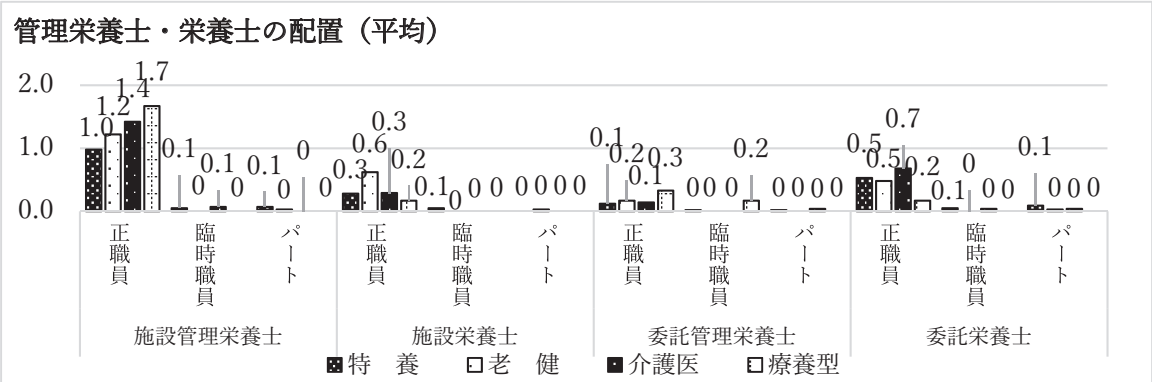
《検討する理由》（直営）人員不足(2)

《検討しない理由》

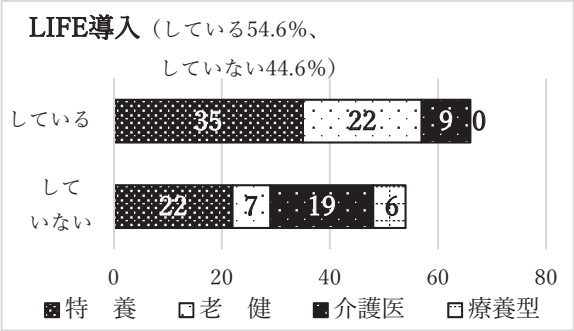
（直営）業者より直営に戻した．人員が足りている為．調理員の減少が少ないため．運営費で却下された．理事長の考え．直営の味維持．法人の方針．保留だが人員不足

（委託）現状維持(2)．調理員確保困難．委託は災害時の対策強化ができる．変更するには正職員雇用は資金的に困難．折り合いがついている．特に問題なく安全に提供できている．指名業者．再加熱調理機器の導入．地元の業者

【施設の管理栄養士・栄養士の配置について】



【ＬＩＦＥ（科学的情報システム）の導入について】

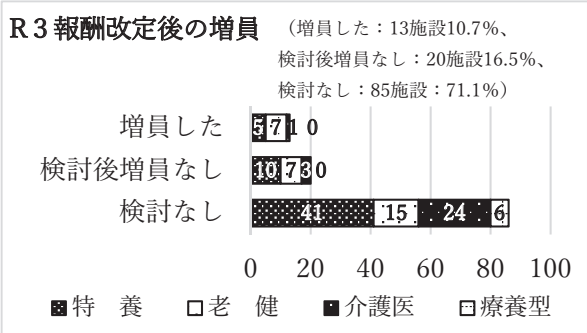


導入時期：令和３年(49)．令和４年(10)．記載ない施設(6)

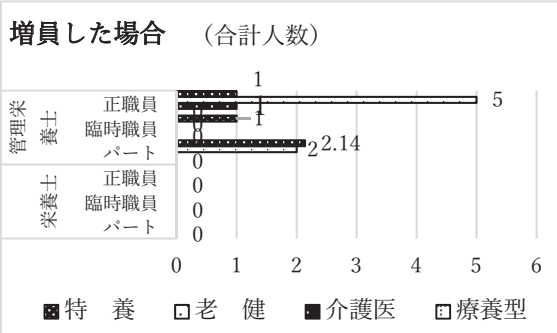
ソフト名（記入分）：ほのぼの NEXT(15)．ワイズマン(7)．ウインケア(3)．CAREKARTE(3)．メディカロリー(2)．福祉見聞録(2)．MALL3(2)．その他(6)

導入していない理由：導入検討中(4)．準備中(2)．管理栄養士不足(2)．準備が整っていない．加算の取得状況をふまえて．設備面問題のため．人員不足．新規導入のための時間不足．業務が追い付いていない．環境の問題．委託だから．ネット環境が栄養管理部にない．体制が整っていない．必須性を感じてないから．R4，12 月導入予定．病院の方針

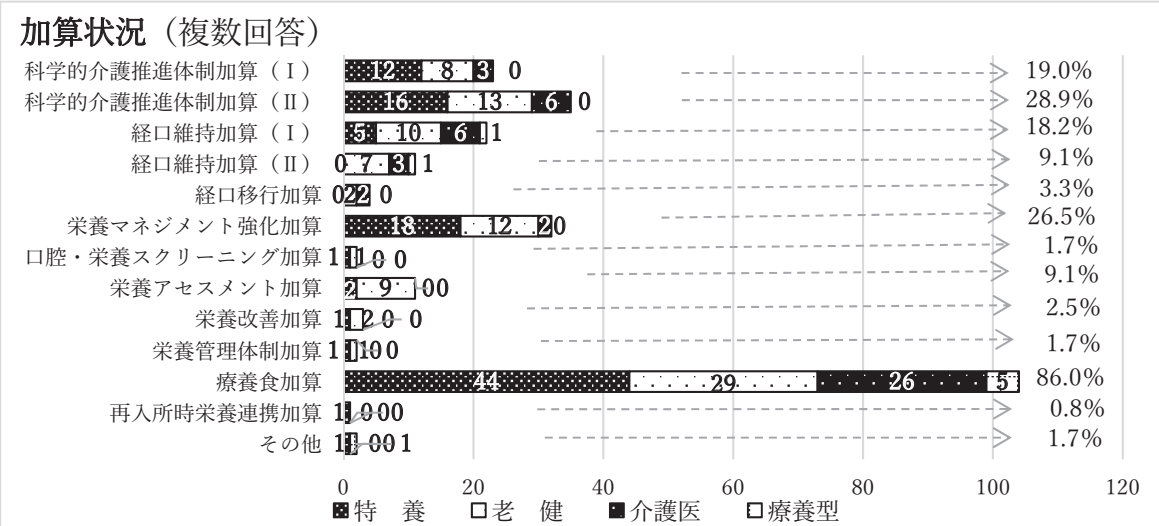
【令和３年の介護報酬改定後、増員人数について】



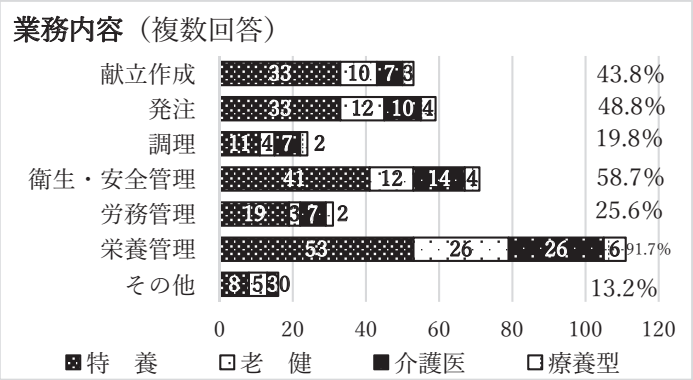
【増員した場合の人数】



【加算の取得状況について】



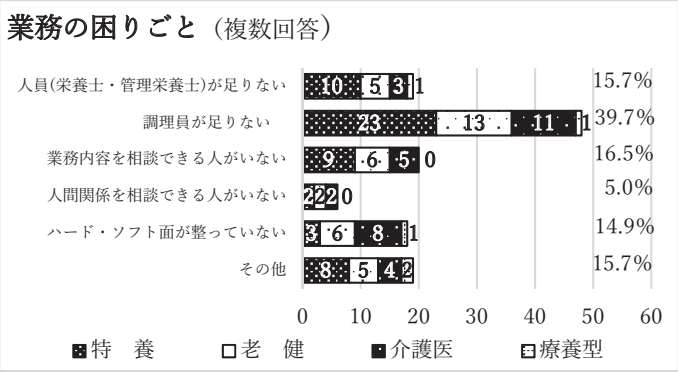
【主な業務内容について（複数回答可）】



その他:

LIFE. 協働. 施設運営管理. 厨房設備管理. 施設設備の維持. 病院との兼務をしている. 委託業者との連携・調整等. 献立監修. 一部献立作成（個人対応・代替等）・一部発注（経腸栄養剤、消耗品など）給食管理. 盛り付け・洗浄. 請求管理. 受付や電話番. 事務補助・雑務. 全業務

【業務の困りごと】



※厨房業務をする時間　週の延べ時間（26 施設記入で合計 314.5 時間）

1～4 時間(10). 5～10 時間(5) . 11～20 時間(6) .

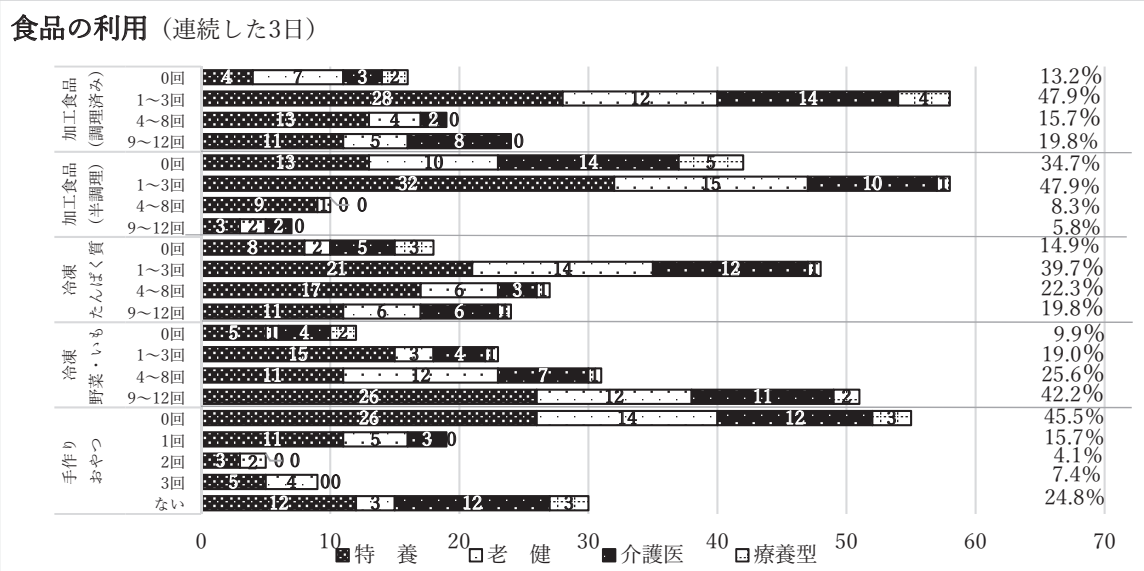
21～30 時間(4). 30 時間以上(1)

その他: 特になし（6）. 調理員の高齢化（2）. 事務.現場を行ったり来たりで落ち着きがない.発注. 厨房管理業務. 栄養マネジメント強化加算の週 3 回以上のラウンドの調整が難しい.見たい人をじっくり見られない. （ソフト・ハードが)整っていても一人なので使いこなせない. 給食管理や栄養ケアマネジメントで仕事がなかなか片付かない. 雑務対応. 電話対応等の雑用が多い. 委託のため直接的影響はないが大変な様子. 調理師教育・調理員の介護食に対する理解度が低く、適切な食事が提供できていない

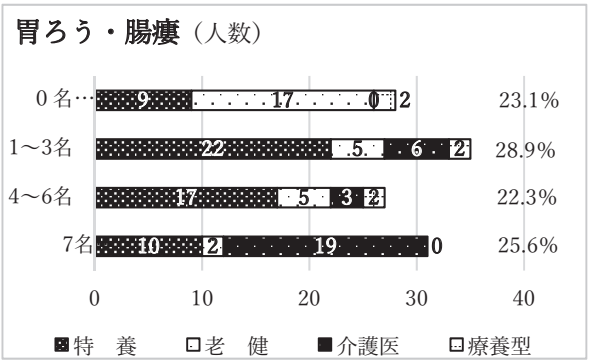
【常食（普通食）を対象として食事の提供にあたり利用しているもの】

※調理済み食品とは、そのまま提供したり、解凍や加熱のみで提供できるタイプのもの。
　半調理済み食品とは、冷凍コロッケ等途中までの調理が済んでいるタイプのもの。

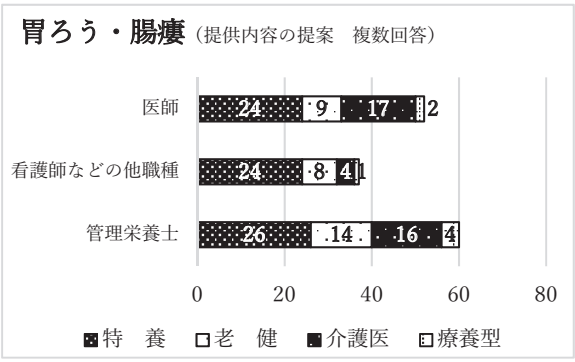
※①から④の数え方（１食にその食品を使用している場合に１回と数えます。）



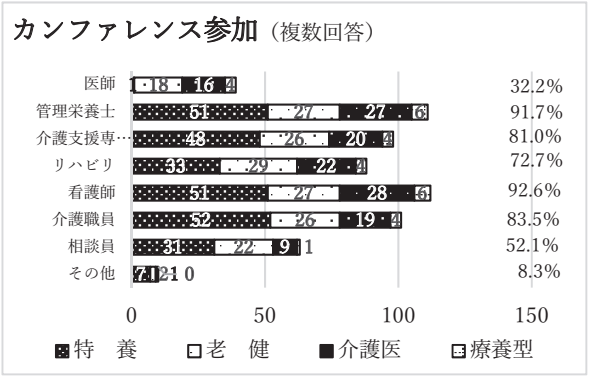
【胃ろう・腸瘻の利用者について（入所者のみ）＊現時点での利用者の人数】



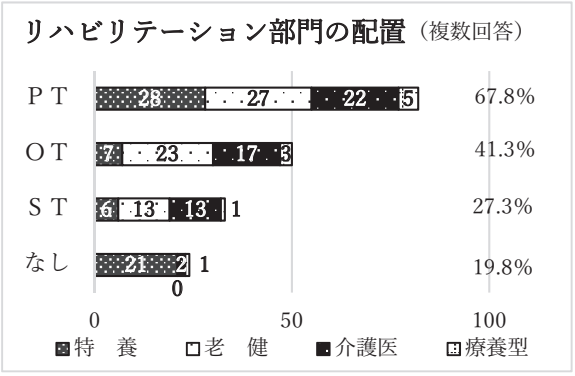
【胃ろう・腸瘻の利用者について（入所者のみ）経腸栄養剤や水分の提供内容の提案】



【栄養カンファレンスへの他職種の出席】



【リハビリテーション部門の配置】



【考察】

今回の福祉事業部の調査については、会員と会員以外の全施設に協力を依頼して、８９.６％と高い回収率となった。高知県の福祉施設の実態にかなり近い結果になったと思われる。

給食の運営方式としては、直営と委託がほぼ同数であるが、一部委託も１割となった。管理栄養士の配置は、医療度が高いほど配置人数が多く、特養正職員は２名配置の施設もあるが０名の施設も複数あった。令和３年度介護報酬改定で、栄養マネジメント強化加算が開始となったが、入所者に対する管理栄養士の配置人数の不足や環境面の整備ができておらず加算が取れない状況もみられた。増員を検討していない施設も多く、増員した施設を含め２７％の加算取得率であった。しかし、業務の内容や困りごとの結果から栄養士や調理員の不足から業務量が増えて負担になっている様子がみられる。調理に入る週延べ時間を記入した直営・一部委託の２６施設のうち２１～３０時間が４施設、３１時間以上が１施設と非常に長い時間を占めている結果となった。人員不足から調理済み食品の使用や洗浄の必要のない冷凍素材の使用も多いと考えられる。リハビリ職員は８割ほど配置があるが、ない施設も２割ほどあり、その多くは特養であった。

紙面の関係上、調査結果は以上となるが、ホームページでは違う面から調査を集計した結果も載せており、興味のある方はみていただきたいと思う。

最後に、本調査に協力をいただきました福祉施設の皆様に感謝を申し上げます。

フレイル予防のための「高知の食材を使った低栄養予防レシピ」の活用について

高知県健康政策部　保健政策課

県では、「県民の誰もが住み慣れた地域で、健やかで心豊かに安心して暮らし続けられる高知県」の実現を目指して第４期「日本一の健康長寿県構想」を策定し、３つの柱を設定して対策を推進しています。その一つ「健康寿命の延伸に向けた意識の醸成と行動変容の促進」では、心身の機能の低下を防ぐフレイル予防の取組を進めています。フレイル予防のためには、バランスの良い食事の摂取や口腔機能の維持が重要となります。

また、本県では、低栄養傾向（ＢＭＩ２０以下）にある６５歳以上の高齢者の割合が男性１６.７％、女性２１.１％と全国より高い状況です。（平成２８年県民健康･栄養調査）

こうした状況を踏まえ、栄養の面からフレイル予防を推進していくために、貴会及び関係機関のご協力をいただいて「低栄養予防レシピ」を開発しました。

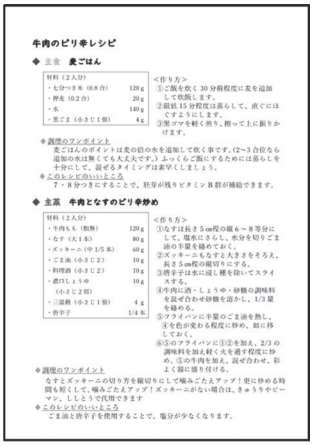
レシピ開発にあたっては、高齢期に必要なたんぱく質が十分摂取できることや、よく噛んで食べることができるよう噛みごたえのある食材や調理方法とすることに加え、高知県の地域食材を取り入れたレシピにするよう工夫しています。

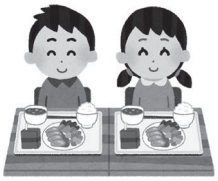
また、地域の通いの場等においても活用していただけるよう、１食あたりの栄養量を設定し、栄養バランスを整えた献立としています。

このレシピは高知県のホームページに掲載しておりますので、会員の皆さまには日ごろの活動等で積極的にご活用いただくなど、フレイル予防の取組への引き続きのご協力をよろしくお願いいたします。

◆高知県ホームページ
URL:https://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/131601/2023011900105.html

◆低栄養予防レシピの表紙と献立１例





食育・学校給食の取組について

高知県教育委員会事務局　保健体育課

地場産物活用に向けた取組

学校給食の献立に地元産、県内産の食材を積極的に取り入れた献立を実施し、地場産物や郷土料理、和食文化などを子ども達に知らせることを目的とした、「高知家カレーの日（６月）」「だしで味わう和食の日（１１月）」を継続しています。

○高知家カレーの日

香美市立物部学校給食センター	いの町立本川中学校	大豊町立大豊学校給食センター
高たんぱくで低カロリー 地元のジビエで 『しかミンチカレー』 	たけのこ、ぜんまい、いたどり入り 『山菜カレー』 	はちきん地鶏と 旬のトマトたっぷり 『はちきんトマトカレー』

○だしで味わう和食の日

土佐清水立学校給食センター	香美市立土佐山田学校給食センター	高知北高等学校（夜間定時制）
真鯛の塩焼きとともに 『日本一の宗田節 香るすまし汁』 	たっぷりのかつお節と昆布でぜいたくに 『ゆずちゃんこ汁』 	生徒さんにも好評！ていねいにとっただしが自慢の 『山菜うどん』

朝食摂取率向上に向けた取組

朝食摂取率の向上は、児童生徒の健康・体力の向上のための重要な健康施策として、位置づけられています。第３期高知県教育振興基本計画において、児童生徒の朝食摂取率が全国平均以上となるよう目標数値が設定されております。高知県教育委員会では、この課題に向けて、食育推進支援事業を実施しています。

【食育推進支援事業】

○高知県学校給食会への委託事業

・食事提供活動

（家庭への朝食レシピの普及、啓発）

・児童生徒による朝食作り等の体験活動の実施

（食育の実施）

香美市立大栃小学校で
実施した朝食作り

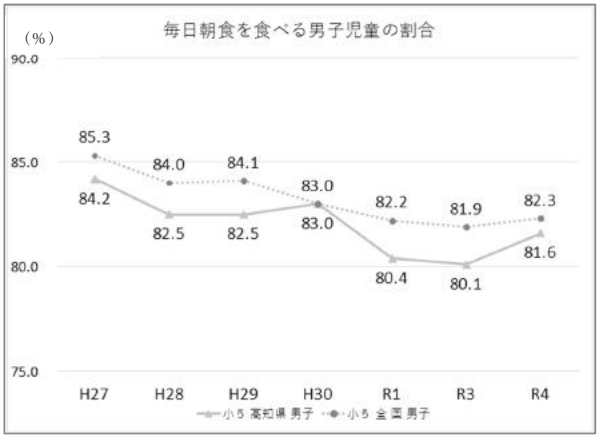
○高知県学校栄養士会への委託事業

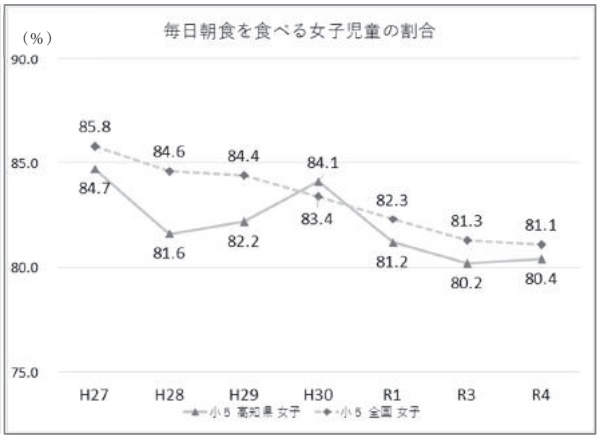
・学級担任等と連携した教科等における食育の実施

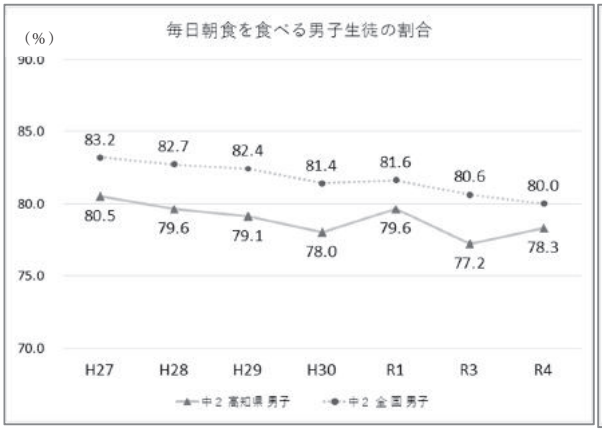
・ＩＣＴを活用した食育の指導教材の開発

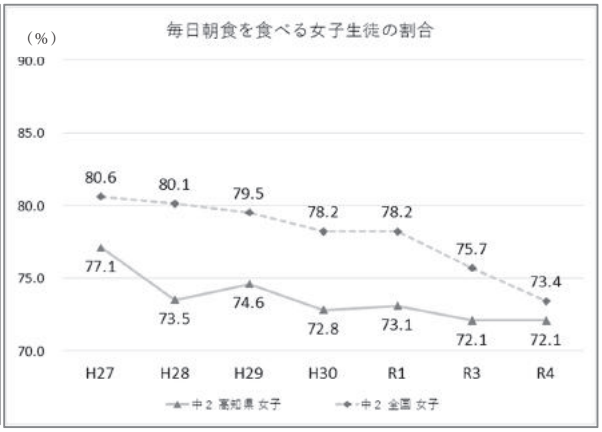
朝食摂取率向上のための効果的な指導方法を研究しています。

出典：全国体力・運動能力、運動習慣等調査（スポーツ庁）









「HACCPに沿った衛生管理」できていますか？

高知県健康政策部　薬務衛生課

改正食品衛生法の完全施行（令和３年６月）から、約２年が経過しました。

改正内容の大きなポイントの一つとして、「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」の制度化が挙げられます。現在は、原則としてすべての食品等事業者（食品の製造・加工、調理、販売等）に、ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理の実施が求められており、給食施設も対象に含まれています。（１回の提供食数が２０食程度未満の給食施設は対象外）

給食施設の皆様においては、安全な給食の提供のため、次のポイントをおさえてＨＡＣＣＰに沿った衛生管理を継続して実施いただくようお願いします。

ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理のポイント

ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理は、次の手順を繰り返すことにより実施します。

①衛生管理計画を作成し、食品等取扱者や関係者に周知徹底を図る。
②公衆衛生上必要な措置を適切に行うための手順書を必要に応じて作成する。
③衛生管理の実施状況を記録し、保存する。
④衛生管理計画及び手順書の効果を検証し、必要に応じてその内容を見直す。

◆ 衛生管理計画について

・施設の衛生管理のルールについて、「いつ」「どのように」実行するのか、「問題があった時にどのような処置をとるのか」等を明確にします。
・食品衛生法施行規則において、「一般的な衛生管理」及び「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」に関する基準が定められています。

＊一般的な衛生管理に関する基準（別表第１７）
…食品衛生責任者等の選任、施設・設備等の衛生管理、ねずみ及び昆虫対策、廃棄物及び排水の取扱い、食品取扱い者の衛生管理　等

＊ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理に関する基準（別表第１８）
…食品衛生上の危害の発生を防止するために特に重要な工程（例：加熱、冷却）の管理及びその記録・検証　等

◆ 手順書について

・清掃・洗浄・消毒や食品の取扱い等について具体的な方法を定めます。
・全員が実施できるように教育も重要です。

◆ 記録について

・衛生管理の実施状況の確認や点検のために必要です。不適切な状態を早期に発見することで、迅速な対応や事故の未然防止にも繋がります。

◆ 効果の検証（振り返り）について

・記録書類等をもとに、「ルールが現場できちんと実施されているか」「ルールが有効に機能し安全な食事を提供できているか」等を検証します。
・衛生管理計画や手順書の内容に不備があると考えられる場合は、その内容を見直します。
・工程に変更が生じた際等にも、検証・見直しが必要です。

「大量調理施設衛生管理マニュアル」との関連

給食施設の衛生管理手法として多くの施設で取り入れられている「大量調理施設衛生管理マニュアル」は、ＨＡＣＣＰの概念に基づき策定されています。そのため、当該マニュアルに従って衛生管理を実施している場合は、新たな対策の必要はありません。

中小規模の施設においては、従来は「大量調理施設衛生管理マニュアル」を参考に可能な範囲で衛生管理を実施していた場合もあったものと考えますが、「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」の施行後は、施設の衛生管理計画を策定し、その内容に基づいた衛生管理の実施が求められています。

取組のための参考資料（手引書）

取組にあたっては、従来から活用いただいている「大量調理施設衛生管理マニュアル」や「学校給食衛生管理基準」等のほか、事業者団体が作成し、厚生労働省が内容を確認した「手引書」を参考にしてください。「手引書」は、厚生労働省ホームページに掲載されています。

●ＨＡＣＣＰの考え方を取り入れた衛生管理のための手引書（厚生労働省）
https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/0000179028_00005.html

＊給食施設において参考となり得るもの
・委託給食事業者向け　・セントラルキッチン向け　・サテライトキッチン向け
・小規模な一般飲食店事業者向け

栄養士会入会パンフレット＆
ロゴマーク・キャラクターを作成！

（公社）高知県栄養士会
理事　十萬 敬子

高知県栄養士会パンフレットは、会員およびこれから入会される管理栄養士・栄養士の皆さまに向けたもので、高知県栄養士会の趣旨や活動内容、入会に関する情報を提供し、さらに社会貢献を目指す栄養士会の活動周知等を目的とし、令和３年度に高知県栄養士会パンフレット作成検討委員会を発足し、翌年度に完成しました。

今回、パンフレット作成にあたり、まずは高知県栄養士会をより身近に感じてもらえるよう「ロゴマーク」と「キャラクター」について検討を行いました。次に検討会での意見をもとに龍馬学園国際ビューティーカレッジの先生方と話し合いを重ね、グラフィックデザインコース１年生を対象に募集しました。今回決定した「ロゴマーク」と「キャラクター」は、たくさんの応募の中からみごと最優秀デザイン賞に輝いた作品になります。

「ロゴマーク」のコンセプトは「高知の恵まれた自然」です。特徴としては、①仁淀ブルーと太陽の恵みの光をイメージしたイエローを使用。②特産品の柚子や文旦、ピーマンやトマトを配置し、海・山・川の自然に恵まれた高知の食材を表現。③高知県栄養士会のイニシャルＫＤＡ（kochi dietitian association）を表現。④クジラの尻尾を表現（クジラの尻尾には幸運と保護の意味があります）。次にキャラクターは管理栄養士２年目の「栄こなつ」ちゃんと、栄養知識の豊富な「リコッピ」くんです。「リコッピ」くんは、「栄こなつ」ちゃんが小学生の頃から夢の中で大切に育ててきた仲間です。ある日、高校生の「栄こなつ」ちゃんが、受験勉強の頑張り過ぎで倒れたことがきっかけとなり「リコッピ」くんと現実世界で再会します。その日から「栄こなつ」ちゃんは、「リコッピ」くんと二人三脚で食の大切さを伝えるため日々奮闘することになります。これからの「栄こなつ」ちゃんと「リコッピ」くんの活躍を楽しみにしてください。

栄養士会パンフレットは栄養士会ホームページからダウンロードできますので、ぜひご覧ください。この「ロゴマーク」と「キャラクター」を通して会員の皆さまに高知県栄養士会をより身近に感じていただければ幸いです。

また、入会申込みもホームページからできますので、皆さんの入会を心からお待ちしています。栄養士会に入会し、様々な職域で活躍されている『先輩・後輩の管理栄養士・栄養士』と、研修会やイベント等を通して情報収集・共有し、今後さらなる栄養のプロフェッショナルを一緒に目指していきましょう。

はじめまして
高知県栄養士会
です

本会は、すべての県民が自己実現をめざし健やかによりよく生きるために、保健、医療、福祉及び教育等の分野において、専門職業人としての倫理に則り、科学的根拠に裏づけられかつ高度な技術をもって行う食と栄養の指導や支援を通して、県民の健康と福祉の増進、公衆衛生の向上に寄与することを目的としています。

入会前に知っていただきたいこと

- 会員は、高知県栄養士会と日本栄養士会の両方に所属します。
  高知県栄養士会のホームページまたは日本栄養士会のホームページから入会手続きをすることで、高知県栄養士会と日本栄養士会の両方に所属することになります。もちろん、それぞれの活動への情報提供が受けられます。
- 入会すると、7つの領域の中からいずれかに属します。
  職場の属性によって、7つの領域（医療、学校健康教育、勤労者支援、研究教育、公衆衛生、地域活動、福祉）のうち、いずれかに所属することになります。ただし所属に関わらず全ての研修会に参加できます。
- 入会すると、地域の特性を生かした事業に参加することができます。
  ご自宅や職場の近くで、地域に提携した活動（栄養相談、料理教室、市民公開講座等）に参加できます。

入会申し込み

WEB もしくは申込用紙をダウンロードして郵送で申し込み後、会費をお振込 みください（クレジットカード決済可）。なお、高知県栄養士会に入会できる 方は、高知県が居住地または勤務地の方になりますのでご留意ください。

○ WEB からのお申し込み

高知県栄養士会 検索

高知県栄養士会の WEB 入会申込 をクリックしたのち、日本栄養士会 HP の入会新規申込画面から手続きを行ってください。再入会の方はそこから再入会申込ページへとぶことができます。

○ 郵送でのお申し込み

高知県栄養士会ホームページの入会申込書をダウンロードの上、必要事項を記入し、郵送で高知県栄養士会宛にお送りください。

【郵送先】〒780-0850 高知市丸ノ内 1 丁目 7-45 総合あんしんセンター 2F

お問い合わせ

公益社団法人 高知県栄養士会
〒780-0850
高知市丸ノ内 1 丁目 7-45
総合あんしんセンター 2F
TEL：088-872-9411　FAX：088-855-5754
E-mail：info@eiyotosa.jp

●グランド通駅出口から　徒歩約 4 分
●枡形駅出口から　徒歩約 4 分
●上町一丁目駅出口から　徒歩約 7 分

管理栄養士
栄養士
として働くあなた

栄養のプロフェッショナルを目指すために

高知県栄養士会に

ぜひご入会ください！

公益社団法人
高知県栄養士会

高知県栄養士会 5つのメリット

1 キャリアアップ

各種研修会・講習会におトクな会員割引価格で参加できます！

みなさんのスキルアップを実現するために、キャリア形成に重点をおいた生涯教育制度 として、研修会・講習会 を実施しています。ぜひご参加 ください。

2 情報収集

「日本栄養士会雑誌」と「高知県栄養士会だより」を毎月お届け！

時代の早い変化に乗り遅れないよう、日々の情報収集はとても重要。新制度や業界ニュースをはじめ、実践資料、研修会案内などを発信しています。

3 仲間・交流

研修会やイベントでは、同じ職域、地域の仲間が見つかります！

新人研修会を開催しています。管理栄養士・栄養士は 1 施設にひとりという場合も少なくありません。悩み事を相談したり、アドバイスを受けたり、あなたと同じ職域や地域の先輩・後輩との交流の場ができます。

4 安心の保険

万が一の事故に備えて、最大1億円の栄養士賠償責任保険に加入できます！

保健、福祉、医療などの専門職として、日々の業務には、重い責任が伴う場合があります。万が一に備えて、入会と同時に、栄養士賠償責任保険への加入を代行します。

※希望者には 3 億円まで上乗せすることもできます

5 就職・転職

管理栄養士・栄養士の就職・転職サポートをします！

高知県栄養士会ホームページで企業・団体の 求 人情報を紹介しています。また、会員同士の交流から、求 人情報を得られることも あります。

県民の皆さまの健康づくり及び栄養・食生活の改善に資するため、専門能力やマネジメント力、事業推進力の向上を図るため、生涯教育研修会や各種スキルアップ研修会の開催など、充実した研修会の開催に努めています。

また、日本栄養士会災害支援チーム（JDA-DAT）リーダー育成研修やスタッフ養成研修の開催にも力を入れていきます。災害時の管理栄養士・栄養士の役割、具体的な支援の方法、関係機関との連携など、栄養・食生活支援活動について、会員みんなで取り組んでいます。

職域事業部

管理栄養士・栄養士が必要とされる職場は、人が生活するあらゆるところにあります。 こうした広い範囲の職場において業務を行うことから、それぞれの職域に必要な専門性を踏まえた公益目的事業を推進するため 7 つの職域があります。

1 医療事業部

医療機関に勤務する管理栄養士・栄養士、そして医療や栄養管理に関心を持つ管理栄養士・栄養士で構成しています。管理栄養士・栄養士の資質向上目的に育成を行い、県民の疾病予防、傷病者の栄養管理、栄養指導など療養支援に取り組んでいます。また、会員に向けて、日頃の業務に役立つ、診療報酬改定やガイドラインの最新情報を提供しています。

2 学校健康教育事業部

小・中学校、特別支援学校、定時制高等学校、学校給食センター（共同調理場）及び教育行政機関に勤務する管理栄養士・栄養士等で構成しています。子ども達に食を通して「生きる力」を育むために、学校、家庭、地域が連携した食育が推進されていますが、その一翼を担う学校管理栄養士・栄養士育成のために、資質向上を図っています。

3 勤労者支援事業部

勤労者および若者の健康増進と病気の予防を促進する活動を行っている管理栄養士・栄養士で構成しています。勤務先は、保健事業会社、給食会社、自衛隊などがあります。給食管理業務や特定保健指導をはじめとした健康づくり事業を展開しています。

4 研究教育事業部

管理栄養士・栄養士養成施設や調理師養成施設等に勤務する管理栄養士・栄養士で構成しています。教育研究機関の特徴を活かし、研究開発や健康栄養情報の発信、学生と実践現場の管理栄養士・栄養士をつなぐ研修会や企画にも力を入れています。

5 公衆衛生事業部

県・福祉保健所、保健所設置市、市町村に勤務する管理栄養士・栄養士で構成しています。活動は、母子保健、生活習慣病予防及び重症化予防対策、介護予防（栄養改善）、食育の推進、乳幼児から高齢者までの各ライフステージにおける地域住民の健康づくりに取り組むとともに、特定給食施設指導、人材育成、地区組織活動の企画や調整、健康危機管理など、多方面にわたり地域保健業務を推進しています。

6 地域活動事業部

開業や栄養ケア・ステーション活動など、フリーな立場で地域住民の健康づくりに取り組んでいる管理栄養士・栄養士で構成しています。栄養・食生活に関わる専門職として、乳幼児から高齢者まで地域住民の多様なニーズに対応し、きめ細かな健康づくりのサポートができるよう、会員相互の連携とより効果的な指導を行うための講習会を行っています。

7 福祉事業部

児童福祉施設、保育所、老人福祉施設、社会福祉施設、障がい（児童）者施設などに勤務する管理栄養士・栄養士で構成しており、栄養管理、食生活指導、食教育等を行っています。栄養管理、食生活指導、食教育等を行っています。乳児から高齢者の幅広い年齢層と特殊性から、専門職としての資質向上を目指すとともに会員相互の親睦を深める活動に取り組んでいます。また、介護報酬改定など、最新情報を提供しています。

医療現場では常にスキルアップが求められています。研修会では、チーム医療の一員として活躍する管理栄養士・栄養士として、必要な基礎から最新情報まで学ぶことができます。

高知医療センターでは、各フロアに管理栄養士を常駐し、他職種と連携した栄養管理を行っています。そのため自己研鑽の一つとして新人はもちろんすべてのスタッフは積極的に研修会に参加しています。

皆さんも是非一緒に参加してみませんか？

南海トラフ地震等の災害に備え、高知県栄養士会では、「JDA-DAT 高知チーム」として、災害支援活動リーダー・スタッフの養成をしています。2019年には高知県立大学にて当リーダー養成研修が実施され、全国から100名以上が参加しました。今後も避難所の状況調査、栄養課題等、様々な課題に取り組んでいきます。

人の役に立つ仕事

公衆衛生事業部
いの町役場ほけん福祉課　清水 澪里

令和４年度から管理栄養士として配属されました、清水 澪里（みおり）と申します。平成３０年度に高知県立大学健康栄養学部を卒業してから、複数の学校で臨時栄養講師を経験し、現在に至ります。

正直なところ、就職活動をしていた当時、行政栄養士という道は考えたことがありませんでした。行政でお仕事をされている先輩の話を就職セミナーで聴いても、ネットで調べても、本屋で立ち読みしても、どんな仕事なのか自分の中でしっくり来ないまま、自然と選択肢から外れてしまっていました。

転機となったのは、大学でお世話になった先生から「いの町で管理栄養士をやりませんか？」と連絡を頂いたことでした。先ほども申し上げた通り、仕事内容をきちんと理解していなかった私は、生まれ育った土地で仕事をするのもいいかもしれない…とほぼ土地への愛着と勢いだけでお受けしましたが、今となっては大正解だったと思っています。

仕事内容としては「乳幼児健診や育児相談での栄養指導」「生活習慣病になるリスクがある方への特定保健指導」「高齢者に向けた介護予防事業」など幅広い年代の方への食育、そして食生活改善推進員（ヘルスメイト）の育成が主です。…と、ここまでは皆さんもよくご存じかと思います。

私が実際にやってみて思ったのは、「困っている人の役に立てる仕事」だということです。もちろん、世の中にあるお仕事は全て、何かの役に立つためにあるのですが、行政の仕事では特にその要素を感じます。「赤ちゃんが離乳食を思うように食べてくれない。」「子どもの偏食がひどい。」「コレステロール値が下がらなくて困っている。」関わるほとんどの方から伺うのは、困り事や悩み、不安を解消したい気持ちであることが圧倒的に多いからです。ただ、相談事の多くは健康や身体に関することであるため、解決には時間がかかりますし、「言われた通りにやってみたけど上手くいかなかった。」となる場合も。もどかしく思う時もありますが、なるべくより良い成果を見据え、あの手この手を使って試行錯誤する過程そのものに大変やりがいを感じています。

何かになりたいというよりも、人の役に立ちたいとずっと思ってきました。この思いを基礎に管理栄養士という資格を持った今、微力ではありますが、食育の面からいの町の人づくり・町づくりに貢献していきたいと思っています。皆様、ご指導のほど、どうぞよろしくお願いいたします。

健康維持・増進に携わる管理栄養士として

勤労者支援部
（公財）高知県総合保健協会　仰木 薫

私は病院栄養士を経験したのち、高知県総合保健協会の管理栄養士として入職し、7年目を迎えました。前職では病院栄養士として、入院患者の方々への献立作成業務や食品発注業務、カンファレンスに参加するなどの業務を経験してきました。生活習慣病の進行による合併症で食事制限が必要な入院患者の方と接するなかで、病気の未然予防につながる仕事がしたいと思うようになり、健診機関の管理栄養士という道を選びました。

入職した当初は前職と業務内容が大きく変化したこともあり、管理栄養士としての知識不足を痛感することや、受診者の方への対応に戸惑うことも多くありました。しかし、先輩の管理栄養士さんや保健師のみなさんの温かいご指導のおかげで、少しずつ目標とする管理栄養士に近づいている途中です。

私が担当している主な業務は健診結果通知書の作成業務、受診者の方に健康診断の検査結果を伝えて、今後の改善すべき点を説明し、改善できた方には継続の大切さをお伝えしています。また､事業所に出向いて特定保健指導の面談を行うこともあります。面談において、次回の健康診断までの改善目標を一緒に検討するなかで、受診者の方から「これならできそうなのでやってみます。」と改善に前向きになっていただいた時や「検査結果が改善して嬉しい。特定保健指導を利用してよかった。」などのお言葉をいただくことがあり、少しずつやりがいを感じることが増えてきたように思います。

しかし、食生活や生活習慣は人それぞれで、検査結果も様々です。同じ指導や伝え方では生活習慣の改善につなぐことが難しいことを日々感じています。

研修会だけでなく自分から積極的に学ぶ姿勢をもち、先輩方をお手本にして、日々の業務の中で得られる学びにアンテナを張り、さらに成長していきたいです。

今回、管理栄養士としての数年間を振り返ると本当にあっという間で、まだまだ知識不足や力不足を痛感しています。今後も受診者の方々の気持ちに寄り添いながら効果的な指導力を磨いて、知識を増やし、病気の未然予防につながる保健指導ができるよう、これからもさらに努力したいと思います。

令和５年度 高知県栄養士会賛助会員

（２８社　順不同）　ご用の節は宜しくお願い致します。

会社名	〒	住所	TEL
伊那食品工業株式会社 岡山営業所	700-0952	岡山県岡山市北区平田101-101	086-242-5588
大塚製薬株式会社 徳島支店　高知出張所	781-8104	高知市高須１丁目17番31号	088-883-7931
株式会社アオイコーポレーション 高知セントラルキッチン	781-5704	安芸郡芸西村西分乙1273	0887-32-2225
株式会社アスティス 高知営業部	783-0060	南国市蛍が丘２丁目３番地１	088-862-3300
株式会社いわさき 高知営業所	780-8071	高知市鴨部高町４番17号	088-844-2972
株式会社オーヤラックス 高松営業所	760-0061	香川県高松市築地町16-12	087-834-0501
株式会社高知ガス	780-0945	高知市本宮町275番地	088-844-5161
株式会社高知タマモ	781-0111	高知市池字堀越402-19	088-837-6611
株式会社高南メディカル	781-0011	高知市薊野北町２丁目15番12号	088-846-7150
株式会社ナリコマエンタープライズ 中四国支店	790-0952	愛媛県松山市朝生田町４丁目2-4 桂ビル101	089-909-7257
キッセイ薬品工業株式会社 ヘルスケア事業部	399-0711	長野県塩尻市片丘9637-6	0263-54-5010
高知ヤクルト販売株式会社	783-0007	南国市明見928番地	088-863-8960
四国電力㈱高知支店 技術ソリューション課	780-8545	高知市本町４丁目1-11	050-8801-6190
四国乳業株式会社 四国西支店　高知営業所	783-0052	南国市左右山字札場683	088-880-8021
四国明治株式会社 高知支店	780-0973	高知市万々486 カーサエトワール２階	088-875-0331

会社名	〒	住所	TEL
信濃化学工業株式会社	381-0045	長野県長野市桐原１丁目2-12	026-243-1115
大伸フーズ株式会社	780-0811	高知市弘化台11-25	088-882-8114
東洋羽毛中四国販売株式会社 愛媛営業所	791-1114	愛媛県松山市井門町21番地１	089-958-2331
中澤氏家薬業株式会社	783-8585	南国市伊達野501	088-802-5111
日清オイリオグループ株式会社 中四国支店	730-0015	広島県広島市中区橋本町10番６号 広島NSビル８階	082-227-0311
長谷川化学工業株式会社	276-0022	千葉県八千代市上高野1384-5	047-484-7141
ひまわり乳業株式会社	783-0093	南国市物部272-1	088-864-5800
富士産業株式会社 四国西事業部	790-0001	愛媛県松山市一番町1-14-7 フジコビルF２階	089-986-3636
株式会社ハーバー研究所 メディカルフーズ事業部	700-0926	岡山県岡山市北区西古松西町5-6 岡山新都市ビル４階	086-362-7308
SOMPOヘルスサポート株式会社 健康プロモート部	101-0063	東京都千代田区神田淡路町1-2-3	03-5209-8500
株式会社 シニアライフクリエイト	108-0073	東京都港区三田３丁目12番14号 ニッテン三田ビル６階	03-5427-3981
株式会社 黒潮町缶詰製作所	789-1931	高知県幡多郡黒潮町入野4370-2	0880-43-3776
株式会社 サクセスファクトリージャパン	780-0026	高知市秦南町１丁目5-51	088-802-8181

編集後記

また今回も編集委員会のメンバーに助けられて携わることができました。執筆者の方々にもご協力に感謝いたします。（文旦きよみ）

はじめての編集委員で緊張しましたが、何とかここまでたどり着けました。
発刊に携わってくださった皆様、ありがとうございました。（蒸しパン）

初めて編集委員をさせていただき、わからないことも多くご迷惑をおかけしています。大変なこともありますが、チームで作る楽しさも味わっています。（桃の花）

はちきん編集に携わることで、改めて管理栄養士・栄養士の活躍の場が多岐にわたっていることを実感しました。コロナ禍でリモートでの編集委員会になりましたが、スムーズに校正が進みホッとしました。（はる）

はちきん編集委員をさせて頂いたことで、会員の皆様のご活躍を知る良い機会となりました。
また、各事業部の方々とお話しする機会も多く、楽しい時間を過ごさせて頂きました。
この活動を通して、過去のはちきん原稿を何度も読み直すことで、高知県栄養士会の歴史にふれることができました。ありがとうございました。（アーニャ）

編集委員としてはじめてはちきんに携わり、改めて多くの人が関わり、たくさんの過程を経てこのはちきんの冊子ができていることがわかりました。貴重な体験ができました。（Ｋ.Ｍ）

はちきん編集は、各分野の方のご活躍を拝見できる良い機会となりましたし、編集委員の皆様に助けていただくことも多かったです。ありがとうございました。（みかん）

今年度も無事に発行できホッとしています。編集作業をしながら、会員の皆様より一足早く原稿を読むことができるのが編集委員の特典だな～と思いました。（チロル）

＜編集委員＞

小野　今日子 （医療事業部）	岡本　恵子 （学校健康教育事業部）	廣内　智子 （研究教育事業部）
岡林　由夏 （公衆衛生事業部）	古谷　文 （福祉事業部）	中澤　芳江 （地域活動事業部）

＜編集担当理事＞

宗石　閲子 （公衆衛生事業部）	下元　智世 （研究教育事業部）

公益社団法人　高知県栄養士会

事務局　高知市丸ノ内１丁目7-45
総合あんしんセンター 2F

電 話　088-872-9411
FAX　088-855-5754
e-mail　info@eiyotosa.jp