栄養土佐 はちきん

第42号
2022

東京栄養サミット

外来栄養食事指導 推進事業研修会

高知市いきいき健康チャレンジ応援講座

栄養土佐――はちきん第42号――
目　　次

今、求められることとは　（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　医療事業部　岩城美津代……2
厚生労働大臣表彰受賞おめでとうございます　医療法人聖真会渭南病院　黒石美由紀……3
厚生労働大臣表彰を受賞して　医療事業部　筒井　聖子……4
厚生労働大臣表彰受賞を祝して　高知県立あき総合病院　高橋　俊裕……5
令和３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……6
外来栄養食事指導推進事業　啓発用チラシの作成
（公社）高知県栄養士会常務理事　有澤ゆかり……8
介護予防及び地域ケア会議に関するスキルアップ研修会
医療事業部　野町　利江……10
災害時食支援体制整備事業
第11回リーダー育成・第６回リーダースキルアップオンライン研修に参加して
公衆衛生事業部　尾﨑　美和……12
災害時栄養・食生活支援活動マニュアルVer.２発行　研究教育事業部　島田　郁子……14
栄養ケア・ステーション
栄養ケア・ステーション活動で日常業務の質が上がります　医療事業部　兵頭　由衣……15

各事業部活動報告
第41回食事療法学会参加報告　医療事業部　橋本　由佳……16
健康づくり団体とすすめる糖尿病予防　公衆衛生事業部　有光加恵美……18
基本的な生活習慣の育成　～よりよい朝食習慣を目指した指導方法の工夫～
学校健康教育事業部　森田　茉奈……20
食卓にワクワクを届けたい！　地域活動事業部　岡本　多樹……21
新科目「健康栄養フィールドワーク」の教育活動　研究教育事業部　廣内　智子……22
ドラッグストアでの地域健康支援の取組　勤労者支援事業部　坂本　和香……24
認知症グループホームにおける栄養管理体制加算　～算定から中止までの経過～
医療事業部　林　　絵理……26
調査報告
令和３年度高知県栄養士会医療事業部　COVID-19 関連調査報告
（公社）高知県栄養士会副会長　伊與木美保……28
県からの伝言板
推定塩分摂取量測定事業結果からみえる食塩の過剰摂取について
健康政策部　保健政策課……31
第４次高知県食の安全・安心推進計画ができました　健康政策部　薬務衛生課……32
食育・学校給食の取組について　教育委員会事務局　保健体育課……34
高知県栄養士会ホームページを活用しよう　（公社）高知県栄養士会理事　高野　典子……34

新入会員紹介
私の自己紹介　研究教育事業部　小山　智久……36
病棟管理栄養士としてのやりがい　医療事業部　西　　美佳……37
令和４年度　高知県栄養士会賛助会員……38
編集後記……40

今、求められることとは

（公社）高知県栄養士会
会長　新谷 美智

２０２１年は２０２０年に引き続き、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。

コロナ禍という逆境の中での、東京オリンピック・パラリンピックの開催は、予想を超える成功を収めた東京大会でした。また、コロナウイルスの影響で世界の低栄養の方が増え続けている中、２０２１年１２月７･８日に、栄養問題を国際的に議論する「東京栄養サミット」が政府主催で開催され、「栄養不良の二重負荷」に対し、日本栄養士会が果たす国際的な取組の推進をアピールしました。

さて、高知県栄養士会が公益社団法人としてスタートして、この４月から１１年目になります。すべての県民が自己実現をめざし、よりよく生きるために管理栄養士・栄養士という専門職が最新の高度な知識や技術をもって栄養の指導や支援を行うことを目的に、すべてのライフステージに向けて県民のための活動を進めてきました。

医療報酬や介護報酬の改定により栄養ケア・ステーションがさらに重要な役割を持つようになり、医療機関や介護事業所からの業務委託に対応できる体制整備が急務となっています。一人でも多くの会員の皆様に栄養ケア・ステーションに登録をお願いするとともに登録管理栄養士の質の担保が重要となっています。

血管病重症化予防対策のため県と協働で行う医療機関での外来栄養食事指導推進事業では、昨年は協力医療機関の拡大、県民・医療機関への広報啓発活動の一環として、県民の皆様が広く栄養食事指導を受けられるように、県民向けチラシと医療機関向けチラシを作成いたしました。会員の皆様には広くこのチラシをご活用いただき、県民に必要な栄養食事指導が提供できる体制づくりのためのご協力をお願いいたします。

介護予防では、高齢者の低栄養・フレイル予防に向け、地域包括ケアシステムの中で高齢者の栄養・食の自立を支援する管理栄養士・栄養士の人材育成事業を継続していますが、今後は、当会の「いのちのスプーン事業」での在宅栄養ケアへの要求が高まると考えられます。

今年の干支は壬寅（みずのえとら）です。壬寅には、「新しく立ち上がること」や「生まれたものが成長すること」といった縁起のよさを表しているそうです。「虎穴に入らずんば虎児を得ず」（チャレンジをしなければ成果は得られない）。会員の皆様とともに県民に必要とされる組織でありたいと願っています。

厚生労働大臣表彰を受賞して

医療事業部
医療法人聖真会渭南病院　岩城 美津代

この度、高知県栄養士会のご推薦により、栄えある厚生労働大臣表彰を受賞させていただきましたこと、大変光栄に思いますとともに、ご協力いただきました皆様のご指導、ご支援の賜物であると思います。心より厚くお礼申し上げます。

私の栄養士としてのスタートは、名古屋の総合病院でした。今はもうないようですが学校卒業時に病院の栄養士になりたいと思っていたこともあり、1年間調理現場での経験を踏まえ、2年目からは生活習慣病予防（当時、成人病予防）の集団指導を担当させてもらい、必死になって話をしていたことを思い出します。

地元である高知に帰ってからは少しブランクもありましたが紹介してくださる方がおり、高知県立宿毛病院に3年間臨時で勤務した後、現在の渭南病院に入職し今年で29年になります。

最初はうまくいかないことも多く、分からないことがあるたびに宿毛病院で知り合った栄養士さんたちに教えていただきながら頑張ってきました。

20年ほど前に現院長がＮＳＴをやろうと言ってくださり、それからは先生を中心に多職種で頻回に勉強会を行いました。それまであまり食事に関わらなかったスタッフにも食事の大切さを知ってもらうことができ、とてもうれしかった覚えがあります。

病棟での業務も増え忙しい毎日ではありますが、日々学ぶことも多く、また苦手な機器類の操作も若手のスタッフに教えてもらいながらの毎日です。本当に多くの方々に支えられての29年だったと実感しております。

最近は在宅訪問指導に少し関わらせていただいております。土佐清水市は高齢化率50％を超えるといわれ、在宅での食事療法はなかなか難しい状況にあります。これまで住み慣れた地域で、住み慣れた家で、これまでの食生活を続けていく中で食べてはいけないではなく、こうやったら食べられるよ、これだったら大丈夫やねとアドバイスをしながら、私も勉強をさせていただく毎日です。好きなものを食べられる、と喜んでくださる姿を見ると本当にうれしく思います。

昨年、定年となりましたが、まだしばらくこの仕事を続けられそうです。

最後になりましたが、これからも皆様のご指導、ご鞭撻をお願いし、益々のご健勝とご多幸をお祈り申し上げ、お礼のご挨拶とさせていただきます。

本当にありがとうございました。

厚生労働大臣表彰受賞おめでとうございます

医療法人聖真会渭南病院　黒石 美由紀

岩城美津代さん、この度は厚生労働大臣表彰受賞、誠におめでとうございます。心よりお慶び申し上げます。

岩城さんは、私が渭南病院へ入職した時にはすでに主任をされており、１５年間一緒にお仕事をさせていただいてきました。渭南病院でのこともちろんですが、今まで栄養士としてさまざまな仕事をしてきた経験をお聞きするのがとても楽しく、勉強になったことを覚えています。

岩城さんは、渭南病院で約３０年に渡って栄養科の主任として、給食管理、臨床栄養管理及び外来患者の栄養指導のほか、院内のＮＳＴの立ち上げや、胃瘻患者に対するミキサー注入食の導入、栄養士や調理スタッフへの人材育成等、さまざまなことに取り組まれ、ご尽力してこられました。

栄養士会でも役員として幡多地域の健康食育活動に貢献してこられました。

岩城さんからは、病院管理栄養士として、臨床栄養の重要性と同時に、臨床栄養ばかりではなく、給食栄養管理も重要であることを学ばせていただきました。

当時は臨床栄養に強く興味がありましたが、今となってみると、やはり栄養士の基本の「食」、食材、調理、献立作成等に関して、しっかりと理解して経験しておくことが重要だと実感しています。患者様との会話の中で、地元の人の食生活、好む料理や味付けなどを理解しておくことは重要です。それは、普段の食生活の他に給食管理や普段の調理員さんとのコミュニケーションなどから学ぶことも非常に多かったと実感しています。それも岩城さんから教えていただいたと感じています。

また、岩城さんは、なによりスタッフを大切にし、何かあったら、すぐに気にかけてくれ、守ってくれる方です。親身になって相談に乗ってくださり、真剣に向き合って考えてくれていました。そんな姿勢を、すごく学ばせていただきました。機転が利き、給食管理と臨床栄養の経験も兼ね備え、とても頼りになる存在です。今後ともよろしくお願いいたします。

お身体に気をつけて、今後益々のご活躍をお祈りしております。

厚生労働大臣表彰を受賞して

医療事業部
医療法人杏林会高知ハーモニーホスピタル　筒井 聖子

この度、高知県栄養士会の推薦により厚生労働大臣表彰（栄養指導業務功労者）を受賞いたしました。受賞に際し、ご尽力いただきました高知県栄養士会はじめ、高知県精神科栄養士研修会、職場の支えのおかげで受賞に結びつくことができましたことに改めて感謝申し上げます。

昭和５９年に神戸女子大学を卒業と同時に高知に帰り、病院栄養士としての第一歩を踏み出しました。退職されるという先輩栄養士さんに教わり、引き継ぎ期間は必死でした。栄養科を任された私を優しく見守って下さった調理師さんにもお世話になりました。その後退職し、５年ぶりに新たな職場（精神科）へ再就職しました。途中一般科でも勤務しましたが、ご縁があり精神科に戻ることとなりました。その間、栄養士業務は給食管理中心から栄養管理へと時代ごとに変遷を重ねて来ました。パソコン導入、適時適温、給食運営の委託化、ＨＡＣＣＰに基づく衛生管理、チーム医療、高知県は災害に対する備えも必要です。

栄養指導においては特定保健指導研修を受講し、患者様自身が改善できることを徐々に増やしていくことや（行動変容と言われますが人のライフスタイルを変えることは容易ではありません）、食生活の大切さを理解していただくように努めてきました。

食事提供も健康や体調に留意したうえで、美味しさや個人に合った形態が求められています。高齢化する社会で食欲低下に起因するサルコペニアやフレイルも増加しています。

横のつながりがなかった私にとって人を知る、情報収集、自己研鑽の場として高知県栄養士会への入会は必然でした。毎日積み重ねて来たことがこのような受賞という結果になり、大変喜ばしく光栄に思うと同時に恐縮もしております。これを励みに引き続き皆様方のお力添えを頂き、微力ながらもう少し頑張ってみたいと思っております。今後ともご指導ご鞭撻のほどよろしくお願いいたします。

厚生労働大臣表彰受賞を祝して

高知県立あき総合病院　高橋 俊裕

筒井聖子さん、この度は厚生労働大臣表彰受賞おめでとうございます。心よりお慶び申し上げます。ＣＯＶＩＤ－１９のために気の滅入るようなニュースばかりの中、ご受賞うれしく伺いました。

筒井さんは、追手前高校から神戸女子大へ進学、ご卒業され、管理栄養士になって３８年になるそうです。このうち精神科病院では途中５年のブランクをはさみながら、今日まで２０年間勤務されています。

私が知り合うきっかけになったのも、この精神科で勤務する栄養士という繋がりでした。当時は男性の栄養士は少なく「どうして管理栄養士になろうと思ったの？」と声をかけられたことが思い出されます。

精神科で勤務する栄養士の集まりということで共通する問題も多く、お互いに職場での困りごとを持ち寄って、相談していたのは懐かしい思い出です。当時は直営の給食が多く、委託化が始まる頃でした。厨房で働く栄養士から、病棟で働く栄養士への変化の時期であったと思います。

直営の場合も委託の場合もメリット・デメリットがあり、『病棟に行って仕事をするのであれば委託の方がよい』、『委託で今の品質が維持できるのか』、『直営の方が小回りが利く』など、『効率化とコストダウンと食事の品質』というあちらを立てればこちらが立たない状況があります。患者の食生活を守り、働く人も守りつつ、より良くして行く方法に苦慮されていました。「もう、たいへんですよー」といいながら対応されていたのを覚えています。

今は、さらにどのように変化していくか、先の読めない時代になりました。長年にわたる努力に敬意を表し、今後もご健康に十分留意され、お力を発揮できますように、お祈りしております。

令和３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３年８月８日（日）総合あんしんセンター３階大会議室にて、令和３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１２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「糖尿病患者に対する栄養管理の実際」高知医療センター 小谷小枝氏
・ミニ講話「育休後に変わった仕事への見方考え方」高岡第一小学校 森田茉奈氏
・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・小谷小枝氏は、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。高知医療センター栄養局部長として、業務を具体的にお話してくださいました。私は学校で勤務しているので、病院での業務の詳細まではよくわかっていません。こういう視点で、こういう目安で、患者さんの健康を考えておられるのかと、気づかされることの多いお話でした。栄養士は、疾病改善の方策はわかっているけれども、患者さんの想いや暮らしに寄り添う支援ができているのか考えさせられました。また、根拠のある最新の情報を知っておくことの重要性を説かれたことが深く印象に残ります。

ミニ講話の講師・森田茉奈氏は、育児休業を経て現場に復帰したばかりです。出産という人生の一大事を経て、森田氏の食に対する考え方は従前よりも広く深くなったと感じます。参加者の多くは、これから出産、そして育児をしながら仕事を続けていきます。栄養士として女性としてこれからの人生を歩むうえで、森田氏のお話は近い将来の自分と重なり合って捉えられたのではないでしょうか。

半日の中にいろいろと内容を盛り込んだので、グループワークの時間が足りなかったかな、との反省が否めませんが、参加者からのたくさんの感想が、充実した会であっ

たことを物語っています。以下に、感想の一部を紹介します。

・病院の栄養士として常に新しい情報を知っておく大切さがわかりました。
・根拠のある知識を得ることはとても大切だと思いました。改訂された内容もあり、日々情報を更新していくことも大切だと思いました。
・普段聞くことができない貴重なお話ばかりで大変勉強になりました。
・小谷先生の講座は実践的でわかりやすく、すごく参考になりました。
・もっといろいろなことや研修に参加していきたいと思いました。
・栄養士として、どうしたらいいのだろうという漠然とした不安から、とりあえず勉強してみよう、動いてみようという心境の変化がありました。
・日々の業務でいっぱいいっぱいでしたが、新しい情報を入れ、勉強していかなければいけないと思いました。
・医療は医療、学校は学校ではなく、共通しているところがあって、栄養士・管理栄養士は職場は違っていても横の繋がりは必要なことだと思いました。
・様々な職種の方とお話をすることができ、新たな視野を広げることができました。
・改めて食育はとても大切だと思いました。
・同じ栄養士でも、それぞれ違った悩みがあり、みんないろんな悩みを抱えながら頑張っていることを共有できただけでも、気持ちが楽になりました。
・患者様一人ひとりに合った目標を立て、計画することが大切だと思いました。

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。あちらこちらで連絡先を交換する光景が見られて、現代を感じました。

会員の皆様、令和４年度も開催の予定です。対象者さんに広く声がけをお願いします。きっと学びの多い機会となるでしょう。

外来栄養食事指導推進事業　啓発用チラシの作成

（公社）高知県栄養士会
常務理事　有澤 ゆかり

令和元年６月から「高知県管理栄養士雇用促進費補助金」を活用して、高知県栄養士会の栄養ケア・ステーションを通じて診療所で非常勤雇用された管理栄養士による栄養食事指導が７つの診療所で新たに開始されました。令和３年３月末を持って当該補助金による高知県の事業は終了し、残念ながら雇用中断となった診療所が１施設ありましたが、令和３年４月以降も継続して管理栄養士を雇用し栄養食事指導を継続した診療所が５施設、高知県栄養士会栄養ケア・ステーションからの管理栄養士派遣で栄養食事指導を開始した診療所が１施設ありました。現在も担当コーディネーターを配置して診療所での外来栄養食事指導実施に向けて調整しているところです。

そして、令和３年度は新たに、栄養食事指導が必要な患者さんを栄養食事指導につなぐための医療ネットワークの周知に向けて「医療機関用」と「県民用」の２種類の広報啓発用チラシ作成と配布に取り組みました。

【配布先】

病院１２２、診療所２７７、市町村健康づくり主管課３４、保健所６、その他（サニーマート、協会けんぽ、市町村共済組合会報に掲載）

イベントでの配布：世界糖尿病デー、腎臓病公開講座ほか

【医療機関用】

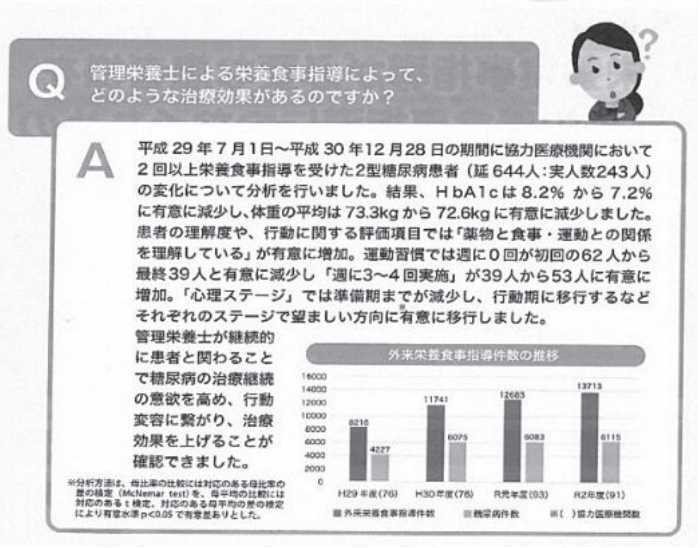
多くの医療機関に管理栄養士が配置されていますが、高知県の外来栄養食事指導料の算定は、全国平均よりも低く、十分な栄養食事指導が提供できていません。また、管理栄養士のいる診療所が少なく、県民の皆さんが栄養食事指導を受けることができる環境が十分に整備されていません。

また、高知県栄養士会の栄養ケア・ステーションから診療所に管理栄養士を派遣することも可能です。この体制があることをご

周知いただきたいと思います。

＜Ｑ＆Ａ＞栄養食事指導を受けてもらってどのような治療効果があるのですか？

平成29年7月から平成30年12月の期間に協力医療機関で実施した栄養食事指導の効果について分析結果を載せています。食事療法は一度受ければ完了、即、治療効果が上がる！という訳にはいきません。継続的な関わりの中で、患者さん自らが行動変容できるように支援させていただくことで初めて改善に結びつき、疾病の悪化予防につながると思います。



【県民用】

患者さんに栄養食事指導を受けてみるように勧めても、断られることもあり、すんなりとはいかないという医師の声を反映して作成しました。

患者さんにとって栄養食事指導は「叱られる」、「責められる」というイメージがあるのでしょうか？決してそのようなことはありません。患者さんやご家族に寄り添うことを心がけ、オーダーメイドの栄養食事指導になるよう管理栄養士一人ひとりが対応しています。栄養士に相談してみたいと思っていただけるように、実際の患者さんからいただいた言葉などを載せています。栄養食事指導の場が、患者さんご自身が食生活を振り返り、一歩を踏み出してみようと思える場になることを期待しています。

これらのチラシは高知県栄養士会ホームページに掲載しています。ダウンロードができますので、是非、ご活用いただき、関係者や県民の皆さまに広くお知らせください。

介護予防及び地域ケア会議に関するスキルアップ研修会

（公社）高知県栄養士会　医療事業部
野町　利江

令和３年度「高齢者の栄養・食の自立支援事業」１回目の研修会は、令和３年９月26日に「地域のつながりで進める食支援のかたち」「そうだ、皆でスーパーに行こう」と題して、香川県まんのう町国民健康保険造田歯科診療所長で歯科医の木村年秀先生と同診療所の歯科衛生士丸岡三紗氏をお招きし、開催されました。その内容を報告いたします。

高齢化率48.8％の琴南地区は、在宅医療として訪問リハや訪問看護などの医療体制が全く整っていませんでしたが、造田歯科診療所が中心となり、民生委員さんやお弁当屋さんを巻き込んだ多職種連携で在宅医療と在宅介護を支えています。「住民の暮らしを守りたい！」という思いを持ち、同じビジョンで同じ方向を向いて取り組まれています。すべての住民を診るのが地域医療で、介護予防にも力を入れることとなります。

問題点は、研修会等の集まりに一部の住民は集まるが、「めんどくさい！」「やりたくない！」と言って予防が必要な人に届かないことでした。根本的な原因は厳しい社会環境にいる住民がたくさんいるとのことで、「その人たちを守りたい！」という思いでした。

そこで、廃校となった小学校をリメイクし「みらい食堂」を始めました。元気な高齢者を有償ボランティアとして雇い、住民の得意分野を活かして経営するという取組です。その場所に、社会的に孤立している高齢者を食事に誘うようにしました。

歯科診療では必要な人の交通手段が無いことが多かったので、無料の送迎を始めたり、弁当の配達の時に30分のおしゃべりをしたりして、食欲のなかった人が１週間後には畑で草刈り機を使えるようになりました。このように地域包括ケアでは、すべての住民を「地域の繋がり」で守ることでした。

また、月１回交通手段のない高齢者のお買い物ツアーも始めました。ドライバーさんが自宅まで迎えに行き、みらい食堂で昼ご飯を食べて、スーパーにお買い物に行く。数十年ぶりにお友達に出会えた方や月１回の買い物で肉や魚をたくさん買って冷凍する方もいました。元気な方だけでなく、車いすの方もスーパーでお買い物が出来るよう介助しました。認知症があってお菓子をたくさん買ってしまい高血糖になった事例もありましたが、管理栄養士が付き添って買い物し、種類や食べ方を助言することで改善しました。

家族の方が、「こんなにじーさん、ばーさんの喜んだ顔は初めて見た！」と喜んでくれました。たとえ、コロナでスーパーに行けなくなっても、スーパーと自宅をテレビ電話で繋いだバーチャルお買い物で、住民を孤独から救うお手伝いもしています。

このような取組を始めるきっかけは、平成28年に香川県歯科医師会が実施した後

期高齢者の「食べる楽しみ」アンケートにあります。そのアンケート結果では、食事が楽しくない理由として「孤食」が６割を占めていました。「話し相手がいない」が６０％おり、夫婦世帯では４０％、同居家族がいる家庭でも３５％で、孤食状態でした。また、日常生活で移動に困っている人では、病院や診療所への通院で６１.９％、買い物で３８％の人が困っているという結果でした。低栄養または低栄養のおそれがある人は全体の２８.７％で、移動手段が自家用車以外の人の方が低栄養リスクが５.５倍も高くなっています。

通院や買い物などの外出困難が、口腔機能低下を招き、孤食化による食事の楽しみを喪失させ、その結果低栄養になるという過疎地区特有の社会的要因が大きいことが分かりました。つまり、このように社会的要因からスタートし、心理的（認知）身体的（ロコモ）要因が絡み合ってフレイルになっていくということです。

地域資源の利用、地域資源の発掘などがフレイルにならないための取組であり、生活を守ってきた人や医療専門職が高齢者の居場所つくり、お楽しみサロンやワクワクお買い物ツアーに関わり、高齢者が明るく元気に生活できるよう処方していくことが社会的処方となります。つまり、地域とのつながりを処方することで問題解決を図り、地域資源を紹介し、その場で連絡を取ってしまうような対応の仕方をする等、健康の社会的決定要因に地域レベルで直接対処するというものです。医療の力だけでは、住民の健康や暮らしは守れないので、社会全体で住民を守る仕組みが求められています。

琴南地区では、地域を明るく生き生きとしたものにしていくために、地域住民への生活支援サービスを提供し、移住者・関係人口の増加を図っています。その過程で、地域資源を活用し、クリエイティブに何かを学び、体験し、生み出すことを楽しむ地域づくりを通じて、農山村と都市が共存し高齢者も若者も輝く社会づくりに寄与することを目的として日々取り組まれています。

以上のような理想的な取組をお聞きして、日本のどの地域でも実現できるようになっていけたら良いなと思いました。

第 11 回リーダー育成・第 6 回リーダースキルアップ オンライン研修に参加して

公衆衛生事業部
高知県中央西福祉保健所　尾﨑 美和

令和３年10月30･31日の２日間、「2021年度 日本栄養士会災害支援チーム（ＪＤＡ-ＤＡＴ）の上記研修会にオンラインにて、高知県から５名で参加しました。

2021年3月末現在､日本栄養士会には831名のＪＤＡ-ＤＡＴリーダーと2,917名のＪＤＡ-ＤＡＴスタッフ、高知県栄養士会には71名のＪＤＡ-ＤＡＴリーダー、７名のＪＤＡ-ＤＡＴスタッフがいます。

３年前の2019年に高知県で開催された｢第９回リーダー育成研修｣に初めて参加し、栄養士としての責任の重大さ、判断力の必要性、そして、何より自分自身の知識の無さを痛感しました。

2020年度の本研修会にもオンラインで参加し、今回で３回目の参加となります。今回参加の５名は高知市と四万十市に分かれて受講しました。オンラインですので、一人ひとりに分かれて受講することも可能ですが、各所に複数集まり、｢ああでもない、こうでもない」と相談しながら受講する研修会はとても楽しかったですし、結束感がありました。

今回は事前課題（右図）も課せられ、その課題検討の時点から、高知県から参加の５名でｚｏｏｍでやりとりを十分に行い、当日に備えることができました。この事前課題を仕上げる場面で、令和３年９月に改定した「災害時栄養・食生活支援活動マニュアルＶｅｒ.２」の振り返りができ、マニュアルの中身について早急に会員と共有しなければいけないと改めて思いました。

まず、１日目の午前中は日栄公衆衛生担当理事から行政栄養士とＪＤＡ-ＤＡＴの連携による支援活動について講演がありま

【事前課題】

自身の都道府県内で以下のような災害が発生した事を想定して、各都道府県栄養士会（DAT）としての対応はどのようになっていますか。対応が決まっていない場合は、どのように対応したらよいでしょうか。

【災害状況（想定）】

7月4日から断続的に降り続く豪雨により、増水した一級河川K川の堤防が7月7日未明に数か所で決壊し、流域では約7400戸の家屋が被災しました。この災害により7月8日正午現在、開設された避難所は15か所、避難者数は約1000人に上っています。被災地は流域に限定されているため、被災地以外のライフラインは概ね正常に機能しています。

あなたの所属する栄養士会に県または被害のあった市町村から支援要請が来る可能性が高まっています。

問１　あなたの所属する栄養士会は、災害が発生した際に会員の安否確認や被害状況について確認する方法が確立されていますか？

- A　確立されている　→　どのような方法で行いますか？
- B　確立されていない　→　今後どのような方法で行うとよいとかんがえますか？

問２　あなたの所属する栄養士会には災害対策本部を立ち上げる基準がありますか？

- A　ある　→　内容は？なぜそのような基準になっている？
- B　ない　→　どのような基準を設けたらよいか？

問３　被災自治体より支援要請がありました。あなたの所属する栄養士会では支援者の募集方法はどのように決まっていますか？

- A　決まっている　→　方法は？またその方法のメリットやデメリットは？
- B　決まっていない　→　募集方法はどうしますか？

問４　あなたの所属する栄養士会は都道府県または市町村と災害協定を締結していますか？

- A　いる　→　内容を確認して、気づいたことや疑問に思ったこと
- B　いない

問５　各都道府県栄で特殊栄養食品の備蓄がされていることを知っていますか？

- A　知っている　→　どんなものが備蓄されている？
- B　知らない　→　どんなものが必要となる？
- C　備蓄されていない　→　その理由は？

問６　災害対策本部を立ち上げた際の必要物品はそろえられていますか？

- A　そろえられている　→　内容は？
- B　そろえられていない　→　どんなものが必要となる？

した。災害発生時の行政栄養士の活動の全体像を示し、栄養士会が行政とどう連携していくことができるかという内容で、以下の①から⑥までの備えを平時からしておくことで、災害時の適切な判断や意思決定がスムーズにできるとのことでした。

①災害時の栄養・食生活支援を担うという自覚を持つ
②地域別のネットワークを構築する⇒いざという時の連絡先､情報共有手段（ＳＮＳ、ミーティング等）
③ＪＤＡ‐ＤＡＴリーダーと行政栄養士が平時から顔の見える関係をつくる
④自分の地域の地域防災計画を読む
⑤地域の管理栄養士（医療、福祉等）に災害時の栄養情報を伝える
⑥災害時の栄養・食生活支援計画を考える（ＪＤＡ‐ＤＡＴによる栄養・食生活支援活動マニュアルの作成）

１日目の午後から２日目の午前中は、様々なアクションカードを使って、グループ単位での検討、そして、全体との情報共有を行いました。「被災地出発準備」や「活動拠点・現地統括」､「提供食の把握と支援」や「食中毒・感染症の予防」､「要配慮者の支援」､「後方支援」､「特殊栄養食品の調達確保」等、どういった場面でどういったことをしなければならないか。その時、どういうスキルが必要かなど多くのことを考える必要がありました。研修では考える時間がありますが、実際、災害が起こった場合には悠長に考えてはいられません。迅速で適切な判断が求められます。

２日目の午後は「県内で災害が起こった時にどう動くか。今後、栄養士会で取り組んでいきたいこと」について情報共有を行いました。そこでの意見をいくつか紹介します。

・災害の時、実際に動ける体制づくりが必要
・メンバー表の更新
・リーダー・スタッフの増員
・リーダーやスタッフが繋がる環境をつくる（ラインなど）
・他職種と連携した研修会の開催
・特殊栄養食品の備蓄の必要性（賛助会員の協力を検討）
・ＪＤＡ‐ＤＡＴを多くの人に知ってもらう
・災害対策費の予算化　等々

情報共有をしていく中で、改定したマニュアルが実働可能なものになっているのか、また、足らないものは何かなど、いろいろなことが見えてきました。会員の安否確認の方法や名簿作成、東西に長い高知県で、拠点は１つで良いのか？もっと、行政との連携を具体的にしていかなければいけないと感じました。人が動くためには多くの資材が必要になります。こういったものの購入も早急に進めなければならないと思います。

災害が起こらないことが一番良いですが、万が一起こった時に、栄養士として活動できるよう、日ごろから顔の見える関係性と知識を身につけておきましょう。

是非、今年の研修会に参加してみてください。多くの気づきや学びがあると思いますよ。

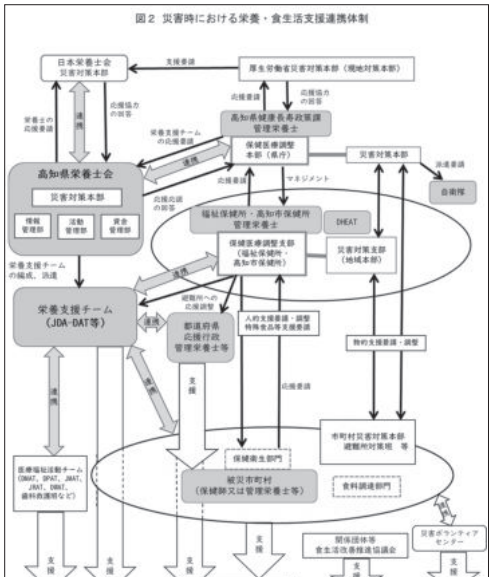
災害時栄養・食生活支援活動マニュアル Ver. 2 発行

研究教育事業部
高知県立大学　健康栄養学部　島田 郁子

令和３年１２月に、皆様にお届けしました当マニュアルは、平成２６年に第１版が作られました。その後、平成２８年の熊本地震や平成３０年の西日本豪雨災害の発生時には、高知県栄養士会からＪＤＡ-ＤＡＴ高知メンバーが派遣され、県外のＤＡＴメンバーと活動する等貴重な経験をしました。

南海トラフ地震等の災害に備え、平成２９年に高知県と「大規模災害時における栄養・食生活支援活動に関する協定書」を締結しました。各都道府県栄養士会が、災害時に地域に入って支援活動をするには、このように県をはじめ自治体との協定を締結しておくと、応援依頼の流れがスムーズになります。高知県栄養士会と高知県では被災者への巡回栄養相談、避難所での食事状況調査や啓発活動、食事制限等のある食の要配慮者への食料供給の後方支援等が協定内容となっています。

今回の改訂では、高知県が令和３年３月に発行した「高知県南海トラフ地震時栄養・食生活支援活動ガイドラインＶｅｒ.２」の内容を踏まえ、災害時における栄養・食生活支援連携体制を掲載し、栄養士会の役割を明らかにしています。



右の資料は、前述の高知県のガイドラインを引用し、新たに要配慮者用の食品の例やとろみ調整用食品の情報、ピクトグラム（絵文字）を使った指示物等を掲載しました。

災害時の支援活動というと、赤いジャンパーを着て現地へ赴き、ひたすら活動に従事するというイメージがあるかもしれませんが、高知県が被災した場合、栄養士会事務局は受援体制を作り、県内外の支援者の受付や振り分けもすることになります。

１月１７日に南海トラフ地震対策情報伝達訓練が行われました。高知県の健康長寿政策課からチーム編成依頼を受け、ＪＤＡ-ＤＡＴ高知リーダー・スタッフからの返信により１チーム３名で４チームを編成しましたが､派遣希望曜日と人数、地域の割り振りにかなり時間がかかることを実感しました。実際はもっと厳しい状況でしょう。当マニュアルを職場や訓練で、ぜひ活用していただけたらと思います。

栄養ケア・ステーション活動で日常業務の質が上がります

医療事業部
社会医療法人近森会近森病院　兵頭 由衣

２０２０年度末より高知県栄養士会に入会し、栄養ケア・ステーションの会員として活動をしております。私は２００９年に近森病院に入職し、今日に至るまでの１２年、急性期における栄養管理に従事してきました。急性期に限ったことはおおよそわかる・・・、しかし患者が回復し地域社会に復帰した後は一体どうなっているのかを知り得ない状態でした。そこで栄養ケア・ステーションの活動を通して視野を広げ、急性期の段階から何かできるアプローチがないものか、自分が持つスキルの課題は何か等について、「知らないことを知る」、まずはここから始めたいと考え、初の活動として地域ケア会議に参加してきました。

地域ケア会議では対象者の生活背景、経済状況、地域活動状況、家庭環境、介護状況、ＡＤＬ（日常生活動作）、医学情報、趣味、性格等から全体像を把握し、問題点を明らかにすることが印象的でした。こんなに様々な角度から対象者を見るのか！と驚いたと同時に、これまで対象者を広く捉えることができていなかったことを知りました。また全体像が明らかになっていくにつれ、徐々に対象者が浮かび上がってきて、そこで初めて対象者の食・栄養に対する関心度、考えや意識、意欲や環境がわかるということを知り、これまで私は対象者の人生のほんの一部を切り取ったことにしか栄養介入できていなかったことを知りました。そして明らかになった問題点を解決し対象者が求める真のアウトカムを達成するために、どうアプローチするのか等について多職種で意見を出し合いました。対象者の真のアウトカムにおいて栄養はどの程度関与できるのか、そもそも栄養介入は必要か、仮に介入するとしたらどんな点が課題で優先順位はどうか等を短時間で探るという技術がないことも知りました。そして対象者にとって栄養がそれほど重きを置いていないのであれば、現状維持とし見守るという視点も一つあることを知りました。

こうして初参加の地域ケア会議で多くの「知らないことを知る」ことができ、自分自身の課題を発見し、その解決に向けて自分自身がどうしていけばよいかを知ることができました。

栄養ケア・ステーションの活動は平日が多いため職場の業務を上司や同僚に相談して参加する必要はありますが、活動を通して得たことは必ず日常業務の質向上に繋げるという私の思いを職場に広く理解していただき、活動ができております。

日常業務で得るスキルを栄養ケア・ステーション活動に、栄養ケア・ステーション活動を通して得たスキルを日常業務に反映させることで、患者や対象者に寄り添った栄養管理ができる管理栄養士として幅広く活動できると考えます。

患者や対象者の真のアウトカムを探索し、根拠に基づいたアプローチができる管理栄養士となれるよう、日々邁進して参ります。

第４１回食事療法学会参加報告

医療事業部
細木病院　橋本 由佳

ＣＯＶＩＤ－１９による影響を受けて昨年に引き続きオンライン開催となりました。会期はライブ配信とオンデマンド配信を含む３月４日（金）～１３日（日）と長かったため、リアルタイムでは参加できない方も含め２,０００名以上の参加となりました。今回は、令和４年度診療報酬改定の速報もありましたので、報告させて頂きます。

講演①
「管理栄養士・栄養士の近未来」－デジタルの力を活用する－
愛媛大学医学部附属病院栄養部部長　利光久美子
講演②
「回復期リハビリテーション病棟における診療報酬制度の変遷と今後の展望」
一般社団法人是真会長崎リハビリテーション病院栄養管理室　西岡心大
情報提供
「令和４年度診療報酬改定の概要」
厚生労働省保険局医療課課長補佐　増田利隆
会員対話
「令和３年度政策課題病院部門実態調査結果」

講演①では、２０１３年「日本再興戦略」が閣議決定され、全ての健康保険組合に対し「データヘルス計画」への取組が求められていることが示された。健康保険組合に向けては、健康診断結果やレセプトのデータ分析に基づいた、ＰＤＣＡサイクルで効果的・効率的な保険事業を実現する「データヘルス計画」の実施が義務付けられ、ＩＣＴを活用した健康管理・診療サービスの提供や、健康・医療・介護領域のビッグデータを集約したプラットフォームのなどの構築が進められている現状が説明された。具体的には、データヘルス集中改革プランとして、全国で医療情報を確認できる仕組みの拡大や、電子処方箋の仕組みの構築、自身の保健医療情報を活用できる仕組みの拡大など、患者や全国の医療機関等で医療情報を確認できる仕組みの拡充が進められている。これは、ＰＣやスマートフォン等を活用して、国民・患者が自身の保健医療情報を閲覧･活用できる仕組みと、健診･検診データの標準化に速やかに取り組むものである。ＡＰＩ活用のための環境整備とそれらに伴う電子カルテやその情報等の標準化など、医療におけるデジタル化への迅速な対応も同様であり、私達の日常業務も標準化された情報で活用されていくことになる。そのためには、医療システムの現状を理解し、栄養や食事の情報をデジタルで繋げるためのデータ整理が必要となってくる。講演では「病院に入院した時点のみを見るのではなく、前後の生活をトータルに見ることが必要」「数字と共に変化を伝えなければ共有できない」ことが強調された。今後、日本栄

養士会でもカルテ記録に関する研修会を予定しているとの話があった。

講演②では、2018年4月に回復期リハ病棟入院料1の要件として管理栄養士専任配置の努力義務規定等が盛り込まれ、さらに2020年改定では上記要件が義務化されるに至った経緯について、以下のとおり説明された。2009年4月に全国回復期リハ病棟協議会（現・回復期リハ病棟協会）に管理栄養士による栄養委員会が設置され、翌2010年2月に回復期リハ病棟における栄養管理マニュアルを発刊した。同時にリハ栄養の概念が普及し、他職種にも栄養ケアの重要性が普及していった。2012年2月には回復期リハ病棟協会栄養委員会の調査により栄養障害が高率に認められることや、栄養障害重症度と退院時ＡＤＬ、自宅復帰割合が関連することを明らかにした。また入院中にるい痩患者が増加していることや、栄養改善とＡＤＬ改善が関連していることも示された。これらのエビデンスにより2018年4月に回復期リハ病棟入院料1の要件として管理栄養士専任配置の努力義務規定等が盛り込まれ、さらに2020年改定では上記要件が義務化されている。令和4年度診療報酬改定にリハ栄養に関連する項目は無かったが、2度の診療報酬改定で回復期における栄養ケアの重要性と病棟専任管理栄養士の位置づけが認められたことは大きな前進である。講演では「管理栄養士の配置はゴールではなく、患者を栄養障害から救うための手段である」と述べられ、「栄養ケアの質の担保、病棟専任管理栄養士業務の標準化など、様々な山積する課題を解決する必要があり、そのためには現場の管理栄養士が実績を積み上げることが必要だ」と示された。

情報提供と会員対話では、令和4年度診療報酬改定における様々な栄養関連項目の評価が示された。特に「栄養ケアを強化し患者40人に対して管理栄養士1人を配置している病院の方が、早期退院が推奨され在院日数は短縮されていた」という調査結果から管理栄養士の病棟業務の効果が評価されている。また、入院中だけではなく入院前から退院後の外来診療や在宅療養につなげる栄養管理で患者の低栄養状態を早期改善することが求められており、早期栄養介入管理加算の要件見直しや周術期栄養管理実施加算が新設されている。精神科においても摂食障害入院医療管理加算の実績要件の見直しと精神科身体合併症管理加算の対象患者の見直しがあった。摂食嚥下支援加算は摂食嚥下機能回復体制加算に改められ、鼻腔栄養、胃瘻、又は中心静脈栄養の患者の経口摂取回復率によって3段階の算定となった。また、外来栄養食事指導料の要件見直しでは、初回から情報通信機器等を用いて栄養食事指導を行った場合の評価も盛り込まれている。

令和6年度（2024年）は、地域包括ケアシステム推進について完結を迎える年であり、診療報酬・介護報酬同時改定の年となる。本学会も医療だけの話題提供の枠に収まるのではなく、介護等に係る事項についても医療との結びつきを含めて熟考し、課題解決の一助になるよう進めていくことが重要だと締めくくられた。

日本栄養士会では『令和4年度診療報酬改定説明会』をオンライン（オンデマンド方式）で2022年4月28日（木）予定～6月30日（木）の期間に無料開催の予定です。是非ご覧ください。

健康づくり団体とすすめる糖尿病予防

公衆衛生事業部
香美市役所　有光 加恵美

私が所属する香美市役所健康介護支援課の栄養士の配置状況は、健康づくり班と親子すこやか班に各１名でしたが、平成３１年度から健康づくり班に１名のみの配置となっています。その他では会計年度任用職員として保育部門に１名が配置されています。

当課での食育、栄養改善業務は、母子保健から特定保健指導、介護予防や地域ケア会議まで多岐に渡っています。さらに令和３年度からは新型コロナウイルスワクチン接種業務も加わり、予定していた事業も新型コロナウイルス感染拡大予防で中止にせざるを得なかったり、事業の延期や内容の見直しも必要となりました。

そのような状況でしたが、令和３年度に保健師と創意工夫しながら進めてきたのが糖尿病予防部会です。この部会は平成３１年３月に第３期香美市健康増進計画および第２期食育推進計画に基づき、香美市の重点課題である糖尿病予防対策の一環として、健康づくり団体と行政とが協働でその対策について検討し、市民に広く糖尿病予防に関する知識の普及啓発活動を行うことを目的としています。構成メンバーは食生活改善推進協議会、健康づくり婦人会、健康づくり推進協議会の健康づくり団体の代表者です。

部会では、香美市の健康課題である糖尿病からの人工透析が多いことなどを共有したり、糖尿病を含む血管病について学習しました。また、昨年度保健師が行った実際の透析患者さんへのインタビューを通して、自覚症状がなく疾病が進んでいくことや大人になってから生活習慣はなかなか変えることができないなどの課題を整理し、だからこそ、若い時からの知識の普及啓発が必要という結論に至りました。

そこで、健康づくり団体の活動として、誰に何をどのような方法で伝えたいか協議を重ねた結果、血管病対策の紙芝居を作成し、小学生に若い時からの望ましい生活習慣を伝える、また、その保護者へも児童やパンフレットを通じて働きかけることにしました。

実施後に受け取った児童らの感想では「未来の自分のために食生活や早寝早起きに気を付けたい」、保護者からは「子どもたちが知ることで親の不摂生な生活に気が付き、お互いに注意しあえる良い機会になった」などの感想があり、生活習慣を親子で見直すきっかけになったようでした。

この部会はまだまだ発展途上中です。行政主導で行うのではなく、あくまで健康づくり団体が主役であり、主体的な活動を通じて地域全体の健康づくり活動が醸成していくよう意識しつつ、来年度に向けてさらに協議を進めています。

健康づくり団体の中でも、食生活改善推進協議会は地域で食を通じた健康づくり活動をしており、行政栄養士だけでは限界がある栄養改善、食育活動を地域できめ細かく行っており、とても頼りになる存在です。

しかし、このコロナ禍で地域での活動は激減しており、推進員のモチベーションの維持やアフターコロナを見据えた活動と組織の育成など、推進員の新たな養成が今後の課題となりそうです。

食育、栄養改善業務は、乳幼児から高齢者まで生涯に渡り、疾病の発症や重症化予防はもちろんですが、地元の農産物を知り活用できる、食文化を知る・伝える、ともに食を楽しむ、食べる機能を維持するなど様々な切り口でアプローチできる楽しさもあります。毎日繰り返される「食の営み」が生涯を通じて健やかに豊かに育まれることに、少しでも貢献できるよう自己研鑽を重ね、行政職員として地域の方々とともに取り組んでいきたいと思います。

紙芝居「血管の妖精からのメッセージ」の一部

基本的な生活習慣の育成
～よりよい朝食習慣を目指した指導方法の工夫～

学校健康教育事業部
土佐市立高岡第一小学校　森田 茉奈

研究目的

・朝食摂取率を上げ、朝食の内容「主食とおかずを食べる」を６割以上にする。
・家庭科を通して、朝食等を自分で準備できるようになるための指導方法を探る。

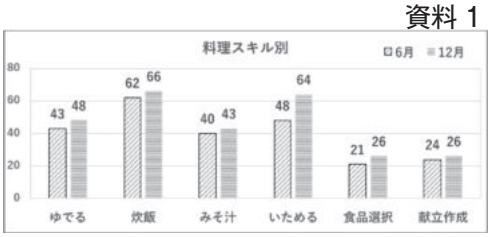
研究仮説

各学年での朝食指導
食への関心と調理のスキルを高める
家庭科で調理する機会を増やす
朝食摂取率の向上　　朝食内容の充実

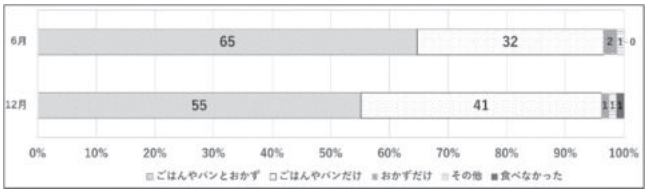
実施内容

○各学年での朝食指導
　・朝の会の前に１０分間指導
　・副読本「よりよい生活習慣のために」の活用
○家庭科（お弁当作り）
　①３・１・２お弁当箱法の学習（土佐市健康づくり課）
　②調理実習（食生活改善推進員さん、土佐市健康づくり課）
　③お弁当づくりの宿題

資料１



朝食内容６年　　資料２



まとめ

生活しらべをＣｈｒｏｍｅＢｏｏＫで行うことで、実施回数が１回から２回になり、調査と集計がしやすくなった。家庭科を通して６年生の調理スキルが向上したと考えられる（資料１）が、朝食内容の改善にはつながらなかった（資料２）。その他の学年も同様の結果であったため、今後朝食指導の内容を検討することと、教材の工夫、教職員や家庭との連携を行い、子どもたちの健康的生活習慣の育成に取り組んでいきたい。

食卓にワクワクを届けたい！

地域活動事業部
岡本 多樹

【台所実験家としての活動】

私は現在、台所実験家（自称）として「いただきます！ラボ」（いただきます！ラボ http://itadakimasulab.com/）という屋号で食育活動などの事業をしています。その活動のひとつに、料理教室をより科学的にして食品の色や形の変化を楽しむ「**ラボラボ台所実験教室**」というものがあります。子どもたちを対象に放課後児童クラブから依頼を受けたりイベント出店などをしたりしています。

ビタミンB_2の蛍光特性を利用した「光るグミ」、紫キャベツの色素アントシアニンがＰＨによる色変化を利用した「カメレオン焼きそば」、空き缶でつくる（穴をあけてモーターで回しながら加熱し、中にいれたザラメを飴化させる）「わたあめ」、クエン酸と重曹を丸めて作る（酸と塩基の中和反応）「バスボム」などなど他にも様々なコンテンツがあり、どれも台所によくあるもので簡単にできます。

カメレオン焼きそば

バスボム

わたあめ

【台所実験のねらい－ＳＴＥＡＭ教育×食育】

子どもたちは、食品の色が変わったり、光ったり、泡が出たり、膨らんだり、固まったりそんな化学変化を見せると目をキラキラ輝かせて楽しみ、食べ物に興味を持ち始めます。そこから展開して食以外にも、理科や芸術、社会、環境など色んなことに興味を持って横断的に学べる仕組みづくりをしたいと考えています。台所実験室は「ＳＴＥＡＭ教育」をヒントに展開しています。ＳＴＥＡＭ（スティーム）とは、Ｓ：Ｓｃｉｅｎｃｅ（科学）、Ｔ：Ｔｅｃｈｎｏｌｏｇｙ（技術）、Ｅ：Ｅｎｇｉｎｅｅｒｉｎｇ（工学）、Ａ：Ａｒｔ（芸術）、Ｍ：Ｍａｔｈｅｍａｔｉｃｓ（数学）、の頭文字をとってつくられた言葉で、**各教科を横断的に考えたり、検証したり**しながら**実社会で応用する力**を育む教育概念です。（参考：経済産業省「未来の教室」ＳＴＥＡＭライブラリ https://www.steam-library.go.jp/）

当初は自分の子どもと一緒に活動できると思って始めたのに、（現在は４歳、６歳、８歳の育児中）育児がおろそかになり反省することばかりです。協力してくれる家族や周りの人々への感謝が絶えません。

これからも子どもたちがあっと驚く楽しいコンテンツをつくってワクワク楽しい台所実験を発信していきたいと思います。

新科目「健康栄養フィールドワーク」の教育活動

研究教育事業部
高知県立大学健康栄養学部　廣内 智子

高知県立大学は２０１５年度に「域学共生」という理念を掲げました。これは､地「域」と大「学」が「共」に「生」きていくための協働関係を築き､「大学が地域を変え、地域が大学を変える」という考え方です。地域と大学が互いに手を携え、教え合い、学び合い、育ち合いながら、高知県の地域の再生と活性化を実現したいという想いが込められています。このような理念のもと、高知県立大学では、全学部の学生を対象に「地域学概論」「地域学実習Ⅰ」「地域学実習Ⅱ」の３科目を必修化し、キャンパスと現地で学んだ広い視野を基盤に、専門の知識や技術を身につけることによって、地域のことをよく理解し、チームを組んで地域課題の解決に取り組むことのできる人材の育成を目指しています。２０２１年度より「地域学実習Ⅱ」の選択必須科目として、各学部で学んだ専門性を生かしながら、学生自らが地域住民と協働して地域課題に取り組む実習科目が各学部に新設されることとなり、健康栄養学部には「健康栄養フィールドワーク」が新設されました。

「健康栄養フィールドワーク」の特徴は、食に関する地域課題を自ら発見し、解決のための目標を立てて計画を立案し、地域活動を実践し、達成度を自己評価します。このように、主体性を持って取り組むことで自分たちに何ができるかを探りながら、自主的に学ぶ力を得て欲しいと考えています。初年度は、４つの地域（高知市御畳瀬、高知市宝町、香南市夜須町、香南市香我美町）の課題に取り組みましたので、実習活動をご報告いたします。

【高知市御畳瀬の実習】

御畳瀬地区はかつて日本一人口密度が高い村と言われていましたが、漁業の担い手不足や少子高齢化による著しい人口減少が進みました。それにより交流人口や関係人口が縮小したため、それらの拡大をすすめ、地域の再生を図ることが重要な地域課題となっています。そこで、御畳瀬地区の魅力発掘、発信を行うことを目的に、地域の食文化を調査し、地域の魅力を発信する手段として、栄養士の視点から地域の食材を活かした御畳瀬のＰＲ商品を考えることを目標としました。

学生たちは、御畳瀬の食材（沖うるめやメヒカリ）を使った御畳瀬バーガー、御畳瀬定食、防災食などを試作し、地域の方に試食・評価して頂く計画を立て、御畳瀬のＰＲ商品を完成させました。御畳瀬地区の皆様は、学生たちが提案した新メニューやアイディアを生かしながら、地域の再生や活性化に取り組まれていました。また､「若い感性のすばらしさに驚き、感動した」とお褒め頂く事例も多くありました。

御畳瀬バーガー

御畳瀬サンド

沖ウルメ丼

【高知市宝町の実習】

高知市宝町では、学生が主体となって地域の防災活動の企画・運営を実施しました。「防災カフェ」をテーマに、地域の皆様に災害時でも美味しく食べられる調理法などの防災知識を、手作りの紙芝居で紹介しました。その後、パッククッキングで調理した牛丼やきゅうりの和え物を、地域の方にお渡ししました。

【香南市夜須町及び香南市香我美町の実習】

香南市夜須町では山北みかんの収穫や剪定作業、香南市香我美町では無農薬野菜（ニンニク）の植え付け作業などを体験しました。学生たちは農業体験を通して地域の食材の特徴や魅力を知る機会となりました。また「農業は大変」だけでなく、美味しく作るための工夫や生産者さんの商品に対する熱い思いを知り、食品生産の厳しさや楽しさを学びました。この農業体験を生かして農業へ理解を深め、将来の食育活動のなかで生産者と消費者を結ぶ役割を果たせる管理栄養士を目指して欲しいです。

学生たちは、地域の皆様の生きた知恵や食文化から、キャンパス内では学べない多くのことを学びました。実習後は地域での活動を振り返り、多様な考え方や価値観についての理解を深め、栄養士と地域が連携することの重要性について新たな気づきを得ることが出来ました。今後も本科目を通して、地域の食文化の理解を深め、地域課題の解決に取り組める学生を育成したいと考えています。

ドラッグストアでの地域健康支援の取組

勤労者支援事業部
ドラッグストアｍａｃ東雲店　坂本 和香

ドラッグストアｍａｃは大屋グループの事業のひとつで、四国全域に５４店舗（２０２２年１月現在）展開しているドラッグストアです。「健康で豊かな暮らしを創造し、共に働く仲間の幸せを実現します。」を経営理念とし、「健康」、「楽しさ」、「便利さ」、「美しさ」をキーワードに、地域の皆様の豊かな暮らしを実現することを目指しています。

私の勤務するドラッグストアｍａｃ東雲店では、地域の皆様の「健康」を実現するために、管理栄養士が常駐し、お客様の健康をサポートする「健康クラブ店舗」を掲げています。毎日の食生活のお悩みや、ダイエットのサポート、育児相談、健康相談の実施など多岐に渡り活動しています。

現在活動の軸としていることは「カウンセリングプログラム」です。ダイエットをしたい、生活習慣病を予防したい、将来のために筋肉量を維持したいといった目標がある方に対して、お客様の目標に合わせた食事と運動のプランを提案します。プランに沿って、アプリや手帳を使って毎日の記録をしていただき、定期的な来店でカウンセリングを実施するといった内容です。始めたばかりで実績は少ないですが、プログラムに参加して「楽しくダイエットに成功した」、「食事内容を変えて健康診断の結果が改善した」、「運動の習慣をつけることが出来た」といったお喜びの声もいただいています。二人三脚で目標達成を目指していくため、お客様とも一層深い信頼関係を築くことが出来ます。ドラッグストアでこのようなカウンセリングプログラムを実施している企業は少なく、お客様の認知度も低いためまだまだ多くの方に参加していただくことは難しい状況ですが、お客様をはじめとして地域の方々の健康寿命の延伸や将来の介護予防をサポート出来るように努めていきたいと考えています。

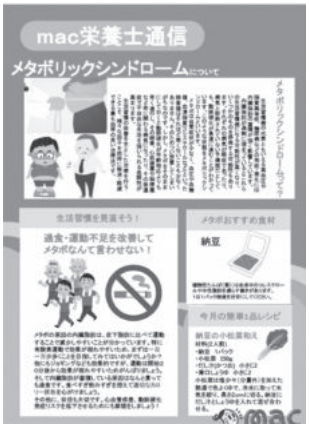
カウンセリングの様子

運動や食事のアドバイス

その他にもイベント開催に力を入れております。体組成や血圧、握力の測定を行いその結果を基にアドバイスをする「測定会」を定期的に開催し、多くのお客様にご参加いただいています。特に体組成や握力は普段測定の機会が無く、興味を持って参加してくださる方が多くいます。測定をすると「自分が思っているより良い状態だった」、「意外と筋肉量が少なかった」などといったお声があります。そういった方には食事スタイルや運動習慣のことを聞き取りして、改善のためのアドバイスをさせていただきます。私から提案させていただいた内容を実践してみて、「悩んでいた数値が改善した」といったお声もいただきました。自分が提案したことが実際にお客様のお悩み解決に役立っているということはとても嬉しく、管理栄養士としてドラッグストアにいることの意味を感じるように思います。

イベント以外にもドラッグストアｍａｃで発行している月刊誌やＨＰへの健康コラムの掲載、お悩み別のレシピや献立を作成するなどの業務もあります。お客様にとっては「管理栄養士」という存在自体に馴染みが無い方もいらっしゃいますので、色んな側面からアプローチをして管理栄養士が出来ることを提案しています。

イベントの様子



健康コラム

また、ドラッグストアで働く上で欠かせない薬や化粧品等の相談も受けます。管理栄養士として働いておりますが、第２類医薬品までの一般用医薬品を販売することが出来る「登録販売者」という資格も取得しており、お客様の症状に合った医薬品をおすすめします。化粧品についての勉強会もあり、お客様の肌トラブルを助けるスキンケアの紹介や肌色に合ったファンデーションの提案などもします。栄養学だけでなく幅広い知識が求められるため大変だと思うことも多いのですが、その分やりがいを感じることも多く、また、自身の生活にも役立つ知識なのでとてもいい経験になっていると感じます。

ドラッグストアでの管理栄養士、栄養士としての働き方はまだまだ未開拓の部分が多くあるため、試行錯誤しながら現在の形を作り上げてきました。ドラッグストアに勤務する上で一番の目標は、地域の方々が気軽に立ち寄れて相談も出来る場所を作ることです。地域の方々の豊かな暮らしを実現することを目指して、これからも新しいことに挑戦していきたいと考えています。

認知症グループホームにおける栄養管理体制加算
～算定から中止までの経過～

医療事業部
介護老人保健施設梅壽苑　林 絵理

はじめに、当施設は病院併設の介護老人保健施設（以下、老健）です。老健には一般入所、短期入所（定員７０名）と通所リハビリ（定員４０名）があり、更に同法人内にグループホーム（定員１８名）があります。老健には常勤の管理栄養士が２名所属し、栄養管理と給食管理を行っています。

令和３年度介護報酬改定にともない栄養ケアマネジメント加算が廃止され基本報酬に含まれたため、新たに新設された栄養マネジメント強化加算を算定することとなりました。

更に栄養管理体制加算の算定要件である「介護保険施設（栄養マネジメント強化加算の算定要件として規定する員数を超えて管理栄養士を置いているものまたは常勤の管理栄養士を１名以上配置しているものに限る。)」という要件を満たしていたため、グループホームにおいても新設された栄養管理体制加算の算定を令和３年４月より算定することになりました。

栄養管理体制加算は、「管理栄養士が日常的な栄養ケアに係る介護職員への技術的助言や指導を月１回以上行うこと」とあったので、まずは少なくとも月に１度は必ず訪問し、カルテで摂取量や体重を確認するとともにミールラウンドを行い問題のある方を抽出、また職員に食事面で困っていることや気になることがないか等を確認し記録、資料の作成・配布と口頭での助言・指導を行っていくこととしました。

しかし、最初に気になったのは栄養管理よりも衛生管理面のことでした。手洗いの場所や調理時の手袋の使用、冷蔵庫の保管方法等栄養管理に加え衛生管理の改善も目標に挙げ取り組んでいくことにしました。

衛生管理についてグループホームの職員からグループホームは家の延長線上にある場所なのでそこまでしなくてもいいのではという意見がありました。家の延長線上ということも分かりますし、衛生管理をどこまで行うかは施設ごとの方針もあると思いますが、食中毒防止等の観点から衛生管理をお願いしたいことを伝えマニュアル作成や実施できることから少しずつ協力をお願いしました。

栄養管理については、何か困ったことや気になる利用者様がいないか職員に確認を

すると「特にない」との返事がありましたが、実際には食事摂取が少なかったり体重減少が続いている利用者様がいたため、「特にない」と言う返事には疑問を感じるところがありました。また、同じ利用者様に対して「排便状況の影響で食べられていない」、「病気のため食欲がなく食べられていない」等、摂取できない理由に認識の違いがみられました。口腔・栄養スクリーニングの算定は行っていませんでしたが、スクリーニングを行うことによって利用者様ごとの問題点をグループホームの職員が認識・共有し管理栄養士との連携体制を整えることが重要と考え、スクリーニング用紙の作成にあたりました。

プランの作成や栄養管理の進め方については、「認知症対応型共同生活介護（認知症ＧＨ）における栄養管理の実務のための手引き（日本健康・栄養システム学会)」を参考に２名の管理栄養士でどのようにしていくか話し合い、更に併設病院の管理栄養士にも相談しながらプランや掲示資料等を作成していましたが、本来の業務（老健及び通所リハビリの栄養管理・給食管理）に加え、手探り状態で新たな算定を行うことは、思った以上に時間を要し、業務の負担も大きく時間外労働も発生してしまう状況でした。また、進めていくうちに連携も図りやすくなると思っていましたが、グループホーム全体としての協力が得られにくい状況もあり、法人の方針として算定を続けることは難しいとの判断に至り、令和３年１０月で一旦中止することとなりました。

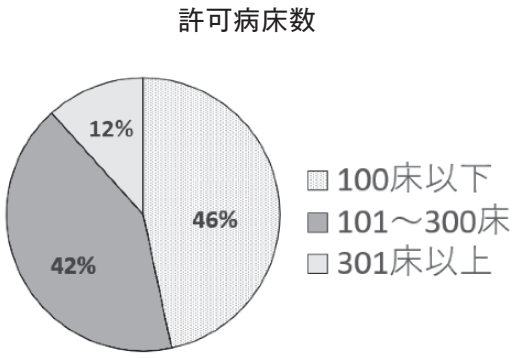
今回、認知症グループホームにおける栄養管理体制加算を算定して、比較的自立度の高い施設でも低栄養リスク者に該当する利用者様がいることを改めて認識できました。一旦算定は中止となりましたが、グループホームの職員から「食事のことで相談したい」との声も聞かれたので、今後も定期的に連絡を取り、相談しやすい関係性を構築し、算定には至らなくても栄養食事支援を継続して行うことで利用者様の生活の質の低下防止を図り、その人らしい生活を送ることに繋げていきたいと思いました。

令和３年度高知県栄養士会医療事業部 COVID-19 関連調査報告

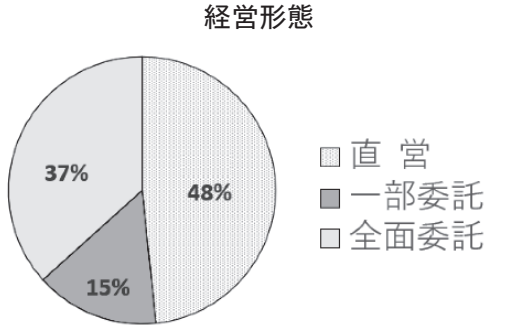
（公社）高知県栄養士会
副会長　伊與木 美保

医療事業部は、令和３年度実態調査として、高知県栄養士会会員が勤務する施設に対し、ＣＯＶＩＤ－１９における影響度について調査を実施した。調査の集計結果について報告する。

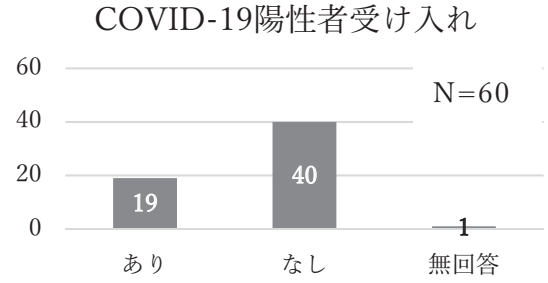
調査対象期間：令和２年４月～令和３年１０月
調査依頼施設：７５施設
調査回答施設：６０施設（回答率８０％）
【結果】単位：施設
○許可病床数　１００床以下　　：２８
　　１０１～３００床：２５
　　３０１床以上　　：　７

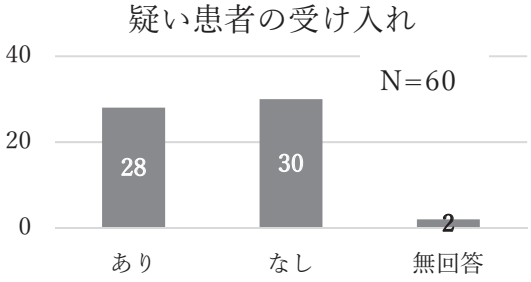


設問１．経営形態
　　直　　営：２９
　　一部委託：　９
　　全面委託：２２



設問２．ＣＯＶＩＤ－１９陽性または疑い患者の受け入れについて
　　陽性患者　１）あり　１９　　２）なし　４０　　無回答　１
　　疑い患者　１）あり　２８　　２）なし　３０　　無回答　２

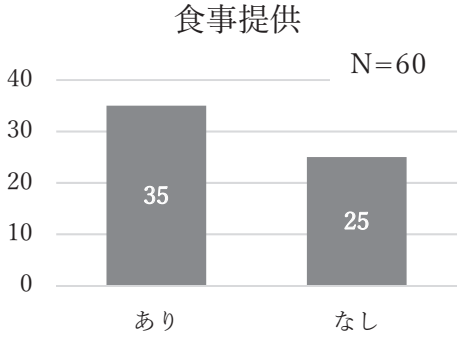


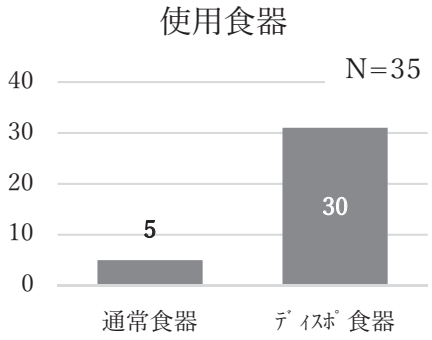


設問３．ＣＯＶＩＤ－１９（疑い含む）患者への食事提供

①　食事提供　１）あり　３５　２）なし　２５

②　使用食器　１）通常食器　５　２）ディスポ食器　３０





設問４．コロナ感染対応における影響内容　（回答数の多い順）

①　院内研修会・部署内勉強会の中止（５７）

②　カンファレンス・会議などの業務制限（４８）　…※１

③　ディスポマスクの不足（４２）

④　ディスポ手袋の不足（３４）

⑤　学生実習、院外からの研修生受け入れ（３２）　…※２

⑥　入院患者の減少（２９）

⑦　消毒用アルコールの不足（２７）

⑧　栄養指導件数の減少（２１）

⑨　人員不足［子供の学校休校、濃厚接触者の自宅待機等］（１４）

⑩　対策本部の委員、または意見を求められた（１２）

⑪　食材料確保困難（４）

⑫　ディスポ食器、使い捨て弁当箱の確保困難（１）

⑬　在宅勤務［テレワーク］（０）

※１　業務制限の詳細

人数制限のみ：７　　時間短縮のみ：４　　全面中止：７

該当項目２つ以上回答（３０）

※２　実習受け入れ（対象施設：３２施設）

全面中止：２０　　感染対策を講じて受け入れ：１０　　その他：２

（その他内容：感染状況に応じて受け入れ・条件付きでの受け入れ）

設問５．栄養部門として独自に取り組んだこと　※複数回答施設あり

・コロナ対応業務フロー（１１）
・ＢＣＰ検討・作成（１０）
・業務対応マニュアル（４）
・委託業者との連携（４）
・感染対策［朝夕の検温記録、部屋換気、アルコール消毒、指導室のカーテン］（４）
・行動自粛徹底（３）
・衛生材料の確保（２）
・感染マニュアルの見直し（１）
・栄養科スタッフ感染時の献立作成（１）
・栄養剤や備蓄食材の確保（１）
・連絡体制の構築（１）
・業者の出入り禁止（１）
・コロナ患者への個別対応（１）
・調理師の離職対策（１）
・実習受け入れ対策（１）

設問６．会員間で共有したいこと

・複数の調理師がコロナ感染した場合の対策（２）
・コロナ陽性患者発生時の食事提供から下膳洗浄までのマニュアル化（２）
・コロナ陽性患者への食事提供や栄養管理（４５）
・食材納入業者対応や営業業者への出入り禁止等の対応（２）
・コロナ陽性患者への食事提供や栄養管理（１）
・実習生受け入れ状況や対応方法（１）
・栄養管理室内でのソーシャルディスタンスについて（１）
（要望）
・院外研修会への参加が制限（禁止）されるので、オンラインでの開催（２）

【考察】

今回、医療施設よりＣＯＶＩＤ－１９に関連する影響や対策について情報提供を受け、全施設において業務に何らかの支障が生じたことが明らかとなった。

給食経営管理や栄養管理に携わる私たちにとって、いかなる状況においても、在宅勤務は不可能であり、入院患者さんに、安全で美味しい食事を提供するために感染対策や衛生管理に努めなければならないことが改めて認識された。

まだ収束は見えないが、万全の感染対策を以て、このコロナ禍を乗り切り、この経験を記録に残すことによって、今後の給食経営管理及び栄養管理に活かしていきたいと考える。

最後に、本調査にご協力をいただきました病院施設の皆様に深謝申し上げます。

推定塩分摂取量測定事業結果からみえる食塩の過剰摂取について

健康政策部　保健政策課

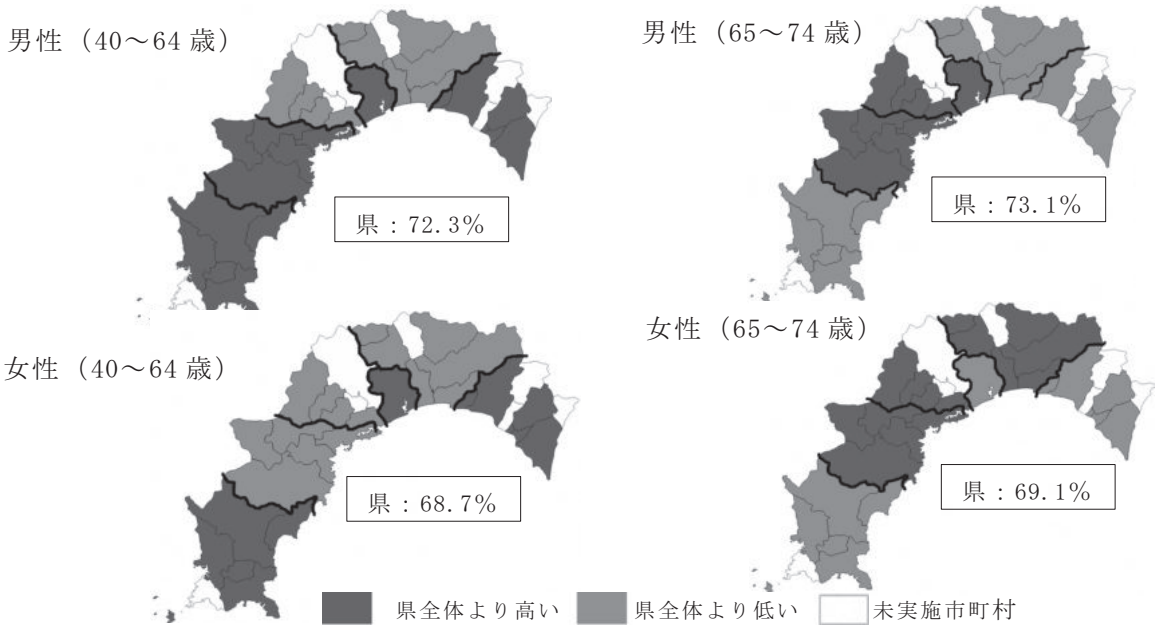
県では、第４期「日本一の健康長寿県構想」の柱に「健康寿命の延伸に向けた意識の醸成と行動変容の促進」を掲げ、壮年期の死亡原因の２割を占める血管病（脳血管疾患、心疾患等）の最大のリスクである高血圧を予防するため、減塩に関する取組を進めています。

令和２年度からは、市町村国保特定健康診査（集団健診）において推定塩分摂取量測定事業※を実施しています。令和２年度の結果では、１日推定塩分摂取量平均値は男性９.３８ｇ、女性９.０８ｇであり、いずれも９ｇを超えていました。また、下の図に示すように地域差がみられ、１日の推定塩分摂取量が８ｇを超えている者の割合は、男性は４０～６４歳で７２.３％、６５～７４歳で７３.１％、女性は４０～６４歳で６８.７％、６５～７４歳で６９.１％でした。

食塩の過剰摂取は血圧上昇と関連があり、減塩により高血圧予防や血圧の降下効果が期待できるため、県では食塩摂取量８ｇ以下を目標に減塩の取組を進めているところですが、現状では約７割の方々が８ｇを超えており、さらなる取組の強化が必要となっています。

会員の皆さまにおかれましては、栄養・食生活の専門職として、本県の減塩への取組にご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

※同意を得た受診者の尿中ナトリウム値及び尿中クレアチニン値を測定し推定塩分摂取量に推計



（図）各福祉保健所管内ごとの推計塩分摂取量８ｇを超える者の割合

第４次高知県食の安全・安心推進計画ができました

健康政策部　薬務衛生課

県では、食に関わるすべての関係者が連携・協働し、生産から流通・消費に至る一貫した食品の安全性の確保を推進することにより、県民が健康で安全な食生活を営み、誰もが安心して食生活を送ることができるよう「高知県食の安全・安心推進計画」を策定し、総合的かつ計画的に取り組んでいます。

このたび、これまでの取組で得た成果や課題を踏まえ、令和４年度～令和８年度の５か年を計画期間とする「第４次高知県食の安全・安心推進計画」を策定しました。

本計画では、**「１　生産から消費に至る食の安全・安心の確保」、「２　食品に関する正確な情報の提供」、「３　食の安全･安心を確保するための相互理解と信頼関係の確立」**を施策体系の柱とし、取組をすすめることとしています。特に、高知県産食品のブランド力向上や消費・販路拡大につなげていく取組、食の不安を解消する取組など次の４項目について重点的に推進し、より一層食の安全・安心を確保していくこととしています。

なお、本計画は、高知県薬務衛生課ホームページ（http://www.pref.kochi.lg.jp/soshiki/131901/）でご覧いただけるほか、県庁や各福祉保健所等で冊子を配布する予定です。

★　環境保全型農業の推進（ＩＰＭ、ＧＡＰ）

県では、安全・安心な農産物生産のために、天敵、湿度制御装置、さらに微生物農薬などの利用を通じて、化学合成農薬の使用量の低減など環境に配慮したＩＰＭ（総合的病害虫管理・雑草管理）技術の普及・定着に取り組んでいます。中でも土着天敵を活用したＩＰＭ技術体系の再構築や新たな天敵利用技術の開発と普及は、世界的にもまれな取組として注目され、全国的にも高知県がトップランナーとなっています。

取組内容

◆環境保全型農業を推進し、安全でより安心な農産物の生産・供給を促進します。

◆病害に対する抵抗性を高める薬剤や湿度制御などによる病害防除技術及び新規土着天敵の利用技術等の研究開発により、ＩＰＭ技術のさらなる普及拡大を推進します。

◆高知県版ＧＡＰ（こうち環境・安全・安心システム）の普及拡大や取組の高度化を推進します。

★「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」の導入・定着の推進

平成３０年６月に改正された食品衛生法により、原則として全ての食品等事業者に、一般衛生管理に加え、「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」の実施が求められています。

事業者が「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」を実施することにより流通食品全体の安全性の向上に繋がるよう、制度の周知及び指導助言を行います。

取組内容

◆積極的な制度の周知及び丁寧な相談対応を行い、食品等事業者の「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」の導入・定着を支援します。

◆食品等事業者が自ら「ＨＡＣＣＰに沿った衛生管理」のＰＤＣＡサイクルによる衛生管理ができるよう、指導助言を行います。

★食品表示に関する普及啓発

食品は、消費者の健康と生命に関わる商品であり、その表示は、消費者が食品を選択する際の重要な情報源です。

表示を行う側、利用する側の両者に対し、適切な表示の普及啓発を図ります。

取組内容

◆食品関連事業者には、適切な表示方法について啓発を行い、表示制度の推進を図ります。

◆消費者には、食品を選ぶ際の参考となるように、食品表示の利用方法について普及啓発を行います。

★リスクコミュニケーションの推進

意見交換会によるリスクコミュニケーションは、消費者が持つ疑問や不安を対話方式により解消できる機会であり、また、事業者や行政の取組を知ることで信頼関係の構築が期待できるため、積極的に推進していきます。

取組内容

◆食品の安全性に関する情報を積極的に提供します。

◆食の安全・安心を脅かす事案や新たな科学的知見の情報など、県民・市民の関心が高いテーマを選定し、意見交換会を開催します。

食育・学校給食の取組について

教育委員会事務局　保健体育課

県内の学校では、現在も学校給食の前後の手洗いや喫食時の黙食指導など、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策に引き続き取り組んでいただいています。学校給食関係の会員のみなさまには、子どもたちのためにさまざまな工夫を踏まえた対策を実施していただき、心から感謝いたします。

学校給食における対応については、文部科学省の「学校における新型コロナウイルス感染症に関する衛生管理マニュアル～学校の新しい生活様式～」に基づき、各学校の状況も踏まえながら対応していただいております。現在は、2021年11月22日付けのVer.7が最新となっており、給食等の食事をとる場面の留意点など、感染状況に応じた予防対策が示されています。

❖朝食摂取率向上のための取組❖

令和3年12月末に、今年度の「全国体力・運動能力、運動習慣等調査」の結果が公表されました。朝食の摂取状況に関する結果では、高知県、全国ともに悪化傾向が続いており、毎日朝食を食べる児童生徒の割合は、小5男子80.1％（全国81.9％）、小5女子80.2％（同81.3％）、中2男子77.2％（同80.6％）、中2女子72.1％（同75.7％）となっています。

県教育委員会では、平成29年度から「食育推進支援事業」を実施し、学校において児童生徒に朝食を提供するボランティア団体に対して、食材や食育資料等の提供による支援を行ってきました。来年度は、朝食摂取率向上のための取組を更に充実させるため、この取組に加え、学校において食育の中核となる栄養教諭・学校栄養職員の方々と連携し、朝食に関するアンケート調査の実施やその分析結果に基づいた児童生徒への指導実践、教材研究、資質向上のための研修など、ICTも活用しながら取り組む予定です。

関係者のみなさまには、高知県の子どもたちの将来の健康のため、さまざまな場面でご協力いただきますようよろしくお願いいたします。

❖食品ロス削減に関する取組❖

高知県では令和3年度末に「高知県食品ロス削減推進計画」を策定しました。計画では、食品ロス削減施策のひとつとして、学校の役割も示されています。これまでも学校では、社会科や家庭科など、授業において食品ロス削減に関する指導をしていただいています。また、学校給食は、給食を教材として食品ロス削減を効果的に指導できる場面です。今後も計画に基づき、学校給食などを通じて子どもたちの食品ロス削減意識の醸成に務めていきます。

高知県栄養士会ホームページを活用しよう

（公社）高知県栄養士会
理事　高野 典子

高知県栄養士会のホームページがリニューアルされてから約２年が経ちましたが、新しくなったホームページを活用されていますか。（ＵＲＬはｈｔｔｐｓ://ｅｉｙｏｔｏｓａ.ｊｐ）

新しくなったホームページでは、県民や会員の皆様により閲覧しやすく、タイムリーな情報発信ができるよう研修会やイベント情報を新着情報としてその都度更新しています。生涯教育研修会などの各種研修会の参加申込なども、ホームページからできるようになっています。

生涯教育研修会などの研修会への参加申込は、スマートフォンからでしたら、高知県栄養士会の「ＨＯＭＥ」画面の右上部にあるアイコンから、「研修会」を選択し、参加したい研修会を選択します。例えば、生涯教育研修会に参加したいという場合は、「生涯教育研修会」を選択し、日程表・申込フォームに必要事項を入力して送信していただくと申込が完了します（参加費が必要な研修会は、開催日までに振込をしていただく必要がありますが、今後イベントペイを利用してお支払いいただくシステムに変更する予定です）。

また、新しく栄養士会に入会したい方も、「入会案内」から直接オンラインで申し込むことができます。お知り合いなどで、栄養士会への入会を希望されている方がいらっしゃいましたら是非ご案内ください。

なお、会員専用ページでは、高知県栄養士会だよりのＰＤＦなどが閲覧できます。閲覧には、ログインが必要です。

ログインの際に必要なユーザー名、パスワードは下記のとおりです。

ユーザー名：ｅｉｙｏｔｏｓａ
パスワード：ｋｄａ２０２０

皆様、ぜひ、高知県栄養士会のホームページをご活用ください。

［スマートフォンからの閲覧方法一例］

私の自己紹介

研究教育事業部
高知県立大学健康栄養学部　助教　小山 智久

はじめまして。令和３年１０月より高知県立大学健康栄養学部の助教として着任しました小山智久（こやまともひさ）です。出身は埼玉県です。元ＮＥＷＳの山下智久（山Ｐ）さんと１文字違いということもあり高校や大学の同級生からは小山Ｐと呼ばれていました。趣味はロードバイクや釣り、ランニング、野球、料理など比較的アクティブなものが多く、職場の高知県立大学池キャンパス近くにある五台山を上ってから出勤することがあるくらい身体を動かすことが好きです。

県立大学でのお仕事の内容について紹介、と思っていましたが着任して日が浅く紹介できる程に勤務している訳ではないので今回は、わたくし小山Ｐのこれまでの経歴について紹介します。

２０１６年３月に埼玉県の城西大学薬学部医療栄養学科を卒業した私は県内に本社のある食品スーパーのお惣菜部門から社会人生活をスタートさせました。揚げ物、焼き物、煮物、お弁当、お寿司の製造や１年目から販売計画を任されるなど、出来ることが増える楽しさと同時に身体的疲労やストレス、怪我などの影響で体調を崩し２年目を迎えることなく退職しました。

転機となったのは、その後就職した健康食品開発・製造会社で食品成分や栄養の知識を高く評価してもらえたことです。健康食品の企画開発・試作を担当する中で更に食品への興味が湧いたことから大学院（修士課程）への進学を決めました。大学院への通学期間中も健康食品の会社ではアルバイトとして雇って貰えたことで学費に困ることなく修士課程を修了することができ、今でもこの会社の社長と個人的に電話のやりとりをするほど好きな会社です。

大学院修了後は埼玉県内の栄養士養成課程のある短期大学に助手として勤務し、調理学や臨床栄養学などの実習助手や学内イベントなどの準備、学生の自転車の修理（ほぼ趣味）など、半ば便利屋として学生の指導にも努めていました。

最後になりましたが、高知県に来たきっかけは県立大学の公募をたまたま目にしたこととお世話になっていた先生にも勧められたこと、個人的に幕末が好きで龍馬も好きなことから決めました。高知には美味しい食材、栄養的に価値のある食材も多くあると思います。県内外への食材のアピールと共に病気になった後の栄養教育だけでなく、病気になる前の栄養教育についてもより広く発信できるよう努力したいと思います。よろしくお願いします。

病棟管理栄養士としてのやりがい

医療事業部
高知医療センター栄養局　西 美佳

私が高知医療センターの管理栄養士として働き始めて約一年が経ちます。大学卒業後、一般職に就職し様々な仕事を経験してきました。卒業時は、管理栄養士として働くことになるとは夢にも思っていなかった自分ですが、大好きな祖母の自宅介護に付き添う中で、この資格を思う存分生かして働きたいと１８０度考え方が変わり、今に至ります。

人生の大半を費やす仕事。自分の仕事に誇りとやりがいを持ってできるだけ楽しみながら働きたい。常にそう思っているからこそ、「今いる環境で自分にできることを精一杯丁寧にやる」、「目的と夢を持ち行動する」ことを大切にしています。

管理栄養士としての人生は始まったばかりであり、日々が学びの連続です。ありがたいことに、頼りになり尊敬できる先輩管理栄養士さんがたくさんいる環境で経験を積ませてもらえており、本当に充実した毎日です。かっこいい！と思える人たちと仕事ができることは仕事のモチベーションに大きく繋がっています。

同僚たちの会話にもたくさんのヒントや学びがあり、そういうことだったのかと勝手に納得することも多々あります。医師や看護師からの質問にハラハラドキドキしたり、周りとの知識量の差や理解力の差に落ち込むことも。しかし、その分やりがいも大きいです。学べば学ぶほど、知識が増えれば増えるほど、分かることが増えて仕事が楽しくなります。

そして、何より管理栄養士として栄養管理を通して患者さんの状態が改善していく過程に携われること、病棟専属の管理栄養士として他職種から頼られる立場にあることは自分自身を奮い立たせてくれます。どの職種が欠けても成立しない医療の現場において、管理栄養士として必要とされる人材であり続ける努力を今後も惜しんではいけないのだと日々実感しています。一つできることが増えてもまた知らないことが生まれる。鼓舞させてくれる環境があることは本当に幸せです。

目の前にいる患者さんに寄り添うこと。毎日意識して仕事に望むけれども難しい。どんな人生を送ってこられて、今後どういう人生を歩むのか。限られた時間の中で少しでも汲み取り、その人が実践できてためになる指導をする。そのためには知識を増やすことはもちろん、人生の経験値を上げ、引き出しを増やすことと同時に、私自身の人間性も常に磨いていかなければならないと思います。まだまだやることはたくさんですが、焦らず地道に一歩ずつがんばります。

令和３年度は、計１１名の新入会員がありました。

（令和４年１月３１日現在）

事業部	医　　療	勤労者支援	研究教育	公衆衛生	地域活動	福　　祉	合　　計
人数	４名	１名	１名	１名	２名	２名	１１名

令和４年度 高知県栄養士会賛助会員

（３０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	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
株式会社池田商店高知支店	780-0074	高知市南金田3-47-3	088-884-6131
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
株式会社日本トリム 高　知　支　社	780-0870	高知市本町4-1-16 高知電気ビル8F	088-856-6220
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
四国計測工業株式会社	764-8502	香川県仲多度郡多度津町南鴨200番地1	050-8802-3810

会　社　名	〒	住　　所	TEL
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
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
テーブルマーク株式会社 中四国支社四国営業課	768-0063	香川県観音寺市三本松町4-2-35	087-556-1302
テルモ株式会社四国支店	780-0822	高知市はりまや町3-3-2 セントラルビル7階	088-883-9930
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 大阪支店	531-0072	大阪府大阪市北区豊崎3丁目 19番3号ピアスタワー8階	06-6376-5358
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

編集後記

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。（禰豆子）

今年度もみなさんに助けられながらなんとか作業を終えることができました。
コロナ禍で作り上げた貴重な活動記録です。ぜひ多くの方に読んでいただきたいです。
（文旦きよみ）

今回は編集委員会への欠席が多く、編集委員の皆様に迷惑をかけてしまい申し訳なかったです。執筆していただいた方々の真摯な取組や熱い思いに触れる中で、多くの希望を頂く機会となりました。ありがとうございました。（じげん）

様々な分野の方のご活躍を拝見し、刺激になりました。はやくコロナが収束しますように。
（ぱんだ）

今年はコロナ禍により、初のリモートによる校正作業を行いましたが、集まって作業するよりも作業が進み、今まで編集に関わった中で一番早くできたと思います。便利なツールはどんどん活用しながら、今後もはちきんを皆様にお届けできたらいいなあと思います。（まりぃ）

今年は、コロナウイルス流行により、初めてのリモートでの委員会開催で、ドキドキしながら参加させていただきました。新しい経験をさせていただき、ありがとうございました。
（ミツバチ）

今年度もはちきんの編集に携わることができ、貴重な経験となりました。ありがとうございました。（あい）

毎日、平凡で何もなく暮らせていることが幸せと感じているこの頃です。
世界が平和になることを祈っています。編集委員の皆様には最後まで助けていただきありがとうございました。（サザエ）

コロナ渦で思うように編集委員が集まることもできず、リモートで編集会議をすることもありましたが、スムーズに発刊までこぎつけられて嬉しいです。（チロル）

＜編集委員＞

中島　伊織 （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）
小橋　愛弓 （公衆衛生事業部）	谷内　佳代 （福祉事業部）	中澤　芳江 （地域活動事業部）

＜編集担当理事＞

高野　典子 （公衆衛生事業部）	北村　和子 （学校健康教育事業部）	大坪　豊寿 （医療事業部）

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