

## ご挨拶

公益社団法人 福井県栄養士会  
会長 北山 富士子



平成28年度から2年間、引き続き本会会長を務めさせていただくことになりました。清水名誉会長のご助言を頂きながら、加藤副会長、小寺常務理事を始め、理事の方々と共に、管理栄養士・栄養士の職能団体として、また栄養・食事を通し幅広く県民の皆様の健康づくりに取り組む公益社団法人として、本会が活動できるよう努力していきたいと思っておりますので、どうぞよろしくお願いいたします。

さて、昨年度は、「わがまち健康づくり応援事業」「アレルギー対応給食普及事業」「訪問栄養指導研修事業」など多くの福井県委託事業を実施いたしました。特に「アレルギー対応給食普及事業」では、「こどもの食物アレルギー対応レシピ集」を作成し、それを利用した研修会や調理実習などを行ったことで高い評価をいただきました。管理栄養士・栄養士の専門性の高さをアピールできたと思われまます。今年度も様々な事業を通して、会員のスキルアップとともに、県民の健康づくりに貢献する活動を進めております。

現在、日本栄養士会と各都道府県栄養士会は、管理栄養士・栄養士の将来像の実現に向け、栄養士法に定義された「栄養の指導」について、すべての管理栄養士・栄養士が共通の理解を持つ必要があると考えております。栄養の指導は、栄養指導ではありません。栄養士法に定義された「栄養の指導」とは、食と栄養の視点から栄養代謝に適切に介入し、健康状態をもたらすとともに、食事の持つ多様な役割を調和させるべく全人的視点から寄り添い介入する行為です。

このことを管理栄養士・栄養士は自らが理解し、職業倫理を共有し、誕生から生涯を全うするまでのすべてのライフステージとあらゆる健康状態の人々に「栄養と食の専門職」として寄り添い、健康と幸福の実現に寄与する高度な専門職を目指すため、一人でも多くの有資格者の方に会員となっていたきたいと思っております。

最後になりましたが、本会の活動にご理解とご協力を賜りますよう、よろしくお願いいたします。



「こどもの食物アレルギー対応レシピ集」



「こどもの食物アレルギー対応レシピ集」を用いた研修会

# おめでとうございます

## 平成 28 年度表彰（敬称略）

### ◆厚生労働大臣表彰

- |           |        |               |
|-----------|--------|---------------|
| 栄養改善事業功労者 | 阿部 喜代子 | (JCHO 若狭高浜病院) |
| 栄養士養成功労者  | 牧野 みゆき | (仁愛女子短期大学)    |
| 栄養指導業務功労者 | 高棹 千尋  | (品川クリニック)     |

### ◆公益社団法人 日本栄養士会会長表彰

- |         |                     |
|---------|---------------------|
| 加藤 菊美   | (日清医療食品(株) 嶋田病院事業所) |
| 清川 ひろみ  | (福井県立奥越特別支援学校)      |
| 角谷 美津枝  | (介護老人保健施設アクール若狭)    |
| 川端 一子   | ((社福)大野福祉会むつみ園)     |
| 清水 孝子   | ((公福)大日園)           |
| 竹内 三千代  | (地域活動)              |
| 谷口 利恵子  | (地域活動)              |
| 長谷川 マチエ | (地域活動)              |
| 藤井 純子   | (水仙園)               |
| 吉田 公子   | (泉ヶ丘病院)             |



左から 高棹 千尋氏、阿部 喜代子氏、牧野 みゆき氏

## 平成28年度 公益社団法人 福井県栄養士会定時総会開催

平成28年5月28日(土) 福井県国際交流会館

平成 28 年 5 月 28 日、福井県国際交流会館において「平成 28 年度 公益社団法人 福井県栄養士会定時総会」を開催しました。

北山会長、清水名誉会長の挨拶に続き、ご来賓としてご臨席いただきました福井県知事 西川 一誠様、仁愛大学副学長 鈴木 和春様よりご祝辞を賜りました。



新人会員と役員



福井赤十字病院 小児科部長 谷口 義弘先生



福井県知事 西川 一誠様

その後、本年新人会員 76 名中、17 名を紹介しました。定款に基づいて 1/2 以上の会員の出席を得て有効に成立し議事に入りました。議長に谷口 としえ氏、議事録署名人に浦本 裕美氏、小山 照代氏を選出し、事業報告・収支決算等について審議し、承認されました。

また、平成 28・29 年度の新理事 19 名、日本栄養士会代議員 4 名が選任され定時総会を終了しました。

定時総会に続き特別講演では、福井赤十字病院小児科部長 谷口 義弘先生より、「食物アレルギーについて 臨床の実際」と題してご講演をいただきました。

野菜・果物に関連する生理活性物質（仮性アレルゲン）、即時型食物アレルギーの主な原因物質、食物アレルギーの日常管理・治療、食物アレルギー診療ガイドライン 2012 による食事療法の基本、学校生活・給食での対応、食物アレルギーの栄養指導などについてお話されました。

## 新人welcome研修会

平成28年5月28日(土) 福井県国際交流会館

総会当日の午前中に、「新人welcome研修会」を開催しました。

清水名誉会長より、管理栄養士・栄養士として業務にあたるための基礎知識、注意事項について具体的な例を挙げながら紹介されました。

その後、各職域ごとのグループに分かれ先輩管理栄養士を交えてグループディスカッションを行いました。



### ◆ 参加者の感想 ◆

今年度から入会させていただきました。根拠に基づいた正しい知識・情報を分かりやすく伝えられる管理栄養士を目指します。よろしくお願いいたします。

特別養護老人ホーム ひまわり荘  
管理栄養士 堂前 純希



食育授業では、これだけは伝えたいという内容を、1つか2つにまとめて授業に臨むことが大切だということ先輩から教わった。これから子どもたちの心に届く授業をしていきたい。

福井県立嶺南東特別支援学校  
栄養教諭 上山 恵璃

### 平成28年・29年度 公益社団法人福井県栄養士会組織図

○は部長

名誉会長	清水 瑠美子				監 事	渡辺 忠造
会 長	北山 富士子					内田 伊佐夫
副 会 長	加藤 みえ子					
常務理事	小寺 由美					
総 務 部	○ 加藤 みえ子	佐々木 智子	永田 めぐみ			
学術研修事業部	○ 池田 涼子	五十嵐 めぐみ	伊藤 まみ	山田 友香		
情報コミュニケーション事業部	○ 阿部 喜代子	北村 夕子	新田 和美			
栄養ケア・ステーション推進部	○ 木下 充子	天野 美鶴	野路 直美			
地域連携・職域部	○ 石川 仁子	國本 達矢	清水 淳子	高橋 里美		
職域専門部代表	(医) 阿部 喜代子	(学) 北村 夕子	(研) 池田 涼子			
	(公) 新田 和美	(地) 野路 直美	(福) 石川 仁子			

## 生涯教育制度についてのお知らせ

学術研修事業部

生涯教育を受講されていますか？日本栄養士会では、平成32年度までに会員の10%が認定管理栄養士・認定栄養士となることを目標に掲げています。これは、単なる数値目標ではなく、生涯教育を通じた管理栄養士・栄養士のキャリアアップによる会全体の「栄養の指導」に携わる専門職としての資質の向上を目指したものです。

### ◆専門職としての能力の習熟◆

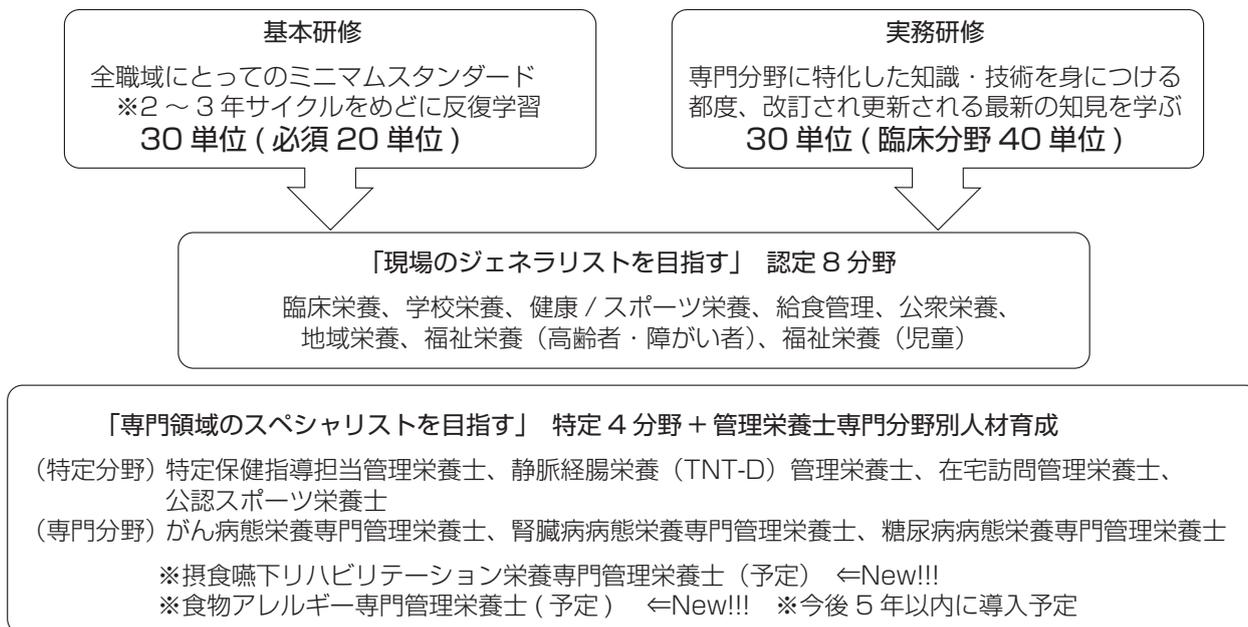
適切な「栄養の指導」を行うための専門知識、技術の習得と実践力を身につける!!

～基本研修の最重要ポイントは、国際基準となる「4. 栄養ケアプロセス」です。ここでは、「栄養の指導」の中核となる考え方、実践法を学びます～

### ◆自主的かつ継続的な職能開発(CPD)◆

「CPD」はContinuing Professional Developmentの略です。特徴は①到達目標を自己設定する②講座だけではない学び(自己研鑽)③ポートフォリオ(キャリアノート)の活用です。自ら選び、社会的活動やアカデミックな経験を積み、学びを「見える化」する過程こそCPDの重要ポイントです!!!

《生涯教育が目指す学習モデル》 ～繰り返し、基本を学び専門を深化する～



《認定審査について》

#### ①認定管理栄養士・認定栄養士 認定申請の移行措置期間の延長

平成21～25年度に取得した生涯学習単位の振替え申請が、平成30年度まで有効となりました!!!  
過去の単位をお持ちの方は、ぜひ認定審査にチャレンジしましょう!!

#### ②第2回認定審査の日程

平成29年8月20日(日) 13:00～15:30 (北海道・東京・大阪・福岡 ※全国4会場を予定)  
マークシート方式 4肢択一100分:基本研修20問、認定分野30問 計50問

## 平成28年度福井県栄養士会生涯教育(基本研修)

※※※※12月および2月研修会の会場が変更となりました。※※※※

月日・会場	時間	研修時間	形式	中項目	小項目	講師(敬称略)
平成28年 6月18日(土) 福井県済生会病院 東館大研修室	13:00 ~14:30	90		(必修)	オリエンテーション	学術研修事業部
	14:40 ~16:10	90	講義	1 専門職としての役割と倫理綱領	医の倫理、生命倫理、患者・障害者の権利、インフォームドコンセント、守秘義務、管理栄養士・栄養士倫理綱領	福井県栄養士会名誉会長 清水 瑠美子
	16:20 ~17:50	90	講義	2-2 栄養の指導	日本栄養士会が目指す管理栄養士、栄養士の将来像	福井県栄養士会長 北山 富士子
平成28年 7月23日(土) 福井県教育C 4F大ホール	13:00 ~14:30	90	講義	4-1 栄養ケアプロセス	栄養ケアプロセス、栄養管理の選択法、P D C A サイクル、栄養管理の質的向上	福井県済生会病院 牧野 尚恵
	14:40 ~16:10	90	講義	4-2 栄養スクリーニング	栄養スクリーニング項目、栄養スクリーニングの方法(SGA)、栄養障害のリスク判定	中村病院 伊藤 まみ
	16:20 ~17:50	90	講義	3-4 献立計画	献立作成のポイント、献立作成の方法	福井県済生会病院 木下 充子
				3-5 実施献立(調理・盛付・配膳・食材料管理)	大皿調理システム(ワケチなど)、調理スタッフとの連携	
3-6 献立評価・食事管理の改善	検査、摂取量把握、食品構成・献立の評価改善					
平成28年 8月27日(土) 福井県教育C 4F大ホール	13:00 ~14:30	90	講義	4-3 栄養アセスメント	臨床診査、身体計測(身体測定技術の習得)、臨床検査栄養素等摂取量、既往歴、予後判定	福井大学医学部附属病院 岸下 宏美
	14:40 ~17:40	180	演習	4-2,3 演 栄養スクリーニング・栄養アセスメント	演習	静脈経腸栄養(TNT-D)管理栄養士 福井県栄養士会生涯教育WG 岸下 宏美、大久保 祐子、小林 香織、 竹田 邦恵、林 千賀、牧野 尚恵
平成28年 9月17日(土) 福井県教育C 4F大ホール	13:00 ~14:30	90	講義	4-4 栄養診断	栄養診断の目的と方法、栄養診断の項目(摂取量、臨床栄養、行動と生活環境)、栄養診断の記録	福井大学医学部附属病院 早瀬 美香
	14:40 ~17:40	180	演習	4-4 演 栄養診断	演習	静脈経腸栄養(TNT-D)管理栄養士 福井県栄養士会生涯教育WG 早瀬 美香、伊藤まみ、小林 香織 林 千賀、宮崎 由紀、山田 友香
平成28年 10月22日(土) 福井県教育C 4F大ホール	13:00 ~14:30	90	講義	4-5 栄養診断に基づいた管理計画(栄養介入)	必要栄養素等量、栄養補給、栄養教育、多職種との協働	福井勝山総合病院 山田 友香
	14:40 ~17:40	180	演習	4-5 演 栄養診断に基づいた管理計画(栄養介入)	演習	静脈経腸栄養(TNT-D)管理栄養士 福井県栄養士会生涯教育WG 山田 友香、大久保 祐子、岸下 宏美 竹田 邦恵、早瀬 美香、宮崎 由紀
平成28年 12月10日(土) 国際交流会館 3F特別会議室 ※会場変更	13:00 ~14:30	90	講義	3-7 衛生管理	スタッフの衛生管理、食材の衛生管理、施設の衛生管理	福井県健康福祉部 医薬食品・衛生課 小山 照代
			講義	3-8 感染対策	標準予防策	
	14:40 ~16:10	90	講義	8-1 栄養関連法規	健康増進法、食品衛生法、健康保険法 など	福井県健康福祉部 健康増進課 谷口 孝子
			講義	8-2 ライフステージと栄養関連法規	食育基本法、高齢者の医療確保に関する法律、介護保険制度と栄養管理、母子保健法等	
16:20 ~17:50	90	講義	8-3 その他	労働基準法(委託・派遣・妊婦の就業eta)		
7-1 研究方法・研究発表	知識や技術の習得・プレゼンテーション、研究デザイン、データ解析、研究会・地方会・全国学会・国際学会	仁愛大学人間生活学部 健康栄養学科 三浦 努				
平成28年 2月25日(土) AOSSA 6F 607研修室 ※会場変更	13:00 ~14:30	90	講義	2-1 国民の健康の増進の総合的な推進	健康日本21(第二次)、健康づくりのための身体活動基準(指針)、こころの健康・休養・禁煙	福井県健康福祉部 健康増進課 谷口 孝子
	14:40 ~16:10	90	講義	6-1 非常時の食事提供	備蓄食品と備蓄量、食事提供マニュアル	日本栄養士会 常務理事 下浦 佳之
	16:20 ~17:50	90		(任意) 認定審査の手続きについて	認定管理栄養士・認定栄養士の認定審査に関する説明会	学術研修事業部

- ・受講された研修会の単位取得証明書は、毎回の研修会終了後に受付で配布しています。
- ・「オリエンテーション」は必須科目です。毎年必ず受講してください。
- ・受付期間外の受講申し込みは原則としてお受けいたしません。やむを得ず期間外のお申し込みを希望される方は、お手続き前に必ず当会までお問い合わせください。

## 平成28年度認知症予防推進事業 「ふくい認知症予防メニュー栄養編」の作成について

認知症は気づかない間に発症し、認知機能の喪失が明らかになる何年も前から、病態は始まっているとされます。従って、高齢者では認知機能障害の発症を予防すること、進行を遅らせる対策が必要です。福井県では、県独自の認知症予防メニューを作成し、予防対策を推進するため、「ふくい認知症予防推進事業」を実施しています。県栄養士会は、みだしの栄養編作成の委託事業を実施しました。

近年、認知機能と栄養・食生活との関連について多くの研究成果が明らかにされています。

脳血管性認知症の要因として高血圧が最大の危険因子とされます。久山町研究では中年期の血圧レベルの上昇と老年期の脳血管性認知症の発症リスクは、中年期での血圧レベルの上昇とともに上昇したとしています。

一方、糖尿病/IGT（特に食後高血糖）は主にアルツハイマー病発症の危険因子とされ、糖尿病は脳動脈硬化の進展、糖毒性による酸化ストレスの増大、食後高血糖、低血糖のリスクが認知機能の低下と関連するとしています。高齢者は加齢によってインスリン分泌の低下やインスリン抵抗性が增大することにより耐糖能障害、2型糖尿病の発症が多くなります。2型糖尿病治療群では低血糖のリスクが高いことが知られており、2016年日本糖尿病学会と日本老年医学会は高齢者の血糖管理目標値を改定しました。即ち、低血糖予防に留意した的確な糖尿病食事療法の必要性を提唱しています。

久山町研究でも、認知症の社会的負担を軽減するうえでは、早期からの厳格な高血圧治療とともに高齢化により急増している糖代謝異常の予防と適正な管理を徹底し、主食（米）に偏らない食事、野菜や多くの食材をバランスよく取り入れた日本型食生活を心がけることを勧めています。

今後、県では、当事業により市町や団体、個人等に認知症予防を普及することとしています。

## わがまち健康づくり応援事業～「ふくい健幸美食」の認証～

福井県では、平成25年度より外食や中食でも健康に配慮したメニューが提供されるよう、飲食店や社員食堂、スーパーマーケット等で販売される定食や弁当・惣菜が基準を満たすメニューを「ふくい健幸美食」として認証しています。

福井の豊富な食材・特産品を活かした低塩分で野菜たっぷりのメニューを、ふくい味の週間（平成28年11月13日～20日）を中心に各飲食店等で提供することで、県民の健康を食生活の面からサポートできる環境を整備することを目的としています。

県栄養士会は、応募された飲食店や惣菜店等に対するメニュー開発や栄養価計算等委託事業を実施しました。

今年度は、福井県内「ふくい健幸美食」認証メニューを提供する飲食店は57、弁当店37、惣菜店120、社員食堂38で、合計252店舗となりました。



## 平成28年度在宅訪問栄養指導研修会の開催について

▼第1回目 平成28年10月10日(月) 福井県医師会館2階大ホール

▼第2回目 平成28年11月26日(土) 福井県教育センター4階大ホール

平成25年度から3年間続いた研修会に引き続き、在宅訪問栄養指導研修会を開催しました。

### ◆講演「医療連携と在宅栄養」

講師：医療法人社団福寿会福岡クリニック 在宅訪問管理栄養士 中村 育子 先生

NHKの「プロフェッショナル仕事の流儀」でその活動が紹介された中村先生に昨年に引き続き活動の実際を紹介して頂きました。基本理念として「在宅医療は患者の価値観に敬意を払い、人生に寄り添い、暮らしの中でいのちを支え、生き方を支援する医療活動である」という強い気持ちで活動されています。在宅栄養に関わる職種との医療連携については、具体的な事例からその重要性を紹介されました。医療環境や家族背景の多様化するなか、介護力の低下を強く感じるとのことでした。介護者の状況に合わせた栄養指導の必要性、個々の課題をどの職種と共有・連携し解決するかを見極めることが重要であること、特に最近、急性期のまま在宅へシフトすることが多くなっており、高度の摂食嚥下機能低下状態で在宅療養が開始される例が増えているとのことでした。当然求められる指導も高度で多様化すること、即時対応が求められる対応が必要であること等在宅医療での栄養管理の必要性を話されました。



### ◆講演「福井県における在宅医療（栄養指導）の課題」

講師：オレンジホームケアクリニック 代表 紅谷 浩之 先生

求められる医療は、治す医療・戦う医療から、癒す医療・寄り添う医療へと変化している近年、地域との関わりと新たな視点での取り組みなどの実際について紹介されました。クリニックの様々な職種約50名と共に在宅療養支援とは何かをディスカッションし、課題を共有するためには、特に2つのポイント“地域での立ち位置”“エンパワメント”を重視しているとされ、地域包括システムの考え方や役割を十分理解すること、専門職以外の資源の活用が重要であり、療養者の出来ることを引き出すことが地域での様々なつながりを生むことになることと話され、在宅医療は地域での生活を支える医療の一部としてあるべきで、病院医療から在宅医療になれば、“指導”から“療養者との伴走”へ変わるべきであると結ばれました。

### ◆講演「和光市における栄養士の活動と予防の訪問栄養指導」

講師：NPO法人ぽけっとステーション 管理栄養士 山口 はるみ 先生

和光市では「地域包括ケアシステム」の構築を目的に、地域ケア会議を平成13年から実施していること、作成された各種プランを自立支援の視点で多職種と協議していること、和光市の将来を見据えた介護予防・日常生活支援総合事業をどう展開するべきか、政策にどのように組み込み、どう生かすかが重要となりました。山口先生は、市町からの介護予防の委託事業を受託し活動するために「NPO ぽけっとステーション」を平成18年に立ち上げられ、サロンや栄養教室、訪問等を行政と一体となって介護予防事業に取り組んでおられます。和光市が先進的と言われる所以は、要介護認定率が年々減少し、要支援者の割合も低値であることであり、予防や自立支援型プランを推進する行政と共同して栄養介入・活動を展開した成果でもあるとされました。さらに、



栄養の視点と合わせて生活機能の改善にも力を入れるべきであり、栄養・食生活の改善を支援するには「信頼・思いやり・行動力」が必要であり、多職種連携が必要且つ不可欠であると話されました。

### ◆講演「地域包括ケア時代の他職種連携と地域主体の“栄養”のまちづくり」

講師：福井大学医学部地域プライマリケア講座 講師 井階 友貴 先生

地域全体の食・栄養・生活を支えるにあたり、地域医療学、社会疫学の立場から、各種のデータを用いて、地域包括ケア、地域主体の栄養のまちづくりについて、高浜町の「わいわい健高カフェ」、鯖江市の「みんなの健康カフェ」での取組みを交えながら紹介されました。地域包括ケア構築のためには、問題の所在を認識するために「地域志向ケア」、コラボレーションのための「協働」、地域としての価値を創造するために「ソーシャルキャピタル」が重要であり、その中でもソーシャルキャピタルは社会における人々の結束により得られるもので、「信頼」「社会参加」「つきあい・交流」であること、また、互いに信頼できる地域ほど長寿であるというデータから、ソーシャル・キャピタルの幅広い効果やその醸成のための心構えについて具体例を用いて話されました。包括ケアは、多職種連携だけでなくそれ以上のことが見込まれること、問題意識・つながり・協働により地域包括ケアを築くことが大切で、住民と行政・医療・介護との「かけはし」を作り、地域を巻き込むことが重要だと話されました。



\*井階先生は高浜町のキャラクター“赤ふん坊や”のスタイルで登場！され会場がなごみました。

## 第6回 栄養管理・食育研究会

平成28年11月19日(土) 福井県国際交流会館

### 特別講演 栄養管理と栄養診断

講師：神奈川県立保健福祉大学 学長 中村 丁次 先生

なぜ、栄養管理が必要なのか？を演題として、日本の栄養士の誕生と戦前戦後における健康栄養問題に対する栄養改善・介入の歴史、戦後のすべての国民の低栄養問題、近年における経済復興に伴う過栄養に起因する生活習慣病対策への対応など、長期における我が国の変遷と対応について解説されました。さらに、現在は人類の新たな栄養問題である、栄養障害の二重負荷(Double Burden Malnutrition (DBM))に直面しているとして、管理栄養士に求められる対応について課題を提示されました。



多様化、複雑化、個別化した栄養問題に対応するには、ヒトの健康・栄養状態に基づく栄養管理が必要であり、その内容を対象者に説明し同意を得るためには、知識や技術、用語、栄養管理や栄養ケアに関する記録の標準化が必要である。各種データを個別に評価し、栄養アセスメントを基に、特異的な課題を明確化し栄養介入を実施します。この過程を標準的な方法で記録することの重要性について例を挙げて解説されました。管理栄養士は、栄養管理・指導方法を、科学的エビデンスに基づいているか確かめ、独りよがりにならず、常に振り返り改善していく必要があること。専門職としての責務として、決して努力を怠らないで業務にあたることなどが職種に求められることであり、その実践と継続は、個々の自信と誇りに繋がるであろうとまとめられました。

## 一般演題

### (一般演題1)

座長：福井県立病院 栄養管理室 小寺 由美  
 福井大学医学部附属病院 栄養部 早瀬 美香

- |  |          |        |
|--|----------|--------|
| 1. 当院における栄養指導の取り組み                     | 福井厚生病院   | 明城 摩利子 |
| 2. 嚥下調整食対象者とその属性及び診療報酬改定に伴う栄養食事指導の取り組み | 若狭高浜病院   | 福井 沙希  |
| 3. 妊娠悪阻患者に対する食事調査で喫食量・意欲増加に導いた症例       | 公立丹南病院   | 宮脇 雅子  |
| 4. 高エネルギー外傷による脊髄損傷患者にNSTが関わった一例        | 福井赤十字病院  | 野内 優子  |
| 5. 栄養部における医療安全の取り組み～栄養管理上の医療事故防止に向けて   | 福井県済生会病院 | 長谷川 亜季 |

### (一般演題2)

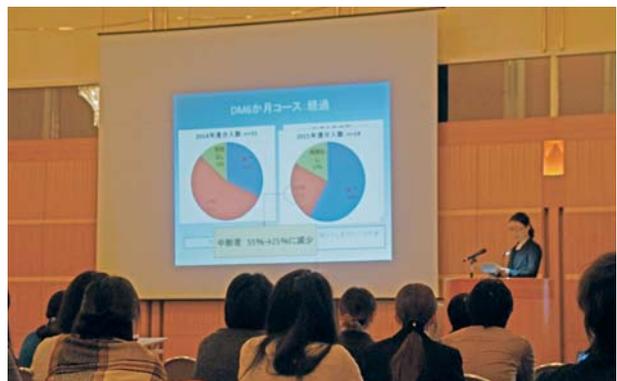
座長：独立行政法人地域医療機能推進機構 若狭高浜病院 阿部 喜代子  
 福井県健康福祉部 医療食品・衛生課 小山 照代

- |  |               |        |
|--|---------------|--------|
| 6. 継続した栄養治療実施に向けた栄養管理連絡票の必要性について～食形態調査の結果を通して～ | 福井県済生会病院      | 牧野 尚恵  |
| 7. 丹南地域の地域包括ケアシステムにおける栄養管理の現状について              | 福井県丹南健康福祉センター | 新田 和美  |
| 8. 当院における栄養管理連絡票の現状と課題                         | 財団医療法人中村病院    | 伊藤 まみ  |
| 9. 栄養管理連絡票を活用した嚥下困難者に対する栄養管理の実際                | シルバーケア日野      | 小木 曾幸江 |
| 10. 若狭地域における食形態共有一覧表作成の取り組み                    | 福井県若狭健康福祉センター | 宮内 梨沙  |

### (一般演題3)

座長：福井県国体推進局 施設調整課 五十嵐 めぐみ  
 仁愛大学人間生活学部 健康栄養学科 池田 涼子

- |   |                        |        |
|---|------------------------|--------|
| 11. 社会人サッカー選手に対する栄養サポート                                 | 福井県立病院                 | 井上 瞳   |
| 12. さあ、野菜から食べよう！ふく <sup>2</sup> ベジ・ファースト応援事業            | 福井市保健センター              | 森石 咲紀  |
| 13. 給食施設に応じた栄養管理の実施における必要な指導、および助言をするための現状分析と取り組みについて   | 福井県奥越健康福祉センター          | 米平 祐美子 |
| 14. 食育アンケートから見る、ふくいっ子の現状と課題                             | 敦賀市学校給食センター            | 倍野 雅美  |
| 15. 保護者や他の教職員と共に進める食教育の実践事例 食育自主作成教材『食育チャレンジ』を使った実践事例から | 福井県学校栄養士研究会栄養教諭部会授業研究班 | 清川 ひろみ |
| 16. 幼児健診における個別指導の現状と課題について                              | 鯖江市健康福祉部健康課            | 山岸 照美  |



## 未来のトップアスリートのための体感型スポーツ栄養セミナー

平成28年9月11日(日) 福井県国際交流会館

9月11日福井県国際交流会館で公益社団法人日本栄養士会主催の「未来のトップアスリートのための体感型スポーツ栄養セミナー」を開催しました。今年は全国12か所で開催され北陸地区の開催は福井のみであり、当日は関西、北陸地区や全国各地からの参加者も多数みられ、早期から定員に達し盛況でした。

「スポーツ栄養から考える、現代アスリートのための食」について、講師の神奈川県立保健福祉大学の鈴木志保子教授を始め講師陣は具体的に例を挙げながら要点を示しました。

運動に必要なエネルギーは糖と脂肪です。私たちのからだでは糖はグリコーゲンとして、脂肪は中性脂肪(体脂肪)として蓄えられています。運動時のエネルギーとして利用されるときにはグリコーゲンはブドウ糖に、中性脂肪は脂肪酸に分解して使われます。体重70kgの男性だったら約70g(280kcal)のグリコーゲンを肝臓に、約400g(1600kcal)を筋肉に蓄えています。運動すればこのグリコーゲンを使います。アスリートはこのエネルギー源である糖質(グリコーゲン)を使ったら元に戻す一貯める食事がとても大切になります。即ち練習後や試合後ではできるだけ早くグリコーゲンを元に戻さなくてはなりません。

いち早くジュースや糖類の入っている飲料、おにぎりやパンなど食べやすい好みの糖質を食べるようにします。減少したグリコーゲンを元に戻すには24時間必要とされています。リオオリンピックで連日レースに臨んだ水泳選手を見ていてその回復がとても心配でした。

脂肪は確かにエネルギー源ですが、蓄えが多いから良いわけではありません。エネルギーへの変換には糖質のエネルギーを必要とすることやパフォーマンスに関わることから体脂肪率をコントロールしています。

今回の研修会で強調したことは、「朝は早起きし日光を浴び、朝食を欠食しないこと。」「昼は勉強、運動を疲れるまで行い、昼食・夕食をしっかりと食べること。」「夜は、10時までに寝ること。」とし、そのメカニズムが解説されました。

人間は起床して13時間から15時間後に眠くなります。一日のリズムをスポーツ栄養から考えて作ることが大切であること、さらに、食事はスローカロリーに注意することの意義を学び理論に基づき講師陣が提案するメニューを福井市内の業者が調理し、昼食を参加者みんなで味わいました。

～日刊県民福井掲載 清水 瑠美子氏「恵みをいただく」覧より抜粋～



スポーツ栄養を通じた管理栄養士の業務は、選手へのマネジメント業務が根本にあります。選手の受け入れ状況を見ながら話をしたり、日々の体調の把握、その選手に必要な食事や栄養に関して、正しく最新の情報を伝えること。これらは現在の管理栄養士が関わる全ての職域の業務に通じることであると考えています。

今回、このような素晴らしいセミナーを福井県で開催いただいたことを深く感謝いたします。

福井県 公認スポーツ栄養士 五十嵐 めぐみ

今年度、「福井しあわせ元気」国体・障害者スポーツ大会実行委員会から「福井しあわせ元気」国体献立モデルレシピ集原案作成の業務委託を受けています。このレシピ集は、2018年に開催される「福井しあわせ元気」国体の宿泊施設が、スポーツ選手に食事を提供する際に参考にするものです。

## 平成28年度 すこやか親子(第2次)事業 「児童福祉施設におけるクッキング講座」

平成28年8月20日(土) アイアイ鯖江健康福祉センター

日本栄養士会委託事業の本講座は、子どもの「食」を通じた健康づくりの一層の推進を図るため、生活習慣予防に役立つスキムミルクを素材とした調理実習と、「食育の計画づくり」「食育の推進」「栄養管理」等の実践事例や講義を行うことで、児童福祉施設給食担当者の知識・技術の向上を目指すことを目的とします。

調理実習では、講師として、すみれ保育園 渡辺 典子氏をお招きし、参加者30名が、主食・主菜・副菜・汁物・デザートすべてにスキムミルクを取り入れたメニューを調理しました。「どの料理もおいしく、簡単で作りやすいので保育園の給食に取り入れたい」「今後、スキムミルクを上手く利用していきたい」と、好評でした。

午後からは2つの講義を行いました。「食物アレルギーについて」を、家久保育園 國本 達矢氏が担当し、食物アレルギーの基礎知識や児童福祉施設における対応について説明されました。また、「減塩食について」は、二葉保育園 慶家 喜美恵氏から、腎臓病の児童への対応、経過報告等の実践事例の紹介がありました。どの児童福祉施設でも起こりうる事例で、参加者は熱心に聞いていました。グループワークも行い、各児童福祉施設でのアレルギー対応や食育活動等を話し合い、より知識を深めることができました。

## 栄養ケアステーション活動の一部を紹介します

### ふくい健康長寿祭2016

平成28年9月24日(土) 小浜市働く婦人の家など

福井県と福井県社会福祉協議会が主催するイベントです。健康・福祉づくりゾーンの健康チェックコーナーを担当しました。

インボディー測定、測定後の結果説明と栄養摂取状況の問題点や質問などにお答えする栄養・健康相談などを実施。具体的には、中高年期の生活習慣病予防と栄養・食生活面について、高齢期での低栄養などの問題と予防や対処法のポスターやパンフレットの掲示コーナーと、栄養補助食品類などのサンプルの展示も行い、来場者の方への具体的な説明やアドバイスをを行いました。インボディー測定は80名を超え、来場は100名でした。

<協力会員の感想>

「自分の身体を知ることは食事改善につながる近道、このような機会が増えるとよい(井上 瞳会員)」

「初めてスタッフとして参加、栄養相談に答えられるか不安でしたが熱心に聞いていただき、「とてもためになったありがとう!」といわれ、うれしい(野村 美里会員)」



### ふくい健康フェア2016

平成28年10月2日(日) 福井駅前アップロード

ふくい健康フェアは、健康づくりに関心のある市民の増加および健康づくりの取組みを実行する市民が増えるよう、フェアを通して啓発し、健康への関心や意識向上を図ることを目的としています。今年度のテーマは「はじめよう、ベジ・ファーストで健康づくり!」とし、ベジ・ファーストとは、食事の最初に野菜を食べることです。野菜から食べることを推奨しています。食べる順番を変えるだけのシンプルな方法ですが、生活習慣病の予防効果があり、気軽に取り組める健康づくりの方法です。

栄養士会ブースでは、野菜の1日摂取目標「350g」を、食品サンプルを利用して視覚的に伝えたり、食事・栄養相談を行いました。来場者は野菜の重要性について関心を持ち、健康への不安や悩みも解消することができたようです。



栄養ケアステーション活動

平成28年度越前市一次予防事業「いきいきふれあいのつどい事業（栄養改善指導）」について

越前市では、高齢者が歩いて通える範囲で介護予防に取り組めるよう、各町内が自主的に「いきいきふれあいのつどい」を運営しており、市長寿福祉課が支援しています。つどいの事業者は、運動・音楽・口腔・栄養・薬のいずれかのテーマで介護予防教室を企画し、栄養のテーマの介護予防教室を県栄養士会が担当し、事業を受託しています。内容としては、各公民館等で出前講座（栄養改善指導）を行うもので、厚生労働省の「栄養改善マニュアル」に準拠した内容で実施しています。今年2月に研修会を兼ねた受付会を開催したところ、平成28年度は87回の申し込みがありました（平成27年度実績56回）。

今年度から、ラジオ体操並みの強度である介護予防体操と合わせて、筋力低下を防ぐための食事、筋力低下とその判断基準等の指導を行っています。

\*使用しているパンフレット



今後の予定

平成28年度福井県スポーツ栄養研修会

日時：平成28年12月17日(土)  
13:00~17:00

場所：仁愛大学

内容：

- ①講義1：ジュニアアスリートの栄養サポート  
～『しっかり食べて運動する』を考える～  
講師 立命館大学教授 海老 久美子先生
- ②講義2：高校スポーツ帯同記録  
講師 アスレチックトレーナー 細川 博治氏
- ③講義3：県内実践報告  
公認スポーツ栄養士 福井県国体推進局  
五十嵐 めぐみ氏

平成28年度食生活と食物油栄養に関する講習会

日時：平成29年1月28日(土)  
13:00~16:30

場所：国際交流会館 3階特別会議室

- 内容：①「食物油に関する一般講義」
- ②「食物油に関する専門講義」
- ③質疑応答

講師：お茶の水女子大学大学院  
人間文化創成科学研究科

教授 藤原 葉子先生

第12回日本栄養改善学会 北陸支部学術総会

日時：平成29年2月19日(日)  
10:00~17:00

場所：福井県国際交流会館

3階特別会議室、第1・第2会議室

参加費：会員990円

# 平成28年度 賛助会員名簿

五十音順



春夏秋冬  
鮮度にこだわり  
食の喜びと幸せをお届けする

**株式会社アコス**  
FOOD COMMUNICATION

〒919-0301 福井県福井市下細江町第6号1番地  
TEL(0776)41-7400(代) FAX(0776)41-7401(代)

AJINOMOTO

## 味の素株式会社

名古屋支社 〒466-8554 名古屋市昭和区阿由知通2-3  
TEL(052)735-8500(代) FAX(052)733-3215

北陸支店 〒921-8042 金沢市泉本町1丁目8番地  
TEL(076)243-5211(代) FAX(076)243-0255

ホームページ <http://www.ajinomoto.co.jp/>



株式会社  
石川コンピュータセンター

お問い合わせ先 ☎ 076-268-8315

栄養管理システム  
HOSPITAL SOLUTION  
PC・栄養  
Version.4

献立・食数の管理からNST業務  
に至るまで強力サポート!

ポットのお湯(80℃以上)で溶ける低ゼリー強度寒天。  
ゼリーやペーストなど、幅広い用途にご利用いただけます。

## 介護食用ウルトウ寒天

寒天のトップメーカー

**伊那食品工業株式会社**

名古屋支店/愛知県小牧市小木東1-49 TEL 0568-75-6660



真心のこもった料理をより多くの皆様へ

## イフスコヘルスケア株式会社

医療・福祉施設等給食業務受託  
(医療関連サービスマーク認定・日本メディカル給食協会会員・ISO14001認証)

本社 〒530-0001 大阪市北区梅田三丁目3番20号

福井事務所 〒910-0006 福井市中央3丁目3-21 福井中央ビル3階  
Tel(0776)97-8156 Fax(0776)97-8157

ホームページ <http://www.ifsco-hc.co.jp>



選んでのせて・サッと  
調理にわかる!

見て! さわって!  
簡単!

店舗  
レンタルプランも  
ご利用ください

健康イベントに! メタボ教室に! 精神健康-3960391号  
楽しい【体験型・参加型】の栄養指導システム!!

## 食育SATシステム

ICタグ内蔵フードモデルとパソコンを使った食教育専用体

株式会社 いわさき 金沢営業所

石川県金沢市京町32番22号 TEL:076-251-1418 FAX:076-251-1468



食文化の未来を創造しつづける

## 尾家産業株式会社

東証一部上場 コードNo.7481

福井営業所  
福井市開発4-515 〒910-0842  
TEL(0776)52-0841 FAX(0776)52-0783  
URL:<http://www.oie.co.jp>  
サンホーム・燦宝夢・サンプラザ印 総販売元 外食産業食材専門商社

## 鯉削りぶし JAS認定福井工場

### 国産乾物・国産水煮、冷凍野菜

鯉節・削りぶし・昆布・椎茸・煮干・わかめ・ひじき・海苔  
胡麻・干瓢・たけのこ・れんこん・ぜんまい・わらび・牛蒡  
ふき・きくらげ・舞茸・エリンギ・しめじ他

## 諸国乾物問屋 株式会社 太田屋

福井市高柳1丁目1401番地 tel.0776-53-2713  
ホームページ <http://www.katuobusi-otaya.com> 「鯉節 太田屋」で検索

## 大塚製薬株式会社 福井出張所

〒910-0005 福井県福井市大手2-7-15  
明治安田生命福井ビル3階  
TEL(0776)26-3005(代表)  
FAX(0776)27-0590

あなたの健康を応援します。



■お問い合わせは  
0120-165-697  
<http://www.kao.co.jp/healthy/>



食を通じて豊かな生活に貢献する

(株) 紙安 (水産物卸)

紙安産業(株) (給食食材卸)

(株) 紙安クッキング (食堂経営・給食サービス)



安心安全な食べ物を  
ひとつひとつ心を込めて  
手づくりで作っています

公楽商店  
KOURAKU SHOUTEN

918-8057 福井県福井市加茂河原1丁目9-10  
Tel:0776-35-4723 Fax:0776-35-3603  
www.kouraku-s.com



業務用・治療用食品と情報サービス  
Confidence(信頼)の....."C"  
Heart(真心)の....."H"  
Expert(専門)の....."E"  
Foods(食品)の....."F"

Sun fair foods 株式会社 サン食品

〒918-8161 福井市銚ヶ崎町25-58 TEL(0776)38-3830(代)

アフラック募集代理店

三泉トラスト保険サービス会社

本店医療保険部

0120357212

液状濃厚流動食

サンエット-SA



たんぱく質とナトリウムの  
量にこだわり、  
さらにL-カルニチンを  
はじめて配合しました。



販売者  
株式会社 三和化学研究所  
本社/名古屋市東区東外堀町35番地 〒461-8631  
TEL (052) 951-8130 FAX (052) 950-1861  
●ホームページ <http://www.skk-net.com/>

業務用総合食品問屋

塩田食品株式会社

本社 〒918-8578 福井市円山1丁目405

TEL : 0776-54-6767 FAX : 0776-54-6633

支店 〒914-0053 敦賀市舞崎町2丁目19-4

TEL : 0770-25-1155 FAX : 0770-25-1239

給食食器・耐熱食器 企画販売

株式会社 下村漆器店

住所：福井県鯖江市片山町8-7

TEL/FAX : 0778-65-0024

SOMPOリスクアマネジメント

全国に広がる健康相談員が当社の財産です

【事業内容】  
・特定保健指導  
・高齢者訪問指導  
・重症化予防支援 等

★当社事業の詳細はホームページ  
にてご覧いただけます。

【HP】<http://www.kenko-shien.jp/>

SOMPOリスクアマネジメント株式会社

〒101-0063 東京都千代田区神田淡路町1-2-3 TEL(03)5209-8867



Innovating at the Speed of Life

昨日より今日。今日より明日。  
テルモは、世界中の医療現場と、患者さんのために  
いのちを奪い取り、新たな価値を創造しつづけます。

テルモ株式会社 [www.terumo.co.jp](http://www.terumo.co.jp)

べたつかないのに、しっとりキープ。

仕事中もキレイに、ストレスフリー。



「肌もカラダも」保湿  
アルコールフリーの  
保湿成分配合  
保湿効果



TUK 東洋羽毛北信越販売株式会社 0120-365021

Ca関連食材 治療食品

福井トータルケア 株式会社

スカイ・フード事業部

〒916-0022 鯖江市水落1丁目5-35

TEL(0778)52-4856 FAX(0778)51-7886

笑顔あふれる給食を

NAKANISHI

業務用厨房機器総合メーカー

株式会社 中西製缶所

〒910-0801 福井市大野中二丁目1番1号 電話 0776-821111 FAX 0776-821112

〒910-0801 福井市大野中二丁目1番1号 電話 0776-821111 FAX 0776-821112

〒910-0801 福井市大野中二丁目1番1号 電話 0776-821111 FAX 0776-821112

パーフェクトシリーズ  
トウフィールシリーズ

NISSHIN  
oillio

日清オイリオグループ(株)  
健医食 営業部

TEL03-3206-5636

乳類の製造および販売

日本酪農協同(株)  
北陸営業所

〒910-0837  
福井市高柳2丁目1301番地レインボービル6階  
TEL 0776(57)1201

VCRESC

シーピーテン  
CP 10

コラーゲン  
ペプチド  
10,000mg  
[1本125ml]

必要なのは、コラーゲンでした

12種類のビタミンと鉄・亜鉛・セレン、  
コエンザイムQ10も同時に補給

毎日続けて飲める、美味しいミックスフルーツ味  
オレンジ、リンゴ、パイナップル、イチゴ、バナナ

NÜTRI: ニュートリー株式会社  
東京都千代田区新大塚1-5 THE WALL 4F  
TEL 03-3294-0197 FAX 03-3294-0198 e-mail info@nutri.co.jp http://www.nutri.co.jp

使い易く、衛生的、働く人に喜ばれています。

ハセガワの木芯入り軽量まな板

抗菌かるがる

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  
TEL (047) 482-1001 (代) http://www.hasegawakagaku.co.jp/

総合厨房設備・リフト設備設計施工

厨房機器・食品加工機器・冷凍冷蔵庫  
食器棚・調理用柱・住宅機器販売

畑中厨房株式会社

代表取締役 畑中 博

〒918 福井市成和1丁目906 TEL(0776)24-1477 FAX(0776)22-3268  
HATANAKA CHUHO CO.,LTD.

人材派遣・有料職業紹介

Focal Trust

〒918-8231 福井県福井市問屋町4丁目1207  
TEL : 0776-24-0565  
URL : http://www.focaltrust.co.jp

業務用厨房機器 総合メーカー

fujimak

株式会社フジマック www.fujimak.co.jp/

北陸電力株式会社

新調理システム体験車  
「オーロラ号」

ご用命・お問い合わせは  
福井支店営業部営業担当  
TEL 0776-29-6982  
FAX 0776-29-6981

茶碗蒸し

1個(75g)中 エネルギー 80kcal  
たんぱく質 5g

温めて、もっとおいしく!  
栄養価が高く、食べやすい

かつお風味 たい風味  
ほたて風味 まつたけ風味

ホリカフーズ株式会社

新潟営業所  
〒949-7411 TEL 025-794-5536  
ホームページ: http://www.foricafoods.co.jp  
メールアドレス: okunos@foricafoods.co.jp  
新潟県魚沼市大石59-1 FAX 025-794-4404

meiji 株式会社 明治

人も地球も健康に

Yakult

# 福井県栄養士会に入会して共に活動しましょう!

(公社) 福井県栄養士会は、管理栄養士・栄養士の皆様が職業倫理を遵守した業務を行っていくために必要な新しい情報、良き指導者、語り合える仲間を提供しています。

社会に貢献できる管理栄養士・栄養士を支援する専門職能団体である当会に、ぜひ入会されますようご案内申し上げます。

## 平成29年度の新会員を募集しています

1 平成29年度会費内訳	既会員	新会員 (再入会)
福井県栄養士会入会金		1,000円
福井県栄養士会会費	8,000円	8,000円
日本栄養士会会費	6,500円	6,500円
合 計	14,500円	15,500円

### 2 納入方法について

(1) 会費は年会費(4月～翌年3月)ですが、年度途中からの入会も可能です。下記の指定口座にお振り込みください。

① 郵便局 00760 - 1-29715

② 福井銀行 本店 0715691

※ 平成28年度より、福邦銀行からの振込は行っておりません。

(2) 次年度継続会費は、ハガキ様式のコンビニ専用振込書が日本栄養士会 から送付されますので、お近くのコンビニからおさめてください。(別途手数料108円は自己負担になります)。

(3) その他の方法での納入を希望される場合は、福井県栄養士会 事務局にお問い合わせください。

### 3 その他

#### (1) 会員証について

新会員の方には会費納入が確認され次第、日本栄養士会から会員証が「栄養日本」に同封されて届きます。既会員は今年の会員証を引き続きご利用下さい。

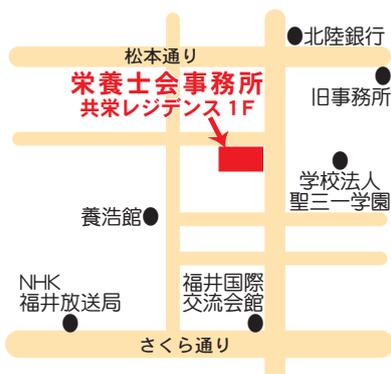
#### (2) 個人情報の変更について

姓、住所、勤務先等の個人情報の変更がある場合は、「会員登録 事項変更届」(本会ホームページからダウンロードできます)に記入の上、福井県栄養士会事務局にFAXで送付してください(FAX : 0776 - 27 - 5999)。

### お知らせ

11月11日より、ホームページのアドレスが変わりました。  
新URL <http://fukuei.o.oo7.jp>  
お手数をおかけしますが、何卒よろしくお願い申し上げます。

## 栄養士会事務所のご案内



業務曜日：月・火・木・金  
(定休日：水・土日祝祭日)  
業務時間：9：30～16：30

## 栄養ふくい 第6号

- 編集 (公社) 福井県栄養士会  
情報コミュニケーション事業部  
阿部 喜代子  
北村 夕子  
新田 和美
- 印刷 マイプリントコーポレーション株式会社