

栄養ホットニュース

公益社団法人長崎県栄養士会の
ホットな栄養・食情報を提供いたします。

長崎県栄養士会の地域包括ケア・システムの取り組み No.2

地域で求められる栄養士とは?

医療法人稲仁会 介護老人保健施設三原の園
森内 亜紀子

地域栄養ケアシステム委員会の第一回研修会を平成27年8月22日(土)に開催いたしました。

今回は会員に行ったアンケート結果をもとに、希望が多かった地域包括ケアシステムの内容説明と実践者からの報告を行いました。

講師は認定NPO法人長崎在宅Dr. ネット理事長、藤井外科医院院長の藤井卓先生にお越しいただき、「地域・在宅における栄養士活動に期待すること」と題し、地域包括ケアシステムの中での栄養士の役割と、今後に期待することについてお話いただきました。「地域包括ケアシステムの構築には管理栄養士が絶対必要である。」という、管理栄養士・栄養士への期待を込めたお言葉もあり、地域ケア会議の参加を始めとする、地域包括ケアシステムに関わる管理栄養士を増やしていきたいと感じました。

また実践者からの報告は当栄養士会の会員である古川美和さん(長崎市医師会診療センター)、山崎佳代さん(介護老人福祉施設 牧島荘)にそれぞれ医療、介護の面からお話いただきました。

古川さんからは、対象者のご自宅へ出向いての指導の難しさや、一人一人環境が違う中でその方にあつた指導を行うこと等の報告がありました。

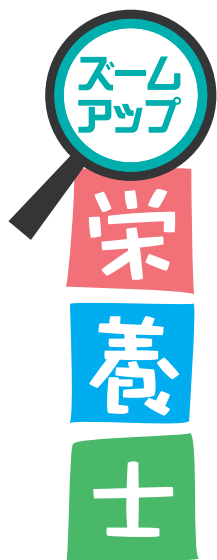
病院は治療と療養の場であるのに対し、在宅は療養と生活の場であることの違いにふれ、様々なデータを見ることより、その方の信念、価値観、社会背景を知り尊重することも必要であること、在宅では療養者や家族が主役であり、正しいことでも押し付けは禁物であることを学びました。

食事は おいしく、楽しく、食べやすく、食べる意欲が生きる意欲につながるとの言葉で締めくくられました。

山崎さんの報告からは、通所ご利用者の事例により、地域で暮らしておられる方への対応等について学びました。

今回はこの研修会に興味を持ってくださった長崎市医師会の介護支援専門員(保健師)、また在宅Dr. ネットに加入する医師にご参加いただき、多職種で行う地域ケア会議に管理栄養士・栄養士が参加する意義、地域包括ケアシステムの中の管理栄養士・栄養士の役割についてご理解いただけるいい機会となりました。





▶▶▶ このコーナーは最前線で働く栄養士のコーナーです。

老人保健施設 ケアホーム・クローバー 管理栄養士 木原 薫さん

ケアホーム・クローバーは諫早市の中央部に位置する、介護老人保健施設です。超高齢化社会となった現在、栄養士も取り組むべき内容が多様化してきました。献立だけ、厨房の中だけの業務ではなく、他職種との連携はもちろん地域社会での活動もその一つではないでしょうか。

私は短大卒業後、栄養士として就職しませんでした。結婚し長崎に来ましたが、4人目の出産までは専業主婦でした。32歳の時、社会に出ようと決心し、思い切って栄養士として就職をしました。せっかく取得した資格を活かそうと思ったからですが、あまりにも遅いスタートで自信が無く、周囲にずいぶん助けていただきました。その分必死でもあり、管理栄養士資格取得後は直ぐに栄養士会に入会し、可能な限り研修に参加するようにしました。そこでも随分たくさんの事を学ばせて頂き現在に至っています。

平成19年より現在の施設に勤務するようになり、平成23年度より諫早市東部健康推進委員としての活動もさせていただく事になりました。福祉施設に勤務する傍ら、健康推進活動をする中で改めて健康寿命の延伸を実現する為、健診受診率の向上はもちろん食べることの大切さを痛感しています。私自身、子供達と両親の3世代で生活する中で食べて、運動して体を作ること、そして老いることを目の当たりにして、本当に生きた勉強をさせていただいていると感じます。

現在、施設では介護度が上がり、口から食べることが困難になっておられる入所者の方が増えています。御家族の希望を汲み取りながら経口摂取を維持する取り組みを中心に、入所期間中にも季節を感じていただけるよう行事食や夏祭り、作品展示会、餅つきなどのイベントを積極的に行っています。各種イベントには地域の方達の協力もあり、たくさんの方々と交流することができています。必死に栄養士業務をこなすことから始まり、今やっと福祉や地域社会で自分が出来ることを、しっかり認識できたように思います。今後も研鑽を重ねながら前進していきます。



「毎月の施設イベント食 10月秋色御膳」



「健康入門セットを渡ってメタボリボンで暖かいエック中」



「健康座談会 じげもん生活習慣チェック中」

平成27年度 第2回栄養学術研修会 第14回長崎栄養改善学会 が開催されました。

開催日 平成27年11月7日(土)

会場 長崎国際大学 4号館4101教室

参加者 79名

第2回 栄養学術研修会

講演 「医療保健福祉活動従事者として知っておきたい社会・心理・医学情報」

講師 長崎県県央保健所 所長(医師) 大塚 俊弘 先生

第2回栄養学術研修会は長崎県県央保健所所長の大塚俊弘先生を講師にお迎えし、「医療保健福祉活動従事者として知っておきたい社会・心理・医学情報」のテーマでご講演頂きました。脳機能と社会行動との関連について、子どもへの虐待やネグレクトの影響、子どもの発達と家族の関係、アダルト・チルドレン、アルコール依存症などを例として、非常に幅広くとても分かりやすくご講演頂き、楽しく学ぶことが出来ました。私たちが栄養指導などで無意識のうちに“患者役割”を求め、対象者に対し行動変容を期待しすぎるあまり上手く行かなくて苦慮する事もありますが、支援者として常に注意をする必要があることを改めて認識しました。活発な質疑もあり、今回のご講演は、普段、私たちが業務していても、なかなか深く学ぶ機会が少ないもので、この様な内容について、学べたことは非常に有意義だったのではないかと思います。



「御講演中の大塚先生」

第14回 長崎栄養改善学会 一般演題 7題

特別報告 「栄養士として海外青年協力隊に参加して～ケニアの現状と課題～」

報告者 長崎県立鶴南特別支援学校 栄養教諭 近藤さやか さん

午後からは、第14回長崎栄養改善学会が開催され、一般演題で7題の発表がありました。基礎研究、公衆栄養、臨床栄養の各分野から日々の業務の中で取り組まれている課題について研究報告があり、普段それぞれ異なる分野で活動する会員の方々の現場で尽力されている状況を知り、大いに刺激を受け、貴重な学びの機会となりました。

また特別報告として、長崎県立鶴南特別支援学校栄養教諭 近藤さやか先生より「青年海外協力隊に栄養士として参加して～ケニアの現状と課題～」のテーマでご講演頂き、現地で実践された栄養改善の取り組みや栄養失調の原因解明のための調査活動について、ご紹介頂きました。現地の様々な家庭を調査し、“貧しくても健康的に過ごしている家庭”ではどのような日常生活が営まれているのかを現地スタッフとともに明らかにしていくプロセスは大変興味深いものでした。知識を与えるだけでなく、いかにそれを行動変容に繋げるかは、途上国だけの問題ではなく、我々の日常での業務にも通じるところであり、とても示唆に富んだ内容でした。

野菜料理をもう1品

ヘルシーメニューで健やかに

ももり野菜サラダ



作り方

- ①ドレッシングの材料を全てミキサーにかける
- ②レタスは食べやすい大きさにちぎり、水菜はざく切りにし適当に皿に盛りつける
- ③パプリカは半分に切ってスライスし、ミニトマトはへたを取って半分に切って②の上に飾る
- ④③に①で作ったドレッシングを上からかける

材料(2人分)

サニーレタス ……60g
水菜 ……60g
パプリカ ……40g
プチトマト ……40g
オリーブ油 ……10g
濃口醤油 ……10g
酢 ……10g
はちみつ ……4g
アンチョビ ……4g
にんにく ……1g
玉ねぎ ……20g
リンゴ ……10g
セロリ ……10g
すりごま ……2g
塩 ……0.1g

ドレッシング

ポイント

うま味の強いドレッシングなのでくせのある生野菜でもおいしく食べられます。芋類やブロッコリーなど温野菜と合わせても良いと思います。

1人分 エネルギー/108kcal

たんぱく質	脂質	炭水化物	食塩相当量	食物繊維
3.0g	5.7g	9.3g	1.0g	2.5g

提供/西彼支部 医療協議会 医療法人光善会 長崎百合野病院 管理栄養士 伴 知子

県民公開講座

10月31日(土)県民公開講座「在宅介護と食事」～支える人を支えるために～を開催し、ながさき栄養ケア・ステーションののほりを掲げました。



第62回 日本栄養改善学会学術総会

日時 平成27年9月24日(木)～26日(土)

場所

福岡国際会議場・福岡サンパレスホテルにてパネル展示を行いました。



お知らせ掲示板

おめでとうございます

厚生労働大臣表彰

栄養改善事業功労者

振角憲子さん

栄養指導業務功労者

川鍋さよ子さん、浦昌子さん

以上の方々が厚生労働大臣表彰をうけられました。

日本栄養士会会長表彰

山本 孝史 古瀬由美子 池田幾久子 園田由美子
加藤 秀子 西 郁代 佐々木純江 毎熊美知恵
武生美保子 岩永 明子 平田安喜子 山本 美保
川口 智子 本田 聡子 宮崎 理絵 松本 聖子
日野ゆい子 丸山美代子 久家 浩子 古瀬ゆかり
以上の方々が全国栄養士大会で表彰されました。(会員在籍25年) (敬称略)

栄養士制度・栄養士会誕生70年記念感謝状

城谷玖美子様、富山常子様の2名が受けられました。

第5回(公社)長崎県栄養士会定時総会について

日時 平成28年5月28日(土)

場所 長崎ブリックホール国際会議場にて開催します。

賛助会員について

入会 九州東邦株式会社、株式会社山香海

会員証について

長崎県栄養士会の会員証はお手元に届いていますか? 日本栄養士会会員証のプラスチックカードと併せてご携帯ください。研修会での提示をお願いいたします。

事務局からのお知らせ

- ① 氏名・住所・勤務先などの変更は「会員登録事項変更届」により、15日以内に事務局へご提出ください。
- ② 管理栄養士国家試験に合格された会員の方は、免許番号を「会員登録事項変更届」により、お知らせください。
- ③ 平成27年長崎県栄養士会の会員数は1,062名(内新入会員は76名)です。(平成27年11月10日現在)
- ④ ホームページがリニューアルしました。スマートフォンからも見るができます。みなさん、ご活用ください。