



元号も新しくなりました。今までのホットニュースをリニューアルして、皆様に会の新しい動きをお伝えします!!

## TNT-G (高齢者栄養療法) について

生涯教育研修委員会 委員

愛野記念病院 中村 真知子

現在、日本栄養士会からTNT-Gのe-ラーニングが配信されています。TNTと聞くと、NST専任医師の要件の1つであるTNT (Total Nutrition Therapy) を思い浮かべる方もいらっしゃるかと思いますが、このTNT-Geriatric for Dietitian (TNT-Geri-D) は、管理栄養士・栄養士向けの老年栄養学教育プログラムです。TNT-Geriatricは、欧州老年医学会 (European Union Geriatric Medicine Society : EUGMS) が作成した老年栄養学の教育プログラムで、日本老年医学会の承認のもと、日本栄養士会で管理栄養士・栄養士向けにアレンジされたものがTNT-Geri-Dです。栄養管理の基礎知識から、フレイル・サルコペニアの知識、そして高齢者における経腸栄養や静脈栄養、各疾患における臨床栄養学のエッセンスを学ぶことができるように編集されています。

プログラムは14セッションで構成され、各項目の講義時間は約60分です。栄養スクリーニング・アセスメントから、薬物・食物との相互作用まで幅広く学ぶことができます。講義の最後に確認テストがあり、理解度の確認もできます。

e-ラーニングとなると操作が難しいのではないかと等から受講を敬遠される声も聞きます。こちらは操作方法の説明文書もありますし、業務でパソコンを使われる方は問題なく受講できるのではないかと思います。e-ラーニングの最大のメリットは、自分の好きな時間に受講ができることだと思います。料金は14セッションで日本栄養士会 会員のかたは税込4,400円です。(会員外は11,000円) 生涯教育の単位も実務研修4単位獲得できますので、受講されてみてはいかがでしょうか？

The screenshots show various educational materials including:

- Slide 1: 栄養状態に影響を与える加齢による生理的変化 (Physiological changes due to aging that affect nutritional status).
- Slide 2: 加齢に伴い、栄養障害のリスクが上昇 (With aging, the risk of malnutrition increases). Includes a bar chart showing the increase in malnutrition risk with age.
- Slide 3: 加齢による身体不調の種類 (Types of physical disorders due to aging). Includes a flowchart showing the relationship between aging, frailty, and malnutrition.
- Slide 4: 消化管の老化 (Aging of the digestive tract). Includes a table showing the changes in the digestive tract with aging.
- Slide 5: 加齢に伴う体重および身体組成の変化 (Changes in weight and body composition with aging). Includes a table showing the changes in weight and body composition with aging.

詳しくは <https://www.dietitian.or.jp/news/information/2020/235.html> をご覧ください。

▶▶▶ このコーナーは最前線で働く栄養士のコーナーです。

佐世保支部 福祉協議会  
一般社団法人すくすくcomさせば駅前保育園 井手 千由紀さん

私の勤めている保育園では、食育に力を入れています。毎月食育の講話を行ったり、行事に合わせて子ども達と一緒にクッキングしたりと、少しでも子ども達が食に関して興味を持ってくれるような取り組みを心がけています。8月のクッキングでは、自分達で育てたミニトマトを使って手作りピザを作りました。子ども達は、たまねぎ・ピーマン・トマト・ミニトマトを包丁で切り、好きなようにトッピングをしました。作物を苗から育て、収穫するなど、食材に触れ食べることで大地の恵みや食の大切さを学んでくれたことと思います。



野菜の切り込み



野菜のトッピング中



トッピング完成

当保育園では、0歳児とそのママさん・もうすぐママになる妊婦さんを対象に育児教室を開催しており、妊娠中の食事や離乳食についてお話する機会を設けています。離乳食を試食する事で、量や食材の大きさ、軟らかさなどを実際に見て感じてもらいます。この教室が離乳食作りをはじめとする子育てのサポートになればと思います。



離乳食のサンプル

また近々、保護者の方を対象に、給食の試食会を予定しています。子ども達が普段食べている給食の量や味付けなどを知ってもらうことを目的としています。新型コロナウイルスの影響を考え、間隔を空ける、同じ方向を向いて食べる、会話はしないなどの最低限の対策を行い、よりよい試食会ができればと思います。



節分の行事食

新型コロナウイルスの影響で当保育園では、やむを得ず行事の延期・中止が続いています。そうした中で、給食は子ども達にとって大きな楽しみの一つとなっているので、普段の給食から行事食まで子ども達が喜ぶことをしてあげたいと日々試行錯誤しています。新メニューを提供したときに完食されたお皿が返ってくるととてもやりがいを感じます。今後も、保育士や保護者の方と協力し、子ども達のために努めていきたいと思っています。

令和2年度

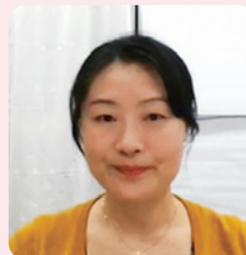
# 第2回栄養学術研修会が 新型コロナウイルス感染予防の観点から 長崎県栄養士会のホームページ上で開催されました。

開催日 令和2年10月10日(土)～10月22日(木)

## ①講演 「2040年問題から見えてきたもの～私達が取り組むこと～」

講師 長崎県立大学シーボルト校 看護栄養学部栄養健康学科

石見 百江 先生



団塊の世代が70歳以上となる2025年まで残り5年余りと迫り、地域包括ケアシステムの構築が順調に進む中、今般では2040年を見据えた新たな制度改革へとシフトしてきています。今後は2040年問題を見据え疾病予防・健康づくりを強化して健康寿命の延伸を図ることが求められます。管理栄養士・栄養士として健康寿命の延伸に貢献するため、私たちが各分野の高度専門知識や技術を身につける事が必要であると講演されました。栄養教育対象者が主体的に取り組むことができる支援を目指せるように努めていきたいと感じました。

また、昨年度より新型コロナウイルス感染予防の観点から研修会が中止となり下記の②③につきましても中止を余儀なくされておりました。今回同時に開催されました。

### ②令和元年度第8回JDA-DATリーダー育成研修会報告

参加した会員による資料提供がPDFファイルにてなされました。

### ③令和元年度第2回フォトギャラリー

6作品の発表がありました。



## 県民公開講座が同時開催 されました!

### ①講演 「災害で生き残るためにできること」

講師 日本防災士会 長崎県支部 支部長 旭 芳郎 先生



「知っとこ!災害時の身の守り方」「災害と福祉」「災害と食」の3つに分類し実際に熊本地震などの災害現場で活動された経験をもとに講演いただきました。近年では、台風や豪雨などによる被害も毎年のように報道され、自然災害に対する備えの必要性を強く感じるようになりました。「災害食」という言葉の定義やローリングストック法などについても学びました。

本講演を聴き、改めて災害に対して備える事の重要性を再認識することができました。実際に災害対策を実施する場面に生かしていきたいと思いました。

### ②情報提供 「液体ミルク」について

株明治様、株協和商工様よりご協力を頂き「液体ミルク」の情報提供も実施されました。

# 野菜料理をもう1品!

## ヘルシーメニューで健やかに! 減塩でも美味しく。



### 材料 (2人分)

- そうめん ……2束
- だし汁 ……250cc  
(だし昆布・かつお節) ……適量
- こいくち醤油 ……大さじ1
- 豆乳 ……250cc
- 白菜 ……150g
- 人参 ……40g
- 長ネギ ……30g
- しめじ ……1/2袋 (50g)
- 絹ごし豆腐 ……1パック (300g)
- 刻み葱 ……適量
- すりごま ……適量



### 作り方

- ①野菜と豆腐は食べやすい大きさにカットする。
- ②そうめんは硬めに茹でておく。
- ③鍋にだしとこいくち醤油を合わせ、①を入れて火にかける。
- ④火が通りやわらかくなったなら豆乳とそうめんを入れ、出来上がりに刻み葱とすりごまをかける。

### レシピの特徴

南島原市は、そうめんの生産量が全国有数の市です。そうめんは夏に食べる人が多いでしょうが、冬に温かいそうめんもおすすめです。また、豆乳を煮立たせると分離したようになってしまうので注意してください。

1人分	エネルギー/350kcal			
たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量
19.2g	8.1g	49.4g	4.5g	1.9g

提供/島原支部 公衆衛生協議会 南島原市役所 荒木洋子

## 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

栄養指導業務功労者 溝添弘美さん 野口恵子さん

#### 日本栄養士会会長表彰

##### 会員在籍 50年

吉田 共榮 椋尾 暁子 東山 圭子 (敬称略)

##### 会員在籍 25年

花田 美加 本田ともえ 相良ひとみ 高平 淑子  
 今里 美佐 澤瀬 貴子 平山 幸子 横田 洋子  
 山崎 千晶 澤田 美紀 辻 秀美 桑原妃呂子  
 桶谷 紀子 中島恵美子 前田 智子 須田 恵  
 水田美代子 岡本 美紀 若杉 礼子 島井美津子  
 福田 真澄 橋本 由夏 鶴嵐 幸子 井坂 美緒  
 梶原佳代子 萬田恵理子 久松 睦 外山 信子  
 近藤 和子 (敬称略)

#### 日本栄養士会員証について

会員証の更新はありませんので取り扱いにご注意ください。  
 長崎県栄養士会会員証と併せてご携帯ください。

### 研修会

#### 第3回栄養学術研修会・第18回長崎県栄養改善学会

日時 令和3年1月23日 (土)  
 場所 長崎県立大学シーボルト校

#### プラチナ研修会

日時 令和3年1月または2月 (予定)  
 場所 「えきまえ」いきいきひろば (予定)

#### 第10回(公社)長崎県栄養士会定時総会及び第1回学術研修会について

日時 令和3年5月29日 (土)  
 場所 長崎ブリックホール国際会議場

### 賛助会員について

退会 有限会社 田中農園  
 藤村薬品株式会社  
 エスジーグリーンハウス株式会社

### 無料職業紹介所について

管理栄養士・栄養士の仕事を探している方は無料職業紹介所の求職登録をしませんか? 当会ホームページ→無料職業紹介所→②求職手続きについてから手続きをして下さい。

## 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。日本栄養士会ホームページよりログインして行うこともできます。
- ② 令和2年長崎県栄養士会の11月3日現在の会員数は1013名(内新入会員は51名)です。