



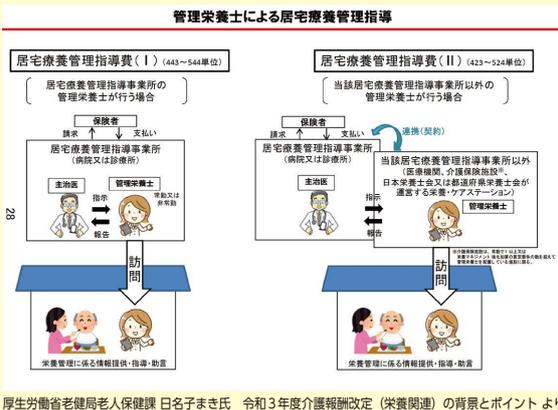
「ながさき栄養ケア・ステーション」のこれからについて

地域栄養ケアシステム・ケアステーション委員会
委員長 富工 由貴

「栄養ケア・ステーション」は、食・栄養の専門職である管理栄養士・栄養士が所属する、食と栄養の指導拠点です。「ながさき栄養ケア・ステーション」は、平成16年に発足し、今年度で19年目となります。地域住民はもちろん、医療機関、介護施設、事業所、行政機関、医療保険者、各種団体などを対象に管理栄養士・栄養士をご紹介し、用途に応じたさまざまなサービスを提供しています。具体的な業務としては「特定保健指導・介護予防事業での栄養相談」「医療機関・薬局・企業などでの栄養食事相談」「食育や健康イベント・講習会などでの講話」「献立作成や料理講習会での講師」「各種栄養価計算」など、多種多様な業務を実施しています。

我が国の高齢化は、2025年には団塊の世代が後期高齢者となり、2040年までその数は伸び続け、今後医療や介護の現場でも、在宅で療養する人々への対応が増えることが想定されます。生活する中で、その一人一人の栄養管理についても、支援を求められることも多くなると予想されます。ながさき栄養ケア・ステーションも、そのニーズに答えるべく、体制整備を行っています。

令和2年以降、診療報酬や介護報酬でも、各診療所や施設での栄養指導などに県設置の栄養ケア・ステーションの活用が位置付けられており、地域でもますます栄養ケア・ステーションの必要性が求められ始めました。そこで長崎県栄養士会では令和5年度の重点事業として「栄養ケア・ステーション体制整備事業」とし、まずは各医療機関との連携が進められるよう、契約書や運営要領や各様式の見直しを行っています。また、業務の依頼に対して迅速かつ公平な業務依頼ができるよう、登録者へLineを活用した募集体制も進めています。この体制整備によって、これまで以上にスムーズな栄養サポートができることを期待しています。そしてこれからも、専門性を活かし、栄養サポートの担い手として地域住民の皆さまの健康づくりの応援をしていきたいと思ひます。



令和2年度診療報酬改定 第4 地域包括ケアシステムの推進のための取組の持続 ⑧

栄養食事指導の見直し

外来栄養食事指導料、在宅患者訪問栄養食事指導料の見直し

➤ 外来・在宅患者に対する栄養食事指導を推進する観点から、診療所における外来栄養食事指導料及び在宅患者訪問栄養食事指導料について、他の医療機関及び栄養ケア・ステーションの管理栄養士が栄養指導を行った場合を評価する。

現行	改定後
【外来栄養食事指導料】 イ 初回 260点 ロ 2回目以降 200点	【外来栄養食事指導料】 イ 外来栄養食事指導料1 (1)初回 260点 (2)2回目以降 200点 ロ 外来栄養食事指導料2 (1)初回 230点 (2)2回目以降 180点
【在宅患者訪問栄養食事指導料】 1 在宅患者訪問栄養食事指導料1 イ 単一建物診患者が1人の場合 530点 ロ 単一建物診患者が2人～9人の場合 480点 3 1及び2以外の場合 440点	【在宅患者訪問栄養食事指導料】 1 在宅患者訪問栄養食事指導料1 イ 単一建物診患者が1人の場合 530点 ロ 単一建物診患者が2人～9人の場合 480点 ハ イ及びロ以外の場合 440点 2 在宅患者訪問栄養食事指導料2 イ 単一建物診患者が1人の場合 510点 ロ 単一建物診患者が2人～9人の場合 460点 ハ イ及びロ以外の場合 420点

【外来栄養食事指導料2、在宅患者訪問栄養食事指導料2の算定要件】
診療所において、特別費を医師が必要と認めたものに対し、当該保健医療機関以外(日本栄養士会又は都道府県栄養士会が設置し、運営する栄養ケア・ステーション又は他の医療機関)に属する管理栄養士が、当該保健医療機関の医師の指示に基づき必要と必要な栄養指導を行った場合に算定する。

厚生労働省保険局医療課 令和2年度診療報酬改定の概要より

▶▶▶ このコーナーは最前線で働く栄養士のコーナーです。

大村支部 医療協議会 南野病院 松田 佳穂さん

私が入職した日は、病院の食事が直営での運営になった日でもありました。委託時代からいる職員は4名ほどで、あとは右も左もわからない新人の私と、調理担当の職員が2名新たに加わりました。ほぼ全員が新人状態でのスタートとなり、あの日の忙しさは忘れることはないでしょう。休憩時間に「もう出来ない!!」と感情を爆発させる人、押し迫る配膳時間。どうやって一日を過ごしたのか、忙殺とはこのことでした。疲れているのに、気分が高揚して、眠りが浅かったことを記憶しています。



行事食

でも初日から笑いの絶えない現場でした。チームワークのよさだけが取り柄なのかもしれません。様々な経験を積まれた職員の皆さんとの現場での会話は弾みます。ぐちも出ませんが、その場限り。色んな事がありました、今は笑って話せます。

当院は療養病棟、回復リハビリテーション病棟、緩和ケア病棟を備えた回復期・療養病棟です。私たちは、その患者さんがどこにいたいのかを探り、その要望はどういったらできるのか、を検討します。給食室では細かな

食事形態と提供の仕方を工夫しています。特に緩和ケアの患者さんの、「今食べたいもの」のリクエストに対応できるように準備しています。

月2回行われる行事食も試行錯誤を繰り返し、試作は満足いくものが出来ていても、当日は、時間がたってしまったせいか、硬くなっていて、皆で落ち込むこともありました。

沢山失敗し、沢山先輩からも叱られましたが、患者さんからの「美味しかった」というメッセージに、さらに喜ばれる給食作りを目指したいと思います。

直営で給食を運営するところが少なくなり、時代錯誤との声もあったと聞いています。当初は残業が多すぎて院長先生にも心配して頂いていた様でしたが、現在では人員も増え、職員の習得度も上がって安定してきました。これからは栄養士会の研修会や事業にも、積極的に参加し、自己研鑽を積んでいきたいと思っております。今後ともよろしく願いいたします。



お誕生日会食

令和5年度

第1回栄養学術研修会を開催しました!

開催日 令和5年5月27日(土)

会場 長崎ブリックホール国際会議場

※会場とWEB (Zoom) でのハイブリッド開催

講演Ⅰ 「発汗を通したレジリエンスの可能性」

講師 長崎大学大学院医歯薬学総合研究所 皮膚病態学 教授 室田 浩之 先生

ヒトは進化の過程で体毛を失くし、全身から汗をかいて効率良く体を冷やすことによって長時間の運動が可能になりました。哺乳類の中でも水のような汗をかくのはヒトのみで、成人では1時間あたり1.5~2lもの汗をかくことができます。汗を作っている汗腺の数は将来増えることはありませんが、発汗能力は12歳頃にピークを迎えた後から徐々に低下し、発汗量は60歳を越えると足先から上半身に向かって年齢と共に減少していきます。その結果、皮膚の乾燥による皮脂欠乏症や、衣類などの摩擦による貨幣状湿疹などの皮膚トラブルを招きます。研究結果では、運動習慣のある高齢者は青年並の発汗率であることがわかっています。どの年代でも全身から均一に汗が出る状況を維持する事が、健康な皮膚を保つ上で最も重要だそうです。発汗は体温調節だけではなく、皮膚トラブルを防いだり、地球温暖化が進む中で環境に適応していくために大切な役割を果たしていることを学びました。



講演Ⅱ 「効果的な栄養管理を行うための適切な体液管理」

講師 済生会横浜市東部病院 患者支援センター長 谷口 英喜 先生

体液は水と電解質(塩分など)からできており、栄養素の消化・吸収・運搬・代謝・老廃物の排出および体温コントロールなどの重要な役割を担っています。一般成人では体重の6割が体液であり、その中の4割は筋肉に存在しています。高齢者では筋肉量の減少や食事摂取量の減少に伴い、体液量が体重の5割まで減少してしまいます。夏になるとよく耳にする「脱水」とは、単なる水の不足ではなく体から体液が失われた状態です。子供と高齢者は特に脱水になりやすく、研究結果では自立的在宅高齢者の2割はかくれ脱水であることがわかっているそうです。脱水症では細胞内で物質が往来できなくなり、栄養管理にも影響を及ぼします。私たちは必要水分量の半分を食事から摂取しており、水分補給だけでなく食事をしっかり食べることで脱水を予防できます。適切な体液管理は栄養管理の基盤であり、水分量を考慮した食事を提供する重要性を学ぶことができました。



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。

作り方

材料 (2人分)

- 芽ひじき(乾) ……3g (大さじ1)
- にんじん ……10g
- キャベツ ……30g (小1枚)
- アスパラガス ……30g (約2本)
- ブロッコリー ……30g (中房3個)
- 〔みりん ……小さじ1/3
- 薄口醤油 ……小さじ1/2
- すりごま ……大さじ1/2
- マヨネーズ ……大さじ1



アスパラとひじきのサラダ

- ① ひじきは水でもどしてからさっと茹で、水気をよく切っておく。みりん、薄口醤油で味を付ける。
- ② キャベツ、にんじんは短冊切り、アスパラガスは3cmの斜め切り、ブロッコリーは食べやすい大きさに分け、それぞれ茹でて水気を絞っておく。
- ③ ①、②をAで和え、器に盛る。

レシピのポイント

ひじきはカルシウムや鉄、食物繊維が豊富なヘルシー食材です。柔らかな「芽ひじき」はサラダや和え物によく合います。夏はきゅうりを使ったり季節の野菜で代用できます。



提供/対馬支部 公衆衛生協議会
対馬市役所 健康づくり推進部 藤原幸美

1人分	エネルギー/86Kcal			
たんぱく質	脂質	炭水化物	食物繊維	食塩相当量
2.0g	7.3g	4.3g	2.3g	0.5g

お知らせ掲示板

第12回公益社団法人長崎県栄養士会定時総会について

令和5年5月27日(土)に執り行われました、総会は467名(委任状含む)の出席を得て開催され、すべての議案について採択がなされました。

イベント

「栄養の日」イベント

日時 令和5年8月6日(日) 11:00~15:00
会場 長崎市浜町ベルナード観光通り

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。

管理栄養士国家試験に合格された会員の方へ

会員登録事項の変更をしますので、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。

ながさき栄養ケア・ステーションへ登録しませんか

長崎県栄養士会では、栄養ケア・ステーションに登録者を随時募集しています。登録方法は、長崎県栄養士会のホームページをご覧ください。

研修会

第2回栄養学術研修会・第22回長崎栄養改善学会

日時 令和5年10月21日(土)
会場 島原市有明総合文化会館(グリーンウェーブ)ハイブリッド開催

第1回国保ヘルスアップ支援(栄養士登録・派遣)事業研修会

日時 令和5年9月30日(土)
会場 長崎市 ハイブリッド開催

新人研修会

日時 令和5年10月14日(土) 会場 長崎市

プラチナ研修会

日時 令和5年11月11日(土) 会場 長崎市

JDA-DATスタッフ養成研修会

第3回 日時 令和5年9月9日(土) 会場 長崎市
第4回 日時 令和5年12月9日(土) 会場 長崎市

ながさき栄養ケア・ステーション研修会

日時 令和5年11月~12月予定
会場 長崎市 ハイブリッド開催

第27回長崎県国保地域医療学会

日時 令和5年10月28日(土) 10時~16時30分 WEB開催
メインテーマ 「これからの地域包括ケア 感染症対策の中で」
基調講演・各職能団体からの研究発表・シンポジウム

事務局からのお知らせ

- ① 令和5年度会費を納入された方で、「栄養ながさき」「令和5年度会員証」がまだお手元に届いていない場合には、事務局までご連絡ください。
- ② 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。
- ③ ひとりでも多くの管理栄養士・栄養士がご入会いただけるよう職場等、お知り合いの方で未入会の方がおられましたらご紹介下さい。ご紹介いただいた方へは学術研修会参加優待券を進呈いたしますので事務局までご連絡ください。
- ④ 令和5年度長崎県栄養士会の会員数は843名(内新入会員は36名)です。(令和5年6月15日現在)