

栄養やまぐち

(社)山口県栄養士会

〒753-0811 山口県山口市大字吉敷3325-1
山口県総合保健会館4F
TEL: 083-932-8015 FAX: 083-932-8015
ホームページアドレス: <http://www.yama-ei.com>

講演

「メタボリックシンドロームの 現状と予防対策」を聴いて

下関市保健部健康づくり課

下関市立豊田保健福祉センター 山根絵美子



講師

独立行政法人

国立健康・栄養研究所
研究企画評価

主幹 吉池信男

具体的な目標等を掲示することなどにより、健康に関連する全ての関係機関・団体等を始めとして、国民が一体となって健康づくりに関する意識の向上及び取り組みを促すことを趣旨とした健康日本21の中間評価が2005年度に行われました。中間評価の結果から健康日本21を推進するうえでの課題が明確になり、課題解決のためにポピュレーションアプローチ（健康づくりの国民運動化）やハイリスクアプローチ（効果的な健診・保健指導）、根拠に基づく施策の展開など、これまでの活動成果を踏まえ、新たな視点を加えた対策が今後の方向性として示されました。

ハイリスクアプローチについては、厚生労働省が進める医療制度改革もあり、メタボリックシンドロームの発症予防・重症化予防を重要視し、「標準的な健診・保健指導プログラム（暫定版）」が発表されま

した。メタボリックシンドロームの概念を導入することで、保健指導の対象者を明確化し、リスクに基づき優先順位をつけて介入し、行動変容がおこる効果が期待されています。つまり、今後はさらにストラクチャー（構造）、プロセス（経過）、アウトカム（成果）の3つの側面を踏まえた評価が重視されることになります。

保健指導が医療費削減に繋げるための先行投資である以上、結果を伴わなければなりません。そのためには、対象となる個人や集団の健康課題を明確にして、課題解決への具体的な目標を掲げて事業を実施し、その評価を行う“Plan-Do-See”の概念を組み込んだ事業展開が前提となります。また、「食」を介して行う健康づくりの支援を行う専門家としての資質および技術の研鑽を積むことが大切だと感じました。

	これまでの健診・保健指導	最新の科学的知識と、課題のための分析	これからの健診・保健指導
健診・保健指導の関係	健診に付加した保健指導	<p>行動変容を促す手法</p>	メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）予防のための保健指導を必要とする者を抽出するための健診
特徴	プロセス重視の保健指導		結果を出す保健指導
目的	個別疾患の早期発見・早期治療		内臓脂肪型肥満に着目した早期介入・行動変容 リスクの重複がある対象者に対し、医師、保健師、管理栄養士等が早期に介入し、行動変容につながる保健指導を行う
内容	健診結果の伝達、理想的な生活習慣に係る一般的な情報提供		自己選択と行動変容 対象者が代謝等の身体のメカニズムと生活習慣との関係を理解し、生活習慣の改善を自らが選択し、行動変容につなげる
保健指導の対象者	健診結果で「要指導」と指摘され、健康教育等の保健事業に参加した者		健診受診者全員に対し、必要度に応じ、階層化された保健指導を提供 リスクに基づく優先順位をつけ、保健指導の必要性に応じて「情報提供」「動機付け支援」「積極的支援」を行う
方法	一時点の健診結果のみに基づく保健指導 画一的な保健指導		健診結果の経年変化および将来予測を踏まえた保健指導 データ分析等を通じて集団としての健康課題を設定し、目標に沿った保健指導を計画的に実施…… 個々人の健診結果を読み解くとともに、ライフスタイルを考慮した保健指導
評価	実施回数や参加人数（アウトプット評価）		糖尿病等の患者・予備群の25%減少（アウトカム評価）
実施主体	市町村		医療保険者

「標準的な健診・保健指導プログラム（暫定版）」(2006年7月) 厚生労働省健康局 より

学校健康教育協議会

平成17年に「食育基本法」が施行され、平成18年3月には「食育推進計画」が策定されました。

学校教育においては「栄養教諭制度」の制定、(平成18年度は8名の採用)により、食に関する指導の教育環境も整ってきました。

私たち学校栄養士は、学校における大切な教育活動である学校給食を通じ、児童・生徒の健康教育を進める役割が(職務内容に)あります。それには、生きた教材である学校給食を中心としながら、学校全体で食に関する指導を推進していく事、また食に関する指導は、家庭の担う役割が大きく保護者や地域の理解・協力があって児童・生徒に定着していくものであると言われている事等を考慮した取り組みが望まれます。

こうした事を踏まえて、本協議会の活動としては、11月25日(土)に一回目の研修会を実施し、会員それぞれが研究したこと、講習会等で学習されたこと



研究教育協議会

本年度の研究教育協議会構成員は、研究部門2名、栄養士等の養成校の教員27名で協議会としての規模は最も小さい組織です。専門分野が多岐に亘っているため独自の研修会は従来から開催していませんが、その他の協議会の方から関連のある研修会にはご案内をいただき研修させていただいております。今年度はさらに情報交換を密にして参りたいと思いますので、よろしく願い致します。また、構成メンバーの特質から、地域・社会や山口県栄養士会に貢献できることがあれば、メッセージを務めたいと思います。

ところで、去る、9月7・8日の2日間、全国研究教育栄養士協議会中国・四国ブロック研修会が山口市で開催されました。基調講演は栄養ケアマネジメントの実践的講演、教育講演は『管理栄養士・栄養士課程におけるFaculty Developmentのすすめ』と題した教育改善の講演と5例の事例発表を基に2日間に亘って討論し、大変意義のある研修会となり、盛会のうち無事終了することができました。

会長 小池記恵子



を発表する機会をつくり、午後には各職場(単独小・中学校、共同調理場・センター)に別かれ、栄養教諭、指導者を含めて現状の問題点や課題等を話し意見交換をする場とします。特に日頃一人職場の勤務状態の中で(二人体制の場合もありますが)抱えている悩み等も話せる自主研修会となれば幸いです。この会は会員の皆様によって計画できるものです。お互いの仲間同士で情報交換をしながら、健康教育の方向性を見失わないように、日々研鑽していけたらと思っています。

またこのような会が会員の協力により、有意義なものになれば、会員増にもつながり、さらには他の協議会との連携も図っていくことが考えられます。

会長 櫻井菜穂子



保険行政の変化、食育基本法の成立等の社会の要請に答え得る、また人間性のある人材養成をと、学生の気質が変化した中、養成校に課せられた課題は山積しております。皆様方には臨地・校外実習等で、学生の指導に多大なご尽力をいただいておりますが、栄養士・管理栄養士の将来が開けるよう他の協議会からのご意見も真摯に傾聴することが、社会の要請に答え得る栄養士・管理栄養士像に繋がると思われますので、そのような機会を得たいと思っています。

『人生、思うようにはならないが、思ったようになる。』朋友が語ってくれました。

想いをもって邁進すると、長い目で見ると目指すところに向かっていけるといことでしょうか・・・会員の皆様、常に想いを持って、邁進しましょう。

行政協議会

20分1本勝負の「動機付け支援」

食生活や職場環境などのライフスタイルの多様化や変化などに伴い、生活習慣病が増加しています。中でも、不健康な生活習慣による内臓脂肪型の肥満に、高血圧、高血糖、高脂血症の生活習慣病の危険因子を併せ持ったメタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）は、放置しておく、動脈硬化を急速に進行させ、循環器疾患やその他重症の合併症を引き起こすおそれがあります。また、脳卒中などは65歳以上の要介護状態の原因ともなっています。

メタボリックシンドロームの予防は、まず内臓脂肪を減らすことが重要なことから、「1に運動 2に食事 しっかり禁煙 最後にクスリ」を合い言葉に、現在、県や市町においては、各々の位置付け・役割に応じた生活習慣病・健康づくり施策を積極的に実施しておりますが、国では、平成20年度を目途に、保険者（組合管掌健康保険、政府管掌健康保険、国民健康保険等）が、40～74歳の被保険者と被扶養者の全員の実態を把握し、健診の受診を促すとともに、

会長 厚東 邦明



健診結果データを有効活用し、必要な保健指導（①情報提供、②動機付け支援、③積極的支援）を受ける者を階層的に分け、必要な生活習慣改善の取り組みを支援する体制づくりを刻々と進めています。

本協議会員も、時代の流れに対応できるように、対象者がリスクが出現し始めた時期を捉え、原則1回20分間のかなりシビアな条件で行う「②動機付け支援」を通じ、生活習慣の改善を自ら選択し、行動変容を促せるような指導技術を高める必要がありますが、会員の反応はまだ鈍いようです。この寄稿が、皆さんのスキルアップの「動機付け支援」となるよう期待しております。



集団健康管理協議会

集団健康管理協議会、平成18・19年度会長を拝命しております西村泰明でございます。

他協議会におかれましては、平素より集団健康管理協議会に対し、ご指導・ご鞭撻、並びに研修会等のご案内等を賜り、誠にありがとうございます。

さて、当協議会は現在二十数名の会員、また、職域としては自衛隊・矯正施設・一般企業等、その他様々であり、統一した方向性を出す事が難しく、また、協議会に対する県栄養士会からの交付金も通信費でなくなってしまうのが現状であり、日本栄養士会（以下、日栄）代表者会議に出席しても、我県同様他県の集団でも所属会員の減少により、大都市部を除いては独自の研修会が出来ないという話を耳にします。

大都市部と比較してみると、大都市部では給食会社社員が集団に所属している場合があるのに対し、その他は派遣先によって職域を選択するという事があります。

私事、私は会社の代表取締役でありますので、先の事業の情報収集の為に栄養士会に所属し、病院や福祉協議会等、商売に繋がる協議会に所属し、その情報を元に新しい事業を立ち上げるのが入会の目的だったのですがその所属が叶わず、退会を考えてい

会長 西村 泰明



た時に協議会長の話をいただきました。

そして今、私はこう考えています、“小さな協議会だからこそ役職の話をいただく事が出来た。”“役職をいただいたからこそ、県や他の協議会の役員の方と話せる機会をいただいた。”“話す機会をいただいたからこそ、新しい情報をいち早く知る事が出来る。”と・・・。

1期目は所属会員が少ない事もあり、“個人情報保護法”と“会員の労力軽減等”の為、以前あった連絡網から私からの一括配信という形に切り替えを行いました。

2期目は協議会から日栄等の研修会に派遣した時にレポートを提出していただき、それを所属会員に配信する事をもって研修会の代わりにする事を考えております。

今後も“小さな協議会だからこそ出来る”事を見つける為に“創意と工夫”“勇気と情熱”をもって取り組んでいきたいと思っております。

今後とも変わらぬご支援を賜りますようお願いし、ご挨拶とさせていただきます。

地域活動協議会

西部ブロック会議に出席して 高まる地域活動栄養士への期待

少子高齢化に伴い医療・介護保険の内容が見直され予防医療・予防介護に重点が置かれた。又、介護保険は平成17年10月より予防を中心とした介護支援がスタートした。予防医療においては、国民健康づくり対策により以前から取り組みをされていたにもかかわらず、食生活習慣・運動習慣は是正されることはなく又、生活習慣病対策においては、糖尿病有病者・予備軍共に増加の一途をたどり医療費の増大を余儀なくされている。



会長 吉田 恵子



平成20年度に向け、新たな健診・保健指導の方向性が発表された。今後、健診・保健指導は、医療保険者が行うことになり、糖尿病等の生活習慣病有病者・予備軍を25%減少させる目標が設定された。現行は健診・保健指導を行政が行っているが、これからは他事業者への委託化が進むことになり、リスク要因の重複する方に対し医師・保健師・管理栄養士が、早期に介入して確実に行動変容を促すことが求められている。ここで住民と一番近い関係にある地域活動栄養士の活動の場が開かれてくることになる。

これに伴い平成20年度まで数回に渡り「生活習慣病予防のための健診・保健指導に関する管理栄養士育成事業研修」が企画されリーダーの養成が行われている。

この育成研修会に積極的に出席し、活動企画・立案・実行・評価のできる地域活動栄養士を目指し努力して行こうと思います。

病院協議会

経済の動きに翻弄され医療現場では実績を出さないと淘汰される厳しい時代に突入しました。入院時食事療養費は大幅な減算となりましたが、「栄養管理実施加算」が管理栄養士の技術料として保険で認められました。管理栄養士が栄養改善にどのように貢献したかその実績を残して行くのが唯一医療現場で生き残れる道です。

病栄協の会員は今年の3月から必死で栄養管理実施加算と取り組んで来ました。病栄協の研修会は栄養管理のスキルを短期間でいかに上げていくかに絞って実施しました。

10月7日の研修会では「会員の事例発表」、チーム医療に参画出来る能力を高めるため「薬剤の基礎知識」、「福島労災病院での取り組み」について勉強しました。日々厳しい症例と向き合っていると、更に深い知識が必要になります。嫌でも勉強をしなければ仕事になりません。逆にこんな状況に置かれてい

会長 野崎あけみ



るからこそ知識が身に付くのだと思います。どんな著名な講師からレクチャーを受けても現実に自分がその仕事をしていなかったり、困っていなかったらそれはただの知識で終わってしまいそのうち忘れてしまいます。今病院栄養士は毎日入院患者のカルテを読み、患者さんの様子を観察し、チーム医療の一員として働いています。栄養管理計画書を書き始めて半年が過ぎました、会員のレベルが随分上がって来ているなど感じています。

更に医療人として病院で必要とされる存在になるため、「今ほしい情報」「更なる技術の向上に役立つ知識」「症例についてのディスカッション」など今後研修会のテーマに取り上げ会員全員でレベルアップして行きたいと思っています。

福祉協議会

今年5月に福祉協議会長を引き受けさせてもらって、あっという間に秋の空になりました。会員の皆様にはお元気で日々の業務に励んでいらっしゃると思います。私も初めてのことで、不備なことが多々ありますが、前任者のご協力のもと、すすめて行きたいと思っております。

昨年から、福祉を取り巻く状況は食育基本法、栄養ケア・マネジメント、この4月からは介護予防、障害者自立支援法と大きく変わりました。私たち管理栄養士、栄養士がするべきことはたくさんあり大変な時期ではありますが、今が追い風でもあります。

6月に1回目の栄養ケア・マネジメントに関する研修会を無事終了し、9月には第11回専門研修会があり、参加して参りました。この研修会は改正介護保険法・障害者自立支援法・食育基本法への対応研修会でした。11月25日には伝達講習会を行う予定です。どうぞご参加ください。

施設に管理栄養士、栄養士1名の配置が殆どとは

会長 田村 美江



と思いますが、年2回行う予定の福祉協議会研修会が、管理栄養士、栄養士の横のつながりとなり、お互いに情報や知恵の交換ができるようになるとういなど感じております。

また、現専門委員は若い方も多く、全員が初の役目なので、今後の福祉協議会のあり方、研修会等、会員の皆様からのご意見等をいただけると、運営がより会員のものとなると思います。どうぞ気軽に専門委員にご意見いただくと助かります。ともにがんばっていきましょう。よろしくお願いいたします。



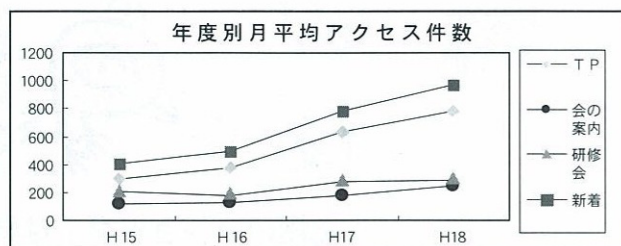
ホームページの利用状況と今後

組織委員会 松村 史樹

山口県栄養士会のホームページ（以下HP）が立ち上がり、今年で4年目を迎えた。HPのアクセス件数は毎年増え続け、現在も増加傾向にある。その背景には、ネット人口の増加に加え、栄養情報への関心が、栄養士はもとより一般の人にも高まってきているからではないかと考えます。

右のグラフより、月平均アクセス件数が、毎年増え増加していることが分かる。その中でもトップページ（以下TP）と新着情報（以下新着）は他ページと比較して、アクセス数が多いことが分かり、更にTPよりも新着の方が、アクセス数が多い。これは、TPを介さずに、新着に対して直接アクセスした結果で、固定の利用者がTPと新着の差だけ存在することを意味している。だが、TPについても、新着と同様なアクセス件数増加曲線を描いており、更に、栄養士以外では余り興味のないと考えられる研修情報へのアクセス件数はTPや新着ほど増えていないことから、栄養士のアクセスよりも一般の方の利用が増え

ていると予測される。現在、HPの全面改装を計画中であるが、今後のHP作りにおいては、栄養士専用のページ作りに加え、一般閲覧者向けにも栄養情報の発信をしていける様、作り変えていければと考えています。



山口県栄養士会ホームページはこちら↓
<http://www.yama-ei.com>
掲示板を再開しました!!

お 知 ら せ

1. 「かむ・カム・ヘル^シ歯レシピ集」の活用について

このレシピ集は、昨年度幼児期から小学生までの子どもを対象に歯の健康づくりに役立つレシピ集として山口県栄養士会が作成しました。保育園・小学校での食育をすすめるための教材のほか、親子料理教室等地域の健康づくりに関する催し及び施設での栄養指導にと利用の輪は広がっています。

事務局では、レシピ集の提供を行っていますので、ご希望の方はぜひご利用ください。

詳細は事務局までお問い合わせください。

2. 会員登録事項の変更は、忘れず確実に！

住所、姓、勤務先、管理栄養士の登録等に変更があった場合は「会員台帳登録事項変更届」（様式4；定款オレンジ手帳参照又は山口県栄養士会ホームページに様式掲載中）に記載の上支部長を経由して事務局に提出してください。（他府県への転出も継続会員として栄養士会会員になれます）

3. 事務局開設時間 月曜日～金曜日（祝日は除く）9：00～16：00

※不在の場合は留守番電話／FAXをご利用ください。

厚労省認可 全国病院用食材卸売業協同組合
農水省 治療用食品、業務用食品販売

(株) 栗本五十市商店

詳細につきましては下記までご連絡をお願いします。

本 社	広島県大竹市玖波2丁目6-10	TEL：(0827)57-7233
		FAX：(0827)57-7139
小郡営業所	山口県山口市小郡下郷3396-4	TEL：(083)973-2680
		FAX：(083)973-2681

ホームページアドレス

<http://www.ishizue.com/kurimoto/>

更に使いやすくなって、Version3として新登場！

¥148,000-

究極の9ショック

「究極の9ショック」は学校給食栄養士専用の支援ソフトです。

僕、マスコットの9ちゃんです！
お試し版CDやデモもできますので、
お気軽にお電話ください。



山口市大内御堀1220-1番地
ネットワークシステム
サービス株式会社



083-921-0238

【パールライス】



山口農協直販(株)です。
 山口には！

山口のおいしいお米をそのままに

地元のお米を徹底した品質管理で
 もっと美味しくお届けします。

【加工飲料】



【鶏卵】



おいしさへのこだわり

瀬戸内のふりそそぐ太陽の下、厳選されたみかんを使った
 みかんジュースや、フルーツをたっぷり使った
 デザートゼリー。真心をこめて
 お届けします。

「新鮮・安全・美味」

「たまご」は、殺菌洗浄や検卵など、徹底した
 安全管理により、安心できる製品を
 お届けします。

私たちは、食の絆で命を養う
 暮らしの満足をご提案致します。

山口農協直販 株式会社

〒754-0894 山口県山口市大字佐山字産業団地南1200番地1
 TEL ▶ 083-988-0625 FAX ▶ 083-988-0676

粉飴を使用したムース!!

エネルギー補給食品 粉飴ムース



ストロベリー風味



ブルーベリー風味



ラ・フランス風味

粉飴ムースの特長

- ① エネルギーは150kcalです。**
1食(63g)で、150kcalのエネルギーが補給できます。
- ② たんぱく質は含みません。**
1食(63g)あたりのたんぱく質含有量は0gです。
- ③ 栄養のバランスを考えました。**
 - 1食あたり、炭水化物65kcal、脂質85kcalのエネルギーを補給できます。
 - 飽和脂肪酸/1価不飽和脂肪酸/多価不飽和脂肪酸、およびn-6/n-3系脂肪酸の比率を考慮した油脂を使用しています。
- ④ 低ナトリウムです。**
1食(63g)あたりのナトリウム含有量を2~3mgに抑えています。
- ⑤ リンとカリウムにも注目しました。**
含有量はそれぞれ0.5mg(リン)、2~3mg(カリウム)に抑えています。
- ⑥ 味にもこだわりました。**
ストロベリー風味、ブルーベリー風味、ラ・フランス風味と、おいしく選べる3つの味をご用意しました。冷やすとより一層おいしく召し上がれます。

H+B
LIFE SCIENCE

株式会社 H+Bライフサイエンス
〒702-8002 岡山市桑野525-113 TEL.086-224-4320 FAX.086-212-0343