

山口県における特定健診・特定保健指導への取組と 栄養士・管理栄養士の役割について

山口県 健康福祉部健康増進課

課長 高城 亮



日本における死亡原因は結核等をはじめとした感染症から高齢化等による疾患、がんや脳血管疾患、心疾患といったかつての成人病へとシフトしてきました。近年、こうした成人病は食生活や運動をはじめとする生活習慣と密接な関係にあることが指摘され、生活習慣病として位置づけられました。また、死因の約6割を占める生活習慣病対策等を推進するため平成12年には健康日本21がスタートし、平成15年には健康増進法が施行されました。

このうち、特に死因の約3割を占めるがん対策については昨年がん対策基本法がそして本年がん対策推進基本計画が国により示され、都道府県においてもこれらの指針に基づき対策をすすめることとされました。さらに近年、がんを除いた生活習慣病、すなわち、脳血管疾患、心疾患などの発症・悪化の一因としてメタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)に注目が集まり、来年度、老人保健法に代わり施行される「高齢者の医療の確保に関する法律」(以下、「法」という)において、メタボリックシンドローム(内臓脂肪症候群)の指標である腹囲、血圧、血中脂質、血糖の測定等が盛り込まれた特定健診の実施とこれらの健診の結果に健康上の注意が必要な者に対しては医師、保健師若しくは管理栄養士(平成25年3月31日までは実務経験のある看護師でも可)が特定保健指導を行うことが各医療保険者の義務として定められました。なお、医療費全体約30兆円のうち、約3分の1が高齢者によるものが占め、また、がんとはがん以外の生活習慣病がそれぞれ約3分の1を占めており、これら医療費の適正化についても重要な課題となっています。

本法では地方公共団体の責務として、医療に要する費用の適正化を図るための取組及び高齢者医療制度の運営が適切かつ円滑に行われるよう所用の施策を実施することが求められています。現在、健康増進課においては、専門家等の意見を踏まえながら事務局として県民の健康づくりの基本を示した健康やま

ぐち21計画の分冊として当該施策に関連した改定作業を行っており、具体的にはメタボリックシンドロームに着目した生活習慣病の発症予防・重症化予防の流れに対応した目標項目メタボリックシンドローム該当者の推定数や特定健診実施率等の指標や対応方針等を盛り込む予定となっています。

こうした取組における目標値として、特定健診の実施率(平成24年度までに保険者平均で70%)、特定保健指導実施率(平成24年度までに45%)や特定健康診査等の実施の成果(平成24年度までにメタボリックシンドローム該当者等を10%減)等が国によって示されており、これらの達成に当たっては保険者、県、管理栄養士を含む医療の担い手や市町等が協力・連携して取り組む必要があります。特定保健指導については、前述のとおり医師、保健師若しくは管理栄養士が担当することとなっていますが、管理栄養士としての力量発揮のポイントは栄養指導の専門家であり、また、今回の指導の対象となる者は日常の食生活と関係のある糖尿病、高脂血症、高血圧等の予備群であることから、患者の視点に立ちなお効率的な栄養指導の実施が期待されます。もちろん、栄養指導のみではなく、個々の健診データを踏まえた運動指導、生活習慣改善等の行動変容を促すための知識や技術を指導対象者に効率的に還元することができるようになる事が重要です。皆様におかれましては、健診結果や質問項目等で得た情報を元に対象者を評価し、これらの健診結果と自分の食生活や運動習慣等の生活習慣とを結びつけ、科学的根拠を持って対象者にわかりやすく平易な言葉で説明することにより患者自らが理解した上で行動変容に結びつけられる知識・技術を身につけるよう自己研鑽に努めて頂くと共に、医師、保健師とも連携・協力しながら、成果の向上に努めて頂きたいと思っております。

平成19年度 生涯学習研修会のトピックス

生涯学習委員会委員長 櫻井菜穂子



生涯学習研修会は栄養士会会員のスキルの向上を図る場とするために委員全員が総力を挙げて企画、運営しています。今年度は来年度から施行される「特定健診・特定保健指導」に対応した行動変容に繋がる関わり方の習得のためにロールプレイの演習も計画しています。

また、年々増加する参加希望者のために、会場を山口県総合保健会館多目的ホールに変更し、多くの会員の受け入れが可能となりました。



第1回目は6月23日中村良子会長のオリエンテーションから始まりました。続いて福岡女子大学人間環境学部栄養健康学科教授早瀬仁美先生から「食事バランスガイド活用術」について、ご講演がありました。

早瀬先生は策定から運用まで一貫して参画されていますので、「なぜ、出来たのか?」、「本質は何であるか。」を判りやすくお教えいただきました。同ガイドは、三省合同の平成12年「食生活指針」を原点とし、現在の食生活の問題点を踏まえて、実際の食生活改善に結びつくようなツールとして検討されたとのこと。目的は次の4点です。①1日の食事の量的目安を簡潔に示す。②日常生活で手軽に活用でき無関心層の注目を得ることが出来る。③ある程度の幅は許容しつつ、食事バランスが大きく乱れている人の生活改善につながる。④フードビジネスに取り上げてもらえる内容とすること。活用については、沢山のスライドをご用意いただき具体的にご指導いただきました。

続いて、NHK科学・環境番組専任ディレクター北

折一先生から「行動変容を目指したプレゼンテーションについて～ガッテン流～」をご講演いただきました。

北折先生はNHKの人気番組「ためしてガッテン」のディレクターとしてご活躍されている方です。ご講演はNHKらしからぬ? 楽しく受けることが出来ました。その中で受け手が「つつい」継続して行動変容することの重要性を指摘され、情報伝達の重要性を再認識したところです。

第2回目に予定していた7月14日の研修は台風の接近により、当日の朝に延期を決定するといった事態になり、会員の皆様には多大のご迷惑をおかけしました。深くお詫び申し上げます。(振替日は11月25日に予定しています。)

このことにより、緊急時の連絡体制の脆さ、ホームページの未熟点等、多くの問題点を知ることになりました。これらについては鋭意改善を行っているところです。ご理解・ご協力をお願い申し上げます。



山口県栄養士会生涯学習研修会は、講師の先生方から「参加者も多く真面目ですね」との高い評価をいただいています。一方参加者が300人近くなり、企画運営を行う委員の人手不足が生じています。会の運営に対しても積極的にご協力いただけるようお願い申し上げます。

(生涯学習委員会)

内臓脂肪型肥満者に対する生活習慣病改善支援事業を実施して

栄養ケア・ステーション事業推進委員会 委員長 厚東 邦明

はじめに

平成20年度から医療保険者に義務化される特定保健指導では、数多くの対象者に、リスクの度合い等に応じた保健指導を行い、効果を出すことが求められている。

このことから栄養ケア・ステーション事業推進委員会（以下、委員会）においては、生活習慣病予備軍への対応は、早期からの栄養・運動に対する適切な指導が有効であると考え、このたび、事業場に勤務する30～40歳代の内臓脂肪型肥満傾向にある者を対象に、モデル事業（図1参照）を実施したのでその内容を報告する。

事業の概要

1 専門栄養士の選定（主体：委員会）

モデル事業に対応できる指導者を育成するため、栄養ケア・ステーションに登録している会員に対して研修会を開催し、参加者から専門栄養士（5名）を選定した。

2 事業場健康管理者との打ち合わせ（主体：委員会）

対象者（5名）の日常生活活動や身体状況を把握するため、アセスメント票の事前提出を依頼した。また、専門栄養士との初回面接日等の調整を行った。

3 対象者との面接、栄養アセスメントの実施

（主体：専門栄養士）

事業場において、対象者と面接し、今後の相談・支援の方法（図2参照）について説明を行うとともに、栄養アセスメントができるように情報を収集した。

4 相談・支援の実施（主体：専門栄養士）

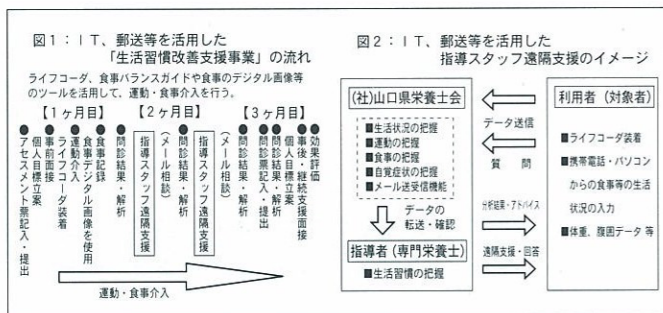
対象者の支援目標を設定し、日時等を調整しながら、ライフコーダ、食事バランスガイド、食事のデジタル画像、「保健指導における学習教材集（暫定版）」等を使用し、個々に応じた相談・支援を行った。

- 5 相談・支援検討会の開催（主体：委員会、専門栄養士）
事業開始から1ヶ月後、これからの保健指導方針の確認・検討を行った。
- 6 相談・支援の終了（主体：専門栄養士）
おおよそ3ヶ月を目途に、相談・支援を終了した。
- 7 事後評価（主体：委員会）
おおよそ6ヶ月を目途に、事業場を通じて対象者の近況を把握した。

所感

個々の保健指導結果・考察については、今後、成果物を作成するので割愛するが、このモデル事業自体を拡大していくためには、より質の高いサービスを提供し、顧客から信頼を得ることが必要であり、そのためには、人員の確保、研修と教育に力を注ぐことが今後の課題となると感じた。

また、IT、郵送等を活用することは大変有用であった。このような通信技術は、移動費用や時間の短縮により、指導や相談に対応する管理栄養士をできるだけ効率良く活用できる可能性を示した。



栄養ケア・ステーションモデル事業を終えて

岩国支部 長濱 美和

このたび、山口県栄養士会の内臓脂肪型肥満者に対する生活習慣改善支援のモデル事業に参加させていただきました。

まず、担当のクライアントと2月の中旬に1回目の面接をしました。あらかじめ渡されていた、生活習慣アンケートと主観的アセスメントを提出してもらいました。確認の意味で一つ一つ問診の形で話を聞きました。食事画像3日分の説明とライフコーダの装着説明を行いました。この機会に結果を出したいと言う本人の強い意志を確認しました。約2週間後の面接では、これらの結果を元に、栄養指導、運動指導を行い、無理のない計画を立ててもらいました。食事バランスシートの活用はとても解りやすかったようです。こちらの説明をどんどん理解され、素直に受け入れ、程よい計画を立て、実行へと移されました。その後は、Eメールや郵便での遠隔操作で指導を行いました。完全なる徒歩通勤への移行、朝食

の改善などの行動変容を沢山確認できました。アルコールについては、いろいろな説明を十分した上で、譲れない部分として尊重しました。奥様の積極的な協力もあり、約4ヶ月後の5月下旬の最終面接では、ベルトの穴二つ分の減量に成功されました。

この事業を通して管理栄養士であることの喜びと誇りを改めて感じる事が出来ました。これからも多くの人の肥満予防等を含めた食生活の見直し、生活習慣の改善、健康増進のための手助けができれば光栄だと思います。

それから、他の4人の専門栄養士と連帯感を深めることが出来た事、そして全面的にバックアップして下さった栄養士会のスタッフに心から感謝します。ありがとうございました。



栄養ケア・ステーションモデル事業を終えて 「プランニングが重要！」

防府支部長 小田 直子

栄養ケアステーションのモデル事業に参加したので、その内容と感想を報告します。

まず、対象者が記入した生活習慣アンケートをもとに、初回の個別面接を行いました。面接では一方的なアドバイスをするのではなく、問題のある生活習慣になった背景を聞き取るようにして、2回目の個別面接時まで3日分の食事記録と画像の送付、ライフコーダーの装着をお願いしました。

食事記録から、高脂肪食、高糖質食であることが判ったので、摂取カロリーと食事バランスガイドでいくつ分になるかを提示しました。今回の対象者は数字に抵抗がなかったのがよかったですが、食事バランスガイドの方が視覚で説明できるので、幅広い対象者に使えるツールだと思いました。

生活改善に向けて8つあった改善ポイントをできるものからと考えると、プランの作成を行う予定でしたが、対象者の強い希望から8つのポイント全てを改善するプランニングとなってしまいました。

モニタリングを開始すると1日2食であった食事

が3食に、メニューも和食中心になりました。2ヶ月で体重が2キロ減と非常に良好な経過でしたが、3ヶ月後は1キロ増加してしまいました。増加の原因には最初のプランニングの内容にあったと思います。本人の希望とはいえ、ハードなプランニングを行った結果、継続性という意味で問題があったように思います。もう少し具体的な数値目標を設定して、着実に進めるように配慮すればよかったのではないかと反省しています。

この事業終了後、その後の状況を耳にしたところ、ビールがおいしくて・・・とのこと。確かプランニングにはビールをやめるとありましたが・・・私も含めてビールを飲むなどはとても言えない今年の猛暑、ビール以外の食生活はどうなったかまだ聞けないままです。



“糖尿病療養指導士”について

下関市立豊浦病院
糖尿病療養指導士

酒井加代子

糖尿病とその療養指導全般に関する正しい知識を有し、医師の指示の下で患者に熟練した療養指導を行うことのできる医療従事者の資格です。

ではどのようにして認定試験の受験資格を得ることができるかというと、看護師・管理栄養士・薬剤師・臨床検査技師・理学療法士の資格を有する者で医療施設において糖尿病患者の療養指導業務に従事していて、当該施設に勤務する、常勤または非常勤の日本糖尿病学会専門医であるか、日本糖尿病学会の会員で糖尿病の診療と療養指導に従事している常勤の医師が、糖尿病療養指導にあたり医師が受験者を指導していること、受験者が当該施設で携わった糖尿病療養指導の10症例を提出すること、本機構が開催する講習会を受講し、受講修了証を取得していると受験資格があります。

そこで合格すると、日本糖尿病療養指導士としての活躍が始まります。

施設の中でも、今までより以上の糖尿病患者に対する栄養指導に限らずいろいろなサポートが、他職種といっしょにできるようになります。

私の病院では院内に散歩コースを作ったり、糖尿病教室の充実を先ずは始めてみました。

次にこれから始めようとする医療制度改革においても、生活習慣病予防の充実強化を図ることとしており、糖尿病などの生活習慣病有病者及び予備群を25%減らすことを政策目標に掲げています。私たち“糖尿病療養指導士の出番”です。

皆さんと糖尿病療養指導士の資格を活かし、糖尿病などの生活習慣病有病者及び予備群を25%減らすという政策に参画し、実績を出せるように切磋琢磨していきましょう。



栄養士・管理栄養士のスキルアップ 安全安心な学校給食を目指して

大歳小学校 長田香代子



山口県では、平成18年に食物アレルギーの指導事例が掲載された食に関する指導の手引きが作成されました。そこで、本校でも18年度、構成メンバーを校長・教頭・養護教諭・栄養職員・給食調理員とする給食運営委員会での食物アレルギーの対応を開始しました。この体制は、「食べること（＝生きること）が楽しい。自分で自分の命を守る子に。」（目指す児童像）をふまえ、安全安心な学校給食への基盤となっています。また、今年の4月には、文部科学省より「アレルギー疾患に関する調査研究報告書」が公表され、食物アレルギーへの対応が必要とされています。

今年の学校栄養職員研修会で、学級内での人間関係作りが自ら自分の命を守る力につながると学び、今年度は次の3つに取り組んでいます。1つに安全面から、除去食を基本にアレルギー食の対応の精選をはかりました。例えば、除去食の対応を週に1～2回、1食に1～2品程度に抑え、多様、微量な食物アレルギーの場合は弁当持参を依頼しました。2つに自己管理能力育成のため、セレクト給食で食品成分・表示への関心を高める指導を始めました。3つには普及啓発として、アレルギー児の家庭に向け、代替食品資料の配布も始めました。また、

食物アレルギーに対する周囲の理解が、アレルギー児の人間関係作りの第一歩と、学級には紙芝居を活用し、「楽しく食べる」につなげています。

今後は、食に関する指導全体計画のもと、今回の学びを生かし、食物アレルギーの対応、症状を抑える食べ方や学級での人間関係作りへの指導と体系的な取り組みを考えています。さらに、市内での共通理解を深め、アレルギー対応のできる安全安心な給食の広がりに努めてまいります。

参考 アレルギー関係のアドレス紹介

- ① <http://www.allergy.go.jp/index.html>
- ② <http://www.jsaweb.jp/>
- ③ <http://allergykidsclub.jp/about.html#4>
- ④ <http://www.allergypot.net/toppage.html>
- ⑤ <http://homepage2.nifty.com/smark/hyoushi.htm>

紙芝居「たまごのたまちゃんのしらなかつたこと」

ホームページ委員会から 新ホームページ完成（秒読み?）

ホームページ運営委員長 松村 史樹



いよいよ新ホームページ（以下HP）が出来上がります。この広報誌が届くころには、今までお知らせしてきたとおり、各会員ID（会員番号）とパスワードが配布されていると思います。早速、そのIDとパスワードで、新しいHPにアクセスしてみてください。（完成していれば…笑）

一般サイトでは、主に栄養士の公益活動や栄養関連の情報を掲載し、栄養士が何をしているか、またどのような栄養情報を知ってもらいたいかを、広く一般に公開していきます。今までの栄養士会で最も弱い部分でもあった、一般へのアピールが特徴です。もちろん会員であっても、職域外の活動を知ることができる等、十分閲覧する価値があると思います。その他、栄養相談コーナーもあるよ。

会員サイトの特徴は、協議会ごと・支部ごとの掲示板があり、会員同士の交流を目的としており、横の連携を強化していきたいと考えています。個人の

情報交換以外にも、勉強会や支部活動などの連絡用ツールとしても活用可能だと思います。その他、研修予定や新着情報は今までどおり掲載していきますが、主催が栄養士会でない研修や勉強会であっても、関連のあるものは積極的に掲載していく予定です。参加型のHPを目指していますので、掲載してほしい情報がありましたら、事務局へご連絡ください。

補足ですが、配布されたIDとパスワードは、各自で大切に保管しておいてください。

お知らせ

事務局からの連絡

平成19年11月23日(金)より事務局の住所表示が変更されます。今後事務局あてに送付される場合は、下記表示にてお願いいたします。

新住所：〒753-0814 山口県山口市吉敷下東3丁目1番1号 山口県総合保健会館4F
ホームページ <http://www.yama-ei.com>

体脂肪が 気になる方に



ヘルシア緑茶
350ml



〈グレープフルーツ味〉
ヘルシアウォーター
500ml



マスカット味
新発売

エネルギーとして
脂肪を消費しやすくする

●許可表示:
この緑茶は茶カテキンを豊富に含んでいるので、体脂肪が気になる方に適しています。

●許可表示:
本品は茶カテキンを豊富に含んでおり、エネルギーとして脂肪を消費しやすくするので、体脂肪が気になる方に適しています。

- 健康づくりは適度な運動と食生活の改善から。
- ダイエット食品ではありません。
- 飲んだあとはリサイクル。

■商品に関するお問い合わせは
TEL:03(5630)5220
<http://www.kao.co.jp/healthya/>



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。

- たんぱく質:5.5g/100kcal(乳蛋白質4.5g・コラーゲンペプチド1g)
- 高ナトリウム:180mg/100kcal
- L-カルニチン配合:10mg/100kcal
- 魚油配合:EPA(10mg/100kcal)、DHA(30mg/100kcal)
- MCT配合:脂質の20%
- 食物繊維配合:難消化性デキストリン2.0g/100kcal
- オリゴ糖配合:大豆オリゴ糖0.3g/100kcal
- 微量元素含有:Zn,Cu,Se,Cr,Mn,Mo,I
微量元素の量は日本人の食事摂取基準【2005年版】を参考にしました。



- 包装:200mL×24/1000mL×6
300mL×16/400mL×12
- 風味:ヨーグルト風味
- 賞味期間:製造後6カ月間



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/>

厚生省 認可
農水省

全国病院用食材卸売業協同組合

治療用食品・業務用食品販売

(株) 栗本五十市商店

カタログ請求・その他詳細につきましては、各担当者また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 山口県山口市小郡町柏崎3396-4

TEL:(083)973-2680

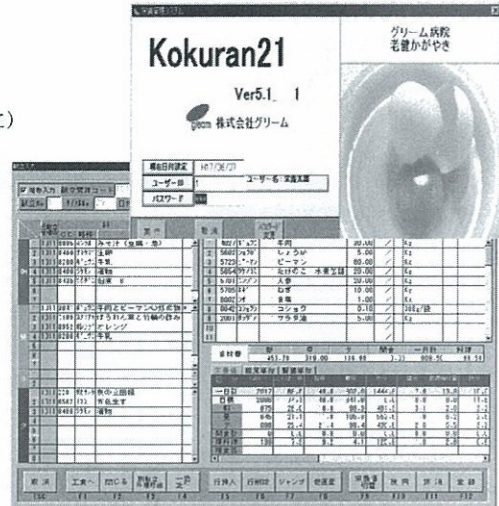
FAX:(083)973-2681

ホームページアドレス:<http://www.ishizue.com/kurimoto/>

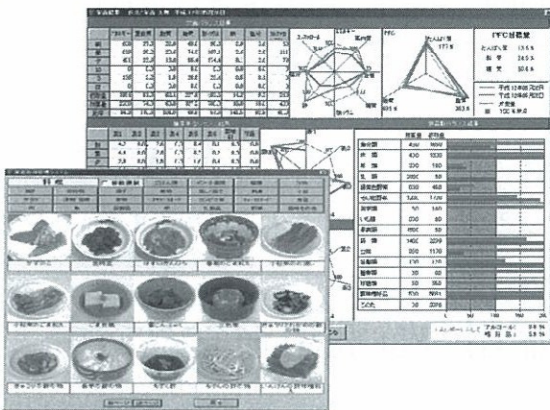
栄養管理システム 「Kokuran21」

★ 主な機能項目

- 個人毎摂取状況を料理、食品レベルで把握可能（食品追加・料理追加も可能に）
- 食事箋情報検索に入院、退院日の日付範囲検索を追加（入院時・退院時の栄養指導に便利）
- 献立作成画面上で、コメント対応料理の作成が可能（マスター化の必要はありません）
- ユーザにより、業務メニュー各々に仕様の権限が設定可能
- 発注表及び納品チェック表のレイアウトを自由自在に変更可能
- 併設施設を最大8施設まで管理可能



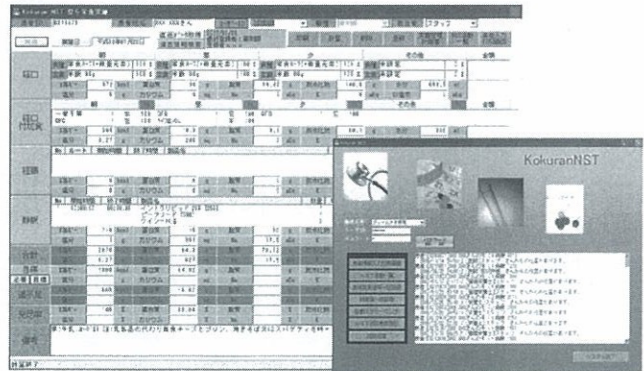
栄養指導システム『食こそ医なり』



★ より見やすくより使いやすく

- 複数グラフ・レーダーチャート等を用いて視覚的に結果を伝えます。
- 使用薬剤の設定はもちろん、食品と薬剤の相互作用や薬品添付文書も表示できます。(オプション)
- 摂取献立は料理や食品をきめ細やかに聞き取る従来の方法の他に問診形式（摂取状況）入力のものでも行えます。

NST 支援システム『Kokuran NST』



★ NST 活動を支援いたします。

- 多職種間での操作を可能とするシステムです。
- もちろん電子カルテシステム、臨床検査システム、介護支援システム、医事会計システムなど他のシステムとの接続可能です。

※2005年食事摂取基準及び5訂増補食品成分表に対応しています
 ※Windows 及び Excel は米国 Microsoft 社の登録商標です。



株式会社 グリーム

URL: <http://www.gleam-kokura.co.jp>
 e-mail: e-gleam@gleam-kokura.co.jp

本社 北九州市小倉北区弁天町1番8号
 Tel 093(583)1002 Fax 093(591)4055 〒803-0856

名古屋支店 名古屋市西区五才美町19サンガーデン1F
 Tel 052(509)7731 Fax 052(509)3541 〒452-0806
 長崎支店 長崎県諫早市青葉台273
 Tel 0957(26)8650 Fax 0957(26)8660 〒854-0068

資料のご請求・製品に関するお問合せは、営業窓口までご連絡下さい。資料のご請求によりお客様から頂く個人情報または当社個人情報保護方針に基づき適切に管理いたします。当社個人情報保護方針はホームページ又は本社個人情報管理者までお問い合わせください。

安心の甘さ、マービー®



厚生労働省許可特別用途食品
低カロリー甘味料

マービー®甘味料粉末は糖尿病・肥満症用の特別用途食品です。



マービーシリーズは、シュガーレスタイプの液状甘味料、ジャム、キャンディがあります。

マービー®甘味料粉末の特長

- 厚生労働省許可特別用途食品です。
- 30年以上多くの方々にご愛用いただいている信頼の甘味料です。
- でんぷんからつくられた、まろやかでさっぱりした自然の甘さの低カロリー甘味料です。
- 溶けやすくなり、飲み物、料理に使いやすくなりました。
- 熱や酸に安定しているので、料理にも使えます。
- 各種の試験により、安全性は実証されています。



お問い合わせ先

お求めは、病院、薬局・薬店、デパートでどうぞ。

(株)H+Bライフサイエンス

ホームページ：http://www.life-web.co.jp/

TEL.(086)224-4320