

山口局
料金別納
郵便
ゆうメール

山口県栄養士会

栄養やまぐち

【3月号】

Vol. 87
2023.3

たくましく生き抜く子どもを育むための栄養教諭の役割

山口県学校栄養士会 高橋 ゆふ

子どもたちを取り巻く環境が大きく変化する中、朝食欠食や偏食による栄養素摂取の偏り等がみられ、肥満や痩身傾向にある子どもが増えています。また、孤食や貧困等の問題が深刻化し、家庭の教育力だけでは子どもの健康を守り、食の自立をさせることが難しい状況がみられます。だからこそ、次世代を担う子どもたちには、学校教育の場でたくましく生き抜く力を身に付けさせなければなりません。

平成17年に食育基本法が制定され、栄養教諭制度も創設されました。「食に関する指導と学校給食の管理を一体のものとして行う」とされる栄養教諭の役割を具体的に言うと、学校の中で行われる教育活動全体を横断的に食育と結び付け、学校給食を教材として活用しながら児童生徒だけでなく、家庭や地域を巻き込んで食育を進める「食育のコーディネーター」の役割と、「個別的な相談指導」を行うことです。その大本となるのが各学校で作成されている「食に関する指導全体計画」です。学校では、学校長から示された学校教育目標を元に、学級担任や教科担任等と連携して、児童生徒の実態に基づいた食に関する指導全体計画を作成し、PDCAサイクルの中で関係者と連携して、子どもたちの自己管理能力を育てていく必要があります。そのためには、生きた教材としての価値ある学校給食の提供と組織を支えるためのコミュニケーション能力が必要です。さらに、社会に目を向けて他職種とともに働く「連携と協働」の能力、社会を改善するためにきちんと声を出していく「アドボカシー能力」も必要といわれています。

山口県学校栄養士会では、「食を通して『生きる力』を育む指導の実践」という研究主題を掲げ、子どもたちが食を楽しみ心豊かに過ごせるように、望ましい食

習慣を身に付けることができるようにと考え活動しています。毎年実施している「食育アンケート」で、県全体と各学校の児童生徒の実態を把握し、課題解決に向けた取組を進めていくことに繋がっています。



コロナ禍での給食時間は、児童生徒が前を向いて黙食するという風景がみられますが、学校現場での「タブレット端末の導入」により新しい生活様式の中で、各学級で学級担任等がICTを活用した給食指導を行う取組も進んでいます。また、教科等の指導においてもICTの活用は必須で、児童生徒の心をゆさぶる指導の実践、そして取組の成果と課題を評価し、教職員や保護者、地域と共有し、食育のコーディネーターとしての役割を発信していくことの必要性を強く感じています。

山口県では、ここ4年間、栄養教諭の新規採用が行われない状況が続いています。今後の学校における食育の推進と山口県学校栄養士会の組織運営に大きな危機感を感じています。「第4次食育推進基本計画」の中でも、「バランスのとれた食生活と食を大切にす力の定着には、栄養教諭の役割が大きい」と述べられており、学校に栄養教諭が必要な存在であると認められるように、一人ひとりが成果を示さなくてはなりません。SDGsやICT化といった社会情勢に対応しながら、食の専門家として常に新しい情報をキャッチし、自身のスキルを高めるための自己研鑽に励むとともに、周りとの連携と協働のためのコミュニケーションを図っていかねばと思います。

CONTENTS

② 研究発表会報告
研究者インタビュー

③ 研究者インタビュー
④ 山口県選奨受賞

⑤ あるある漫画・免疫レシピ
事務局より

山口県栄養士会の研究発表会は、口頭発表とポスター発表という2つの研究発表方式で開催されています。今年度も新型コロナウイルス蔓延防止措置として、会場とzoom配信での開催となりました。

口頭発表では、「医療」「学校健康教育」「勤労者支援・地域活動」「研究教育」「公衆衛生」「福祉」の6つの職域から、ポスター発表では、「山口」「柳井」「周南」「防府」「岩国」「宇部」「下関」「北浦」の8つの地域から、それぞれ取り組まれた研究発表がありました。

栄養士・管理栄養士の業務について理解を深めることができ、事業貢献の内容を把握することができた発表でした。また、質疑応答も活発に行われ、情報交換がなされる有意義な時間となりました。

●口頭（オーラル）発表

【おいしく安全で栄養のある嚥下調整食提供を目指した食形態改良の取り組み】

医療：JCHO下関医療センター栄養治療部 山口 優里奈

- 1 嚥下調整食の改善が必要であることを、給食委託会社・看護師・言語聴覚士など他職種に理解してもらうことが課題でした。なぜ必要なのか、どのような形態を目指しているのかを明確にし、視覚的に伝える工夫をしました。
- 2 発表後、様々な視点からのご質問をいただき、今後の病院での業務改善の参考にしたいと思いました。
- 3 日々の業務の中で疑問に思うことや課題となっていることから研究発表を行うことで実りのあるものになったと思います。

【管理栄養士・栄養士の睡眠に関する研修会受講前後における、睡眠時間と睡眠の質（ピッツバーグ睡眠質問票による評価）の変化について】

地域活動：上野 麻利子

- 1 表の作り方、表現の仕方を工夫しました。アンケート項目を多くしたので、全てを使えなかったのが残念でした。
- 2 研究発表会への見方が変わりました。聞くだけでは分からなかった発表者の苦労が分かりました。
- 3 まずはやってみることだと思います。1つの練習の場だと思い、みなさん身内のようなものなので上手いかわからなくてもあたたかく見守っていただけます。また、大学の先生などに相談すると統計の部分を教えていただけます。たくさん研修会などに参加してネットワークを作っておくと役立ちます。

【体組成測定会継続参加者の体組成測定結果および生活習慣の変化について】

公衆衛生：山口県健康づくりセンター 辻村 友紀

- 1 データの取り扱いや、分析方法の選択、抄録のまとめ方に不安がありましたが、職場内外の方のアドバイスにより実施することができました。
- 2 研究発表をすることにより事業の振り返りや当センターが取り組んでいる業務を紹介することができ良かったです。
- 3 研究発表に取り組むことにより主観的評価だけでなく客観的評価ができ事業の計画や改善につながると思います。

【安全・安心な学校給食をめざして】

学校健康教育：山口県立田布施総合支援学校 田中 久美子

- 1 抄録をA41枚にまとめること。発表原稿を15分以内におさめるように仕上げることに苦労しました。
- 2 苦手の統計処理を丁寧にご教授いただくことができ、とても勉強になった。
- 3 発表するとすると、さまざまな事前準備が必要ではあるが、学ぶことも多かった。よい機会を与えていただき感謝している。発表を考えていらっしゃる方には、ぜひチャレンジしてほしい。

【女子学生の所属学科における栄養・食生活状況の比較】

研究教育：宇部フロンティア大学短期大学部 幸 恵里

- 1 質を高めつつ、研究を行うことが大変でした。また、発表スライドを見る側のことを考えて作成することに苦労しました。
- 2 研究を発表することで、情報を整理でき、また、今後に向けての改善点や課題を見つけることができました。
- 3 日常の業務に加え、研究発表を行うことは大変だと思いません。しかし、せっかく実施したイベントをただ「実施した」だけで終わらせるのはもったいないです。1つの研究としてまとめ、発表することにより形として残すことができ、また他の栄養士にも共有できますので、積極的に発表されてはと思います。

【楽しく作って、美味しく食べて、達成感を味わう —生活の質向上を目指す「料理療法」の取り組み—】

福祉：老人保健施設ふれんず 松宮 裕子

- 1 資料のまとめ、抄録作成に苦労しました。しかし、学術事業部の先生方に丁寧なご助言をいただき作成することができました。
- 2 実施内容をまとめることで、料理活動の内容を振り返ることができました。今後も利用者の皆さんの笑顔が引き出せる活動を継続していきます。
- 3 日ごろの業務や新たな取り組みを発表する良い機会だと思います。

研究者インタビュー

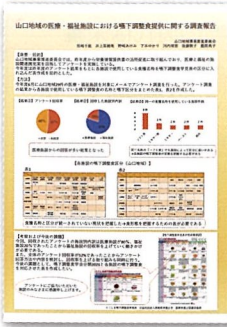
質問

- 1 発表するにあたって苦労や工夫したことはありますか？
- 2 発表して良かったことなど感想を教えてください。
- 3 今後、研究発表を考えておられる方へのメッセージをお願いします。

●ポスター発表

【山口地域の医療・福祉施設における嚥下調整食提供に関する調査報告】

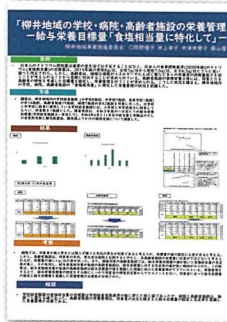
山口地域： 岩崎 千紘



- 1 発表予定の内容(研修&アンケート)が実施出来なかったことで予定を急遽変更したことが大変でした。ポスターは発表の流れと見やすさを意識して作成しました。
- 2 抄録やポスター作成を通して1年間の活動を振り返ることができ、次年度の活動に必要な準備が明確になったことです。
- 3 夏までにテーマを決め、秋までにデータ収集や研修を済ませておくともまとめやすいと思います。また、ポスター作成後は所属以外の方にも見ていただくことをお勧めします。

【柳井地域内の学校、病院、高齢者施設の栄養管理—給与栄養目標量「食塩相当量」に特化して—】

柳井地域： 岡野 優子



- 1 発表の中で数字がでてくることが多かったので、読み間違えないこと、ゆっくり、分かりやすく読むことを意識しました。
- 2 普段は人前で話すことはないのですが、今回発表させていただいて、聞かれた方からの質問の中に、色々聞いてよかったと言われて、少しでも伝えることができてよかったと思いました。
- 3 発表する時はすごく緊張しましたが、終わったあとは達成感がありました。発表準備などはすごく大変ですが、1年間の活動のやりがいはとても感じました。

【講義、実演による減塩教室での地域住民の知識、意識変化について】

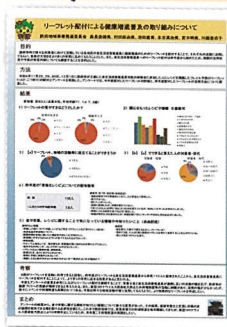
周南地域： 中野 正美



- 1 抄録にまとめる事に苦労しましたが、具体的なご指導をいただき大変勉強になりました。
- 2 取組を数値であらわし、まとめていくことで成果がみられ、今後の活動の根拠にもなると感じました。
- 3 研究発表を意識した活動は、自分の仕事にも生かれます。

【リーフレット配布による健康増進普及の取り組みについて】

防府地域： 森長 奈緒美



- 1 研究発表会に初めて参加したので、様子が分からず、発表者が務まるか不安でした。伝えたい内容を整理して、分かりやすい発表となるように心がけました。
- 2 貴重な経験ができたと思います。
- 3 私自身、異なる職域や地域の発表をきくことで、大変勉強になりました。研究発表の内容は、たくさんの方の参考になるのではないかと思います。

【コロナ禍における対面での事業経験】

岩国地域： 加藤 敬子



- 1 これまでも思ってきたことではあるのですが、研究発表?とは言い難く、地域で行ってきた事業の報告の紹介になっていることを、いつも後ろめたく思っています。それでも、何かしら皆様のお役に立てるような事例をと新たな発見や、おすすめしたいこと等を紹介するようにしています。

【しっかり食べよう朝ごはん!イベント実施の取り組みについて】

宇部地域： 高木 祐花



- 1 抄録提出の締切日が11月だったので、11月末に行ったイベントのまとめができなかった。発表のやり方が当日までよく分からず戸惑った。
- 2 勉強になりました。

【災害時食支援～現状把握と今後栄養士ができること～】

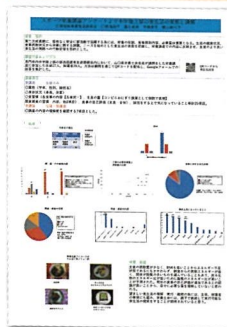
下関地域： 徳永 敦子



- 1 発表に慣れていないので、ちゃんと聞きとれるよう話ができるか心配でした。
- 2 うまく発表はできませんでしたが、うまく伝えられる発表の仕方を今後学んでいきたいと思いました。他の発表者の方を見て勉強になりました。経験させてもらってありがとうございました。
- 3 栄養士の日々の活動の内容を聞ける事がとても勉強になるので、発表よろしくをお願いします。

【スポーツ栄養講座アンケートより～中学陸上部生徒の食生活の実態と課題とは】

北浦地域： 森清 尚子



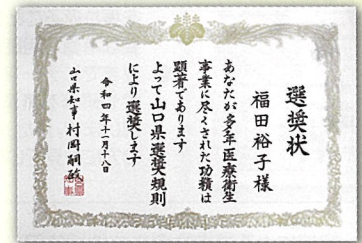
- 1 勤務しながらの研究発表(抄録、パワポの作成、ポスター様式の作成、原稿作成)は大変でした。保護者と生徒のアンケート結果を比較し、統計処理も取り入れようと思い、統計処理について調べました。結果として、アンケート報告のみの発表になりましたが、かなりの日時を要してしまいました。
- 2 T検定やカイ二乗検定等、エクセルを使えば、検定が出来てしまうのは感動しました。かなりの日時を費やしましたが、その分、パワポからポスターサイズにコピーしたり、基本3000文字、10分の原稿作成等、経験することにより得た物は大きいと思われまます。
- 3 苦あれば楽ありというように、大変な取り組みではありましたが、発表が終わり、今思うのは、貴重な経験をさせてもらったことに達成感も感じられました。研究発表だとハードルが高いと思うので、研究発表でなくても、症例報告でも良いと思います。一人でも多くの栄養士の資質向上に繋がればと思います。他の方の発表も聞けて有意義な発表会でした。

山口県選奨 受賞 「令和4年度山口県選奨を受賞して」



山口県栄養士会 福田 裕子

令和4年11月18日に山口県庁にて保健衛生・環境功労として山口県栄養士会での活動に対し、「令和4年度山口県選奨」を拝受いたしました。これもひとえに、今まで指導して下さった諸先輩方や、今も一緒に活動して下さっている山口県栄養士会の皆様があってこそこの受賞と感謝しております。私たちの時代は栄養士会は入会するものであり、栄養士会の中で先輩や同職者との交流が活動には大変役に立つものでした。今は、ネットで情報も豊富に入手でき、職能団体に所属する意味が薄れつつあることに危機感を持っております。管理栄養士業務もコミュニケーションが重要であり、相手の話を聞く事が大切だと感じています。今回の受賞を励みとして今後は今まで得た知識を次の世代につなげる活動を継続していければと感じています。栄養士会の仲間として引き続きよろしくお願いいたします。



ニケーションが重要であり、相手の話を聞く事が大切だと感じています。今回の受賞を励みとして今後は今まで得た知識を次の世代につなげる活動を継続していければと感じています。栄養士会の仲間として引き続きよろしくお願いいたします。

五 株式会社 栗本五十市商店

本社:広島県大竹市晴海2丁目10-45 TEL(0827)57-7233 FAX(0827)57-7139
 山口営業所:山口県山口市佐山747-12 TEL(083)988-2680 FAX(083)988-2681
 大分営業所:大分県大分市萩原2-6-5 TEL(097)529-7780 FAX(097)529-7781
 [ホームページ] <http://www.isoiti.co.jp/>

五 株式会社 カネゴフーズ

山口県岩国市美和町渋前601 TEL(0827)95-1250 FAX(0827)96-1260
 [ホームページ] <http://www.kanego-foods.com/>

ご自宅で簡単!制限食!
 こだわりのお食事をご自宅に



食べたいときに、
 すぐおいしい。

<https://shokutakubin.com/>



カラダとココロにうれしいお弁当を、
 クール便(冷凍)でお届けします。
 食べたい時に、すぐおいしい。

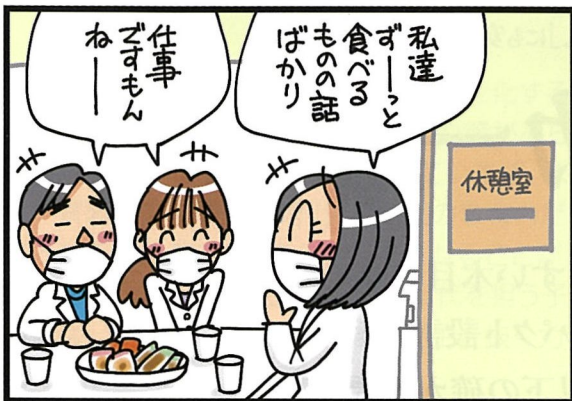
通話料無料

ハイ ショク サン キュー
0120-8149-39

受付時間 8:30 ~ 20:30

ヘルスケアフード開発部を有する
 日清医療食品株式会社

あるある漫画のコーナー



©うたのたの2023

★免疫力をアップ!★

サバ缶のポテトコロッチ

1個分 エネルギー226kcal 塩分0.7g たんぱく質8.7g



材料(7個分)

サバ水煮缶	200g	B	小麦粉	55g
じゃがいも	250g		卵	1個
玉ねぎ	100g		パン粉	70g
オリーブオイル	5g		揚げ油	適量
A	しお	1g		
	こしょう	少々		

作り方 (調理時間 約30分)

- 1 じゃがいもは皮をむき適当な大きさに切って茹で柔らかくなったら潰しておく。
- 2 玉ねぎを1cm角に切る。
- 3 フライパンにオリーブオイルを熱し、②とサバ缶(汁ごと)を炒め、Aで味を付ける。
- 4 ①と③を混ぜ合わせ7等分にして形をつくりBを順番にまぶして、油で揚げる。

★サバ缶 EPA(エイコサペンタエン酸)やDHA(ドコサヘキサエン酸)が豊富に含まれます

EPAやDHAは中性脂肪を減らし血液をサラサラにする働きがあり、また脳を活性化したり、白血球の機能を維持し免疫力を向上させる働きもあるといわれています。

サバ缶は生のまま缶に入れて熱処理をしているのでEPAやDHAを効率よく摂取できます。

手軽に使えるサバ缶を食べて免疫力を高めましょう!

事務局より

令和5年度年会費の納入をお願いします。

令和5年度山口県栄養士会総会開催予定
令和5年6月4日(日)

山口県総合保健会館第1研修室

食を咲かせます、人を咲かせます

外食産業食品流通サービス業

株式会社ハウディ 代表取締役社長 富永 哲生



本社 〒862-0967 熊本県熊本市南区流通団地1-8
TEL 096-377-2111(代)

鳥栖支店 〒841-0048 佐賀県鳥栖市藤木町字若桜3-26
TEL 0942-85-0231(代)

福岡支店 〒811-0104 福岡県糟屋郡新宮町の野738-1
TEL 092-962-3833(代)

北九州支店 〒803-0801 福岡県北九州市小倉北区西港町62-1
TEL 093-562-3300

グループ会社 ハウディ大分食品(株)
〒870-0319 大分市大分流通業務団地2丁目2番地の1
TEL 097-535-7735(代)

世界中の美味しさで笑顔をつくる
Challenge for Tomorrow



<http://www.howdy.co.jp>



「食べる人」にも「届ける人」にも安心、安全。

i-kuttsuka-nagomi
NAGOMI

- 施設に馴染みやすい木目デザイン
- 業界最小のコンパクト設計
- 温度差±5.0度以下の確かな温度管理

動画で check!

株式会社 Fujitaka
www.fujitaka.com

0120-533771 受付時間 平日9:00~18:00
本社/〒600-8216 京都市下京区東塩小路町606 三旺京都駅前ビル7階



つくる想いとおいしい笑顔を

おなかにしあわせを。

NAKANISHI



業務用厨房機器総合メーカー
株式会社 中西製佐所

山口営業所: 〒754-0022 山口市小郡花園町1番51号右田ビル1F
TEL: (083)976-8831 FAX: (083)976-8851

東京本社: 〒104-0033 東京都中央区新川一丁目26番2号新川INSビル
TEL: (03)5541-6333 FAX: (03)5541-0155

大阪本社: 〒544-0015 大阪市生野区巽南五丁目4番14号
TEL: (06)6791-1111 FAX: (06)6793-5151

- 発行 公益社団法人 山口県栄養士会
〒753-0814 山口市吉敷下東3丁目1番1号 山口県総合保健会館4F
- 発行責任者 野崎 あけみ

<http://www.yama-ei.com>