

# 栄養青森21



第35号（通号第53号）発行日 2018年2月 発行者 (公社)青森県栄養士会 斎藤 長徳 編集 広報部  
青森市長島2丁目18-8 TEL 017-735-7003 FAX 017-735-7005  
ホームページ <http://aomori-eiyo.or.jp> e-mailアドレス [eiyou@trust.ocn.ne.jp](mailto:eiyou@trust.ocn.ne.jp)



りんご「ふじ」と「金星」 絵 葛西ちか子

コラム「介護老人保健施設での言語聴覚士の取り組みについて」	2
受賞おめでとうございます	4
施設紹介「青森新都市病院」	5
初任者研修会に参加して	6
食 あおもり「風間浦鮟鱇」	7
活動紹介	8
Information 理事会だより	10

## コラム

# 「介護老人保健施設での言語聴覚士の取り組みについて」

医療法人サンメディコ 介護老人保健施設 ヴィラ弘前  
言語聴覚士 田澤 利子



当施設は、グループホームと通所リハビリテーションが併設されている認知症専門棟のある介護老人保健施設です。私は、そこでリハビリテーション部に所属し、言語聴覚士として勤務しています。

突然ですが、何らかの原因により、日常生活動作等に支障が生じ、今までと同じような生活が送れなくなった時、どうするか考えたことはありますか。様々な精神や身体の状態、周囲の環境や立場により色々な考えがあると思います。例えば、病院に入院中であれば、そこで、医療的な処置を受けたり、必要性に応じ、医師からの指示によりリハビリを受けたりするでしょう。また、その病態に合わせた栄養が摂れるよう、管理された食事をすることもできるのでしょうか。では、退院後はどうしますか。例えば、リハビリを継続して受ける、又は、新しく始めるという選択肢はありますか。身体については、リハビリを考えるかもしれませんが、食べたり飲んだりが上手く出来ず困った時、リハビリを受けに行こうと思いませんか。食事を食べやすく調整しよう、ちょっと我慢すればいいと思うことが多いのではないですか。飲み込みのリハビリとはどんなことをしているのでしょうか。また、どんなことに気をつければいいのでしょうか。介護老人保健施設の言語聴覚士はこんなことをしています。

当施設での言語聴覚士の主な業務は、通所リハビリと老健での利用者様、入所者様の評価（図1）を実施し、その評価に基づき、また、ご家族様やご本人様のご希望も考慮し、リハビリ実施の



（図1）

スクリーニング評価表		合計得点 (認知症なし・あり)
患者氏名	性別(男・女)	
生年月日	年齢(歳)	
出身地		
職業		
食事		
嚥下障害	なし・あり	自発：有・無
水のみ	むせざる（プロフィール）・むせない	義歎：有・無（満・半満）
声質変化	なし・あり	口腔内の汚れ：無・有／舌苔：無・有
反復唾液	回/30秒	口 满・無・有／喉の乾燥：無・有

  

質問内容		回答	配点
1 お酒はお好きですか？（2年までの誤答は正解）		自発	0 1
	年	選択肢	0 1
2 今日は何年は何月何日ですか？何曜日ですか？（年月日曜日が正解でそれぞれ点が付きます）	月	0 1	
	日	0 1	
	曜日	0 1	
3 私も今いるところはどこですか？（自発的で正解2点、選択肢添字で正解1点、5秒以内で答えてください。あとでまた聞きます）	a) 5秒以内	0 1 2	
	b)	0 1	
これから5つの質問に答えてください。（以下の添字は必ず1から5まで、括弧は1～5の数字）	c)	0 1	
4 100から7を順番に引いてください。（100-7は？それから100-7を引くなどと質問する。最初の数字が正解の場合、打ち切り）	d) 100-7	0 1	
5 100から7を順番に引いてください。（100-7は？それから100-7を引くなどと質問する。最初の数字が正解の場合、打ち切り）	e) 86	0 1	
6 私はこれから5つの数字を順番に答えてください。（1) 6 - 8 - 2, b) 3 - 2 - 9 - 6 を答えてもらひ、3桁逆順に次数したら打ち切り）	f) 9-2-6	0 1	
7 先ほど覚えてもらった5つの数字をもう一度答えてみてください。（a) 0 1 2, b) 0 1 2, c) 0 1 2	g) ヒント正確さ	0 1 2	
8 これから5つの品物を見ます。それを隠しますので何があったかお答えください。（必ず机上に無駄なものを）	h) 机上	0 1 2	
	i) 鏡	3 4 5	
	j) 時計		
	k) スプーン		
	l) 帆ブラン		
9 知っている野菜の名前をできるだけ多く言ってください。（答えた野菜の名前を机上に記入する。途中で止まり、約10秒待っても出ない場合は、そこで打ち切り）	m) 0 1 2		
	n) 6-0点, 6-1点, 7-2点, 8-3点, 9-4点, 10-5点	3 4 5	

計画（図2）を立案し、その計画に基づきリハビリを実施しています。評価は3ヶ月毎に行い、プログラムの見直しをしていますが、状態に変化が生じた場合は、その都度、プログラムの変更を行っています。快適な日常生活を送る為の目標は、摂食嚥下機能の維持向上をはじめ、認知機能の維持向上、言語コミュニケーション機能の維

(図2)

リハビリテーション・カレッジ実施計画表																												
名前	年 月 日生 性別 学年 年 月 日																											
受付時刻	検査者の姓名と活動内容																											
直輸入	検査者本人の姓名と活動内容																											
本人・家族の希望 生活目標																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>OT評価</th> <th>ST評価</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>上記までの変化 (はんか)評価(評定用紙)</td> <td>経過(直近)直近(直近) 本数(かず)みなし(相談)</td> </tr> <tr> <td>実施内容</td> <td></td> </tr> <tr> <td>下記評価</td> <td></td> </tr> <tr> <td>本日評価 評定用紙 評定用紙 評定用紙</td> <td></td> </tr> <tr> <td colspan="2"> <table border="1"> <thead> <tr> <th>本日評価</th> <th>検査</th> <th>結果</th> </tr> <tr> <td>直接</td> <td>(はく)タオル・タオル</td> <td>結果(かくさ)</td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>検査</td> <td>時間</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> </tbody> </table> </td> </tr> </tbody> </table>		OT評価	ST評価	上記までの変化 (はんか)評価(評定用紙)	経過(直近)直近(直近) 本数(かず)みなし(相談)	実施内容		下記評価		本日評価 評定用紙 評定用紙 評定用紙		<table border="1"> <thead> <tr> <th>本日評価</th> <th>検査</th> <th>結果</th> </tr> <tr> <td>直接</td> <td>(はく)タオル・タオル</td> <td>結果(かくさ)</td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>検査</td> <td>時間</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> </tbody> </table>		本日評価	検査	結果	直接	(はく)タオル・タオル	結果(かくさ)	検査	時間	結果	検査	結果	結果	検査	結果	結果
OT評価	ST評価																											
上記までの変化 (はんか)評価(評定用紙)	経過(直近)直近(直近) 本数(かず)みなし(相談)																											
実施内容																												
下記評価																												
本日評価 評定用紙 評定用紙 評定用紙																												
<table border="1"> <thead> <tr> <th>本日評価</th> <th>検査</th> <th>結果</th> </tr> <tr> <td>直接</td> <td>(はく)タオル・タオル</td> <td>結果(かくさ)</td> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>検査</td> <td>時間</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> <tr> <td>検査</td> <td>結果</td> <td>結果</td> </tr> </tbody> </table>		本日評価	検査	結果	直接	(はく)タオル・タオル	結果(かくさ)	検査	時間	結果	検査	結果	結果	検査	結果	結果												
本日評価	検査	結果																										
直接	(はく)タオル・タオル	結果(かくさ)																										
検査	時間	結果																										
検査	結果	結果																										
検査	結果	結果																										

持向上等を大きな柱とし、各々の状態に合わせ日々リハビリを行っています。いかに意欲的に、そして、いかに楽しくリハビリを行っていただけるか、何年経っても、試行錯誤の毎日です。例えば、摂食嚥下機能の維持向上の為のリハビリは、口腔ケア、アイスマッサージ、お口の体操、また、発声訓練や音読などを行っています。リハビリを受けた方々から、ご飯が食べやすくなった、むせなくなった、と喜びの声が聞かれることもあります。

時には、医師より、体調を崩し絶飲食となつた方が、経口からの摂取を開始できるか嚥下評価の依頼を受けることがあります。そういう場合は、先ず、嚥下機能の評価の前に、口腔内の衛生状態を確認しています。体調が優れないと、呼吸が口呼吸となり、開口したままの状態になりやすい為、口渴が生じ易く、口唇も乾燥してしまいます。そして、舌や口蓋や歯茎部等の口腔内に汚れが付きやすくなります。特に、口蓋は、見落としがちになりますが、意外にこびりつきやすい所です。口の中が汚れていると、虫歯や歯周病などの口の病気だけでなく、誤嚥したり、血流に乗ることで身体の奥に入り込んだりし、肺炎や心臓病などさまざまな病気を引き起こしてしまう可能性があることは、知られています。口腔内の衛生状態を整えた上で、嚥下評価を行うことはとても大切なことなのです。摂食嚥下のリハビリも口腔内をきれいにしてから始めています。

一般に、嚥下機能が低下している場合、つぶれやすく柔らかで、まとまりやすく、のど越しがい

い、なめらかものがいいとされています。しかし、絶飲食からのスタートとなると、更に限られてしまいます。そこで、当施設では、管理栄養士にも相談し、水分や食品を検討しています。嚥下機能の低下の状態に応じた食品となると、エネルギーが摂れないことが多く、摂取総エネルギーの調整には、管理栄養士の提案が必要となります。同じ量でも、含まれている栄養素やエネルギーに違いがあるため、必要な栄養素が不足しないように、医師の指示を受けながら、栄養状態に注意し調整しています。水分のとろみは、薄いとろみ、中間とろみ、濃いとろみ、ゼリー状の4種類です。これは、他の病院や施設との硬さの統一を図り、同じものを提供できるようにしています。また、管理栄養士が率先して、近隣の病院の食事や水分の形態についての情報を交換し、出来るだけ同じような形態を提供できるように取り組んでいます。

今後、自分の住み慣れた土地で、親しい仲間に囲まれながら、楽しく、かつ、快適に安心して過ごしていけるように、高齢者の自立支援や要介護状態の重度化の防止等の取り組みの必要性がより一層強くなってきています。国は、地域包括ケアシステムについての必要性を重要視していることは知られています。また、医療・介護の連携も推進されています。健康な身体を作りためには、栄養のバランスが取れた食事を摂り、適度な運動を行い、十分な睡眠をとることが大切と言われています。

食べ物や飲み物を食べたり飲んだりしてむせたり、咳が出やすい時、口腔内の状態はどうですか。舌が白かったり、茶色っぽい色がついたりしていませんか。食べたものが、口の中に残りやすくなっていますか。お口が乾きやすく、ねばねばしていませんか。口腔内を清潔に保ち、誤嚥性肺炎等の予防に努めてみませんか。そこから、摂食嚥下機能のリハビリが始まります。先ずは、うがいからでもしてみませんか。そして、口の中をきれいに保つように意識してみましょう。機能低下の予防も含め、いかがでしょうか。初めにもお話しした通り、色々な状態で違いはありますが、一つの参考にしていただければと思います。

# 受賞おめでとうございます

## 厚生労働大臣表彰



津軽保健生活協同組合健生病院

石田直子

## 青森県知事表彰



総合リハビリ美保野病院栄養管理科

伊藤恵美子

平成29年8月7日、全国栄養士大会、第1回栄養の日記念式典という記念すべき日に厚生労働大臣表彰（栄養指導業務功労賞）をいただきました。これもひとえに栄養士会の皆さまや職場の支援があっての受賞と心より感謝申し上げます。

名古屋栄養短期大学を卒業後、名古屋大学附属病院に勤め、弘前に転居してから健生病院で27年間栄養士として邁進してまいりました。嚥下食改善の取り組みやNSTの立ち上げ等忙しいながら楽しく充実した時間を重ねることができ、先輩や他職種の方々に助けられて成し遂げることができたものと思います。

縁あって栄養士会の活動にも20年近く携わり、たくさんの方にお世話になり大変感謝しています。本当にありがとうございました。

平成29年9月12日、青森県健康づくり事業功労者として青森県知事表彰を賜りました。これもひとえに青森県栄養士会をはじめ、会員の皆さま、職場の皆さまのご指導、ご支援があってこそと心より感謝申し上げます。

私は大学を卒業してから福祉の栄養士を経て、平成6年9月から総合リハビリ美保野病院に勤務し23年経ちます。給食業務、臨床栄養業務が大きく変わり、チーム医療の中で管理栄養士の役割を担っていこうと取り組んでまいりました。さらに在宅で療養されている方、生活をされている方の栄養管理が重要であり、私も微力ながら貢献していきたいと思っております。

常に職務を全うするため自己研磨を重ね、心を養い、ここまで支えてくれてきた方々に感謝を忘れず、さらに精進してまいりたいと思います。今後ともご指導いただきますよう、何卒よろしくお願い申し上げます。

皆様方には大変感謝しております。ありがとうございます。

厚生省・農林水産省認可



JAPITAL=JAPAN HOSPITAL

全国病院用食材卸売業(協)

業務用総合食品卸商社

株式会社 嶋津商店

青森市自由ヶ丘2丁目15番3 TEL(017)744-0011(代) FAX(017)744-0012

病院用食材の提供を通じ、  
医療・介護に貢献致します。

厚生労働省・農林水産省認可  
全国病院用食材卸売業協同組合JAPITAL FOODSは全国病院用食材卸売業(協)の安全と信頼のロゴマーク!  
給食用・介護用食材卸売

下沢食品株式会社

八戸市北白山台2丁目2-10 八戸流通センター内  
TEL:0178-27-0370 FAX:0178-27-3648URL <http://shimosawa.co.jp/>

## 施設紹介

**紹介者：**青森新都市病院 管理栄養士 蝦名宏美

青森新都市病院はこれまで地域の皆様にご愛顧いただいた近藤病院・渡辺病院を移転統合する形で、平成29年5月1日に新規開院しました。東北北海道新幹線の本州と北海道をつなぐ拠点でもある新青森駅から徒歩3分の場所にあり、2次救急を担う病床数191床（高度治療病床8床、一般病床183床）の急性期病院です。

「良質かつ適切な医療を最良の環境で提供できる病院をめざして」を基本理念に、高度放射線治療装置を始めとした最新の高度医療機器を整備し、最新の医療の提供と、「チーム医療」の推進を目指しています。また、医療と健康科学の融合拠点として青森大学と連携し、脳と健康科学研究センターを立ち上げ、地域の皆様の健康寿命延伸のための予防医療の貢献を目指しています。

### 【管理栄養科】

管理栄養科は患者様の栄養管理業務に専従できるようにという法人の意向で管理栄養科事務所（2階）と厨房（3階）のエリアを分け、栄養管理・給食管理それぞれの業務に、より専門性を求められる体制となっています。

栄養管理業務は管理栄養士3名体制でHCU、脳神経外科、外科、整形外科、形成外科、内科（消化器・循環器）、回復期病棟の栄養管理業務を行っています。病棟配置とまではいきませんが、病棟担当を決めてそれぞれの病棟科の特性を把握しながら、スタッフや患者様との関係性を円滑にし、業務の質の向上を目指しています。

当院が目指すチーム医療の実践として病棟ケアカンファレンス・リハカンファレンスをはじめ、週1回のミールラウンド、褥瘡回診への参加やVF・VE検査の検査に使う食材の提供から実施時の立ち合い参加など積極的にかかわる事を心がけています。

もちろん、他施設に移られる患者様には栄養情報提供書を活用し、地域医療連携にも努めています。青森市の脳卒中連携バスにも参加させていただくことになっておりますので、関連施設の皆様には何卒よろしくお願い申し上げます。

給食業務は全面委託で、委託職員13名（栄養士3名、調理師4名、調理補助員6名）と共に「青森で1番おいしい給食」を目標に掲げて頑張っています！

入院中の患者様のライフスタイルを大きく崩さないようにという法人の思いから、食器は日常使用しているものになるべく近いデザインをイメージした物を準備し、食事の際の飲み物に関してはお茶にこだわらず、病状による制限が無い方にはコーヒーやジュースの提供も準備しています。

医療支援の為の情報提供はじめ、セミナー及び各種イベントにおいて、たくさんの関連メーカー及び関連業者の皆様にお世話になっております。今後も協力いただきながらいろいろな可能性に取り組み、地域の皆様に貢献していきたいと考えています。

### 【今後の目標】

5月に開院し、開院に際しての準備段階及び開院後の業務において、たくさんの皆様のお力添えをいただきました。この場を借りて御礼申し上げます。

運用してみての改善事項や開院にあたっての準備が不足であった点など問題や改善事項は山積していますが、管理栄養科としてのチーム医療の要ともいえるNSTの立ち上げ、集団栄養指導、地域連携・予防医療を目的としたセミナーの開催などの医療支援や、健康づくりのための予防医療支援を通じて、地域の皆様に必要とされる青森新都市病院、管理栄養科を目指します。

とは言え、当院管理栄養士3名至らぬ点も多く、青森県栄養士会所属の管理栄養士・栄養士の皆様および所属施設の方々にご相談・ご指導を請う機会が多くあるかと思います。皆様のお力添えをいただきながら1日も早く地域医療の一助として貢献できるよう努力していきたいと思っております。今後ともよろしくお願ひいたします。



## 初任者研修会に参加して

(平成29年10月21日 アスパム)



三沢市学校給食センター 佐々木 友 美

今回の初任者研修会で様々なことを学びました。

講義・講演からは、栄養士会の成り立ちや目的、栄養士の社会的な立場について学ぶことができました。栄養士に共通する基本的な心構えと、栄養士としての役割を確認する良いきっかけとなりました。

グループワークでは仕事中に聞けないような小さな話も聞いてもらえたので、不安や疑問を無くすことができました。他施設の話を教えていただいたり、仕事の枠を超えた話もだったので、今後の参考になりました。

研修会全体を通して、知識を得たことはもちろんですが、他領域の方々と交流して栄養士としての視野を広げることができたのが一番の収穫だったと感じています。専門の分野は違っても、考えや悩みを共有することで解決のヒントを得ることができました。

他領域の栄養士と知り合う機会はなかなか無いので、とても有意義な研修会でした。

今後も研修会に参加し、知識と技術を身につけて実践したいと思います。

貴重な経験をさせていただき、ありがとうございました。



東八戸病院 明戸 瑞季

初任者研修会に参加して、管理栄養士・栄養士の心構えや職業倫理等、専門職として働く上で大切なことを改めて学ぶことができました。職域ごとに分かれて行ったグループワークでは、日々の業務での悩みや疑問に対して討論したり、先輩方からアドバイスを頂いたりと、大

変勉強になりました。特に私は認知症の患者様となかなかうまく関わることができず、接し方や食事時の介入の仕方が分からなかったのですが、各職場での解決策を教えて頂くことができました。また、今回の研修会では様々な職域で働く管理栄養士・栄養士の皆さんと話をする機会もあり、自分の職域とは違ったやりがいや苦労を聞くことができ、新鮮で貴重な経験となりました。

これまで業務に対して不安な気持ちが強くありましたが、初任者研修会に参加して、情報交換や相談ができる同世代や先輩との交流の場があることを知り、大変心強く感じました。今後も研修会等の交流の場を大切にして知識を深め、管理栄養士として責任ある栄養の指導をしていきたいです。



青森新都市病院かでるきっず 佐藤 麻里奈

何を知っていて、何がわからないのか誰かに相談したいという気持ちがあり、初任者研修会のお話をいただき今回応募しました。私は短期大学を卒業してから5年。これまで栄養士兼調理員として様々な場所で働いてきました。病院、老人ホーム、保育園などです。栄養士の仕事

内容については、栄養士=調理員という場所が多く、栄養士の業務内容を詳しく把握はしていませんでした。私は、1人1日当たりの給与栄養目標量や食品構成表などの作成などは今までしたことはありません。場所によってはエネルギー計算などが無い施設もありました。恥ずかしながら、現在働いている場所で、初めて栄養士の業務について知ることになりました。

初任者研修会では、職域が違う方たちとお話しすることができました。それぞれの仕事内容などお聞きし、自分が次に学ばなければいけないことが明確になったような気がします。

## 食あおもり 「風間浦鮟鱇」

大きな口で少しグロテスクな姿のあんこう。冬の食材として人気がありますが、県内では主に陸奥湾内、西海岸、八戸市、下北で水揚げされます。あんこうは春になると産卵期に入りキモが小さくなるため、やはり産卵期直前の冬が旬になります。今回は、独特の漁法により水揚げされる今が旬の「風間浦鮟鱇」をご紹介します。



「風間浦鮟鱇」は平成26年9月に特許庁が認定する地域団体商標に登録されており、次のブランド基準を設けています。

- ①全重量 5kg以上
- ②生存したまま水揚げされたもの
- ③12月～3月に水揚げされたもの
- ④胃内容物を取り除いたもの

それに加え、風間浦沖ではえ縄漁又は刺し網漁により漁獲されるあんこうです。あんこうはほとんどが底びき網漁で行われ、魚を引きずり重ねてしまいますが、はえ縄漁又は刺し網漁により生きたあんこうを水揚げすることができ、それが風間浦鮟鱇の大きな特徴となっています。

通常のあんこうは体の色が黒褐色ですが、風間浦村で水揚げされるあんこうは「きあんこう」という種類で黄褐色です。風間浦村では2kg未満のあんこうは放流し、大きく育ったあんこうを水揚げしており、大きいものでは30kg以上にもなります。

水揚げされたあんこうは、船内の生簀に入れ港に持ち帰り、大きな生簀で一日休ませます。これによ

りストレスを軽減させます。風間浦鮟鱇は包丁で瞬時に締める活締めを行い出荷しています。この技術により鮮度とうまみが落ちるのを最低限に抑えたまま提供することができます。活締めの後は鮮度の低下や臭みを抑えるため、胃の内容物と腸を取り除き洗浄します。

淡泊な身にはほど良い脂がのり、肝や身を刺身で食べられるほどの新鮮さに評価が高まり、地元はもとより東京の料亭や一流のホテルでも使われています。骨以外はほとんど食べることができるというあんこうですが、あんこう料理といえば、とも和え、あんこう鍋、唐揚げ、あんきも、あんこう汁などがあります。また、生きたまま水揚げされる風間浦鮟鱇は、刺身で食べることができます。



(文：中村広美)

(参考) 風間浦鮟鱇公式サイト

<http://www.kazamaura.com/>

青森のうまいものたち

<http://www.umai-aomori.jp/know/syun/201201/ankou.phtml>

## 各地区の活動紹介

### 【青森地区】

**おいしく減塩親子料理教室** 平成29年11月18日(土) アピオあおもり  
親子3組(8名)の参加を頂き、「豆腐ハンバーグ」「ナムル」「豆乳味噌汁」「フルーツヨーグルト」を作りました。小さなお子様には、レタスをちぎったり、ハンバーグをこねたりの作業を行ってもらい、各テーブルで盛付を工夫されていました。参加者からは「野菜が苦手だけど自分で作ったから食べる」「豆乳味噌汁がおいしいから全部飲んだ」との声や「将来は栄養士になりた」という頼もしい声も頂き、とても有意義な教室でした。



**横内市民センター祭り** 平成29年10月28日(土) 横内市民センター  
減塩味噌汁試飲 87名、栄養相談 11名

減塩味噌汁の試飲でしたが、うちの味噌汁より濃いと答えられた方が13.8%もあり、うちと同じ濃さだと答えられてた方(41.4%)と合わせると50%を超えて、減塩の意識が広まっていると感じました。



**あおもり健康寿命延伸フェア2017** 平成29年11月22日(水) アウガ  
減塩味噌汁試飲 121名、栄養相談 21名

栄養相談で多かったのが、糖尿病食についての相談でした。皆さん食事についていろいろ工夫をされており、今の食事内容で大丈夫なのか確認される方が多く、栄養相談の必要性を感じました。

**青森地区研修会** 平成29年10月7日(土) アピオあおもり

「食べたい」を支えるポジショニング  
～姿勢を整えるのは誤嚥防止のため？～  
青森慈恵会病院 摂食嚥下障害看護認定看護師 丹藤 淳 先生  
参加者13名

摂食時のポジショニングの実際として、座位・臥位の良い例、悪い例。円背者摂食時のポジショニングについて等、実際に車イスとバスタオル、フェイスタオルを使用して姿勢の補正の仕方、体験を行いました。参加者が実際に車イスに座り、ポジショニングの補正を体感し、その重要性を再認識した研修でした。

### 【弘前地区】

**弘前市健康まつり** 平成29年7月9日(日) ヒロ口  
弘前市健康まつり「栄養相談コーナー」

来場者は500人前後で、0.7%減塩みそ汁試飲体験433人、栄養相談15件など実施しました。減塩クイズや清涼飲料水の展示、ポケットティッシュの健康おみくじ等も行い、親子連れで関心を示す方や肥満相談などもあり、いろんな対話ができました。

0.7%味噌汁試飲結果	
家庭のほうが濃い	53.1%
家庭と同じ	36.0%
家庭のほうが薄い	10.9%



**黒石市健康づくり市民のつどい**

平成29年11月18日(土)～19日(日) スポカルイン黒石  
栄養士会コーナーを設置しました。2日間で500名の来場者があり、栄養相談は60件前後ありました。高齢者が多く、食品に含まれる塩分や1日のバランス食など熱心に見ている様子で、声をかけて病気と食事の相談に応じました。



**減塩親子料理教室** 平成29年10月15日(日) 大鰐町福祉センター

栄養講話と調理実習を行い、参加者は5組11名でした。調理実習の乳和食は簡単で美味しいととても好評でした。乳和食の料理本もとても喜ばれ、自分で作ってみたいと感想がありました。



### 【八戸地区】

**松平病院厨房施設見学** 平成29年9月14日(木)

松平病院の新調理システムについて研修しました。参加人数は、20名でした。

H A C C Pに基づいた新調理システムで、より厳格な食品衛生管理とメニュー計画がされていて最も重要な調理上の食品に対する温度と時間(T・T管理)について学びました。



杉山さんはじめ、松平病院のみなさま、見学および研修会にご

対応いただきましてありがとうございました。

### 【八戸市環境・健康フェスタ2017】

平成29年10月1日(日) 八戸市公会堂・公会堂文化ホール  
青森県栄養士会減塩活動の一環として、八戸市環境・健康フェスタ2017に参加いたしました。



減塩味噌汁0.7%の試飲コーナーには638名、栄養相談には158名の参加がありました。

0.7%減塩味噌汁の試飲では、家庭の方がショッピングは240名(37.6%)、家庭と同じであるは295名(46.2%)、家庭の方がうすいは103名(16.2%)でした。

減塩に気をつけることと摂取量、さらに味噌汁だけでなく、カップ麺やご飯のおともにも配慮が必要だと感じました。

### 【五所川原地区会】

**今日から美味しく減塩 栄養!!**

平成29年11月18日(土)・19日(日) 鶴田町鶴遊館

18日 95名、19日 110名参加

#### 【体验コーナー】

あなたの舌をチェック！

- 塩分閾値チェック -あなたも栄養士！粘土で作るバランス食



#### 【減塩アンケートの実施】

【病態に合わせた食事管理 -慢性腎臓病】 【栄養相談】

体験コーナーが大人気で粘土で作るバランス食では親子での食に対する意識向上、塩分閾値チェックでは幅広い年代層の方々に、舌のチェックという違った視点で、自身と向き合っていただき減塩の啓発活動ができたと感じています。

### 【五所川原地区会多職種向け研修会】

平成29年9月21日(木)

五所川原市中央公民館

「慢性腎臓病の食事管理」

52名の多職種の方々に参加いただき、栄養に関して学習する機会となりました。アンケートの結果を踏まえ、栄養管理について多職種連携できるように今後も回を重ねていきたいと考えています。

### 【上十三地区】

#### 十和田市南公民館まつり

平成29年10月22日(日) 十和田市南公民館東小稲集会所

120名以上の参加があり、減塩みそ汁の試飲、十和田市保健センター栄養士による食育SATシステムの後に栄養相談を実施しました。0.7%の減塩みそ汁の試飲では、以前に比べて家庭の方が濃いと感じる方の比率が減ってきており、減塩に対する意識の向上が感じられました。



### 【東北町健康福祉まつり】

平成29年11月4日(土)、5日(日)

東北町保健センター

両日併せておよそ200名参加があり、東北町保健センター保健師による健康相談の後に栄養相談を実施しました。日頃から健康意識が高く減塩を心掛けている、減塩の必要性を感じている方が多く参加されており、周りに広めていきたいと話されているのが印象的でした。

### 【上十三地区研修会】

平成29年9月9日(土)

十和田市市民交流プラザ トワーレ

講演「高齢者の糖尿病治療～管理栄養士・栄養士に望むこと～」

「今日で完璧！高齢者糖尿病のすべて～特徴から治療まで～」

藤原内科院長

医学博士 藤原史門先生

#### 会員発表

「コメディカルスタッフでデザインする糖尿病サポートチーム」

六ヶ所村地域家庭医療センター 管理栄養士 菊地愛來会員  
「当院における糖尿病患者への栄養指導での課題」

十和田第一病院 管理栄養士 白山八千代

28名参加し、高齢者の糖尿病について幅広い内容を網羅しながら、先生の経験された症例を基に詳しくご講義いただき、会員からも「大変わかりやすかった」との声が多く聞かれた有意義な研修会でした。

## 各職域活動

### [医療職域会]

第3回医療職域臨床栄養研修会  
平成29年10月7日(土) 青森県観光物産館アスパム  
テーマ：胃妻と栄養に関する「食べる力の見える化－摂食嚥下機能の回復に向けた食事支援の実際－」  
講師：公立能登総合病院  
歯科口腔外科部長 長谷剛志先生  
45名が参加し、食べる力という観点からの摂食嚥下機能評価など、臨床の視点からの講演で非常にわかりやすい内容であった。

### [地域活動職域会・勤労支援職域会]

上北農産加工株式会社工場見学  
平成29年10月28日(土)  
上北農産加工株式会社  
14名参加

参加者からは、国産大豆、県産食材にこだわり生産している事を知り、安心して使用できると思った。スタミナ源タレはよく使いますが、こんなに国産原料にこだわって作られている事は知らなかつた等の感想が聞かれた。



### [福祉職域会]

平成29年度（公社）青森県栄養士会 福祉職域部会研修会  
平成29年11月10日(金) モルトン迎賓館  
『N H C A P (高齢者の誤嚥性肺炎)と口腔ケア、嚥下訓練について』  
講師 独立行政法人 国立病院機構 弘前病院  
主任言語聴覚士 山田大介氏  
『地域包括ケアシステムにおける栄養士の関わり方』  
講師 公益社団法人 青森県介護支援専門員協会  
副会長 木村隆次氏  
『2018年 医療・介護同時改正における 福祉栄養士の動向について』  
講師 公益社団法人 日本栄養士会 福祉職域事業部  
企画運営委員長(代行) 加藤すみ子氏  
107名参加

・参加者の感想や会場の様子等  
30年医療同時改定にむけた福祉栄養士の動向について、活発な意見交換がなされた。  
また、地域包括ケアシステムにおいて、管理栄養士・栄養士が、どう関わっていかなければならぬのか等、理解を深めた。



### ○平成29年度「健やか親子21(第二次)」事業 「児童福祉施設におけるクッキング講座」

平成29年10月7日(土) 県民福祉プラザ  
調理実習「スキムミルクへの理解を深める」  
講師：弘前医療福祉大学短期大学部  
生活福祉学科 食育福祉専攻 助手 石岡真移子氏  
講義「食事摂取基準を活用した保育所給食の栄養管理」  
講師：仙台市子供未来局幼稚園・保育部  
運営支援課 運営係 伊東晶子氏  
講義「防災対策について」  
講師：藤崎保育所  
栄養士 佐々木美由樹氏  
35名参加



・参加者の感想や会場の様子等  
(公財)児童育成協会委託事業、ニュージーランド産スキムミルク使用  
今年のレシピはなーに?  
※ 子どもたちを取りまく食環境は、現在栄養の偏り、肥満、朝食の欠食や生活習慣病の低年齢化など、生涯にわたる健康への影響が懸念されている。また、食事摂取基準2015が発表され、食事評価に基づいた計画や実施の重要性が示されている。健やか21事業を通じて、スキムミルクを使用したレシピで理解を深めた。

### [学校健康教育職域会]

学校健康教育職域研修会  
平成30年1月6日(土)

青森県学校給食会

出席者数 20名

○平成29年度学校健康教育事業部  
全国研修会 伝達講習  
講師：黒石市立追子野木小学校  
栄養教諭 小田桐優子氏  
学校における食育の推進、食物アレルギーの最前線、職業倫理等について説明がありました。



○指導教材作成 血管模型  
講師：十和田・六戸学校給食センター

栄養教諭 大川春枝氏  
29年度生涯教育の講義を担当された、「オフィスやえがし」代表の八重樫先生の持参された血管模型を作成しました。カラーボールは血中のブドウ糖とインスリンに見立てています。



## 栄養の日・栄養週間

日本栄養士会では8月4日を「栄養の日」、8月1日～7日を「栄養週間」と定めました。「栄養の日・栄養週間」は、「たのしく食べて、未来のワタシの笑顔をつくる、そのきっかけの日」として、全国の管理栄養士・栄養士が、「栄養のたのしみ方」を提案、推奨する記念日です。

青森県栄養士会においても平成29年8月5日(土)、青森駅前で「栄養の日・栄養週間in青森」と銘打ち、パンフレット“栄養ワンダーブック”、伊藤園「1日分の野菜」(野菜ジュース)、ゼスプリ「キウイフルーツ」、減塩ポケットティッシュを小袋に入れ、栄養の日・栄養週間をPRしながら配布しました。配布直後から列ができる、袋詰めに追われながらの活動となりました。また、県内介護老人福祉施設、病院、栄養士養成校の6か所で、キウイフルーツと野菜の日のカードを配布し、“栄養”に楽しく触れていただくイベント「栄養ワンダー2017」を行いました。



## Information ☆

### 理事会だより

#### 平成29年度第3回理事会

平成29年9月23日(土)開催

##### 1 報告事項

- ・日本栄養士会定時総会
- ・北海道・東北地区栄養士会会长会議
- ・県委託事業 血糖自己測定応援事業
- ・その他

##### 2 協議事項

- ・減塩プロジェクト報告及び提案事項
- ・初任者研修会
- ・入会セミナー
- ・ホームページリニューアル
- ・各部会、各地区会、各職域会提案事項

減塩プロジェクトとして取り組んできた減塩活動について中間評価をまとめ報告書案づくりをすることとした。入会セミナーは各養成校で開催し、会三役が説明することとした。広報部からは、青森県栄養士会のホームページについて、10月のリニューアルにあたりページの構成について検討した。研修部からは来年度の講師推薦について理事への推薦依頼があった。

#### 平成29年度第4回理事会

平成29年12月16日(土)開催

##### 1 報告事項

- ・初任者研修会
- ・健康づくり提唱のつどい
- ・生涯教育研修会
- ・栄養士会中間監査
- ・入会セミナー
- ・その他

##### 2 協議事項

- ・減塩プロジェクト報告及び提案事項
- ・平成30年度総会並びに栄養学術研究会
- ・平成30年度事業及び予算について
- ・平成29年度補正予算について
- ・平成30年度生涯教育について
- ・各部会、各地区会、各職域会提案事項
- ・その他

減塩プロジェクトからは、中間評価まとめの進捗状況と概要を報告した。事業部からは来年度の総会並びに栄養学術研究会のプログラム案が、また研修部からは生涯教育講師候補者案が示された。専務理事からは今年度の補正予算案の説明があり、協議され承認された。1月から来年度予算の編成作業を始めるため各職域・各地区会担当理事に対し予算案提出に依頼があった。

### 研修会のお知らせ

#### 〔研究教育職域会〕

「研究のまとめ方～データ解析のポイントとコツ～ Vol.2」

平成30年2月11日(日)

10:00～11:40

会場：東北女子短期大学 平成館

2階メディアルーム

(青森県弘前市上瓦ヶ町25)

講師：弘前大学 医学部

保健学科理学療法学専攻

准教授 尾馬 栄輝 氏

参加費 1,800円

会員割引参加費 800円

学生 300円

### ☆平成30年度会費の納入について

栄養士会の事業は、4月1日がスタートです！来年度の会費は、

**平成30年3月31日**までに納入をお願いします。

公益社団法人青森県栄養士会年会費

10,500円

公益社団法人日本栄養士会年会費

6,500円

合計 17,000円

コンビニ振込にてお願いします

### 平成30年度

#### (公社)青森県栄養士会定時総会並びに学術研究会 一般演題募集のお知らせ

例年好評を得ております(公社)青森県栄養士会定時総会並びに栄養学術研究会ですが、次年度は下記日程にて開催致します。なお、学術研究会開催にあたり、一般演題の募集もおこないます。詳細については、別途「一般演題発表規定」をご参照ください。

皆さんの積極的なご発表をお待ちいたしております。なお、開催日程、エントリー期間、エントリー方法などは下記の通りとなります。演題の採否については役員にご一任下さい。発表形式は口述発表とポスター発表を予定しております。

期 日：平成30年5月19日(土)・20日(日)

会 場：リンクステーションホール青森 4階

エントリー期間：

平成30年3月1日(木)12:00～4月10日(火)12:00まで  
エントリー方法：一般演題発表規定に準じて抄録を作成し、メールにて(公社)青森県栄養士会事務局

(eiyu@trust.ocn.ne.jp)まで送信して下さい。

### 青森県栄養士会ホームページリニューアル

青森県栄養士会のホームページをご覧になっていますか。平成29年11月から、ホームページをリニューアルしました。スマートフォンでも見られるようになりました。是非ご覧ください。

#### ホームページアドレス

<http://aomori-eiyo.or.jp>



EDEL  
2017 collection



この心地良さ、誰にも譲れない

TUKE GOOD DESIGN  
東洋羽毛北部販売株式会社青森営業所  
〒030-0121 青森県青森市妙見1丁目5-10  
**0120-389553**  
フリーコール

エーデル「マウンテンキルト掛けふとん」は  
2017年度グッドデザイン賞を受賞しました