

栄養青森21



第41号（通号第60号）発行日 2021年8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



つがる市 高山稻荷神社

令和3年度青森県栄養士会定時総会並びに第6回栄養学術研究会	2
施設紹介（有限会社丸高高橋蒲鉾店）	4
食品衛生法の改正に伴う集団給食施設の手続きについて	5
日本食品標準成分表2020年版（八訂）の主な改訂のポイント	6
Information 理事会だより他	8

令和3年度青森県栄養士会定時総会並びに第6回栄養学術研究会



去る5月22日(土)、リンクステーションホール青森（青森市文化会館）において、令和3年度青森県栄養士会定時総会並びに第6回栄養学術研究会が開催されました。

今年度の総会並びに学術研究会は、新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、2日間の開催予定を1日開催に変更し、会場参加とオンライン参加の両方を取り入れて開催しました。

斎藤長徳会長の開会挨拶では、「令和2年度は多くの事業を中止、延期せざるを得ない状況になったことに対し理事会を代表してお詫びいたします。このような中でも、地域ケア会議への積極的な管理栄養士・栄養士の参画を図るための人材育成である栄養ケア活動支援整備事業『よりソリプロジェクト』の研修会が県内全地区で終了したこと、また、コロナ禍に対する会独自のフェーズ業務対応指針や、減塩レシピ集の作成、創立70周年及び（社団法人）30周年記念の広報誌作成、ホームページの広報活動にも力を注ぎました。令和3年度は、減塩プロジェクト事業、地域包括ケアシステム体制の整備、また、栄養の日・栄養週間の普及にも務め、県民への栄養・健康に関する意識の向上を図ることにより、県の最重要課題である短命県返上に、公益社団法人としてさらに大きな関わりを持つことになります。社会は、我々栄養士・管理栄養士を必要としており、我々の特性を生かしつつ、会員の皆様と一緒に頑張っていきたいと思います。」との挨拶がありました。

定時総会は、会員97名が出席し、青森地区の小林幸子会員が議長となり議事を進行しました。執行部から、令和2年度に実施した事業の概要及び補正収支予算が説明され承認されました。次に協議事項として令和3年度事業計画と予算について説明があり会員の賛同を得ました。



栄養学術研究会では、消防防災科学センター参与（元東京消防庁）佐藤康雄先生から「災害から家族・社員を守る知識と実践」をテーマとした特別講演、元南極観測隊調理隊員 渡貫淳子先生から「食材を使い切る極意」をテーマとした市民公開講座を開催しました。お二人の講師から災害地での食事の在り方や、南極での貴重な食材を有効に使い切る方法等、貴重なお話を聞きすることができました。また、講師お二人とも、食事は栄養面で重要なのは勿論のこと、災害や閉鎖された場面において、精神的な安定やストレスの

軽減など、食事は心の栄養になることを強く感じるという共通のお話があつたことが印象的でした。

「コロナ禍における各職域の対応について」と題したシンポジウムでは、弘前愛成会病院 石岡拓得会員をコーディネーターとし、医療の立場から弘前大学医学部附属病院 横山麻実会員、勤労者支援の立場から高橋蒲鉾店 川守康予会員、行政の立場から東北町役場保健衛生課 小沼奈緒美会員からそれぞれの職場での取組を紹介していただきました。

昼休憩時間には、企業プレゼンタイムを設け、3社から提供を受けた各3分の動画を流しました。当日会場に参加できなかった会員への御紹介として、県栄養士会ホームページに掲載しています。

一般演題は口演での発表を予定しておりましたが、誌上開催に変更しました。御応募いただいた2題につきましては、第6回栄養学術研究会資料に掲載していますので御覧ください。

閉会式では、令和2年度減塩レシピコンテストで募集したレシピの中から優秀賞の表彰を行いました。また、令和2年度の厚生労働大臣表彰受賞者1名、青森県知事表彰受賞者1名、日本栄養士会会长表彰受賞者14名、令和3年度青森県栄養士会優良会員表彰者16名の紹介がありました。

最後に、閉会あいさつとして、栄養学術研究会盛美咲実行委員長から、今回初めてのオンラインを取り入れて開催し、参加された会員には御不便をおかけした点もあるかと思うが、今後の研修会等に生かしていくたいとの挨拶があり閉会となりました。

今回の総会並びに学術研究会は、会場参加型とオンラインの両方を取り入れましたが、初の試みであったため、開会に向けて三役会、理事会等で準備を進め、当日は大きなトラブルもなく終えることができました。今後の生涯教育研修会や各地区・各職域研修会等においても、オンラインでの開催が増えていくものと思います。新しい生活様式が進む中、栄養士会もそれに対応した取り組みを進めて参ります。



厚生省・農林水産省認可

JAPITAL FOODS
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。**

JAPITAL FOODS
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・病院用食材卸売

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 : 0178-27-3648

施設紹介

紹介者: 有限会社丸高高橋蒲鉾店 川守 康予 会員

自社は、従業員約80名の食品工場になります。主な製造商品は、弁当・おにぎり・寿司・惣菜・蒲鉾となります。商品はスーパー向けが主で、県内と商品によっては県外へ納品されています。

自社の商品は、蒲鉾屋の特徴を活かしたもののが様々あります。

蒲鉾としては、花見や津軽のおでんには欠かせない大角天を始め、かまぼこ家族と称し、お土産向けに、ホタテ・ホタテマヨ等5種類の焼き蒲鉾を各店舗様で販売しています。惣菜としては、地域に根付いた商品作り、お取引様の要望に応える商品作りを心掛けています。

今の時期ですと、ささげ炒め・みず炒めと、東北地方特有の家庭料理を手作りにて製造し販売させて頂いています。その他、イカメンチも製造しており、イカの割合を多くすることによりイカの味を出し、各家庭で作られているものに近づけるように商品を作っています。蒲鉾のカッターにて生地を作り、1つずつ手作業にて丸く型取りして揚げることで、より家庭の手作り感を出しています。油揚げの中に野菜を混ぜ込んだすり身を入れて煮た「信田煮」も長く好評を頂いています。

米飯としては、東北地方ならではの甘い赤飯を製造しています。これも蒲鉾屋としての特性を活かし、蒲鉾専用の蒸し器にて家庭での作り方同様に二度蒸しで仕上げています。その他に、ひじきおこわ・きんぴらおこわも製造していますが、同じく蒸し器にて製造する事により、他の工場とは違い、ふっくらとした本格的なおこわに仕上がり、大変好評を頂いています。取引先様からの要望には「できるだしを使用してほしい」や、「だし感を出したい」との要望もあり、県推奨のできるだしを使用した商品も製造しています。

大量生産では無理な部分もありますが、今後も出来る限り地域に受け入れられる商品を作っていくたいと思います。



鮮友をばこぶ 生鮮品から加工品まで
業務用食材料の全品揃え

株式会社メマイシ
物流センター

〒030-0136 青森市大字牛館字松枝52番地1
食品部 代表 TEL 017-764-2700 FAX 017-764-2711
給食 TEL 017-764-2701 FAX 017-764-2711
八戸支店ナカイシ 〒031-0801 八戸市江陽4丁目16番16号
TEL 0178-43-3236 FAX 0178-43-3225



株式会社
ホームナース

管理栄養士 募集中!!

お問い合わせ: 022-716-2080

トータルライフケアのパートナー



当社では明るく活力ある社会づくりの貢献を目指して、働き盛りの年代、
あるいは主婦の方々や高齢者の方々を対象に生活の質（QOL）の向上などを
目標に保健指導事業を行っております。

特定保健指導に協力していただける管理栄養士さんを急募しております。
まずは上記までご連絡ください。

本社

広島県広島市東区光町2丁目7-17 第二京谷ビル401号

営業所

宮城県仙台市青葉区国分町1丁目8-10 大和ビル4階

食品衛生法の改正に伴う集団給食施設の手続きについて

平成30年に食品衛生法が改正され、原則としてすべての食品事業者に、HACCPに沿った衛生管理の実施と食品衛生責任者の選任が必要となりました。

令和3年6月1日から新たな営業の許可・届出制度が始まり、学校、病院、社会福祉施設等において継続的に不特定又は多数の者に食品を供与する施設（集団給食施設）についても、施設の設置者又は管理者は、新たな制度に基づく届出が必要になります。

1 集団給食施設

今まで保健所に給食の開始届を行っている施設であっても、新制度に基づく営業の届出が新たに必要です。

○令和3年11月30日までに届出が必要です。

○更新の必要はありません。ただし、届出事項に変更があった場合や廃業した場合は届出が必要です。

○食品衛生責任者を設置する必要があります。医師、薬剤師、調理師、栄養士、講習会を受講した者等を当てることができます。

○HACCPに沿った衛生管理を行わなければなりません。従来から活用している「大量調理施設衛生管理マニュアル」や「学校給食衛生管理基準」に従って衛生管理を実施することが可能です。

2 少数特定の者を対象とする給食施設

○1回の提供食数が20食程度未満の給食施設については、HACCPに沿った衛生管理、食品衛生責任者の選任及び営業の届出は不要です。

○その場合であっても、自主的な衛生管理の徹底及び向上に努めてください。

3 「調理業務」を外部事業者に委託した場合

○受託事業者（外部事業者）は、飲食店営業の許可が必要です。

集団給食施設の取扱い

集団給食施設（改正食品衛生法第68条）

営業以外の場合で学校、病院その他の施設において継続的に不特定又は多数の者に食品を供与する施設



現在の運営形態

直営

外部に調理業務を委託

直営
〔1回の提供食数が20食程度未満〕

令和3年6月1日以降

食品衛生法の要届出業種

食品衛生法の要許可業種

許可・届出が不要な業種

施設の設置者又は管理者は
令和3年11月30日までに
届出が必要

外部事業者は
令和3年6月1日までに
許可が必要

要許可業種と要届出業種は「食品衛生責任者」を設置する必要があります。

また、「HACCPに沿った衛生管理」を実施しなければなりません。

日本食品標準成分表2020年版(八訂)の主な改訂のポイント

令和2年12月25日、文部科学省は、日本食品標準成分表を5年ぶりに全面改定し2020年版（八訂）としたことを公表しました。今回の改定では、調理済み食品の情報の充実、エネルギー計算方法の改定を行い、収載食品数が2,191食品から2,478食品と増加しました。

改訂のポイントについては、日本栄養士会雑誌4～6月号に連載されすでにご覧になっていると思いますが、ここではポイントをギュッと凝縮してお伝えします。

職場でお使いの栄養計算ソフトのバージョンアップを進めましょう。

■調理済み流通食品を収載

- ・18群の「調理加工食品類」を「調理済み流通食品類」に名称変更
- ・冷凍、チルド、レトルトの状態で流通する豚汁、煮物、カレー、コロッケ、ハンバーグ、酢豚、ナムルなどを収載

■炭水化物の細分化とエネルギーの算出方法の変更

- ・エネルギー生産成分の実態をより正確にとらえることが可能な組成成分からエネルギー算出

成分表2020年版（八訂）におけるエネルギー生産成分の変更

七訂までのエネルギー生産成分

窒素量の分析値に一定の換算係数（6.25）を乗じて計算される「たんぱく質」

有機溶媒可溶性成分の総質量である「脂質」

100gから他の一般成分を差し引いて計算される「炭水化物」

八訂以降のエネルギー生産成分

- ▶ たんぱく質を構成するアミノ酸（約20種）の残基量の合計から算出される「アミノ酸組成によるたんぱく質」
- ▶ 飽和・不飽和等の脂肪酸の分析値を換算した「脂肪酸のトリアシルグリセロール当量」
- ▶ 下記の組織成分等にエネルギー換算
 - ・エネルギーとして利用性の高いでん粉、単糖類、二糖類からなる「利用可能炭水化物」
 - ・エネルギーとして利用性の低い炭水化物である「食物繊維」、「糖アルコール」

エネルギーの算出に使う成分とエネルギー換算係数

食 品 番 号	食 品 名	エ ネ ル ギ ー	可 食 部 100 g 当 た り												アルコール (g)		
			たんぱく質		脂 質			炭水化物									
			ア ミ ノ 酸 組 成 質 によ る	たん ぱ く 質	脂 肪 酸 の ト リ ア シ ル 当 量	グ リ セ ロ リ ル	コ レ ス テ ロ リ ル	脂 質	利 用 可 能 炭 水 化 物		利 用 可 能 炭 水 化 物		利 用 可 能 炭 水 化 物	食 物 繊 維 總 量	糖 アル コ オ ル	炭 水 化 物	有 機 酸
			kJ	kcal	(..... g)	mg	(..... g)	mg	利 用 可 能 炭 水 化 物 (質 量 計)	利 用 可 能 炭 水 化 物 (質 量 計)	利 用 可 能 炭 水 化 物 (質 量 計)	利 用 可 能 炭 水 化 物 (質 量 計)	利 用 可 能 炭 水 化 物 (質 量 計)	食 物 繊 維 總 量	糖 アル コ オ ル	炭 水 化 物	有 機 酸
01001	アマランサス 玄穀	1452	343	(11.3)	12.7	5.0	(0)	6.0	63.5 *	57.8	59.9	7.4	—	64.9	—	—	—
01003	あわ あわもち	890	210	(4.5)	5.1	(1.2)	0	1.3	(44.5)	(40.5)	44.6 *	1.5	—	45.3	—	—	—

エ ネ ル ギ ー 换 算 係 数 (kcal)	4	4	9	9	3.75	4	2										7
--------------------------	---	---	---	---	------	---	---	--	--	--	--	--	--	--	--	--	---

糖アルコール 换算係数 (kcal)

ソルビトール	2.6
マンニトール	1.6

(成分値は、炭水化物成分表 本表)

有機酸 换算係数 (kcal)

酢酸	3.5
乳酸	3.6
クエン酸	2.5
リンゴ酸	2.4

(成分値は、炭水化物成分表 別表2)

(例) アマランサス 玄穀 (100 g) のエネルギー計算

成分名	換算係数 (kcal/g)	アマランサス 玄穀	
		質量(g)	エネルギー(kcal)
アミノ酸組成によるたんぱく質／たんぱく質 ^{*1}	4	11.3	45.2
脂肪酸のトリアシルグリセロール当量／脂質 ^{*2}	9	5.0	45.0
利用可能炭水化物（単糖当量） ^{*3}	3.75	63.5*	238.1
差引き法による利用可能炭水化物 ^{*3}	4	—	—
食物繊維総量	2	7.4	14.8
糖アルコール ^{*4}			
ソルビトール	2.6	—	—
マンニトール	1.6	—	—
有機酸 ^{*4}			
酢酸	3.5	—	—
乳酸	3.6	—	—
クエン酸	2.5	—	—
リンゴ酸	2.4	—	—
アルコール	7	—	—
		計	343

*1 アミノ酸組成によるたんぱく質の成分値がない食品では、たんぱく質の成分値で計算する。

*2 脂肪酸のトリアシルグリセロール当量の成分値がない食品では、脂質の成分値で計算する。

3 利用可能炭水化物（単糖当量）と差引き法による利用可能炭水化物のうち、「」がついている成分値で計算する。

*4 糖アルコールと有機酸のうち、成分値が1 g以上ある成分を計算する。

■七訂追補（2016～2019）の検討結果を八訂に反映

- ・収載食品数の増加：2,191食品→2,478食品
- ・既収載の菓子類、加工食品に原材料的食品の成分値の変更を反映
- ・成分の追加：ナイアシン当量、難消化性オリゴ糖等を含む食物繊維
- ・収載食品の解説の充実→食品分別留意点に反映、調理に関する諸表を充実

■八訂成分表で計算するとエネルギー値はどの程度変化するか

- ・平成26年国民健康・栄養調査のデータをもとに、平均摂取量約1,900kcalを摂取した場合の変動量は、水稲めし100 gが-36kcal、鶏卵、じゃがいも、発泡酒、普通牛乳、ビール、調合油、鶏もも等が-10～-2kcalとなりました。

摂取頻度を加味した場合のカロリー変動の大きい食品（例）

食品番号	食品名	調査票出現量	摂取カロリー(新)	摂取カロリー(旧)	差(新-旧)
1088	こめ [水稲めし] 精白米 うるち米	2,422,009	434.3	470.2	-36.0
12004	鶏卵 全卵 生	277,177	38.7	48.4	-9.7
2017	<いも類>じゃがいも 塊茎 皮なし 生	265,716	18.2	23.3	-5.1
16009	<アルコール飲料類> (醸造酒類) 発泡酒	274,940	9.5	14.3	-4.8
13003	<牛乳及び乳製品> (液状乳類) 普通牛乳	579,216	40.8	44.8	-4.0
16006	<アルコール飲料類> (醸造酒類) ビール 淡色	204,945	6.4	9.5	-3.1
14006	(植物油脂類) 調合油	56,835	57.5	60.5	-3.0

注：摂取カロリー（旧）は、調査票出現全食品のカロリー計算を全世帯平均日摂取カロリー（1897kcal）と仮定した場合の当該食品の摂取カロリー

Information

理事会だより

令和2年度第5回理事会

令和3年3月13日(土) 開催

1 報告事項

- (1)定期立入検査について
 - (2)減塩レシピコンクールについて
 - (3)日本栄養士会諮詢会議について
 - (4)地域ケア会議スキルアップ研修会
(むつ地区)について
 - (5)各部会から
 - (6)各地区会から
 - (7)各職域会から
- 2 協議事項
- (1)オンラインプロジェクトについて
 - (2)令和3年度事業計画について
 - (3)令和3年度事業予算について
 - (4)議事運営規定の改正について
 - (5)令和3年度定時総会ならびに栄養学術研究会について
 - (6)令和3年度祝賀会および情報交換会について
 - (7)令和3年度生涯教育について
 - (8)令和3年度顕彰候補者について
 - (9)秋の研修会について
 - ・令和3年度からのオンライン研修会を実施するにあたり、受講者への資料の提供、申込方法、出席者の確認方法、オンライン開催にかかる経費等について検討した。
 - ・令和3年度事業計画について説明があった後、満場一致で承認された。

- ・議事運営規定の改正について、コロナ禍の状況の中で、書面評決が可能となるよう変更する旨提案され、満場一致で承認された。

令和3年度第1回理事会

令和3年4月24日(土) 開催

1 報告事項

- (1)減塩レシピ集について
- (2)Zoom交流会について
- (3)監査結果について
- (4)各部会から
- (5)各地区会から
- (6)各職域会から
- (7)厚生労働大臣表彰及び県知事表彰候補者について

2 協議事項

- (1)令和2年度事業及び決算について
- (2)令和3年度定時総会並びに栄養学術研究会について
- (3)令和3年度生涯教育について
- (4)令和3年度重点事項(オンラインプロジェクト)について
- ・令和2年度事業報告及び補正収支予算書と決算報告について説明があり、満場一致で承認された。
- ・令和3年度定時総会並びに栄養学術研究会について、オンライン参加者へ資料送付方法、出席者確認等の運営について検討した。5月6日に会

場となるリンクステーションホール青森で配信テストを行う予定としている。

- ・令和3年度生涯教育研修会のオンライン参加者と会場参加者の申込み方法等について検討した。

令和3年度第2回理事会

令和3年6月12日(土) 開催

1 報告事項

- (1)日本栄養士会第1回諮詢会議について
- (2)青森県栄養士会定時総会並びに栄養学術研究会について
- (3)各部会から
- (4)各地区会から
- (5)各職域会から
- (6)職務執行状況および外部委員会について

2 協議事項

- (1)令和3年度事業について
- (2)栄養ケア活動支援整備事業について
- (3)会員増対策について
 - ・令和3年度事業について、減塩活動として実施している親子料理教室は実施しないこととし、減塩レシピコンテストを昨年度に引き続き実施する。
 - ・生涯教育研修会の最終日に、各職域合同で行う「秋の研修会」を開催する。

研修会等のお知らせ

研修会の内容、申込方法等は、後日、通知およびホームページでお知らせします。

■栄養ケア・ステーションおよび地域活動合同研修会

日 時：10月2日(土) 13:00～16:00

会 場：青森県観光物産館アスパム5階白鳥

形 式：会場参集とZoomによるオンラインでの開催

テマ：基本研修「栄養ケアマネジメント」 斎藤長徳 氏
実践例 「外来(糖尿病)栄養指導」、

「料理教室」、「栄養改善事業」、「認知症グループホーム栄養改善」、「介護予防教室」、「地域ケア個別会議」

対象者：栄養士会会員

参加費：500円

■八戸地区会研修会

日 時：10月9日(土) 13:00～16:00

会 場：八戸市総合保健センター3階 会議室1.2

形 式：会場参集とZoomによるオンラインの開催

テマ：特別講演「がんと食事・栄養」

青森県立保健大学 清水亮氏

会員発表 「厨房における衛生管理の取り組み～SDGsを視野において～」、「栄養ケア・ステーションの活動紹介」、「認知症グループホーム栄養改善体制加算について」

参加費：1000円(会員割引500円)

■八戸市健康パネル展

日 時：10月16日(土)～10月20日(水)(予定)

会 場：八戸ポータルミュージアムはっち1階

形 式：八戸市の健康パネル展において、減塩タペストリー・減塩リーフレット・減塩レシピ、新型コロナ感染予防の栄養等についてパネル展示します

■上十三地区研修会

日 時：10月23日(土) 14時～17時

場 所：三沢市国際交流教育センター 研修室1

形 式：会場参集とオンラインのハイブリッド形式

テマ：「十和田市子ども食堂の活動について」
子育て世代の食事・栄養課題とその支援について
パネルディスカッション(予定)
子ども食堂バスの見学

講 師：十和田市子ども食堂代表 水尻和幸 氏

パネリスト(交渉中)

参加費：2,000円(会員割引1,000円)

■令和3年度減塩レシピコンテストレシピ募集

エントリー期間：8月1日㈰～11月30日㈫

エントリー方法：青森県栄養士会事務局まで、メールまたは郵送にてご投稿ください。件名には「減塩レシピコンテスト」と御記入ください。内容に、氏名、会員番号、職域名、地区名、レシピ名を入力してください。レシピには、できあがりの写真を添付してください。応募用紙は青森県栄養士会のホームページからダウンロードできます。

ご 投 稿 先：青森県栄養士会 eyou@trust.ocn.ne.jp
〒030-0861 青森市長島2丁目18-8