

2022年 8月号

vol.44

通算62号

令和4年8月1日発行

公益社団法人青森県栄養士会広報誌

# EIYO AOMORI 21



林檎の花  
photo by 上十三地区会

## 特集：りんご畑と生きて | P.2

令和4年度青森県栄養士会定時総会並びに  
第7回栄養学術研究会|P.4

令和3年度健康づくり提唱のつどい  
災害支援活動を一緒に考え、ともに活動  
しませんか！（その3）|P.7

新理事紹介、役員名簿|P.6

青森県栄養士会栄養学術研究会 一般  
演題優秀賞|P.8

INFOMATION(理事会だより他)  
|P.10

青森県栄養士会HP



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

【発行者】  
(公社)青森県栄養士会 斎藤長徳  
編集/青森県栄養士会広報部  
【問合せ】  
青森市長島2丁目18-8  
TEL:017-735-7003  
FAX:017-735-7005  
mail:eiyou@trust.ocn.jp



# りんご畑と生きて

自然栽培家  
木村 江利

PROFILE-他県で就職後Uターンして2004年より就農。現在は父 木村秋則氏と共に無農薬・無肥料で植物と土の本来の持つ力を引き出す、自然と調和し持続可能な農業である『自然栽培』を行っている。

私たち一家が岩木山麓で無肥料、無農薬でリンゴ栽培を始めたのは、私が小学校一年生の頃です。「どうしてうちの畑はずっと茶色いのだろうか？」と子供心にも不思議に思っていたのを覚えています。他のリンゴ畑はいつも緑色なのに、我が家の畑だけは春から秋まで茶色だった為です。それは遠目に見ると枯れ木だけの畑のようでした。農薬も肥料も与えられないリンゴの木はあっという間に弱り、全ての木で落葉しているため畑全体が茶色に見えていたのです。



それでも春先には枝先に花を咲かせ希望を見せてくれます。父も母も「今年こそは」と奮闘するのですが、咲いた花はすぐ枯れ落ちます。木は再び沈黙し、辛抱の夏が始まり落胆の秋と混乱の冬、そしてまた少しの希望の春。それでも父と母は「どこにもない、私たちのたった一つのリンゴを作っているんだ」と誇りを持ち、朝から晩まで畑で作業をしていました。気づけば42年の時が過ぎていました。

最初に売ったリンゴはとても小さく、卵パックに入れて送りました。葉が無い状態で生育・収穫したリンゴは甘味が乗りません。後にお客様が「あんまり美味しくなくて、塩をつけて食べました」と教えてくれたほどです。取り扱って下さった自然食品店からも「農薬を使った方がいい」と言われるほど、リンゴという名ばかりの木の實でした。近年、ようやくリンゴらしいリンゴを収穫できるようになってきましたが、自然に翻弄され畑で一喜一憂する日々は変わりません。



この栽培で一番大事なことは「待つこと」です。土が豊かになるまで待つこと、根が広がるのを待つこと、木が自分の力で生きるのを待つこと。いずれも人間の力では出来ないことです。そしてただ待っているのではなく状態を見極めて適応の手助けをすることも必要です。現在はオーガニック・無農薬が市場において付加価値となり、私たちは突然「良いこと」になりました。しかし育てること、食べること、生きることは全て唯一無二であり「良いこと」「悪いこと」で区別出来るものではありません。人の手が入っていない食べ物は一つもなく、その手の後ろには家族があり、等しい命があります。様々な情報の中から正しさを探すのではなく、自分に必要なものを自分で考えていく過程こそが大事です。そして、その選択肢の一つとして自然栽培が存在してくれていたなら、こんなに嬉しいことはありません。



## 令和4年度青森県栄養士会定時総会並びに第7回栄養学術研究会

去る5月28日(土)、リンクステーション青森（青森市文化会館）において、令和4年度青森県栄養士会定時総会並びに第7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、昨年度に引き続き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。



齋藤長徳会長の開会挨拶では、「昨年度は多くの事業が変更や中止となったことは、会員や賛助会員の皆様に陳謝するとともにご理解をいただきたいと思います。現在は新しい生活様式を取り入れオンライン機能を可能な限り整備し、種々事業に取り組む予定です。

昨年度はコロナ禍ではありましたが、役員一丸となり、地域のため、会員のために、模索しながら事業をすすめてきました。国の包括ケア事業が進む中、人材育成に取り組み、各事業に参加しました。介護報酬改定による栄養・ケアステーションの参入にも早くから取り組み、全国モデルとなっています。また、生涯教育のオンラインの充実化や秋の研修会と称し職域セミナーを中心とした企画も行いました。今年度も、減塩プロジェクト活動の終盤の総括、栄養の日・週間の普及啓発事業、特に地域包括ケアシステム体制の参入体制強化と、自然災害に対応するJDA-DAT体制強化に臨みたいと思います。公益社団法人として県民の栄養改善、健康の保持増進、生活習慣病の予防・改善に寄与する所存です。会員および賛助会員、皆様のご協力を今後ともよろしく願いいたします。」との挨拶がありました。

会長挨拶に続き、令和3年度に旭日双光章を受章された前会長吉川和子会員をはじめ、厚生労働大臣表彰受賞者2名、青森県知事表彰受賞者1名、日本栄養士会会長50年表彰2名、25周年表彰12名、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。

定時総会は、会場には会員31名、オンラインでは43名が出席し、また319名の委任があり総会が成立しました。議長には、青森地区会の館花春佳会員が選出され議事を進行しました。第1号議案として執行部から令和3年度に実施した事業の概要と収支予算が説明され、外部監事の三上広美氏から事業報告及び財産目録について適正であることが報告されました。

第1号議案は事前採決され賛成多数で承認されました。今年度は第2号議案として理事選任が提案され、選挙管理委員長の小林幸子氏から説明後、書面投票により理事立候補者全員の当選が報告されました。次に協議事項として令和4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て通常総会を閉会しました。





**栄養学術研究会**では、「フレイルの現状と対応について」と題したシンポジウムが行われました。伊藤恵美子副会長をコーディネーターとし、保健師の立場から青森中央学院大学鎌田明美先生、医療の立場からはちのへ99クリニック川口朝子会員、行政の立場から大間町健康づくり推進課鹿内美津穂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。



**市民公開講座**では、「糖尿病の一次予防・重症化予防」と題し、かきざき糖尿病内科クリニック院長柿崎雄介先生からご講演をいただきました。糖尿病を予防するには血糖値だけでなく血圧、コレステロールなどを総合的に管理することがとても重要であることをわかりやすく解説していただきました。

昼休憩時には、企業プレゼンタイムを設け、賛助会員である日本食研株式会社様から御提供を受けた3分間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。

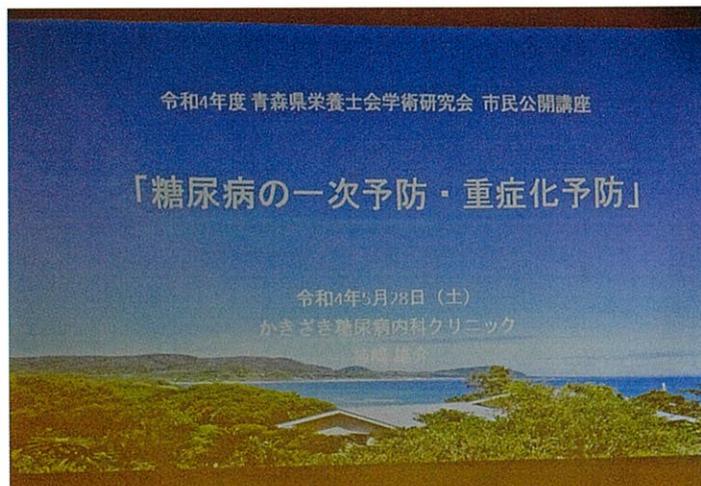
一般演題は4題の応募があり、各演題の掲示パネル横にパソコンを設置し、オンラインによる質疑応答を行いました。

閉会式では、一般演題の中から八戸地区下沢順子会員の「病院施設におけるATP拭き取り検査を実施した衛生管理の取り組みについて」が優秀賞に選ばれた旨発表がありました。



最後に閉会挨拶として、栄養学術研究会盛美咲実行委員長から、「一般演題にもオンラインを取り入れたものの不手際があり申し訳ありませんでしたが、

演者には臨機応変に対応していただき感謝します。来年度に向けて対応を検討していきたいと思えます。」との挨拶があり閉会となりました。



## 新理事紹介



弘前地区  
佐藤 史枝

今年度から弘前地区より理事となりました。はじめての大役でわからないことが多いですが、先輩理事、地区運営委員、会員の方にお力添えいただき地区会と県栄養士会へ貢献出来るよう努めたいと思っております。どうぞよろしくお願いたします。



八戸地区  
西野 祐希

この度、八戸地区より理事をさせていただくことになりました。地区会役員はじめ皆様のご協力をいただきながら栄養士会に貢献できるよう、地区会の皆様の要望に少しでも応えられるよう努めて参ります。どうぞよろしくお願致します。



五所川原地区  
小野 康子

この度、五所川原地区から理事をさせていただくことになりました。五所川原地区は会員減少が悩みの種です。会員増を目指し、仲間と一緒に、地区の活動を楽しんでいきたいと思っております。よろしくお願致します。

## 令和4・5年度 役員名簿

役 職	氏 名	担 当
会 長	齋 藤 長 徳	総 括
副 会 長	柴 崎 政 孝	研修部 広報部
	伊 藤 恵 美 子	事業部 栄養ケア・ステーション部
専務理事	浅 利 由 美 子	総務部
理 事	齋 川 成 夫	総務部 (部長)
	中 村 広 美	広報部 (部長)
	清 水 亮	研修部 (部長)
	蝦 名 宏 美	青森地区 研修部
	佐 藤 史 枝	弘前地区 総務部 栄養CS部
	西 野 祐 希	八戸地区 事業部
	小 野 康 子	五所川原地区 栄養ケア・ステーション部
	横 山 敏 久	むつ地区 広報部
	白 山 八 千 代	上十三地区 広報部 栄養CS部
	石 岡 拓 得	医 療 事業部
	大 川 春 枝	学校健康教育 総務部
	川 守 康 予	勤労者支援 広報部
	前 田 朝 美	研究教育 研修部
	盛 美 咲	公衆衛生 事業部 (部長)
齊 藤 佳 久 子	地域活動 栄養ケア・ステーション部 (部長)	
築 館 寛 子	福 祉 総務部	
監 事	平 野 聖 治	
	三 上 広 美	外部監事
顧 問	吉 川 和 子	
参 与	鶴 賀 晃	

## 令和3年度 健康づくり提唱のつどい

去る令和3年12月4日(土)青森県観光物産館アスパムにおいて、青森ヤクルト販売株式会社協賛のもと、「健康づくり提唱のつどい」が開催されました。当日は2つの講演がり、株式会社ヤクルト本社 広報室課長の有馬 直美氏からは「腸から整えるカラダとココロ」、柴田学園大学 特任教授 餅 美知子氏からは「コロナ禍におけるフレイル予防～運動と食事～」について、それぞれ対面形式で31名の参加のもと行われました。

「腸から整えるカラダとココロ」の講演では、腸内環境を良好な状態を保つことで、肥満、がん、うつ病、ストレス、不眠症などを防ぐ、またはそれらの症状を軽減できることを学びました。また「コロナ禍におけるフレイル予防～運動と食事～」については、昨今のコロナ禍において、活動量の低下や運動不足が筋力低下を招き、フレイルを助長することから、それらの予防策をスポーツ栄養学の観点からアドバイスをいただきました。その他、青森ヤクルト販売株式会社からは、血管年齢の測定器を準備していただき、興味を集めていました。

\*本内容について、掲載が遅れましたことを関係各位にお詫び申し上げます。



株式会社ヤクルト本社 広報室課長 有馬 直美氏



柴田学園大学 特任教授 餅 美知子氏

### 災害支援活動を一緒に考え、ともに活動しませんか！（その3）

ご無沙汰しておりました。JDA-DAT（日本栄養士会災害派遣チーム）の青森県リーダーの一人です。未だ小規模災害は、絶えずマスコミを賑やかしています。JDA-DATは、各県単位で小さな活動を行い、日栄は大規模災害に備えて災害車両や派遣調整のシステム構築などを粛々とその活動を強固にしています。

そんな中で本県では、なかなか活動が進まない状況です。今後もリーダー研修参加者への参加費支援を続けるとともに、今年度はスタッフ養成研修会の開催を企画予定です。会員の皆様には対岸の火事と思わず、「いざ」に備えましょう。管理栄養士・栄養士として災害時に人々に求められることを！（齋藤長徳）



〒980-0803

宮城県仙台市青葉区国分町1丁目8-10 大和ビル4階

TEL: 022-716-2080

特定保健指導 指導員(管理栄養士)募集 詳細はお問合せください

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・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

## 青森県栄養士会栄養学術研究会 一般演題優秀賞

### 病院施設におけるATP拭き取り検査を実施した衛生管理の取り組みについて ～衛生管理「見える化」により衛生管理意識向上～

○下沢順子<sup>1)</sup> 松橋菊代<sup>1)</sup> 千葉啓子<sup>2)</sup>

1) 医療法人岸原病院 栄養科

2) 八戸学院大学健康医療学部人間健康学科

#### <研究目的>

感染症における微生物対策の基本は「手洗い」と人がよく触れる箇所のアルコール除菌等の「消毒」である<sup>1) 2)</sup>。特に免疫力の弱い高齢者の多い医療施設では感染リスクが高い。人が触れることが多い場所の微生物感染の実態や、手洗いや消毒による清浄効果の程度はあまり把握されていないことから、病院施設内で「ATP拭き取り検査（以下、ATP検査）」を実施し、可視化された汚染状況を確認することにより、現場の衛生管理に対する一層の意識向上を目指した。

#### <研究方法>

調査時期は2020年9月～11月の3ヶ月間で、2週間に1度の割合で5～6回検査を実施した。

検査箇所は①外来・入院エリア（受付テーブル、血圧計、トイレ開閉ボタン、廊下手すり）、②給食調理エリア（調理台、調理器具類、冷蔵庫と冷凍庫の取っ手、栄養科職員手指）である。

検査には、ATPとその分解物であるADP、AMPを汚染指標としてふき取り面の清浄度を評価するATP検査キット（ルミテスターSmart、ルシパックA3 Surface、キッコマンバイオケミファ株式会社製）を用い、各検査箇所の消毒前後の清浄度を検討した（図1、図2）。



図1. ATP検査キット

- ①ルミノメーター  
(発光した光を測定)
- ②ルシパックペン  
(検査対象からATPを  
ふき取る綿棒)



図2. 拭き取り検査の実施

#### <研究結果及び考察>

図3にATP検査値の平均値を、図4に検査期間中の検査値の推移を示した。施設内の人の手が触れる機会が多い箇所では、3,000RLUを暫定的な基準値として評価したところ、基準値を超えたのは7箇所中1箇所、調理台のうち野菜などを外部から段ボールごと受け取る搬入台で、病院に搬入されるまでに箱の底面部分がトラックの荷置き場所や市場の床面など、様々な場所に接触していたと考えられる。他の箇所では2F病棟トイレボタンが2,000RLU近くの他は1,000RLU未満であった。つぎに調理器具類では500RLUを、手指では2,000RLUを基準値として比較した。調理室の器具類は毎日、使用後に洗浄・消毒をし、保管庫（紫外線照射）に入れるため、翌日の使用前ATP検査値は毎回0か、極めて低値を示した。調理従事者は手洗いと消毒

を徹底していたことから、手指の検査値は低値を示した。調理現場においては今後もこれら所定の操作を継続していくことで望ましい衛生環境を保持することが可能と思われる。また、今回の調査は秋期に実施したが、微生物は気温や湿度が高い夏期に増殖し易いため、年間を通じた清浄度の把握も重要であると考え、一部、拭き取り検査の継続を検討している。

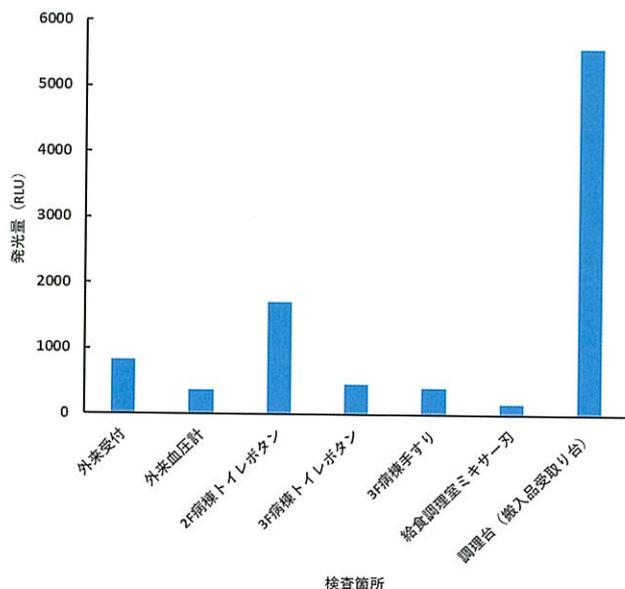


図3. 各検査箇所におけるATP値の平均値

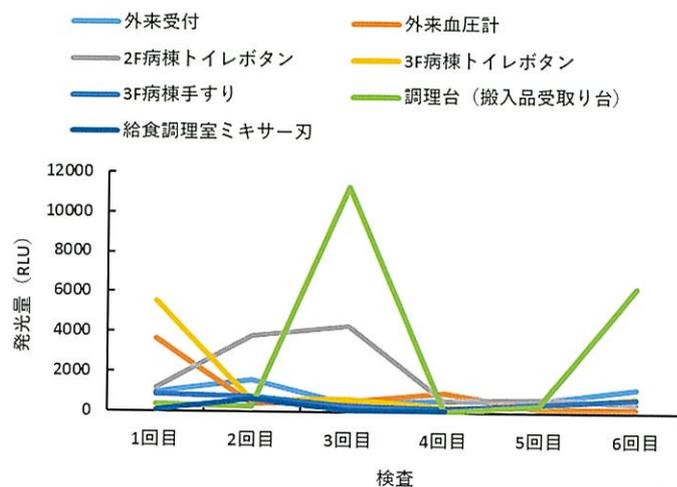


図4. 検査期間中の検査値の推移

今回、検査値の高かった調理台のうち外部からの搬入品の受け取り台と、2階病棟トイレボタンについて、①搬入品の受け取り台では段ボールの出し入れ場所は不衛生と考え、毎日アルコール消毒を徹底すること、②2階病棟トイレボタンについては、2階病棟は歩行者も多く認知症患者も多いので、病棟に報告して消毒回数をふやし、徹底してもらうことの2点を衛生改善の取り組みとして提案した。

<結語>

今回の研究により、清浄度が数値として理解でき、衛生管理の「見える化」が大切だと実感した。厨房だけでなく外来、病棟も調査することにより、院内勉強会で発表する機会もあり、新型コロナウイルスの予防をふまえて、衛生管理意識向上につながった。院内全ての職員に管理栄養士から衛生管理の意識改善を発信できる有意義な機会になった。

<参考文献>

- 1) 千葉啓子、教育施設における衛生環境のレベルアップにつなげるアクションリサーチ、八戸学院大学特別研究報告書、2021.
- 2) 吉田智、食中毒予防と感染症対策～消毒薬の考え方より～、日本栄養士会雑誌、64巻2号、p.9~11、2021.

# Information

## 理事会だより

### 令和3年度第5回理事会

令和4年3月19日(土)開催

#### 1 報告事項

- (1)日本栄養士会諮問会議について
- (2)各部会・各地区会・各職域協議会の報告

#### 2 協議事項

- (1)令和4年度事業計画(案)について
- (2)令和4年度事業予算(案)について
- (3)令和4年度定時総会ならびに栄養学術研究会について
- (4)祝賀会および情報交換会について
- (5)役員改選について
- (6)令和4年度生涯教育について
- (7)秋の研修会について
- (8)厚生労働大臣表彰及び県知事表彰候補者について
- (9)組織体制の見直しについて
- (10)会員増対策について

### 令和4年度第1回理事会

令和4年4月23日(土)開催

#### 1 報告事項

- (1)厚生労働大臣表彰及び県知事表彰候補者について
- (2)各部会・各地区・各職域会の報告

#### 2 協議事項

- (1)令和4年度事業及び決算について
- (2)監査対応について
- (3)令和4年度定時総会並びに栄養学術研究会について
- (4)役員改選について
- (5)令和4年度生涯教育について

### 令和4年度第2回理事会

令和4年6月4日(土)開催

#### 1 報告事項

- (1)第1回理事会報告
- (2)日本栄養士会第1回諮問会議
- (3)青森県栄養士会定時総会、臨時理事会
- (4)各部会・各地区会・各職域会申送り
- (5)職務執行状況および外部委員会

#### 2 協議事項

- (1)各部会編成について
- (2)令和4年度事業について
- (3)生涯教育研修会、秋の研修会について
- (4)JDA-DATあおりの構築について
- (5)会員増対策について
- (6)栄養の日・栄養週間の取組みについて

## 研修会のお知らせ

### ■八戸地区研修会

日 時：令和4年10月1日(土) 13:00~16:00  
 会 場：会場集合(未定)とオンラインのハイブリッド形式  
 テーマ：「認知症の栄養管理～食べられない時の工夫～」  
 講 師：弘前愛成会病院 管理栄養士 石岡拓得氏  
 参加費：1,000円(会員割引500円)

### ■五所川原地区研修会

日 時：令和4年9月30日(金) 18:30~20:00  
 場 所：五所川原市公民館 視聴覚室  
 テーマ：「認知症の栄養管理」  
 講 師：弘前愛成会病院 管理栄養士 石岡拓得氏  
 参加費：1,000円(会員割引500円)

### ■福祉職域会

福祉スキルアップ研修会  
 日 時：令和4年9月28日(水) 13:00~16:15  
 場 所：リンクステーションホール青森 4階 小会議室1  
 テーマ：「介護保険制度のしくみ、栄養スクリーニング・アセスメント・モニタリング・栄養ケア計画書の書き方」  
 講 師：日本栄養士会 理事 加藤すみ子氏  
 参加費：5,000円(会員割引1,000円)  
 ※詳しくは通知およびホームページに掲載します。

### ■各職域合同学術研修会<秋の研修会>(予定)

日 時：令和4年10月15日(土)  
 場 所：青森市中央市民センター、Web同時開催  
 内 容：学術講演、シンポジウム、各職域セミナー  
 ※各研修会は、詳細が決まり次第あらためてお知らせします。

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

### 生涯教育研修会の開催方法の変更

県内並びに全国的な新型コロナウイルスの感染が急増しているため、感染予防対策の観点から8月27日(土)、9月17日(土)開催予定の生涯教育研修会を全てオンラインで開催することにいたしました。

当日研修会場へ参加予定であった会員の皆様に対しては大変ご迷惑をお掛けいたしますが、ご理解とご協力をお願いいたします。