公益社団法人 北海道栄養士会

はこだて支部ニュース

2017.3.31　No.115

★支部ニュースは北海道栄養士会ホームページの函館支部のページからも見られます。

イベント報告

公衆衛生栄養士協議会　有賀　友香

平成２９年２月５日（日）サン・リフレ函館にて「第７回　子育てネットらんど　ワイワイたのしく親子ＤＥスマイル」が開催されました。育児サークルや読み聞かせなどのボランティア団体，保育や幼児教育に関する専門的な機関，さらには，障がい児とその家族を支える団体などで構成されている「函館市子育て支援ネットワーク」が主催のイベントです。北海道栄養士会 函館支部は「食育コーナー」担当し，栄養相談やパンフレット・レシピの配布を行いました。

親子で参加するイベントのため，離乳食を食べている赤ちゃんから２歳前後のお子さんまで，およそ２０組の親子とお話することができました。相談内容は「食が細い」という女の子がいれば，「とにかくよく食べる」という赤ちゃんがいたりと様々でした。栄養士としてのアドバイスが，少しでも子育ての悩みや負担を軽くするものになればいいなと思っていましたが，話を聞いた親御さんは笑顔で帰っていきましたので，こちらも一安心でした。また，配布物は「おやつレシピ」が人気でしたが，イベント参加団体の方の中で，パンフレット一式持っていかれた方もいましたので，今後の活動に活かしていただけるのではないかと思います。

また，イベントは親子で楽しむ常設コーナーの他，音楽に合わせてからだを動かすコーナーもあり，栄養相談の合間に「アンパンマン体操」を楽しむこともできました。

今回栄養相談にあたったスタッフは，私を含め乳幼児健診で栄養相談を担当しているので，「親御さんからはこんな質問が多い」など情報交換もできました。

平成 29 年度総会・けんこう講座（春期研修会）案内

日時：平成 29 年 5 月 27 日（土）　場所：函館協会病院　2 階会議室
受付：13:00～
総会：13:20～13:50
研修会：14:00～15:30

演 題：「コミュニケーションスキル（仮）について」

講 師：有限会社オフィスＫ　所属　フリーアナウンサー　藤本恭子先生

参加費：会員 500 円、一般 700 円、学生 300 円
※会員の受付には会員証（バーコード）が必要です
生涯教育単位：指導力の養成 1 単位　（R72・G72・K72・P72・FS72・FG72-101）
講演後、交流会を予定しています（参加費別途 500 円）

お知らせ

６月３日（土）生活習慣病フォーラム
COPD について（講師：医師・薬剤師・栄養士）

２月８日　北海道栄養士会ホームページに支部会員の「栄養士のつぶやき」が掲載されました。

平成 28 年度　賛助団体一覧（五十音順）

医療法人社団守一会 北美原クリニック 様
株式会社 マルゼン 函館支店 様
函館短期大学同窓会 様
湯の川女性クリニック 様
大塚製薬株式会社 函館出張所 様
東宝商事株式会社 様
医療法人悠康会 函館整形外科クリニック 様
チャーム コバタ 様
南北海道ヤクルト販売株式会社 様
株式会社 アキヤマ 様
大槻食材株式会社 様
北海道ガス株式会社 函館支店 様

ご協力ありがとうございました。

七飯町の食育・学校給食の取り組み

七飯町立七重小学校　栄養教諭　伊藤綾子

七飯町には，七重小学校，七飯中学校の２校のみに栄養教諭が配属されています。町内には，小学校７校，中学校３校があり，七飯町の栄養教諭として，２人で町内すべての小中学校へ食育授業や保護者への講演，料理教室等をおこない，食に関する啓発に努めています。

七飯町の学校給食はセンター方式のため，私たちは給食センターでの給食管理を兼務し，学校給食が生きた教材となるよう，食に関する指導と給食管理を一体的に行っています。

七飯町学校給食センターは，平成27年度に開設したばかりで，　スチームコンベクションオーブン４機や真空冷却機を備える最新施設です。地場産物を活用した焼き料理や蒸し料理など，新しい献立開発にも積極的に取り組んでいます。

七飯町の主要産業は農業で，人参，長ねぎ，ほうれん草，各種りんごなど，季節によって多くの作物が収穫されています。学校給食でも，新函館農協をはじめ，農家の方々との連携を深め，地場産物の活用促進や，農家の方をゲストティーチャーに招いた授業作り等に取り組んでいます。子どもたちは，地場産物の良さを学び，学校給食で味わうことで，七飯町の素晴らしさに改めて気づき，郷土愛を深めています。来年度から，町費を投入して少し高価な地場産物も取り入れた「七飯産の日」を月に１回程度設けて取り組むことが決まっており，子どもたちの気づきや郷土愛を，更に深めていきたいと考えています。

また，七飯町の学校給食イメージアップ作戦として，北海道学校給食調理コンクールにチャレンジして最優秀賞を獲得したり，北海道新聞「みなみ風」に食育に関するコラムを執筆したり，函館新聞に給食レシピ「ごちそう給食」を連載するなど，報道機関の協力を得ながら効果的に取り組みを発信することにより，徐々に七飯町内の理解者も増えていると感じています。

七重小学校に着任して１年，私の挑戦は始まったばかりです。今後更に，七飯町の方たち，関係者との連携協力を深め，子どもたちの笑顔と健康を守るために，食育，学校給食の充実を図っていきたいと考えています。

乳和食研修会報告

平成 28 年 12 月 3 日（土）女性センターにて行われた乳和食研修会のアンケート結果です。
★調理実習参加者 26 名、講演参加者 40 名でした。

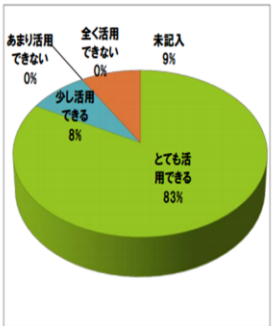
平成28年度「ミルクでおいしく減塩＝乳和食研修会」（函館）

栄養士会函館支部 木幡支部長より、主催者あいさつ

北海道乳業協会　茂木常務より、「乳和食推進リーダー」登録について案内

「乳和食」講師
料理家・管理栄養士
小山 浩子 先生

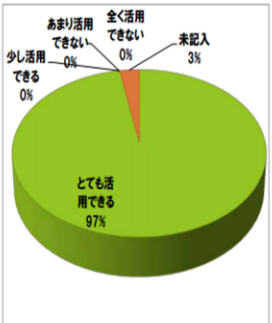
アンケートQ1　調理実習は今後の業務推進に活用できる内容でしたか？



	人数	割合
とても活用できる	29	83%
少し活用できる	3	9%
あまり活用できない	0	0%
全く活用できない	0	0%
未記入	3	9%

回答数 35名

アンケートQ2　講演内容は今後の食生活や業務推進に活用できる内容でしたか？



	人数	割合
とても活用できる	34	97%
少し活用できる	0	0%
あまり活用できない	0	0%
全く活用できない	0	0%
未記入	1	3%

回答数 35名

アンケートQ3　乳和食を食生活に取り入れるなどやってみたいこと

- 町会での料理教室、親子料理教室での乳和食の啓発委活動を考えている。
- 今日の実習で教えていただいたレシピはすぐ自宅で実践しようと思う。簡単に作れるものが多かった。(同回答4)
- 施設給食にぜひ取り入れたいと思う。
- 学校給食のメニューに取り入れます。
- 減塩＝うす味というイメージがくつがえされた。これから活用していこうと思う。
- 減塩の指導法もとても勉強になった。栄養指導で減塩が進まない方に教えたい。(同回答3)
- 料理教室を開催しているので、さっそく簡単、おいしい、健康にぴったりの乳和食を広げていきたいと思います。保育園で調理師対象の研修会を開催予定なので実施します。
- 乳清ごはんがびっくりだった。
- 病院メニューに入れてみたい。
- 減塩法としての乳和食をまず試してみようと思った。HPを参考にさせていただきます。
- 「乳和食推進リーダー」として講師をしたいと思っている。(去年北海道栄養士会からの依頼により北ガスで乳和食の料理講習会を行い助手をした)
- 仕事の関係で調理実習を来年度に行うことを考えている。牛乳がこんなにうまく、使えるのではないかと思った。
- 和食ではないかもしれないが、中華で例えばキャベツと厚揚げの味噌炒め等でも牛乳を使用してみたいと思った。(ギョーザの具の中のスープにも良いかも)味噌と合うと思った。
- 乳清とチーズに分け、料理の幅を広げたい。
- 日常の食生活に取り入れ、減塩食にする。栄養指導や調理実習で紹介し広めていきたい。(乳清の使用が興味深かった)

平成 29 年度にも乳和食研修会の開催を予定しています。
興味のある方は、ぜひご参加ください。

次年度も定期的に支部ニュースを発行していく予定です。
会員からの案内がありましたら支部ニュー内でもお知らせできます。
支部役員まで連絡ください。