公益社団法人 北海道栄養士会

はこだて支部ニュース

2018. 2. 26　No.119

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。

「健康と栄養」セミナー　インスタントラーメン

福祉栄養士協議会　町田 亜矢

11 月 19 日(日)函館短期大学付設調理製菓専門学校にて、「健康と栄養」セミナーを開催し約 80 名が参加しました。

第 1 部では、インスタントラーメンを使用したメニュー4 品は全て道南食材を使用し、彩りや栄養バランスに配慮したもので、参加者全員が美味しく食べることが出来ていました。

第 2 部では、インスタントラーメンについての DVD 鑑賞、マロンさんによる講演「人生を味わう！インスタントラーメンのある暮らし」を行いました。インスタントラーメンを上手く取り入れることで私たちの食生活はより豊かになるのではないかと考え方に変化がみられるような内容でした。

「卒後研修会」に参加して

学校栄養士協議会　山家　恵

１２月２日（土）に函館協会病院にて開催されました。今年は、病院・学校・委託・企業における栄養士業務についてお話しを聞くことができました。

まず、病院における栄養士業務では、栄養士会での繋がりや研修会への参加、他職種との連携が大切であるということでした。病院は色々な職種の医療従事者の方が働いているので、情報を共有することが業務をこなす上で非常に重要なことであると感じました。

学校における栄養士業務では、特に、特別支援学校ということで、給食の料理の写真を撮り溜めて、献立表の料理を視覚化した教材はすごく手の込んだもので感銘を受けました。他にも様々な食育の取組の様子や教材を見せていただき、対象者の特徴や実態をつかみ、どんなアプローチをしていくべきかを日々考えて取り組む大切さを学ぶことができました。

委託栄養士業務では、病院で働く委託栄養士の仕事内容や、直営と委託の違いや大変さなどを知ることができました。給食管理の委託化が進んでいますが、栄養士として現場の衛生管理や調理指導を連携して行うことの必要性を改めて感じました。

企業における栄養士業務は、初めて知る部分が多くありました。講師の方は、現場の栄養士へ為になる情報を届けることにも力を入れており、現場で働く人達にとっては大変ありがたい存在になっているなと強く感じました。

講師の方達の経験談や各施設の特徴などを知り、その後も交流会を通して色々な意見を交わすことができ、とても貴重で充実した時間となりました。

安野先生

谷先生

遠藤先生

志田先生

交流会を開催しました

『 函館生活習慣病懇談会の学術講演会に参加して 』

地域活動協議会　　和田　徳子

12 月 14 日(木)ベルクラシック函館において函館生活習慣病懇談会の学術講演会が開催され医療協議会の安野太さんが『糖尿病食事指導における糖質制限について』と題して講演されました。たんぱく質や脂質を減らさず炭水化物の摂取のみを減らし、総エネルギー摂取量を制限しないという糖質制限について、炭水化物のみ極端制限して減量をすることで脂質などが多くなり、結果エネルギー摂取量が過剰になります。このことは長期的な食事療法としての安全の根拠が不足していることから、日本糖尿病学会で現段階の食事療法としては臨床的有効性が明らかになっているエネルギー制限食が有効であると興味深い内容でした。最近は糖質制限ダイエットが流行しているので栄養士の立場として糖質制限の危険性について伝える重要性を感じました。

『 ミルクでおいしく減塩 』

研究教育協議会　　伊東　夢乃

２月３日(土)「乳和食研修会」が函館市女性センターにて開催されました。
乳和食の開発者、小山浩子先生による調理実習と講演を聞くことができました。調理実習では乳清ごはんをはじめ 6 品を作って実際に食べて、牛乳臭さがなく塩分を減らしても薄味にならないことに驚きました。講演では健康寿命延伸を目的とした乳和食について、講習方法などを聞くことができました。少々の工夫で減塩できる新しい調理を知ることができ、まずは私自身の食生活で実践してみようと思います。小山先生、栄養士会幹事の皆様、どうもありがとうございました。

「第８回　子育てネットらんど」に参加して

地域活動協議会　　若森　右

２月４日(日)サン・リフレ函館にて、「第８回　子育てネットらんど」が開催されました。
北海道栄養士会函館支部では食育コーナーのブースを担当させていただきました。
皆で協力し、おやつレシピの配布、栄養相談などを行いました。
足元の悪い中でしたが、たくさんの親子が来場し、様々な体験を楽しみ、
笑顔がいっぱいの会場でした。また、参加者同士の交流や業務に関して
の知識も深められ、大変充実した楽しい活動になりました。

私も頑張っています！

医療協議会　　佐藤　茉梨愛

平成 29 年 10 月 24 日に札幌で行われた富士産業株式会社 主催
「第 45 回料理コンクール　北海道地区大会　治療食部門」で金賞を受賞しました！

～受賞の感想～
色んな方に評価をされて、選んでいただいた
金賞だったので感謝でいっぱいでした。
取り組むことに意味があるが、さらに結果も
ついてきたので　この結果を励みに日々目標
をもって仕事を取り組んでいこうと思いました。

メール登録のお知らせについて

総会でもお伝え致しましたが、支部ニュース発送時の郵送料など経費削減の為にペーパーレス化（メールでの受け取り）のご協力をお願いいたします。
右記の QR コードを読み取るか、
https://ssl.form-mailer.jp/fms/b945af4c506497
にアクセスし必要事項を入力の上、送信をお願いいたします。個人でも、職場単位でも大丈夫です。

来年度の予定　（総会・研修会のお知らせ）

総会・春期研修会・交流会は、5月12日（土）午後から協会病院で行います。

テーマは「AEDとBLS（一次救命処置）について」です。 ※申し込みなど、詳しい内容は別途お知らせいたします。