



会場は満席で関心の高さがうかがえた

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」研修会

多職種協働の共通ツールとして使用し 栄養経営士として地域栄養の牽引を

今年改定される食事摂取基準(2020年版)の正しい理解と活用について、厚生労働省では現在、医療・介護・行政関係者等を対象に全国7箇所(東京のみ2日間)で研修会を実施している。9月8日(日)に行われた東京A会場(明治大学アカデミーホール)での研修会の内容について紹介する。

対象特性と生活習慣病 に関する内容が各論へ

最初に厚生労働省健康局健康課栄養指導室より策定の背景および方針についての説明があり、その後、佐々木敏氏(東京大学大学院医学系研究科教授)によって総論の説明がなされた。

今回の策定での大きな変更点としては「対象特性」と「生活習慣病とエネルギー・栄養素との関連」が各論の正式な章になった点が挙げられる(図1)。

生活習慣病では「高血圧、脂質異常症、糖尿病、慢性腎臓病」が各論の正式な章になった点が挙げられる(図1)。

総論を理解してから 各論の理解・活用を 今回から目標量に

今回から目標量に

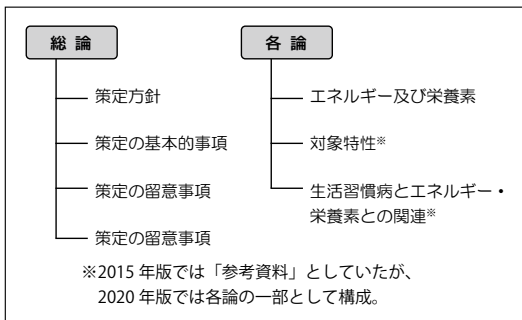
今回から目標量に

対象とする個人及び集団の範囲としては「健康な個人及び健康な人を中心として構成されている集団」とし、生活習慣病やフレイルに関する危険因子を持つについても、概ね自立した日常生活を営んでいる者を含むとしている。佐々木氏は「こうした前提をきちんと踏まえて活用して欲しい」と語った。

限ってエビデンスレベルが付加されているが、栄養素の指標について大きく変わったところは少ない。ただし「推定平均必要量」「推奨量」「目安量」「耐容上限量」「目標量」のそれぞれについて「どんなときに、誰に使うのか。逆に、どんなときには使わないのか、そういったことを理解することも重要」と佐々木氏は強調した。

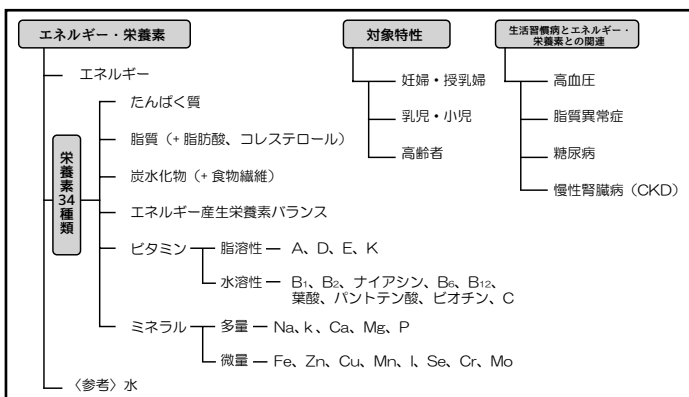
年齢区分においては高齢者の区分が65歳以上となり、さらに「65〜74歳」「75歳以上」の2区分となった。栄養素によっては高齢者の各年齢区分におけるエビデンスが十分でないことがあるため、留意するようなどの注意がつけられている。

図1 食事摂取基準の基本構造



※2015年版では「参考資料」としていたが、2020年版では各論の一部として構成。

図2 各論の基本構造



※図1、2ともに「日本人の食事摂取基準(2020年版)」研修会資料をもとに作成

基本的事項や活用方法を理解した上で、各論を見て活用を」と語り、総論を理解する重要性を訴えた。

数値にこだわり過ぎない弾力的活用を

各論については、エネルギーは総論と同じ

佐々木氏が、ビタミン・ミネラルに関しては

は上西一弘氏(女子栄養大学栄養生理学研究室教授)が説明した。

上西氏は冒頭で「数値にこだわり過ぎないこと。表の脚注に重要なことが書いてあるので、必ず読むこと。弾力的に活用すること。」

1つの栄養素だけで考えないこと」と、栄養素全体に関する注意事項を説明した。

各栄養素に関しては大きな変動はないが、ナトリウムは高血圧およびCKDの重症化予防のための量が設定さ

れ、活用時には「ナトリウム/カリウムの摂取比を考慮すること」となった。ただし、高齢者に関しては減塩による食欲の低下が低栄養・フレイルに繋がることから「状況に応じて献立を作成することが必要」と上西氏は述べた。

栄養経営士として 多職種協働に活かす

り組むことも必要になるだろう。

今回の研修会全体を通して「総論の理解」と「数値にこだわらないう弾力的な運用」の必要性が繰り返し説かれていた。特に高齢者は個人差が激しく、同じ疾患を抱えている患者に同じ対応を取っても、同じ結果が出るとは限らない。数値だけに頼られず、管理栄養士として個々の状況を考慮し、柔軟な対応を取ることが求められる。そのためには疾患に対する知識を持ち、栄養指導対象者の食事以外の生活も情報収集し、関連する多職種と連絡を密にして取

最後に三浦克之氏(滋賀医科大学社会医学講座教授)が登場して生活習慣病とエネルギー・栄養素との関連について説明。策定時に関連する各種疾患ガイドラインの内容が考慮されたため、今後は食事摂取基準を用いて

の栄養指導が行いやすくなると思われる。最後に確認テストを行い、4時間半にわたった研修会が終了した。

また、研修会が「医療・介護・行政関係者向け」となっていることからわかるように、栄養士だけが食事摂取基準を使うのではない。多職種共通のツールとしての活用を望まれている。今までのように「食事摂取基準を使う機会」が増えることになる。

栄養に関して多職種と連携を図る際のリーダーとなる栄養経営士には、内容をしっかりと理解し、ぜひ多職種協働のツールとしても使いこなしていただきたい。

特集 支部研究会に参加して栄養経営士としてのスキルを磨こう!

日本栄養経営実践協会では、全国5支部で栄養経営士向けに研究会を開催しています。参加していただくと、管理栄養士としてのスキルアップはもちろん、同じ志を持つ仲間との交流も図れます。今回は北海道・関西・九州の研究会の模様をご紹介します。いつもご参加いただいている方はもちろん、まだ参加したことがない方、しばらく参加できていない方も各支部の研究会でお待ちしておりますので、ぜひご参加ください!

【北海道支部】 生産性向上と理想の食事について語り合う 栄養経営士研究会 給食マネジメント編② 給食業務の質&効率性をどう上げる?~そこから見える新たな景色~

7月20日(土)、当協会北海道支部は昨年12月に開催し、好評を博した「給食業務の質&効率性をどう上げる?~そこから見える新たな景色~」のパート2を日本医療企画北海道支社セミナールームで開催しました。

委託と直営栄養士が協同し 厨房マネジメントを確立したい

冒頭で、ファシリテーターの田中智美氏(手稲溪仁会病院栄養部長・栄養経営士)が、「前回の研究会で厨房業務における現場の課題が浮き彫りになり、改めて給食業務という基盤を確立しなければ、より良い栄養管理は実践できないことがわかった」と述べたうえで、「おいしい食事を提供するためには思いだけではできない。具体的事例を示し、明日からの実践に役立てる内容にしたい」と挨拶しました。

講師には前回同様、同院のチーフ管理栄養士をつとめる日清医療食品の西平有希氏が登壇。「もう『頑張ろう』だけでは成し得ない。『当たり前』の分析・検証を行い質と生産性を上げよう」をテーマに、厨房マネジメントを通じた生産性向上のポイントについて熱く解説しました。

大勢の厨房スタッフを率いるリーダーとして、組織管理が行き届かず、病院栄養士との連携も不十分だった4年前、「人不足や労働環境など多くの課題を抱える今だからこそ、生産性を上げなければならない」と、改革に着手した経緯を紹介。作業工程の検証を重ねて確保した休憩時間や業務分担の見直し、リーダーの意識改革、適正な評価や人員配置の変更によるモチベーション向上といった取り組みについて触れました。「スタッフの意識が着実に変化し、自発的行動や提案が見られるようになったとともに、昨今の働き方改革を推進する土壌にもなった」と、成果を語りました。



チーフ管理栄養士を務める西平有希氏 委託元である病院の栄養部長の田中智美氏

次に登壇した田中さんは、西平さんから委託会社の改革を受けた病院側としての取り組み、そして理想とする食事提供のために必要なことを、貴重な資料とともに紹介。「給食業務は委託会社に任せきりにするのではなく、委託元として協力しようという視点が欠かせない。そしてあきらめずに、やるべき優先事項を整理し、問題にひとつずつアセスメントして解決を図ることが求められる」と締めくくりました。

その後、グループワークを行い、病院や介護保険施設、クリニックに所属する管理栄養士と複数の給食委託会社が一緒になって理想の食事について議論を深め、研究会は幕を閉じました。



理想の食事について意見を交わす参加者たち

【関西支部】【7月期】医療経営士・介護福祉経営士・栄養経営士 関西支部合同研究会 「給食経営管理」をテーマに3経営士合同研究会を開催、「経営的視点」からスキルアップをめざす ~経営的視点から給食管理部門を見直そう!!~ 「給食経営管理から考える医療・福祉・介護経営」

関西支部では毎月、「医療経営士・介護福祉経営士・栄養経営士関西支部合同研究会」を開催。毎回現場で役立つ実践的なテーマを選定し、3経営士の方々の個々のスキルアップはもとより、多職種間の情報交換やネットワークづくりの場としての役割も担っています。

7月期(7月27日(土))の合同研究会のテーマは「給食経営管理」。大阪樟蔭女子大学健康栄養学部健康栄養学科准教授の赤尾正氏を講師に招き、「給食経営管理から考える医療・福祉・介護経営」と題した講義を中心に展開しました。

給食にかかる費用をきちんと把握して サービスの質とコスト管理を両立

近年、医療・福祉・介護の現場において、栄養管理のアウトカムが求められるようになりました。なかでも給食管理部門は、治療効果などの「サービスの質」と「コスト管理」の両輪を揃えたマネジメントが重要なカギとなります。

大学で教員として管理栄養士の育成に尽力するかわら、日本給食経営管理学会理事長も兼任している赤尾氏は「給食管理部門を見直し、適切な業務につなげていくためにも、経営的視点、から物事を考えていくことが重要」と冒頭で述べ、給食現場における現状と課題といった実例を交えな

がら、これからの「給食経営管理」のあり方について、さまざまな角度から検証していきました。

赤尾氏は、最初に「給食」の定義について簡単に説明し、人件費(常勤)、減価償却費、管理費、光熱費(基本料金)などの「固定費」、食材費、光熱費(使用料)、人件費(非常勤)、経費(消耗品費、衛生費、事務関係費、委託費)などの「変動費」を把握したうえで「損益分岐点分析」を意識するべきと強調。安全かつ効率よく大量調理が行える「HACCP対応クックチル方式」をはじめとした新調理システムを活用するメリットなどと併せ、給食経営管理を実践していくための環境整備についてわかりやすく解説しました。

さらに、医療・福祉・介護業界における給食受託会社の「人材確保が困難」という厳しい状況に直面していることについても触れ、「現在の委託費では受託会社の経営・運営が維持できない現状にあり、より良いサービスを提供するためには一定のコストが必要」と提言。給食管理部門の改善・改革が迫られているなか、給食経営管理のキモである「質」と「コスト」の双方を改めて見直すべきであると呼びかけました。

“経営”の視点を持ち、社会や経営者に 求められる管理栄養士になろう

研究会の後半では「日本人の食事摂取基準2020年版」に基づき、栄養政策を取り巻く社会情勢についても紹介。高齢社会のさらなる進展の対応として、低栄養およびフレイル予防のための目標量や、個人差に対応するための体重別

基準量の設定といった新たな動きのなかで、管理栄養士は重要な役割を担うことになることと強調した赤尾氏は「これからの管理栄養士は、社会や経営者が何を求めているかを経営的な観点から考えるスキルがなければ存在価値はない」と語って締めくくりました。

今回の研究会は「給食経営管理」がテーマだったことから、初参加の栄養経営士も見受けられ、いつもとは違う新鮮な雰囲気での開催となりました。また、病院や介護施設に勤務している医療経営士、介護福祉経営士からも「給食部門にも目を向ける必要性を感じた」「続編を企画して欲しい」との声が寄せられました。

終了後に行われた懇親会でも職種、所属先の異なる経営士らの交流の場となり、活発な情報・意見交換が行われました。

関西支部では、今後は「3経営士の連携」も視野に入れながら研究会の企画立案に努めたいと考えています。



3経営士合同研究会では医療経営士、介護福祉経営士、栄養経営士が資格の枠を超えてお互いに切磋琢磨している



経営的視点の重要性を語る講師の赤尾正氏

【九州支部】 多職種との連携を円滑にするための基礎的な薬の知識を学ぶ 管理栄養士のための基礎医学講座～お薬編～

日本栄養経営実践協会九州支部は7月20日(土)、「薬の基礎知識」をテーマとした「管理栄養士のための基礎医学講座」を開催しました。この講座は年に2回行われており、管理栄養士が多職種との連携を円滑にするための基礎的な知識の習得を目的としています。前回に引き続き、講師は九州女子大学家政学部栄養学科教授の三浦公志郎氏が務めました。

薬が体内で働く仕組みを学び 飲食物により受ける影響を知る

三浦氏は今回の講座の趣旨について、「薬の名前は知っていても、薬の作用まではわからず、カンファレンスについていけないと悩みを抱える管理栄養士は多い。基礎的な内容でも勉強し直すことで、栄養指導や多職種とのカンファレンスへの取り組み方が大きく変わるのではないかと話しました。

前半は薬物動態(体内で薬がどのように吸収・分布・代謝・排泄されるかの過程)の講義から開始。三浦氏が指摘する重要事項を資料に書き込む授業方式が進められました。「薬の飲み方で大切なことは、薬物の体内での血中濃度を有効域にすることですが、臓器で吸収されるときと肝臓で代謝されるときに飲食物の影響を大きく受けてしまうことがあります」と管理栄養士が薬物を詳しく知ることの必要性を強調。薬の吸収と排泄の仕組みを管理栄養士にも理解しやすいように脂溶性ビタミンと水溶性ビタミンに置き換えて説明しました。

続いては、食事に影響される代表的な薬剤

について紹介。食事量の許容範囲に関する質問があり、「薬によって違うが、どの薬でも少量とれば、少なからず影響があることを患者に説明してほしい。重大な影響がある場合は、食前または食間に飲むように指示が書いてある」と回答。食事量に関しては薬によって違うが、服用するタイミングに注意することがポイントのひとつだとアドバイスがありました。

作用機序を理解しておくことで 食事による薬の副作用を防ぐ

後半は主に病態別の治療薬についての講義が行われました。「同じ病態を対象にした薬でも、種類によって影響する食べ物は異なる。それぞれの薬の作用機序を押さえておくことが必要」と三浦氏。とくに高血圧・糖尿病・痛風など栄養指導に関係する薬剤を中心に説明しました。

高血圧は血圧上昇のメカニズムであるレニン-アンジオテンシン-アルドステロン系の話か



「医師の視点から管理栄養士に必要なことを伝えていきたい」と三浦氏

ら解説。ビタミンKをとるとこの経路に対して阻害または拮抗する薬物の効果を上昇させてしまい、心室細動が起こりやすい状態になると解説。そのため、管理栄養士はブロッコリーなどビタミンKを多く含む食品の摂取に気を付けなければいけないと話し、生理学に基づいて数値が上がるメカニズムを押さえることが、薬の作用と副作用・注意点を論理的につなげることを説明しました。

また、指示書によく出てくる食品としてグレープフルーツの解説がありました。「グレープフルーツに含まれるフラノクマリンやナリンジンは肝臓の解毒酵素であるチトクロームP450を阻害して、さまざまな薬の効果を増強させ、副作用を起こすことが知られているが、夏みかんや八朔など他の柑橘類でも同様の副作用を引き起こす。しかし柑橘類の中でも作用のないものもあるため、患者に詳しく聞く必要がある」と管理栄養士が薬物を知ることの意味を改めて伝えていました。

講義終了後は懇親会を行い、情報・意見交換を行いました。参加者からは「患者さんには飲み忘れがあると一度にまとめて飲むとする方もいるので、気を付けようと思った」「今日の話は基本的な内容だが、忘れていたことも多かったのもので、復習になった」「薬と禁忌の食品のことは知っていても、それを論理的に理解できていなかった。栄養指導する時に患者への聞き取りや伝える内容が変わってくると感じた」との声が聞かれ、普段の業務の振り返りや意識の変化につながっているようでした。

第10回 摂食嚥下リハビリテーションと栄養ケアセミナー

症状の経時的変化と生活背景を見据えた新たな視点 病態を理解し、物性調整を極める

医療と介護が連携して高齢者の経口摂取をすすめるためには、急性期から慢性期へ経時的に変化していくことを理解したうえでの評価がポイントとなります。また、そうした方々への栄養指導では、在宅時の生活背景を把握しておくことも必要です。

第10回目を迎える摂食嚥下リハビリテーションと栄養ケアセミナーでは、この2点を中心に、摂食嚥下障害の病態と物性調整のあり方についての講演とシンポジウムが行われます。

◎日本摂食嚥下リハビリテーション学会認定士の単位を最大20単位まで取得できます。

講演1
嚥下機能の経時的な病態の変化と評価(仮題) 大熊 るり氏(調布東山病院リハビリテーション科 リハビリテーション室 室長)
講演2
在宅を見据えた摂食嚥下障害患者の栄養指導(仮題) 江頭 文江氏(地域栄養ケア PEACH厚木 代表)
講演3
咀嚼機能の経時的な病態の変化と評価(仮題) 菊谷 武氏(日本歯科大学 口腔リハビリテーション多摩クリニック 院長)
講演4
嚥下機能の低下した高齢者への市販食品の利用(仮題) 栢下 淳氏(県立広島大学 人間文化学部 健康科学科 教授)
シンポジウム:メーカー担当者が語る
ゲル化・とろみ材の特性と物質調整のポイント(仮題) 座長:栢下 淳氏

※講演の順番・演題・内容は予告なく変更する場合がございます。

開催日 2019年 11月 3日(日)10:00~16:30(予定)

会場 東医健保会館(東京都新宿区南元町4番)

参加費(税込) 【協会会員】5,000円 【一般】8,000円
※『ヘルスケア・レストラン』『栄養経営エキスパート』の定期購読者も会員価格でご参加いただけます。

定員 250人(先着順)

主催 株式会社日本医療企画

【お問い合わせ・お申し込み先】
株式会社日本医療企画
(担当:原田・金久保)

TEL:03-3256-2862



栄養経営士が知っておきたい!

イベント 情報掲示板

栄養経営士に求められるのは、さまざまな情報へのアンテナを張り、自身の知識・スキルを常にアップデートしておくこと。そのための貴重な機会である、全国で開催されるイベント情報を、支部の研究会を中心に掲載します。

セミナー

講義と実習で学ぶ 摂食アプローチと口腔ケアの実際

摂食嚥下の基本的な知識や技術を解説し、嚥下障害のある患者さんの力を引き出しながら、食べる工夫と知恵を具体的に紹介します。また口腔ケアの実習を通して、要介護者の疑似体験をしながら口腔ケアの基本技術を学びます。

- 日程：2019年10月27日(日) 10:00~16:00
- 講師：小島千枝子氏(藤田医科大学保健衛生学部リハビリテーション学科・客員教授)ほか
- 参加費(税込)：12,960円
※参加者にはKスプーン1本プレゼント
- 会場：中央労働基準協会支部 4階(東京都千代田区二番町9-8)
- 定員：80名(先着順)
- お問い合わせ：関西看護ケア研究会
TEL: 06-6774-0081

3経営士合同ゼミ

社会保障ゼミ

政府が進める安心につながる社会保障とはどのようなものなのか、給付負担増や給付の削減など社会保障の動向を確認して業界について学び、対策を考える勉強会です。

- 日程：第1回 2019年11月22日(金)
第2回 2019年12月20日(金)
第3回 2020年1月17日(金) ※全3回です。
- 時間：各回 18:30~20:00
- 講師：神内秀之介氏(N&B care and welfare management代表、介護福祉経営士1級、社会福祉士、介護福祉士、精神保健福祉士、主任介護支援専門員、スマート介護士)
- 参加費(税込)：【会員】各回2,000円 【一般】各回3,000円
- 会場：日本医療企画 北海道支社セミナールーム
(札幌市中央区南1条西6丁目15-1 札幌あおばビル201)
- 定員：20名(先着順)
- お問い合わせ：株式会社日本医療企画 北海道支社(担当:柴田)
TEL: 011-223-5125

協会事務局より

2019年12月期限の会員の皆さまへ 【年会費納入および資格更新のご案内】

本年12月に年度会費・会員資格の有効期限を迎える会員の皆さまに、当協会より、年度会費納入および資格更新のご案内を9月中に郵送しております。

ご確認およびお手続きのほど、どうぞよろしくお願い申し上げます。

- 対象者：年度会費・会員資格の有効期限が「2019年12月19日」の「個人正会員」、「栄養経営サポーター」
- 年度会費：【個人正会員】10,000円
【栄養経営サポーター】8,000円
- 資格更新：【個人正会員】15,000円(年度会費込み)
※申請書類・課題をご提出ください。
【栄養経営サポーター】13,000円(年度会費込み)
- 支払期限：11月19日(火)までに指定口座へ振込
- お問い合わせ：一般社団法人日本栄養経営実践協会
TEL: 03-5289-7021

学会情報

第40回日本肥満学会 第37回日本肥満症治療学会学術集会

「健康長寿社会への肥満症総合戦略: Bridge over Obesity」をテーマに、肥満の病態解明と内科的治療を中心に研究してきた日本肥満学会と、高度肥満症に力点を置き外科的治療の研究と普及に貢献してきた日本肥満症治療学会が、初めて合同で学術集会を開催します。

- 日程：2019年11月2日・3日(土・日)
- 講師：海堂 尊氏(医師・作家)
佐々木敏氏(東京大学大学院医学系研究科社会予防疫学分教授)ほか
- 参加費：【一般(医療スタッフ)】10,000円 【学会員】15,000円
- 会場：東京国際フォーラム(千代田区丸の内3-5-1)
- お問い合わせ：株式会社JTB 西日本MICE事業部
TEL: 06-6252-2830

一般社団法人 日本栄養経営実践協会 主催

10年後も生き残れる管理栄養士を目指そう!

第9回
「**栄養経営士**」**2019年11月17日(日)**
資格認定試験

- 受験料：8,000円(税込)
- 試験会場(予定)：札幌・仙台・東京・金沢・名古屋・大阪・福岡
- 受験資格：管理栄養士(実務経験2年以上)かつ「栄養経営士」資格認定基礎講習修了者

「栄養経営士」資格認定基礎講習は
DVD視聴による受講も可能です!

3枚組、特典映像
「近森病院に学ぶ実践マネジメントのすべて」付き

くわしくは

🔍 **栄養経営士**

検索



一般社団法人 日本栄養経営実践協会
The Japan Association for Nutritional Management Practice

〒101-0042 東京都千代田区神田東松下町17 ニッテン神田ビル3F
TEL: 03-5289-7021 FAX: 03-5289-7022