



埼玉ニュース No.85

発行責任者；公益社団法人 埼玉県栄養士会 広報部
〒330-0063 さいたま市浦和区高砂3-10-4 埼玉建設会館内
電話 048-866-7925・FAX048-866-7926 (事務局開設時間 9:00~16:00・月~金)
E-mail: s-eiyou@fancy.ocn.ne.jp
<http://www.saitamaken-eiyoushikai.or.jp>



《研修会のお知らせ》

■第58回埼玉県栄養士大会及び公益社団法人埼玉県栄養士会第11回定期総会

日時 令和5年6月9日(金) 9:40~15:30 (受付9:20~)
場所 埼玉県県民健康センターAB大会議室 さいたま市浦和区仲町3-5-1 電話 048-824-4801
※講演のみ Web 配信あり
内容 第1部 記念講演(公開講座) 9:40~10:40 (共催 (株)日本微生物研究所)
「最近の食中毒発生状況と予防について」
講師 (株)日本微生物研究所 精度管理室長 佐藤 寿夫先生
第2部 公益社団法人埼玉県栄養士会第11回定期総会
第3部 第58回埼玉県栄養士大会式典 埼玉県知事表彰式
第4部 特別講演(公開講座) 14:00~15:00 (共催 日清オイリオグループ(株))
「栄養だからできる認知症予防の取り組み~MC Tの最新の知見を踏まえて~」
講師 日清オイリオグループ(株)中央研究所研究第7課主管 渡邊 慎二先生

★総会の出欠に関わらず会員の方は、4月1日付郵送済同封ハガキにて必ず出欠をお知らせください。また、欠席される方は委任状に必要事項をご記入のうえ押印して送付をお願いします。定員に満たない場合は総会が成立いたしませんので、ご協力をお願いいたします。

参加費 無料

その他 ・特設ブースにて賛助会員様による展示を行います。
・当日会場受付にて年会費を受け付けます。
・講演会のための申し込み方法は各種研修会と同様です。
・講演会のみ参加の方も総会出欠ハガキをご提出ください。

(総会各講演のみ申し込み用 URL・QR コード)

<https://forms.gle/CDJcPHMxBXvrspiLA>



■令和5年度第1回生涯教育研修会

日時 令和5年8月26日(土) 13:00~16:20 (受付12:50~)
場所 埼玉精神神経センターおよびWeb研修 (Zoom ライブ配信) さいたま市中央区本町東6丁目11-1
内容 講演1 「食支援から見る歯科と栄養の親和性」(仮題) (共催 (株)フードケア)
講師 埼玉医科大学病院歯科口腔外科 大久保正彦先生
講師 埼玉医科大学病院耳鼻咽喉科 関根 達朗先生
ねらい 摂食嚥下障害者への支援についてそれぞれの立場から、院内 NST および地域における活動を通じて多職種連携による管理栄養士の役割について理解する。
講演2 「糖尿病治療ガイドラインにおける栄養食事療法の最新の情報」
講師 獨協医科大学総合医療センター 准教授 土屋天文先生
ねらい 糖尿病に関する知識をブラッシュアップする。対象に対して最新のガイドラインに基づいた栄養食事療法を適切に行うことが出来る。

参加費 4,000 円/会員 2,000 円

対象 管理栄養士・栄養士

定員 会場 50 名 リモート 80 名

締切日 8月22日(火)

(第1回生涯教育研修会申し込み URL・QR コード)

<https://forms.gle/aSGdHLKQgD8HQ11u8>



■JDA - DAT (日本栄養士会災害支援チーム) 埼玉 Follow-Up 研修会

日 時 令和5年6月17日(土) 10:00~16:30 (受付9:50~)

場 所 埼玉精神神経センター さいたま市中央区本町東6丁目11-1

内 容 1. 「JDA-DAT 埼玉の目指すもの」講師 埼玉県栄養士会副会長 前川哲雄
 2. 「JDA-DAT 埼玉の組織概要と特殊栄養ステーション」講師 埼玉県栄養士会常任理事 関口礼子
 3. 「パッククッキング演習 JDA-DAT 号を体験しよう！」講師 埼玉県栄養士会常任理事 小川実登里

参加資格 JDA-DAT 基本研修会を受講済の方で JDA-DAT 埼玉の活動へ賛同の意思表示を当会へされている方
 ねらい 発災時における JDA - DAT 埼玉の活動内容および仕組みや制度を理解する。DAT 号でのパッククッキングについて体験し理解する。

参加費 無料

〈JDA - DAT Follow Up 研修参加 URL・QR コード〉

定 員 40名

<https://forms.gle/PeZ9tqM2r7eWjgKR6>

締切り 6月13日(火)

**■栄養ケア・ステーション実務者研修会**

日 時 令和5年7月22日(土)・23日(日) 9:30~14:30 (受付9:20~)

場 所 埼玉県栄養士会研修室及びWEB研修 (Zoom ライブ配信)

内 容 詳細は後日ホームページに掲載いたします。

ねらい 介護報酬の改定に伴う栄養マネジメント、栄養指導の依頼に備え担当者のスキルアップを進めるため、
 また、診療報酬の改定により診療所からの栄養指導ニーズも高まっていることから、栄養ケアに係る管
 理栄養士・栄養士の育成を目的に開催します。

参加費 8,000円/会員4,000円

〈栄養ケア・ステーション実務者研修会参加 URL・QR コード〉

対 象 管理栄養士・栄養士

<https://forms.gle/JMsjx3NszZtP4W4J6>

定 員 会場20名 リモート50名

締切り 7月18日(火)

**■地域活動事業部研修会**

日 時 令和5年7月5日(水) 14:00~15:15 (入室13:45~)

場 所 埼玉県栄養士会研修室及びWEB研修 (Zoom ライブ配信)

内 容 「高齢者の保健事業と介護予防事業の一体化実施の取り組み」 講師 荒川すみ子会員

ねらい 全市町村で取り組まれている高齢者の保健事業と介護予防事業の一体化実施について、意味と目的、事
 業内容の取り組みの実際を学び今後の活動に活かす。

参加費 2,000円/会員1,000円

〈地域活動事業部研修会参加 URL・QR コード〉

対 象 管理栄養士・栄養士

<https://forms.gle/Jvo7ihY6VMkmGCv49>

定 員 会場20名 リモート50名

締切り 7月2日(日)

**《コミュニティ広場のお知らせ》****■第1回医療事業部コミュニティ広場**

日 時 令和5年5月30日(火) 19:00~20:00(入室18:50~)

場 所 Web開催 (Zoom)

内 容 「認定管理栄養士・専門管理栄養士の資格を取ろう！」

締切り 5月23日(水)

〈第1回医療事業部コミュニティ広場参加 URL・QR コード〉

<https://forms.gle/XiSw5GQnVUPk3gAM8>**■福祉事業部コミュニティ広場**

日 時 令和5年7月7日(金) 19:00~19:40(入室18:50~)

会 場 Web開催 (Zoom)

内 容 「給食に係る食材コストの工夫策について情報交換をしよう」

締切り 7月4日(火)

〈福祉事業部コミュニティ広場参加 URL・QR コード〉

<https://forms.gle/HB4Joc5FHPu2RiaX6>

2023年度公益社団法人埼玉県栄養士会研修会等日程					2023.4.25
月 日	曜	時間	内 容	講 師	会 場
6月9日	金	9:40~15:30	(公社) 埼玉県栄養士会2023年度定時総会		県民健康センター (講演のみ) + Web
		9:40~10:40	記念講演 最近の食中毒発生状況と予防について	(株)日本微生物研究所 精度管理室長 佐藤 寿夫	
		14:00~15:00	特別講演 栄養だからできる認知症予防の取り組み ~MCTの最新の知見を踏まえて~	日清オイリオグループ(株)中央研究所 研究第7課主管 渡邊 慎二氏	
6月17日	土	10:00~16:30	JDA-DAT Follow-Up研修会		埼玉精神神経センター
7月22日	土	9:30~16:30	栄養ケア・ステーション実務者研修会		埼玉県栄養士会研修室(+Web)
7月23日	日	9:30~16:45			
8月1日~7日			栄養週間 (8月4日栄養の日)		
8月5日	土		栄養の日イベント開催		埼玉県栄養士会研修室
8月26日	土	13:00~16:20	第1回 生涯教育研修会		埼玉精神神経センター+Web
		13:00~14:30	食支援から見る歯科と栄養の親和性 (仮題)	埼玉医大歯科口腔外科 大久保正彦 埼玉医大耳鼻咽喉科 関根達朗	
		14:50~16:20	糖尿病治療ガイドラインにおける栄養管理 (仮題)	獨協医科大学総合医療センター 准教授 土屋天文	
9月30日	土	9:30~16:30	栄養士ファーストステップ (初任者) 研修会		本会研修室+Web
10月1日	日	10:00~16:30			
10月28日	土	13:00~16:20	第2回生涯教育研修会		十文字学園女子大学+Web
		13:00~14:30	高齢者のフレイル予防と低栄養の改善 (仮題)	ワタミ介護(株) 麻植有希子	
		14:50~16:20	知っておきたい乳幼児への栄養指導 (仮題)	相模女子大学栄養学部健康栄養学科 教授 堤ちはる	
11月11日	土	13:00~16:00	地域栄養ケア連携会議 (対象: 認定栄養CS、栄養CUほか)		埼玉県栄養士会研修室
11月25日	土	13:00~16:20	第3回生涯教育研修会		会場+Web
		13:00~16:30	栄養ケアプロセス 演習	埼玉県栄養士会副会長・城西大学薬学部 水野文夫	
		14:40~16:10			
1月20日	土	12:00~14:30	2024年新年賀詞交歓会		浦和ロイヤルバインズホテル
2月3日	土	10:00~16:30	JDA-DAT基本研修会		会場 + Web
2月4日	日	10:00~16:30			
2月24日	土	13:00~16:30	第4回生涯教育研修会		会場+Web
		13:00~14:30	経腸栄養と腸内細菌~腸内フローラからみた経腸栄養管理~	田無病院院長 丸山道生	
		14:50~16:20	健康寿命におけるビタミンの役割とは	東京都健康長寿医療センター研究所 副所長 石神昭人	
3月16日	土	13:00~16:10	第5回生涯教育研修会		会場+Web
		13:00~14:30	栄養ケアプロセス 演習2	埼玉県栄養士会副会長・城西大学薬学部 水野文夫	
		14:50~16:10			

※内容が変更になる場合があります。※職域・地域事業部研修会は含まれていません。

埼玉県栄養士会研修会申込書

研修会名		開催日	年	月	日開催
氏名		会員番号			
連絡先住所	自宅 ・ 勤務先 (←どちらかに○) 〒	電話/FAX	-	-	/ - -
勤務先		e-mail			
備考					

送付先: 〒330-0063 さいたま市浦和区高砂 3-10-4 埼玉建設会館内(公社)埼玉県栄養士会 FAX 048-866-7926

※ 施設長あて文書が必要な方は、折り返し封筒に 84 円切手を貼付し宛名を明記し送付して下さい。

- ◇ 研修会申込み方法; ①参加 URL および QR コードを読み取って申し込みフォームで申込みをする ②研修会申込書をご記入のうえ FAX または郵送にて申込みをする (①②のいずれも本誌掲載、または埼玉県栄養士会 HP から手続きできます)
- ◇ 参加費納入方法; 郵便振込にて通信欄に研修会名・会員番号・氏名を記入し納入し、振替払込領収書のコピーを研修会申込書に添付して FAX

《その他関連団体からのお知らせ》 ※お申し込みは各関連団体に直接行ってください。

◆第1回さいたまスポーツ栄養勉強会 (生涯教育1単位)

主催団体 plus N (プラスエヌ) 認定栄養ケア・ステーション 当社 HP : <http://plus-nutrition.jp>

日時 令和5年6月11日(日) 14:00~16:00 (受付開始 13:30)

場所 RaiBoC Hall (市民会館おおみや) 集会室8

内容 「スポーツにおける栄養管理の大切さおよび実践活動報告の重要性について」

講師 高崎健康福祉大学 木村典代先生

受講料 3,850円 (税込価格)

(さいたまスポーツ栄養勉強会参加 URL)

対象者 管理栄養士・栄養士、スポーツ指導者など

<https://semican.net/event/SC190237/gudygg.html>

定員 60名

《栄養一口メモ》 フレイル予防のために

「フレイル」には「虚弱」や「脆弱」という意味があります。介護や身体機能の話での「フレイル」は、老化に伴う種々の機能(能力)低下を基盤とし、様々な健康障害に対する脆弱性が増加している状態をいいます。それはつまり健康障害に陥りやすい状態をさすこととなります。また、①体重減少②疲労感③活動度の現象④身体機能の減弱(歩行速度の低下)⑤筋力の低下(握力の低下)のうち3つ以上が該当した場合にはフレイルであるとFriedらは定義しています。

フレイルは要介護状態の前段階としてとらえることができ、介護予防との関連性が高い状態と考えられます。実際に後期高齢者の要介護状態に至る原因は脳卒中のような疾病より「高齢による衰弱」を要因とする割合が高くなっています。

フレイル予防のために三食しっかりと食べ、一日2回以上主食(ごはんやパンなど)と主菜(肉・魚・卵などメインのおかず)と副菜(野菜、豆、芋など小鉢のおかず)を組み合わせ、いろいろな食品をとるように心がけるなど栄養のバランスを意識した食事をしましょう。さらにはウォーキングやストレッチなどの運動をしたり、趣味活動やボランティアなど社会とのつながりを持つこともフレイル予防のために必要なこととされています。

*参考文献 厚生労働省「日本人の食事摂取基準 2020」厚生労働省「食べて元気にフレイル予防」パンフレット

埼玉近郊の業務用食材や調味料仕入れの事ならお任せください。

給食・介護向け食材の頼れるパートナー

GOS 株式会社 オギソ

取り扱い商品は約 10,000 アイテム
お探しの食材がきっとみつかります。食材・レシピの事なら何でもご相談ください。

本社 さいたま市大宮区上小町 152-2 TEL 048-644-1234 <https://www.ogiso.jp/>

FORICA

栄養支援 **茶碗蒸し** (6種類)

1個(75g)中

エネルギー
100 kcal

たんぱく質 **5g**

～味は全部で6種類 温めても、冷ましても、おいしく召し上がれます～

NEW

えび風味

NEW

とり風味



お問い合わせ先:

ホリカフーズ株式会社 東京営業所

〒110-0016

東京都台東区台東2-9-4

明治安田生命秋葉原昭和通りビル9階

TEL:03-5846-5096 FAX:03-5846-5095

人も地球も健康に
Yakult

世界で飲まれている、
ヤクルトの
乳酸菌 シロタ株。



埼玉ヤクルト販売株式会社
〒336-0021 さいたま市南区別所2-37-17 TEL.048(862)8960

埼玉東部ヤクルト販売株式会社
〒337-0016 さいたま市見沼区東門前29 TEL.048(685)8960

かぞヤクルト販売株式会社
〒347-0031 加須市南町3-34 TEL.0480(61)8960

埼玉西ヤクルト販売株式会社
〒358-0021 入間市高倉5-11-1 TEL.04(2964)8960

埼玉北部ヤクルト販売株式会社
〒367-0021 本庄市東台4-8-4 TEL.0495(21)8960

株式会社ヤクルト本社 首都圏支店
〒105-8660 東京都港区海岸1-10-30 TEL.03(6632)

「安心」と「おもてなしの心」を届ける

Fujitaka 配膳車 検索

大好評

フラットトレイ適温配膳車

iクッカー

「和」
-NAGOMI-

●標準カラー:木目



新発想! 食札や小物が置ける
ユーティリティスペースで
配膳効率もアップします!

●漆調フラットトレイ



●ランチョンマット



安心
安全

菌の繁殖を防ぐ、
業界最高水準の温度管理性能!

安心してお使いいただくために、Fujitakaの温冷配膳車は、抜き取り検査ではなく1台1台、専門技術者が基準をクリアしているかを検査しています。庫内上下段の温度差が大きくなりがちな温冷配膳車ですが、業界最高水準の温度差±5.0度以下という厳しい基準をクリアしつつ、温度差±2.5度以下を目指して出荷しています。

満足
向上

漆調トレイ・ランチョンマットで
食事の「質」をグレードアップ!

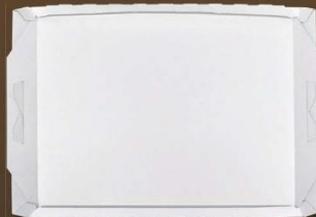
行事食や特別食などワンランク上の食事提供をご提案。フラットトレイ・漆調トレイ・催事に合わせたランチョンマットが充実しているのもパイオニアであるFujitakaのこだわりです。

NFRW-iCシリーズ
ラインナップ
小型タイプ:24膳・28膳・32膳・36膳・40膳
大型タイプ:42膳・48膳・54膳

●ディスポーザブルトレイ (450×325~330mm)



フラットトレイ配膳車対応



分割トレイ配膳車対応

感染症対策・災害時備蓄用に!

- ①使い捨てのための感染症対策に最適です。
- ②組み立て式なので省スペースで備蓄が可能です。
- ③使用後は簡単に廃棄でき、戦場・消毒の手間が要りません。

只今、ディスポーザブルトレイのサンプルをプレゼント中!
詳細は裏面をご確認ください。

※1 防水ではありません。極端な濡れ、長時間の放置は避けてください。
※2 Fujitaka製以外の適温配膳車への収納については確認しておりません

●オリジナル適温配膳車・フラットトレイに関するお問い合わせは・・・

(受付時間・平日/9:00~17:00)

株式会社 Fujitaka®

0120-533771



宅配クック123のサービスを**99%**の医師が
『人に勧めたい』と評価しました。※

※医師115名による弊社「食事サービス部門」への評価。(2022年12月Doctors me調べ)

※「宅配クック123」「特助くん」「結の台所」「健康直球便」は㈱シニアライフクリエイトのサービスです。



- ①介護・フレイルなどを予防できる配食サービスに魅力を感じました。
- ②たんぱく質をはじめとした健康に必要な栄養の整ったメニューだから。
- ③信頼できるデータに裏付けられた配食サービスであり、内容的にも高齢者等に受け入れやすいと思うので。

「健康支援型配食サービス」 無料試食勉強会承ります

- 研修パートの1つにいかがですか？
 - 開催時間は調整可能！（60分～90分）
- 【自治体サービスの活用例もご紹介しています】
- ☑ポピュレーションアプローチ事例
 - ☑ハイリスクアプローチ事例
 - ☑疾病・重症化予防を目的とした新しい配食サービス

宅配クック123本部 株式会社シニアライフクリエイト

お問合せ TEL 0120-288-120

FAX 03-5427-3989





おいしさも栄養も妥協したくない！ 卵に代わる高たんぱく素材を使用 パン食に合わせる朝食おかず



お悩み
卵メニューに代わる
パン食に合わせる朝食おかずが
マンネリに...



解決!
高たんぱく食材
×
味ブレなし調味料(スープ・ソースの素、ドレッシング)
×
スチコン調理 で解決!

鶏とキャベツのコーンクリーム煮



たんぱく質9.2g

「クノール®クッキング
スープ」コーンクリーム
を使用することで、パン
にも合う、朝食小鉢がで
きます。



鶏むねこま切れ肉(皮なし) (冷凍・スライス)	30g
キャベツ(ざく切り)	40g
しめじ(ばらす)	10g
玉ねぎ(スライス)	10g
ホールコーン缶	5g
オリーブオイル	1.5g
「クノール®クッキングス ープ」コーンクリーム 缶	10g
牛乳	30g
塩	0.2g
こしょう	0.01g
水	10g

作り方

[1]
ホテルパンにAを入れ、よく湯き混ぜたBをかけてフタをし、スチコンコンビモード(130℃、湿度100%)で20~25分加熱してザクザク混ぜ合わせる。
[2]
(1)を器に盛りつける。
「クノール®クッキングスープ」コーンクリームを使用した、スチコンで作る簡単洋風煮込みです。食材の量を調整すれば夕食のシチューとして提供いただけます。※スチコンの条件は食数や使用食材により、加熱温度・時間を調整ください。

20~25分

厚揚げとツナの香味玉ねぎ煮



たんぱく質7.7g

「セミセバ®」すりおろし玉ねぎドレッシングを使用することで、たまねぎの自然な甘味とうま味の加わる煮物に仕上がります。



厚揚げ(ひと口大・冷凍)	40g
ツナ油漬缶(油はさらさない)	10g
A 冷凍ブロッコリー	30g
カットトマト缶	30g
塩	0.4g
B 「セミセバ®」すりおろし玉ねぎドレッシング(1ポ ット)	10g
こしょう	0.05g

作り方

[1]
ホテルパンに厚揚げを並べ、スチコンコンビモード(130℃、湿度50%)で5~7分加熱する。
[2]
ホテルパンに(1)とAを入れ、Bをかけてフタをし、スチコンコンビモード(150℃、湿度100%)で10~15分加熱し、ざくざくと混ぜ合わせる。
[3]
器に(2)を盛りつける。
「セミセバ®」すりおろし玉ねぎドレッシングを使用することで、たまねぎの自然な甘味とうま味の加わる煮物に仕上がります。※スチコンの条件は食数や使用食材により、加熱温度・時間を調整ください。

10~15分

ポテトとベーコンのグラタン



たんぱく質7.4g

「クノール®クリーミー
ホワイトソース」を使用す
ることで、簡単にグラタ
ンを作ることができます。
耐熱皿が無くてOKの
切り分けグラタンです。



A じゃがいも(ゆで) (風切 り)	60g
ベーコン(塩漬け)	10g
玉ねぎ(スライス)	15g
「クノール®クリーミーホ ワイトソース」500g缶	15g
B 牛乳	40g
水	40g
「クノール®キッキングソ ープ」塩味	0.4g
こしょう	0.01g
シュレッドチーズ	10g
ドライオニオン	0.03g

作り方

[1]
玉ねぎはスチコンスチームモード(100℃)で20分加熱する。
[2]
ホテルパンにBを入れて混ぜ合わせる。
[3]
ホテルパンにクッキングシートを敷き、(1)、Aを入れ、(2)を上からかけ、シュレッドチーズをふり、スチコンホットエアモード(200℃)で15~20分加熱する。
[4]
(3)にドライオニオンを散らし、切り分けて器に盛りつける。
「クノール®クリーミーホワイトソース」を使用することで、大量調理でも簡単に切り分けグラタンが作れます。

仕上げ
+5~20分

豆腐のそぼろ野菜あん



たんぱく質23.4g

かぼちゃ、トマトなどを配
合した「クノール®クイ
ックサーブスープ」緑黄色
野菜をベースに、カレー
粉でアクセントをつけて
います。



豚ひき肉	65g
「クノール®クイックサー ブスープ」緑黄色野菜 500g缶	20g
A 水	130g
カレー粉	1g
サラダ油	10g
木綿豆腐(温める)	150g
小ねぎ(小口切り)	適量

作り方

[1]
フライパンにサラダ油を熱し、ひき肉を炒め、Aを加えてよく混ぜます。
[2]
器に豆腐を盛りつけ、(1)のソースをかけ、小ねぎを散らす。

10分

