



埼玉ニュース No.54

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
E-mail : s-eiyou@fancy.ocn.ne.jp
<http://www.saitamaken-eiyoushikai.or.jp>



《研修会のお知らせ》

◇平成30年度第1回生涯教育研修会

日時 平成30年8月25日(土) 10:00~16:30

場所 あげぼのビル さいたま市浦和区岸町7-5-19 電話 048-833-4111

内容

共催；講演Ⅰ「味の素㈱」

講演1.【生涯教育認定 実務；1単位 23-116】

※ねらい；超高齢社会を向かえ、シニア期の食に関する特徴や多様性を理解することにより、適切な栄養食事指導に繋げることができる。

講演Ⅰ「健康寿命延伸を目指したシニア期の食について～味とにおいの感覚変化・食品摂取の多様性をふまえて～」 【共催：味の素(株)】

講師 味の素㈱イノベーション研究所 次長 林 直樹 先生

講演2.【生涯教育認定 基幹；演習1単位 4-3】

※ねらい；昨年度に引き続き佐々木先生により下記のテーマについて演習を含めて解説して戴く。

現在、管理栄養士・栄養士は、栄養食事指導や栄養マネジメントを実施するうえでエビデンスに基づいた食事アセスメントが求められている。適切な栄養食事指導等を行うために、すべての管理栄養士・栄養士がこのことについて理解しておく必要がある。

講演(演習)Ⅱ・Ⅲ「食事アセスメントの重要性とBDHQの活用について」

講師 東京大学大学院医学系研究科社会予防疫学学分野 教授 佐々木 敏 先生

定員 80名(定員になり次第締切させていただきます。お断りの方には連絡いたします)

参加費 8,000円/4,000円(会員)

申込方法 申込方法 研修会申込書に必要事項をご記入の上、FAX又は郵送にてお申し込みください。

※郵便振替にて参加費を次の口座へ入金後、振替払込み領収書のコピーを研修会申込書に添付しFAX(048-866-7926)又は郵送にて申込下さい。(当日の参加申込みはお受けできません。)※郵便口座振替 口座番号 00170-1-73219 名義：公益社団法人埼玉県栄養士会

※昼食・飲料は各自でご用意願います。

◇管理栄養士・栄養士ファーストステップ研修会

ねらい：医療及び介護・福祉施設、行政等に勤務する栄養士・管理栄養士に対して、専門職としての基礎知識と実際に現場で働いている講師により、実践的な知識を身につけることができる。

日時 平成30年9月15日(土)・16日(日)

場所 埼玉県栄養士会研修室 さいたま市浦和区高砂3-10-4 埼玉建設会館4F

電話 048-866-7925

内容 (1日目) 9月15日(土)

① オリエンテーション

② 専門職としての役割と倫理

③ 摂食嚥下困難者への対応～食べる事への支援、基礎知識～

④ 栄養の指導と栄養ケアプロセス

⑤介護保険と診療報酬の理解と管理栄養士の役割

(2日目) 9月16日(日)

①日本人の食事摂取基準2015年版の考え方とその活用

②献立計画の考え方

③栄養マネジメントの基本(身体計測実習を含む)

④グループディスカッション

参加費 8,000円 / 会員4,000円 (当日入会で会員価格可)

定員 25名

申込方法 研修会申込書に必要事項をご記入の上、FAX又は郵送にてお申し込みください。

※昼食・飲料は各自でご用意願います。

《関連団体より》

◇ 第3回埼玉ロコモ OLS 研究会(後援; 埼玉県栄養士会)

日時 平成30年7月21日(土) 14:00~18:00

場所 ラフレさいたま(さいたま新都心)

内容 シンポジウム「地域におけるロコモ予防と骨折低減への取組」

①埼玉県における健康長寿施策の概要と現状

②北本市におけるめざせ! 毎日! 1万歩運動の取組

③埼玉県における地域包括ケアを支える地域リハビリテーションの取組

④伊奈町におけるロコモ予防事業~ロコモコール講習会とロコラジさろん~

⑤地域における健康増進のための健康サポート薬局の取組

特別講演Ⅰ「宮崎県におけるロコモ対策一産官学連携の取組」

特別講演Ⅱ「もっと、ずっと、歩きたい~ロコモ対策の現状と未来~」

対象 医師及び医療多職種

問合せ 事務局 電話 048-776-9385

◇平成30年度埼玉県自立促進モデル事業専門職研修会(埼玉県福祉部地域包括ケア課)

日時 平成30年7月28日(土) 13:30~16:30

場所 埼玉県県民健康センター大会議室A・B

対象 管理栄養士・栄養士(地域ケア会議アドバイザーのための必須研修会)

内容 ①自立支援型地域ケア会議について

②事例を用いた助言実践演習

③シンポジウム~自立支援型地域ケア会議における専門職の役割~

シンポジスト ・管理栄養士 中神裕子

・管理栄養士 西文

・管理栄養士 川嶋啓子

申込方法 7月20日までに下記申込フォームURLより申し込みください。

申込フォームURL; <http://www.mri.co.jp/2018eiyoushi>

問合せ 0120-325-755(担当; 楠山、齋藤) 平日10:00~17:00(12時~13時を除く)

◇彩の国連携力育成プロジェクト「緩和ケア IPW 研修会」(後援; 埼玉県栄養士会)

日時 平成30年7月29日(日) 9:30~16:30

場所 地域医学教育センター研修室 さいたま市新都心1-2 県立小児医療センター南玄関側8F

内容 ①緩和ケアと多職種連携の基本(講座)

②緩和ケア IPW 演習(模擬患者活用、多職種チーム活動)

申込方法 研修会申込書に必要事項をご記入の上、埼玉県栄養士会あて FAX 又は郵送にてお申し込みください。

定員 48名(管理栄養士 6~8名) 締切り; 7月17日

《事務局からのお知らせ》

◇第6回定時総会報告

去る6月7日（木）に開催された定時総会は、会員の皆様のご理解とご協力により無事に終了致しました。また、理事の改選では立候補者20名については定数内であり全員が選任され、理事の互選により平野孝則会長が再任されました。

詳細については、機関誌「いしづえ」9月号で報告いたします。

埼玉県栄養士会研修会申込書

研修会名（開催日）	（ 月 日）	
送付先住所・氏名	〒 様	会員番号；
		TEL；
		FAX；
勤務先名		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

TEL 048-866-7925 ・ FAX 048-866-7926

※ 施設長あて文書が必要な方は折り返し封筒に 82 円切手を貼付し宛名を明記し送付して下さい。

※ 既納の受講料は、原則としてお返しいたしません。

※研修会受付終了のお知らせ

- ①平成30年度介護報酬改定（栄養関連）研修会（7月14日開催）の受付は終了しました。
- ②栄養ケア実務者研修会（7月21日・22日開催）の受付は終了しました。

《栄養一口メモ》 熱中症予防のための運動時の水分補給

運動をすると身体にたくさんの熱が発生します。発汗により熱を放散し、体温が上がらないようにしていますが、暑い中での運動で大量の発汗がある場合、水分を補給しないと脱水状態になります。体重の2～3%の水分が失われると、運動機能や体温調節機能が低下し、めまいや吐き気が起こる熱中症の症状が出ます。さらに4%まで水分を失うと汗が出なくなり、全身脱力、動きが鈍い、皮膚紅潮など症状が重くなり、体温も上昇して大変危険な状態になります。安全に運動するためには適切な水分補給が必要です。



〔運動時の水分補給の目安〕

	タイミング	摂取量	注意点
運動前	30分前まで	250mlから500ml	口渇感がなくても積極的に摂ります。直前にとると胃が重くなり運動の負担になります。
運動中	こまめに補給 (15分毎)	100mlから250ml (1時間で合計500～1000ml)	一度に大量に飲むと胃にたまり競技に影響します。長時間の運動時は3～6%の糖分0.1～0.2%の塩分を含んでいるもの(スポーツドリンクなど)を摂ります。
運動後	終了時	運動前と比べ終了後の体重減少が2%未満になるように補給(体重50kgの場合49kg以下にならないように)します。	スポーツドリンクや果汁(糖質濃度10%前後)を摂ります。

参考文献：公財) 日本体育協会「スポーツ活動中の熱中症予防」

- * 熱中症の予防には水分補給とともに、食事3食食べることも大切です。毎日の食事からは約1ℓの水分を摂取しており、重要な水分補給源になります。
- * 環境省の熱中症予防サイト「暑さ指数(WBGT)」の予報を参考に、運動を行うこともお勧めいたします。

人と動物の共存に
Yakult

世界で飲まれている、 ヤクルトの プロバイオティクス。

プロバイオティクスとは、腸内菌のバランスを改善することにより、
ヒトによい働きをする生きた微生物やそれを含む食品のことです。
腸に生きたままプロバイオティクスをとどけるヤクルトは、その働きが
認められ、今や日本を含め世界38の国と地域で飲まれています。



- 埼玉ヤクルト販売(株)**
〒336-0021 さいたま市南区別所2-37-17
☎048(862)8960
- 埼玉東部ヤクルト販売(株)**
〒337-0016 さいたま市見沼区東門前29
☎048(685)8960
- かぞヤクルト販売(株)**
〒347-0031 加須市南町3-34
☎0480(61)8960
- 埼玉西ヤクルト販売(株)**
〒358-0021 入間市高倉5-11-1
☎04(2964)8960
- 埼玉北部ヤクルト販売(株)**
〒367-0021 本庄市東台4-8-4
☎0495(21)8960
- (株)ヤクルト本社 首都圏支店**
〒104-0061 中央区銀座6-18-2
野村不動産銀座ビル10階
☎03(5148)8960

一人ひとりの「おいしかった」を求めて

食の側面から医療・福祉を見つめ支えるヘルスケアフード
サービス業界のリーディングカンパニーです。

<http://www.nifs.co.jp>



咀嚼・嚥下困難の方々向け
「ムース食」



ヘルスケアフードの明日を考える

日清医療食品株式会社 北関東支店

〒330-6020 埼玉県さいたま市中央区新都心 11-2 ランド・アクシス・タワー 20階
TEL 048-600-2615 FAX 048-600-2625

V CRESC BIO

たたくライノチの、
新しい味方に。
バイオ・クレス・ビオ



バイोजェニックスの新潮流



- 加熱殺菌菌体「E.フェカリス」だからできること!
- E.フェカリスは、小さい球菌だから、多量に配合できる!
125mLに6,000億個を実現!
- 加熱殺菌処理により、E.フェカリスの力を最大限に活かせる!

甘すぎず、さわやかな味わいに。

ビタミン・ミネラルの配合はそのまま! 乳不使用!

NÜTRI: ニュートリー株式会社

本社 / 〒510-0013 三重県四日市市富士町1-122

<http://www.nutri.co.jp>

TEL.0120-219-038

0219-22986 FAX 0219-22987

アイソカルサポート Support

アイソカルサポートシリーズ ラインナップ

水溶性食物繊維グアーガム分抽出物(F41GQ)配合

アイソカルサポート



アイソカルサポート Blue



アイソカルサポート Soft



アイソカルサポートファイバー



アイソカルサポートシリーズは、水溶性食物繊維グアーガム分抽出物(F41GQ)を配合し、腸内環境を整える働きをサポートします。