

## 第7回静岡県栄養士大会学術研究会

	演題	発表者	事業部
①	メダル獲得に向けた自転車競技の栄養戦略	河村美樹	地域活動
②	ふじのくに農芸品を用いたピザの開発と食農教育	前田節子	研究教育
③	がん患者における外来での栄養管理について	山田絢子	医療
④	慢性期病院でのNST 活動報告	中村朱美	医療
⑤	『食べない理由・食べる理由』	田森稔浩	福祉
⑥	ほやこげ弁当を作ろう	松島天子	学校健康教育
休憩・賛助会員 PR			
⑦	高校生のスポーツ食育の取組	高野大太	公衆衛生
⑧	糀を用いた野菜餡の開発と商品化	望月裕子	研究教育
⑨	精神科デイケア通所者に向けた“栄養の日”情報提供の取り組み	石原美咲	医療
⑩	糖尿病教育入院患者に対する管理栄養士介入について	西澤鮎奈	医療
⑪	食とSDGs 食品ロスを減らすために私たちができること	戸田知里	学校健康教育

【本大会に展示出展いただきました賛助会員】

伊那食品工業株式会社、大島食品工業株式会社、

株式会社クリニコ、株式会社ナリコマエンタープライズ、

株式会社フード・デリ、信濃化学工業株式会社、

SOMPO ヘルスサポート株式会社、ニュートリー株式会社

(五十音順)

本大会にご協力をいただき、心より御礼申し上げます。

## 第7回静岡県栄養士大会 学術研究会

### 【スケジュール】

#### 12:00 受付開始

- ・ 入室後、チャット機能の部分に会員番号と名前を記入してください。  
(チャット機能の入力により、出席状況を確認します。)

#### 13:00 開会のあいさつ、日程説明

#### 13:10～ 演者発表、賛助会員情報提供

- ・ 発表者は7分間を目安に発表をお願いします。その後質疑応答を2分間設けます。
- ・ 質問をする時は、カメラ機能とマイクをONにして発言をしてください。
- ・ 演者の発表終了後「反応」のボタンにより、拍手や Good のリアクションをお願いします。

#### 15:30 閉会のあいさつ

- ・ 閉会后、Google フォームによりアンケート及びレポートの記入をお願いします。

## 1. 『メダル獲得に向けた自転車競技の栄養戦略』

○河村 美樹<sup>1,2,3</sup>

<sup>1</sup>静岡県栄養士会地域活動事業部、<sup>2</sup>HPCJC、<sup>3</sup>静岡産業大学

【背景・目的】自転車競技トラック種目において、特に国際大会でメダル獲得を目指すには特性に合わせた栄養戦略が必要である。本報告では、2021年夏に日本で開催された国際大会においてスポーツ栄養士として選手の戦略を決め、実践した内容について報告する。

【方法】1、レースまでに継続して摂取する栄養素、レースの間に摂取するものについて、暑熱対策とリカバリーの観点から各々に定めた。これは本番を想定した大会等にて試行し、選手のコンディションを確かめて決めた（対象選手3名）。

2、大会期間前からレース日において、3食の食事と補食の提供を行なった（対象選手10名）。この準備のために食材提供者への交渉や発注、メニュー作成等も行なった。

【結果】1名の選手が銀メダルを獲得することができた。他2名の選手が日本新記録を出すなど、コンディションは概ね良好であった。

【考察】今回の結果を受けて、レースでの栄養補給については、より上の成績を目指し今後も試行を重ねていく。また、食事提供は他国開催の大会では難しい場合があるため、今回の経験を応用して日本から持ち込む食材や現地調達できるものなどの情報を集め、戦略を練る必要がある。

## 2. 『ふじのくに農芸品を用いたピザの開発と食農教育』

○前田節子、川口蘭々、熊崎ひかり、白石菜未、須田和馬、田口麻衣、長岡桃子、深川琴未  
静岡県立農林環境専門職大学

【背景・目的】静岡県には「ふじのくに農芸品」と称される多彩で高品質な農林産物がある。本報告では、農芸品の新しい利用方法について大学生が取り組んだ事例を報告するとともに、高等教育における食農教育への期待と課題について考察する。

【方法】最初に、静岡県立農林環境専門職大学の食品加工サークルで農芸品についてのグループ学習を行った。次に「自由な発想」を基本に、農芸品を用いたオリジナルピザを試作した。レシピを修正後、学内と学外で試食会を開催した。アンケート調査と聞き取りの結果から、ピザを用いたふじのくに農芸品の利用拡大および商品化について検討した。

【成果】「天女の羽衣ピザ」が示すように、農芸品を使用することで物語を付加価値としたピザを開発することができた。また、「三ヶ日みかんと蜂蜜のピザ」などのスイーツ感覚のピザでは、農芸品の新しい食べ方が提案できた。アンケート調査の結果もこれらを支持するものであった。

【考察】作物（食材）と身近な環境で学ぶ農学系専門職大学の学生の視点は、「ふじのくに農芸品」の販路拡大や地元食材による食育に貢献する可能性があることが示された。大学の持つ強みを複数の大学間でどのように共有し連携していくか、その仕組みの構築が食農教育の課題である。

### 3. 『がん患者における外来での栄養管理について』

○山田絢子 稲野利美

静岡県立静岡がんセンター栄養室

【目的】膵頭十二指腸切除術は侵襲性の高い手術であり、術前の栄養状態が術後合併症等に影響を与えるとされている。今回外来で膵頭十二指腸切除術を受ける患者の栄養状態の評価を行い、術後合併症(膵液瘻)の発生有無に関連があるか調査した。

【方法】2020年1月から2020年10月までに当院で外来入院前スクリーニングを実施した膵頭十二指腸切除術を予定している患者の55例を対象とした。外来入院前スクリーニング時の年齢、BMI、血清Alb、血清CRP、栄養評価指標MNA、CONUTscore、小野寺らのPINを術後合併症である膵液瘻の発生群と非発生群で比較した。

【結果】年齢中央値70歳(86-44歳)、男性24例、女性31例、膵液瘻は23例(41%)で発生した。膵液瘻の発生群と非発生群では年齢、血清Alb、血清CRP、栄養評価指標MNA、CONUTscore、小野寺らのPINでは有意な差は認められなかった。BMIで有意な差が認められた。膵液瘻の発生群ではBMI(平均±SD)23.9±4.10kg/m<sup>2</sup>、非発生群21.2±3.35kg/m<sup>2</sup>であった。

【考察および結論】膵頭十二指腸切除術前のBMIが術後合併症膵液瘻の発生に影響を及ぼしている可能性があることが示唆された。今後、効果的な術前栄養評価についてさらに検討していきたい。

### 4. 『慢性期病院のNST活動報告』

○中村朱美、山本梨花子、高山裕史

西山病院 栄養課

【背景・目的】当院では、急性期病院から低栄養・脱水・電解質異常などに陥った状態で入院される患者が多く、超高齢で、嚥下障害も呈している患者がほとんどであり、そのまま最期を迎えることも少なくなかった。そこでそれを食い止めるため、5年前にNSTを発足した。今回は、2017年～2020年の活動報告と代替栄養から3食経口摂取へ移行できた症例について報告する。

【方法】2016年～2020年に介入した症例の介入前後での嚥下グレードの推移を調査した。経口摂取困難、末梢点滴のみの栄養管理で入院されたが、NSTの介入により、3食自力摂取獲得した症例についてまとめた。

【結果】NST発足前は、経口摂取困難の状態から3食経口摂取が可能となった症例は1名であったが、2020年度は22名であった。症例は、NSTによる栄養管理と段階的摂食嚥下訓練によって6ヶ月という時間をかけて3食経口摂取へ移行することが出来た。現在も安定して経口摂取ができており、本人・家族ともに満足されている。

【考察】急性期病院から継続した治療が必要な患者は特に回復するまで時間を要することが分かった。慢性期病院として当院はこれからも患者・家族と共に諦めずに治療とケアを行っていききたい。

## 5. 『食べない理由・食べる理由』

○田森稔浩

<sup>1</sup> 静岡県栄養士会福祉事業部、 デイサービス福助（福助弁当）

### 【背景・目的】

この数年間『おいしい』とは何かを常に意識して日常を過ごしてきました。

多くは『脳』に支配されていることがわかってきました。

また、介護現場での食事提供を行う上で『なんで食べないんだろう』ということに多く直面してきました。

『なんで食べるのか？』の答えは栄養学にあり

『なんで食べないのか？』の答えは・・・

食べる理由が明確になることは、レストラン経営に役立ち

食べない理由が明確になることは、医療・介護の現場での栄養不良問題・高齢者のフレイル予防になると考えています。

【方法】書籍と実体験のまとめ

【成果】食べない理由を理解してケーススタディーで対応できる

【考察】食べない理由・食べる理由は多種多様である。

その理由を細分化して対応策を作っておくことは、栄養をマネジメントする上で非常に効果的である。理由を深く理解することは、応用が出来ることになる。

## 6. 『ほやこげ弁当を作ろう』

○松島天子

学校健康教育事業部 磐田市立磐田北小学校

【目的】本校では、食に対する関心を持ち実践する力を育てること、食事を作ってくれる人への感謝の気持ちを育むことを目的とした、自分で弁当を作る「ほやこげ弁当の日」を年に2回実施している。今回、アンケートを実施し「ほやこげ弁当の日」の有効性を検証することとした。

【方法】対象は5・6年生（266名）。家庭科の時間に弁当作りについて授業を行った後、5年生は「初めてのチャレンジ弁当」、6年生は「栄養ばっちり弁当」のテーマを基に計画を作成し、当日の弁当作りに取り組んだ。その際に事前アンケートを取り、ほやこげ弁当の日終了後に事後アンケート取った。

【結果】食べ物に対する興味関心を問う項目では、とても興味ある・興味あると回答した児童が8%増加した。料理することの楽しさを問う項目では、とても楽しい・あまり楽しくないと回答する児童がともに減少し、楽しいと回答する児童が増加した。また、料理することの大変さに気づいた言葉や家族への感謝の言葉が多く書かれていた。

【考察】以上の結果から、「ほやこげ弁当の日」は食に対する興味関心を深め、感謝の気持ちを育む、有効な手立てであると考えられる。

## 7. 『高校生のスポーツ食育の取組』

○高野大太

公衆衛生、富士市役所保健医療課食育推進室

【背景・目的】東京オリンピックの開催に伴い、スポーツに関心が高まる中、食習慣が乱れがちな世代である高校生を対象として、スポーツ食育の取組を通じ、健康づくりの基礎となる成長期の食生活改善を目的に、国際ソロブチミスト富士、富士見高校、富士市が連携して実施。

【方法】対象は富士見高校サッカー部1年生19人、令和3年6月20日から8月8日の期間、公認スポーツ栄養士 中野ヤスコ先生の指導により、目標設定、体組成測定、簡易貧血検査、スポーツ栄養と成長期の食生活についての講話、アスリート用食育弁当の試食、グループコミュニケーションアプリを利用した食事写真の投稿、個別指導を行い、体組成や食生活に関する意識・行動の変化をみた。

【結果】取組後のアンケートでは、生徒全員が食事の大切さが理解できた、体調や気持ちが上向きになったと回答。1ヶ月前の体組成測定と比較して、体重、体脂肪、筋肉量、基礎代謝量が増加した生徒がそれぞれ半数以上見られた。

【結語】取組を通じ、対象者全員の食生活に関する意識・体格が向上し、食生活の改善につながった。

## 8. 『糀を用いた野菜餡の開発と商品化』

○望月裕子<sup>1</sup>、西尾真一<sup>2</sup>、前田節子<sup>3</sup>

<sup>1</sup> 静岡英和学院大学短期大学部、<sup>2</sup> 静岡県立磐田農業高等学校、<sup>3</sup> 静岡県立農林環境専門職大学

【背景・目的】農業高校の成果発表の場に日本農業クラブ連盟全国大会がある。米糀の発酵を利用した野菜餡（糀ベジ餡）をテーマに取り組みを進める中で、「最適な米糀の添加割合や生成した糖質の同定と分析法について」高校教員より相談を受けた。本発表では、栄養士養成校の短大が培ってきた『知』と『技』が高校生の活動に貢献した事例を報告し、栄養系短期大学と農業高校の教育連携の可能性について考察する。

【方法】栄養士養成課程1年次履修科目食品学の内容から、糖質の基礎知識を磐田農業高校の生徒11名にレクチャーした。また、短大初年次教育で行う実験技法を用いて、高校生でも理解しやすい数種の糖質の定性試験を実施した。得られた結果について、食品学・栄養学的視点から評価アドバイスをを行った。

【成果】修正を重ね適正な実験技法による糖度測定の結果から、糀ベジ餡に最適な米糀の添加割合を30%に決定した。また、色調変化や沈殿生成から判別可能な糖質の定性試験を実施したことで、糀ベジ餡添加により還元性をもつ糖質が生成することが高校生にも理解できた。

【考察】高校生が種々の活動の中で分析を行うためには、大学・短期大学と教育連携を進め、大学・短期大学の持つ強みを高等学校教育でも活用できる仕組みを構築することが、食育や農との連携においても有益であると考えられた。

## 9. 『精神科デイケア通所者に向けた“栄養の日”情報提供の取り組み』

○石原美咲<sup>1,2</sup>、石川知美<sup>2</sup>、高木圭子<sup>2</sup>

<sup>1</sup> 静岡県栄養士会医療事業部、<sup>2</sup> 静岡県立こころの医療センター栄養管理室

【目的】当センターは平成30年度栄養の日の取り組みとしてデイケア通所者を対象に栄養教室を開催した。しかし単発的な栄養教室の開催では、多くの通所者に情報提供を行う機会がなかった。そこでポスター掲示や資料配布等の方法を併用し情報提供を行ったのでアンケート結果と併せて報告する。

【方法】令和元年、2年はポスターを1か月間掲示した。令和3年はCOVID-19の影響によりポスター掲示から資料配布に方法を変更し、配布期間を3週間とした。アンケートは令和元年に通所者、スタッフを対象とし、令和3年に通所者のみ実施した。

【結果】栄養教室参加者は平成30年16名、令和元年、2年各12名、令和3年は未実施。令和元年アンケート回答者は42名、令和3年アンケート回答者は17名。ポスター、資料の見やすさ・分かりやすさは70%以上が良いまたは普通と回答した。スタッフアンケート回答者は5名。掲示を利用した情報提供方法は60%が適切と回答した。

【結語】単発的な栄養教室開催と併用してポスター掲示や資料配布を実施することで情報提供の機会を増やすことができた。今後も掲示や資料配布等の方法を併用し通所者の栄養、食生活改善に関する情報提供を継続的に実施していきたい。

## 10. 『糖尿病教育入院患者に対する管理栄養士介入について』

○西澤鮎奈、柴崎知加、田辺沙彩、岩崎奈々美、岡村朋子、望月日奈、疋田彩、太田亜沙実、青島早栄子、高橋玲子

地方独立行政法人静岡県立病院機構静岡県立総合病院栄養管理室

【背景・目的】当院では糖尿病教育入院患者の食事療法の実践を支援するため、管理栄養士が集団栄養指導（糖尿病教室）と個別栄養指導を行っている。教育入院、継続栄養指導を経て血糖コントロール改善・肥満の是正に繋がった症例を報告する。【方法】糖尿病教室は多職種で担当し、管理栄養士は食事療法について説明。個別栄養指導は入院中1～2回実施し、個々の問題点や生活習慣に応じた食事計画を提案する。さらに、退院後も外来で栄養指導を継続し、食事療法の継続を支援している。【結果】症例は独居の60歳男性。糖尿病診断前は中食中心で炭水化物に偏った食事をしており仕事の忙しさから昼食欠食、菓子類の間食もあった。しかし退院後、栄養指導の内容を生かして、中食を活用しつつ指示エネルギー量の範囲内でバランスの良い食事を実践され、食事記録を毎日記載。運動も意識され内服管理も良好。3ヶ月間でHbA1cは14.3%→6.3%まで改善し、体重は67.1kg→59.7kg(BMI27.6→24.5)に低下した。【結語】本症例では教育入院や継続栄養指導により、患者が食事療法に主体的に取り組めたことが良好な経過に繋がったと考えられた。今後も多くの患者に同様な成果が望めるよう、他職種との連携も強化しながら栄養指導に取り組んでいきたい。

## 11. 『食とSDGs 食品ロスを減らすために私たちができること』

○戸田 知里

富士市立岳陽中学校

【背景・目的】富士市は令和2年7月にSDGs未来都市に選定された。学校現場においても総合学習の時間を中心に、授業や委員化活動を通し生徒たちはSDGsの理解を深めている。本校は「食」においてもSDGsを意識し、生徒たちの身近である給食を中心とし、日常生活から食品ロスを削減しようと取り組んでいる。

【方法】給食委員会の活動では、毎日給食の残飯チェックを行い、週に1度結果を給食委員長が放送で全校生徒に周知している。また年に2回「残食削減週間」を設け、学校全体で給食の残食を削減しようとしている。授業では、中学2年生を対象とし、家庭科教員と栄養教諭のチーム・ティーチングで「なぜ食品ロスが起こるのか、自分たちにどのようなことができるのか」について考える場を設けている。

【結果・考察】生徒たちは委員会活動や家庭科・総合学習の授業を通して、「好き嫌いをしない」「家庭で食材を無駄にしない調理や管理をする」など、自分にできることから挑戦していこうという姿が見られている。今後も継続的に食とSDGsの関連について生徒たちのサポートしていきたい。

### 第7回栄養士大会にご参加いただいた皆様へ

栄養士大会にご参加いただきありがとうございます。

今後の本事業に対する改善等に役立てたいと思いますので  
研修会終了後アンケートにご協力のほどよろしくお願いいたします。

また、本アンケートは単位付与のためのレポートも課しております。  
単位付与を希望される方は、忘れずに氏名と会員番号も記載してください。

↓アンケートはこちらから↓

