

(1)

宮崎県栄養士会 情報誌

令和2年3月

日向かぼちゃ

第 59 号

発行：宮崎市霧島 1-1-2 宮崎県総合保健センター5階

公益社団法人宮崎県栄養士会



目次

- ① 令和元年度 宮崎県栄養士研修会報告・・・2
- ② 栄養士会が行っているスポーツ栄養・・・3
- ③ 事務局からのお知らせ・・・・・・・・・・4





令和元年度 宮崎県栄養士研修会

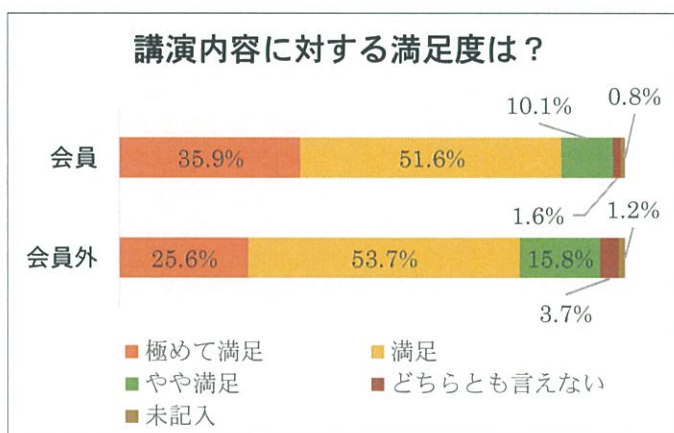


令和2年2月9日(日)、宮崎県総合保健センターにおいて、令和元年度宮崎県栄養士研修会が行われました。

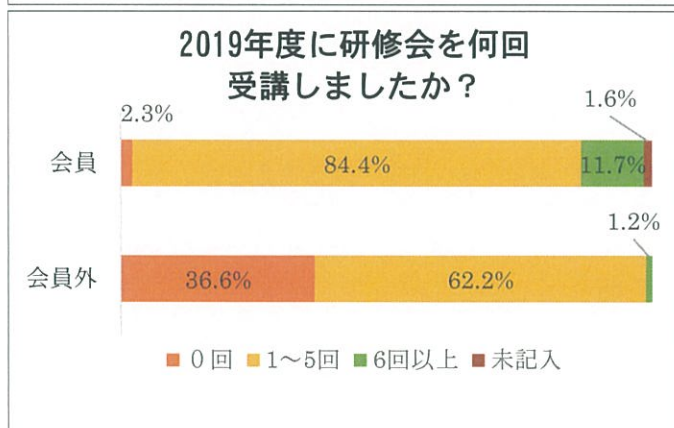
満席となる273名(会員外も含む)の参加があり、会場は熱気ムンムンでした。講師は以前お呼びしたことがある慶応義塾大学スポーツ医学研究センターの勝川史憲先生にお願いし、「日本人の食事摂取基準2020年版について」という演題で180分ご講演いただきました。

限られた時間での講演のため、もっとゆっくりお話を聞きたかった、メモを取る間もなかったなどの意見が寄せられました。その一方で、分かりやすい説明で良かった、2015年版との比較をしてくれたので理解しやすかったといった意見も多くありました。勝川先生のお話は、皆様の今後の業務に活かせるものだったと思います。

今回の研修会のアンケート結果を一部ご紹介しますのでご覧ください。



講演内容に対する満足度に関して、やや不満・不満・極めて不満と回答した方は一人もいませんでした。満足度は会員の方の「極めて満足」の割合が会員外に比べて、約10%高くなっています。アンケート結果から満足度は高いと考えてよいでしょう。



気になったのは研修会の受講回数です。今回の研修会以外、全く受講していない会員外の方が約37%いらっしゃいます。積極的に自分からネットで調べれば必要な情報を得ることができます。しかし、それをしなければ新しい知識や情報を得ることは難しくなると思います。この研修会をホームページで知った方も1名だけで、案内文書が届いたことで参加しようと思った方がほぼ100%でした。会員であれば、定期

的に文書が届くので情報をキャッチしやすくなります。皆様のお近くの方で栄養士会に入っていない方がいらっしゃいましたら、ぜひ入会のお声掛けをよろしくお願いいたします。



宮崎県栄養士会が行っているスポーツ栄養



・スポーツ医科学委員会

体育協会主催の委員会。栄養士会推薦の管理栄養士が2名参加しており、毎年、国体候補選手のメディカルチェックと食事調査の結果から栄養指導を実施している。

・ワールドアスリート育成委員会

現在、4期生まで育成し今年は5期生の27名が参加となる。

新しく参加する生徒たちには、4日間の食事をすべてカメラで写したものを、更に詳しく聞き取り調査を行い各個人のすべての栄養素の摂取量をだして、一人ずつコメントを書き返す。昨年は、1期生の中学三年生に、再度調査を行い、経過を見て、育成の効果の評価を実施。毎年、親に対してアスリート食の調理実習と講話実施。

体脂肪率と食事の関係、競技種目と摂取量の関係等いろいろな角度から分析研究を行い毎年栄養改善学会で発表をしている。現在180名の生徒を指導。

・宮崎銀行女子陸上部

宮崎大学と栄養士会でサポート。栄養士会から、派遣している担当管理栄養士が、細かく一人一人にカルテを作成しアセスメントしながらサポートしている。

・女性アスリートをサポートする委員会

栄養士会からメンバーを推薦。



「GAP 食材を使ったおもてなしコンテスト」で

東京オリンピック競技大会・東京パラリンピック競技大会

担当国務大臣賞（最高賞）を受賞！

～全国40チームの中でNO.1の取り組みとして認定～



構成機関（及び役割）

- ・延岡学園高校（料理メニューの開発等）
- ・県立農業大学校（GAP 食材等の生産・提供）
- ・延岡市（ホストタウン自治体としてのPR）
- ・県（主催者との連絡調整）

活動成果

- ・全27種類のメニューを開発
- ・すべての料理に栄養価計算、栄養成分表示を実施（日本語：ドイツ語表記）

昨年、栄養士会に、スポーツ栄養の講話依頼があり延岡学園に管理栄養士が訪問し、この取り組みを知りアドバイスを行いました。その後すべての料理の栄養価計算も栄養士会で引き受けスポーツ栄養の知識をしっかりと盛り込んでコンテストに臨んでくれました。宮崎県からも、スポーツ栄養学の視点から選手にしっかりと体に必要なものを選んでもらえる環境を提供する工夫が評価されたと報告をいただきました。

スポーツ栄養でも、栄養士会は確実に評価をあげています。更に若い人たちが公認スポーツ栄養士を目指して頑張ってくれることを期待しています。

事務局からのお知らせ

第7回「優良認定管理栄養士・栄養士」単位認定申請書の **受付開始!**

今回は平成30・令和元年度の2年間で15単位以上取得された方が対象となります。お手持ちの受講証明書の単位をご確認の上、宮崎県栄養士会研修会受講記録用紙(兼「優良認定管理栄養士・栄養士」単位認定申請書)に必要な事項をご記入下さい。

なお地域・職域開催の研修会は優良認定された研修会のみ、年度でそれぞれ2単位に限り認定されます。**締め切りは4月24日(金)**、単位認定申請書をFAX又は郵送で事務局へお送りください。

注意!

今年度より単位認定申請書の発送を中止いたします。
必要な書類はホームページから印刷してお使いください。
印刷できる環境にない方は事務局までご連絡ください。



令和2年度 宮崎県栄養士会費納入について

会費は年度制【当年4月～翌年3月】となっておりますので、4月末までに納入していただきますようお願いいたします。会員になると書籍・ビデオ・教材などの貸出がいつでも利用できます。

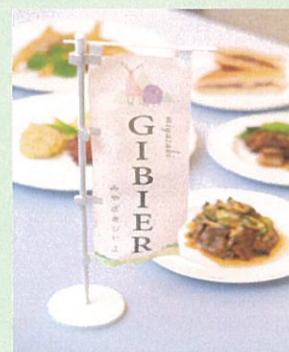
日本栄養士の会費納入についての案内文書も同封いたしました。そちらもご覧ください。



料理 (アスリート向けメニュー試食会)

開催日時：令和元年 12月19日(日)

開催場所：コテージ・ヒムカ



編集後記

- ◆ 鹿肉・猪肉は臭いのでは?というイメージがありましたが、実際食べてみると臭いもなく、とて食べやすく美味しかったです♪ 今回「みやざきジビエアスリートフード」のパンフレットを同封しておりますので、宮崎のジビエを普及させるため是非活用してくださいね。(石田)