

## ◇食物栄養学科卒業生を対象とする生涯学習

[はじめに]

本学食物栄養学科の学部・大学院卒業生で、管理栄養士などの専門職として活躍されている方々のキャリアアップのための「生涯学習の講座」を開設し、卒業後の支援を行うことを目的としている。医療、福祉、企業、教育、行政などの各分野で管理栄養士・栄養士の専門職に就いている卒業生を対象に、栄養クリニックの教職員あるいは各分野で活躍されている卒業生を講師にお招きし、最新の知見や技術の修得を目的に開催している。本講座は学習の場だけでなく、卒業生と卒業後に管理栄養士として就職を予定している在校生との情報交換の場にもなっている。

[内 容]

本年度は3回の講座を開設した。開催場所はすべてR研究所棟3階講義室（栄養クリニック）である

・平成25年6月8日（土）1時30分～4時30分

テーマ：スポーツ栄養への取組 IAAF 2007大阪世界陸上選手村の栄養管理

講 師：シダックスフードサービス（株）勤務 帯刀さやか氏（2000年3月卒業生）

開会の挨拶：食物栄養学科教授・栄養クリニック指導教員 中山玲子

司会、講師紹介、閉会の挨拶：副栄養クリニック長 木戸詔子

交流会：病院関連10名（指導員 日野）、学校・行政関連8名（副栄養クリニック長 木戸）、給食、企業関連7名（指導員 中村）、介護福祉関連3名（クリニックスタッフ 松浦）

・平成25年9月28日（土）1時30分～4時30分

テーマ：管理栄養士に必要とされる特定健診・特定保健指導の知識

講 師：食物栄養学科教授・栄養クリニック研究員 宮脇尚志

司会、講師紹介：栄養クリニック長 田中 清

交流会：病院関連13名（指導員 日野、研究員 宮脇）、学校・行政関連4名（指導教員 中山、クリニックスタッフ 松浦）、大学院・研究関連6名（指導員 中村、栄養クリニック長 田中、副栄養クリニック長 木戸）

・平成26年2月22日（土）1時30分～4時30分

テーマ：特定健診・特定保健指導の事例紹介とワークショップ

講 師：食物栄養学科教授・栄養クリニック研究員 宮脇尚志

司会、講師紹介、閉会の挨拶：副栄養クリニック長 木戸詔子

事例紹介1 「スポーツ栄養への取組」からの報告

2000年度に中井研究室でスポーツ栄養の研究に携わった経験からスポーツ栄養に興味をも

ち、卒業後、シダックスフードサービス（株）に勤務し栄養管理業務に携わる傍ら「シダックス栄養士会スポーツ栄養部」や「大阪府栄養士会スポーツ栄養部会」に入会し、スポーツ栄養の勉強を継続していた。その間、大阪市内のトランポリンクラブの食育や同クラブのオリンピック選手の栄養指導にも関わっていた。

2007年8月25日～9月2日に国際陸上競技会連盟（IAAF）主催の「IAAF 2007年世界陸上大阪」が開催された。参加国212、選手・役員約3,200名、競技種目：男子24、女子23、観客動員約45万人、テレビ放映国200以上（視聴者約40億）規模のプロジェクトを勤務会社が引き受け、そのフードサービスを統括するチーフの役割を担うチャンスに恵まれた。大会までの膨大な準備、選手村食事管理、献立作成、大会中の業務、問題解決などの貴重な体験を話された。

その業務内容は、紙面の都合上、一部しか記載できないが、運営スタッフの弁当手配（内容から衛生管理まで11万5千食）と弁当では対応できない人へのミールクーポン手配、選手村食事管理、メディア関連のレストラン、カフェの運営管理業務、競技場内売店12店舗の管理業務、関係者宿泊ホテルの食事管理などである。そして、開催までの期間の献立作成、栄養媒体作成、ホテルなどとの打ち合わせ、運営基準や一連のマニュアル作成などの業務を紹介され、特に大阪市内6カ所の選手村食事業務は、マラソン選手などに対応する4時～5時の早朝食、6時～10時朝食、11時～15時の昼食、17時から24時の夕食、夕食に間に合わない人に24時～25時の深夜食の内容やハプニングとその対応などについて紹介された。

最後に、仕事と自分の興味が一致することは少ないと思うが、日常の中で常にアンテナを張り、豊富な知識を身につけ、社内・社外の輪を広げておくと、チャンスも広がり、掴んで生かすことができる。また、日頃築き上げた人間関係が困難な状況に陥った場合に問題解決への手助けになる。今の環境を最大限に活用することで応用力を身につけ、夢をもって日々研鑽することの大切さを伝えた。結婚後、2人のお子様を育てながら職業を続けられた体験も伺うことができた。

講演後に4班に分かれた交流会は、活発な意見交換があり、「職場で働いている先輩や同僚の話を直接聞くことができ、とても有意義で、度々このような機会を設けて欲しい。」「日々、前向きに何事も取り組みたい」「良い刺激を受けた」などの意見が出された。

#### [参加者の主な感想]

- ・スポーツ分野での管理栄養士の仕事を初めて詳しく聞くことができ、その業務の広くて多いことがわかり、具体的な目標をもつことができた。
- ・自分の興味ある分野の勉強をして、自分



で開拓し、知識を広くもつ、経験を重ねるなどしておけば、自分次第でチャンスをつかめるといふ事例を示していただき、管理栄養士の仕事に興味をもつことができた。

- ・とても良い刺激を受け、日々の生活や仕事の中で前向きな姿勢で取り組む大切さを感じた。
- ・機会があれば、もう一度、詳しく話を聞きたい。

(木戸詔子)

## 事例紹介2 「管理栄養士に必要とされる特定健診・特定保健指導の知識」

メタボリック症候群の対策として特定健診・保健指導の制度が開始されてから5年が経過した。今年度からはこれまでの実績や課題を踏まえ内容が若干変更されて第二期の特定健診・保健指導として継続運用されている。そこで、食物栄養学科教員で栄養クリニック研究員の宮脇から、管理栄養士として知っておくべき特定健診・保健指導の知識をテーマとして講演が行われ、病院や医療機関の管理栄養士や学生など18名の参加があった。

まず、日本における健診制度の概略についての講義が行われた。日本の健診制度は世界で最も充実しており、生活習慣病を中心とした疾病に対して第一次予防と第二次予防に大きく貢献しているということ、そして、健診は単に受けるだけでなくその後のフォローを適切に行うことが重要であるということについての話があった。

続いて、特定健診・保健指導の制度が作られた経緯や、これまでの全国の実施状況及び現状についての講義が行われた。特定健診・特定保健指導は、健診後のフォロー方法まで策定された世界初の制度であることや、メタボリック症候群の診断基準についての問題点、特定健診・保健指導の実施率、非肥満者や治療中の者への指導の在り方、介入による改善効果などについてエビデンスに基づいた説明がなされた。

最後に、今年度から開始された第二期の特定健診・保健指導の概略や変更点、今後の特定保健指導の方向性や管理栄養士に必要とされる知識、資格などについての講義が行われた。

特定保健指導だけでなく、様々な健診後のフォローアップ指導を行う管理栄養士にとっても色々と参考となる講演であった。

### 【参加者の主な感想】

- ・メタボ健診と特定健診の違いと最新の情報を聞いて良かった。
- ・メタボリック症候群は目に見えてわかる病気や症状でないからこそ、行動変容を促して結果を出していくのは難しいと実感した。
- ・エビデンスの構築の重要性を実感した。
- ・特定健診の基準値の設定の背景などが興味深かった。
- ・特定健診をチーム医療として取り組んで成果が出ればいいなと思った。





宮脇研究員の講義



講義後の交流会の様子

### 事例紹介3 「特定健診・特定保健指導の事例紹介とワークショップ」

前年の秋に開催された「管理栄養士に必要とされる特定健診・特定保健指導の知識」に引き続き、その実践編として、クリニック研究員の宮脇からメタボリックシンドローム改善のための指導に必要な理論の説明や、実際の事例紹介及びロールプレイングが行われた。

まず、通常の栄養指導と特定保健指導の違いや行動変容理論、カウンセリングマインドなどについて概説した。特定保健指導の基本となる行動変容理論には、よく用いられているステージモデル以外にも、健康信念モデル、自己効力感、計画的行動理論、ストレスコーピングなどの考え方があるということや、内臓脂肪蓄積や肥満者には、認知に対する特有の「くせ」や「ずれ」があるということ、さらに、不適切な生活習慣や食行動にはその背景に心理的な問題を有している場合が多いため指導にはカウンセリングマインドで接する必要があるということについて説明が行われた。

次に、特定保健指導の対象者となった事例を2例提示し、対象者をどのように指導すれば良いかについて、数グループに分かれてディスカッションを行った。1例目は45歳男性で中小企業の経営者。以前からメタボを指摘されており生活習慣改善を試みているが、仕事が忙しくて何回も挫折している事例である。2例目は55歳男性。大企業の中管理職で仕事はワンマンタイプ。健康に対しては独自の考え方と信念を持つ。特定健診で動機づけ支援の対象となり、会社からの指示でやむを得ず特定保健指導を受けることになるが、生活習慣を改善する意志はほとんどないという事例である。いずれの事例においても、ディスカッションの結果をもとに、実際に対象者役と指導者役を選んでロールプレイングを行い、その後、全員で指導方法について討論を行った。

特定保健指導の対象となる人は、既に疾患を有して治療中の患者さんや自覚症状のある患者さんに比べると行動変容のためのモチベーションの高くない場合が多い。そのため、指導については、行動変容理論や心理的側面も含めた全人的なアプローチが必要とされる。

(宮脇尚志)