

## ◇学外学術・広報活動

### [はじめに]

教育・研究を目的とした大学附属機関である当施設は、食生活や健康に関する情報提供を一般市民に行うだけでなく、この領域に取り組んでいる専門機関や施設からの要請があれば、大学で取り組んでいる研究成果を社会に広く還元する学術・広報活動を行うことを設立の目的のひとつにしている。

### [内 容]

本年度は、下表に示す5件の講演の他に、「京都リビング」からの取材、岡山操山中学校生徒および盛岡大学栄養学科教員の取材訪問があった。

平成22年度出張講演一覧

実施日時	主催・講演題目・講師	対 象 者	開催場所
6/2(水) 10時～ 11時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>栗東市葉山東幼稚園 保護者研究会</li> <li>子どもの心と体を育てよう ～食育を通して～</li> <li>栄養クリニック指導員 木戸詔子</li> </ul>	葉山東幼稚園保護者、 園および市職員 約100名	栗東市 「栗東市立葉山 幼稚園」講堂
7/29(木) 18時～ 19時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>済生会滋賀病院 NST研修会</li> <li>普通食のような摂食・嚥下食の調理と 栄養管理</li> <li>栄養クリニック指導員 木戸詔子</li> </ul>	済生会滋賀病院NST 研究会スタッフ・医師、 看護師、栄養士、調理 師、他 約80名	栗東市「済生会 滋賀病院」研修 棟講義室
8/11(水) 14時～ 16時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>NPO法人 京都コリアン生活センター エルファ</li> <li>介護食の栄養と調理</li> <li>栄養クリニック指導員 木戸詔子</li> </ul>	エルファ職員・調理師、 調理や介護にかかわる 方14名	京都市東山区九 条「エルファ」
11/27(土) 14時30分 ～16時30分	<ul style="list-style-type: none"> <li>盛岡大学</li> <li>京都女子大学栄養クリニックの取組</li> <li>栄養クリニック指導員 木戸詔子</li> </ul>	盛岡大学栄養科学部教 員、栄養士会・保健所・ 福祉施設栄養士、滝沢 村役所職員、他 約40名	岩手県岩手郡滝 沢村「盛岡大学」 図書館講義室
12/16(木) 14時30分 ～17時	<ul style="list-style-type: none"> <li>栗東市保育研究会・食育部会</li> <li>食の大切さを見直す ～楽しい食事と元気な体～</li> <li>栄養クリニック指導員 木戸詔子</li> </ul>	栗東市保育研究会メン バー：保育士、調理師 約40名	栗東市役所第一 会議室

### 幼稚園保護者対象の講演「子どもの心と体を育てよう ～食育を通して～」

幼稚園と保育園が統合した施設、幼稚園（園児250名）の保護者を対象に、食育基本法が施行された社会的背景、ライフステージからみた幼児期食育の重要性、食べることの大切さ（食事は身体や心のかけ橋）、子どもの食習慣の形成、バランスのよい食事のとり方、家庭での食育の実践などについて、できるだけ具体的な事例を紹介しながら講演した。乳児を連れて参加されている方も多く、熱心にメモを取られている方もおられた。講演後に、3歳児と年長組による「今日の給食の栄養について」保育士の授業風景を保護者と一緒に見学し、給食も試食させていただいた。後日、栗東市の職員から、講演内容を栗東市の幼児の食育推進のための資料として使用させて欲しいとの申し出があったので受諾した。

### 介護食に関わる専門職対象の講演「介護食の栄養と調理」

NPO法人 社会福祉施設「エルファ」は、要介護者のデイサービスと在宅要介護者を対象とした弁当を70～120個程配送している施設である。講演前に管理栄養士不在のため、エネルギー量も算出していない、対象者がほとんど韓国人なので、濃厚な味付けや特定のソースを好む習慣がある、疾病を抱えた高齢者が多いにも関わらず、疾病に対応した食事がほとんど提供できてないなどの事情を収集して、お話させていただいた。また、講演直前に、厨房や調理作業の一部、また、デイサービス利用者の様子なども見学させていただいた。

講演は少人数であったので、テーブルを囲み、随時質問を受け付け、お応えする形式をとった。加齢に伴う身体機能の変化と食事のトラブル、高齢者に必要な栄養と食品の選択、調理上の工夫、主な疾患に対する簡単な食事指針などについて、資料を配布してお話をした。

大変熱心で、沢山の質問を受けた。講演後も30分ばかり質問が続いた。引き続き支援を求められたので、1ヶ月の献立をいただいた。塩分の摂取過剰の早急な対応が必要と思われたので、調味料などの計量も正確に行うこと、栄養価計算ソフトを購入し、献立のエネルギー、たんぱく質、脂質、塩分等を算出することを勧めた。

### 病院NST研修会での講演「普通食のような摂食・嚥下食の調理と栄養管理」

済生会滋賀病院より、摂食・嚥下障害食の食事内容を改善したい、病院での栄養管理の先端の取組みを紹介して欲しいとの依頼を受けた。講演に先立ち、数種の献立1週間分を送付してもらい改善点を検討させていただいた。講演前にお会いした消化器内科部長やNSTスタッフは、栄養管理への意識が高く、実際の対応の遅れに危機感を持っている様子が伺えた。500床の病院内での研修会に80人も参加していただき、栄養への関心の高さに驚かされた。

講演はスライドを使用し、一部の献立については作り方を記載した資料を配布した。まずNST、TNT-Dにおいて、医療スタッフの連携による栄養管理の重要性について説明し、人間らしく生きるための食事、食べ物の認識と消化液分泌との関係、摂食・嚥下の機能・器質障害による問題と対策、調理上の工夫となめらか食、ソフト食、パッククッキングの献立紹介、栄養管理システムにおける管理栄養士による栄養アセスメントの重要性と事例等を紹介した。



### 保育士、調理師を対象とする講演「食の大切さを見直す ～楽しい食事と元気な体～」

偏食への対応に悩んでいるという栗東市の保育士による食育研究会から、食育の観点からグローバルな話と偏食改善のための実践例を紹介して欲しいとの依頼を受けた。

配布資料を使用して、「厚生労働省 保育所保育指針」における食育の目標、実践への提言についての解釈、実践事例等を紹介した。また、同省から示されている「食からはじまる健やかガイドにおける幼児期の目標（＝楽しく食べる子どもの成長）」の5項目の具体的実践方法、幼児期の偏食の定義（とらえ方）、偏食の原因と偏食対策の実例、幼児期の食事トラブルにはメンタル的な要因が大きいこと、その生理現象の解説、家庭との連携や、楽しく食べられるための環境づくりの重要性などについて述べた。

### 京都リビング取材「卵に関するギモン」

読者から卵に関する質問が多く寄せられているので新聞記事にしたいとの取材要請があった。栄養上の特徴、コレステロールについて、一日何個まで食べてもよいか、生卵とゆで卵の栄養の違い、ウズラ卵との違い、価格や鮮度と栄養との関係、生卵は妊婦や幼児が食べてもよいか、有精卵と無性卵の違い、よい卵とは、カラザや血液の入った卵は食べられるか、赤玉と白玉の違い、卵殻の利用、SMLサイズの違い、卵の自給率が低い理由、賞味期限、冷凍卵の調理性と栄養価、保存方法、殻にひびが入った卵の扱い、良い卵とは等、30項目ほどの質問に応じた。9月25日「リビング京都 西南」情報誌に「卵に関するギモン」のタイトルで掲載され、記事にならなかった部分は、リビングのHPに掲載された。

### 岡山県立岡山操山中学校生徒訪問

岡山操山中学校教諭より、「当中学2年生が卒業研究に取り組んでおり、その課題解決のために栄養クリニックを訪問したい」との連絡を受け、中山指導教員と木戸指導員が応じた。

食に関する研究に取り組んでいる女子生徒3名が、当栄養クリニックを訪問され、当施設の設定主旨、アレルギーの原因とアレルギーに対応した代替食品、現代の食生活の安全性、当栄養クリニックでの子育てのサポート、サプリメントの効果、世界の貧困国への支援など、中学生とは思えないほどしっかりした内容の質問を受けた。

一つひとつの質問に答えていき、課題の解決のための情報検索の仕方などを支援した。どんな卒業論文にまとまるのか、楽しみにしている。

(木戸詔子)