

# 2019年度 活動推進事業報告

## 柏崎支部

事業名 公益2 第5回活動推進事業『柏崎支部研修会』

日時 2019年11月16日(土)

場所 柏崎市エネルギーホール

参加者 栄養士会柏崎支部会員 12名

### I. ワークショップ

#### —だしを活用した減塩—

講師 今井商店 若林奈穂子様



#### 【目的】

新潟県民は胃がんの死亡率が高く、塩分の取り過ぎが問題と言われている。無理のない減塩を啓発するために、煮干しや昆布などのうま味成分に着目し、専門家から知識を習得する機会とした。

#### 【内容・効果】

①煮干しの扱い方 ②だしの取り方 ③だしの活用法

同じ煮干しで3種類の煮干しだしを試飲して味わった。

煮干しだしに昆布だしを加えるとさらにうま味が強くなることを皆さん感じ取ることができた。

参加者の学校栄養士さんは子供たちの実習に活かせると好評だった。

他の参加者は改めてだしの効果を実感した。



**A:** 煮干し 頭とはらわた付きで一晩水出し

**B:** 煮干し 頭とはらわた取り除き一晩水出し

**C:** 煮干し 頭とはらわた取り除き数時間水出し



## Ⅱ. 講話

### ーにいがた減塩ルネサンス運動の成果と今後の課題ー

講師 柏崎地域振興局健康福祉部 山下加奈代様

#### 【内容・効果】

活動を通して食塩摂取量は減少したものの、野菜や果物の摂取量は増加していないことがわかった。

「主食・主菜・副菜の揃った食事」への取り組みと無関心層への働きかけをこれからも継続していかなければいけないと思われる。

講話後のグループワークでは、それぞれの施設の課題として、やはり、減塩すると患者様や利用者様が食べてくれないという現状もあり、皆さん困っているという意見が多数あった。

「美味しく減塩」というのは永遠の課題である。

## Ⅲ. 症例検討会

### ー在宅訪問栄養食事指導についてー

報告者 栄養士会員 久我千代子 今井恵 青木章子

#### 【内容】

在宅医療栄養推進事業を2019年8月から『柏刈栄養サポート』として再始動したことや、昨年度実施したモデル事業（6件）を担当者から報告した。

説明・紹介後のグループワークでは、ケアマネジャーからケース紹介があってもご家族やご本人の都合や希望に合わせること及び予定が叶わない場合が多くあり大変なこと、対象者への介入で効果を得られると担当栄養士の張り合いややる気に繋がること等、事業に携わっていない参加者からは大変さや遣り甲斐を知ることができたという意見が挙がった。

また、この事業に興味関心を持ち現状の詳細や活動方法等尋ねる参加者もいた。栄養士同士の繋がりを持つ機会の実施と重要性が得られた。また、今回は参加者が少なかった為、開催時期は今後の課題となった。

