



＝ 病院管理栄養士の新しい姿＝ 在宅にも地域にも挑戦！！

日本栄養士会誌より

様々な職域に分かれて活躍している管理栄養士・栄養士は、病院や学校、保育所、大学や研究機関などに在籍しているものの、一般の人にはなかなか気軽に会うことが出来ない専門職とも言われがちです。

公益社団法人 日本栄養士会では、2018年から『栄養ケアステーション』の設置、その認定制度をスタートさせました。

『栄養ケアステーション』は、地域の住民の皆さんに、管理栄養士の所在を明確にして、日々の食事や栄養にまつわる相談が気軽に出来ること。料理教室や講座を受講出来ること。栄養ケアの支援を受けやすくすること。などなど、そういった活動の拠点となるように創設されました。

現在、認定栄養ケアステーションは全国に112ヶ所あり、地域の皆さんの課題を解決する役割を担っています。

私は、3ヶ月に1度、地域ケア会議というものに参加し、地域のご高齢の方の課題を症例という形で学んでおります。

現実的な課題を目の当たりにしますと、やはりこの武里の地域にも栄養ケアステーションのような活動を担う場所が必要なのでは？と痛感するこの頃です。



～秋の空気を感じるこの頃～

真夏の暑さから、少しずつですが秋に近づいてきましたね。

皆さん、体調はいかがですか？

夏の疲れは、少し涼しくなってきた頃に訪れます。

十分睡眠をとり、胃腸を温めましょう。



～未来ある子供達への食育～

子供にとってなぜ食育が重要なのでしょうか？

1. 子供の集中力や学習能力が高まる

健康的、バランスの良い食生活をおくることで、集中力や学習能力が高まると言われています。子供だけでなく、大人でも、朝食をしっかり食べて体力アップ、作業能力アップを図りましょう。

2. 子供の免疫力が高まる

食に関する正しい知識を持たせ、自分の食べるものをしっかり選べるように導きましょう。そうすることで、病気に負けない免疫力をつけ、成長を促すことが出来ます。

3. 子供が情緒豊かになる

食事の楽しさ、誰かと食べる幸福感、料理を作る人や食材を育てている人への感謝の気持ちを知ることで、子供の色々な感情の育成に繋がります。

4. 食文化の継承になる

次世代へ日本の食文化をつないでいくためにも、食育活動はとても重要です！