

「笑って」「食べる」を提供する人の会誌

しょう 笑 しょく 食 かい 快 ぜん 膳

今はまだ、道半ば。
夢に向かって突き進みます！

「表紙の人インタビュー」
株式会社アルス 管理栄養士 藤野戸 浩輔さん

2018
No.162

4
月号

発行／公益社団法人 日本メディカル給食協会

〔特集〕 第39回フード・ケータリングショー 健康・食事相談感想文 3

■ 巻 頭 言	1
■ セミナー情報	12
■ 支部別研修会一覧	16
■ 会員企業紹介	18
■ 協会だより	24

■ 厨房機器のメンテナンス	26
■ 耳寄り情報	28
■ 受託責任者を訪ねて	30
■ 編集後記	31

表紙の人 インタビュー

(株) アルスで勤続10年を迎え、3年前には同社で初めて、働きながら管理栄養士の資格を取得したという藤野戸さん。しかしまだ夢は道半ばなのだそうです。

「普段は現場主任として施設の厨房を取りまとめています。入社3年目くらいから次第に責任ある立場を任せられるようになり、従業員のシフト調整、事業所の損益管理など、さまざまな業務に携わる中でより視野が広がったと感じています。」



仕事の中で気をつけていることは？

「コミュニケーションです。僕は体育会系で、つい強引に仕事を進めようとしがちだったのですが、それだとやっぱり他の従業員とぶつかってしまう。日頃から細かいコミュニケーションを取っておくことで、言いづらいことも言いやすくなるなど、そういうことは意識するようになりました。」

ずっと管理栄養士を目指していたんですか？

「そうですね。仕事が終わったあとに勉強という日々だったので、大変でした。5回ほど落ちちゃったんですけど、6回目にしようやく合格できました (笑)。」

その根気の源は何だったのでしょうか。

「スポーツ栄養士として、アスリートの栄養管理に携わるという目標があるからだと思います。」

僕は小中高と野球を続けてきたのですが、体が小さかったんで、体を鍛えることに興味がありました。あるとき読んだ本から、食事や栄養管理によってアスリートの体づくりを支えるプロがいることを知り、栄養士への道を歩むことに決めました。スポーツ栄養士になるには管理の資格が必要だったので、どうしても合格したかったんです。

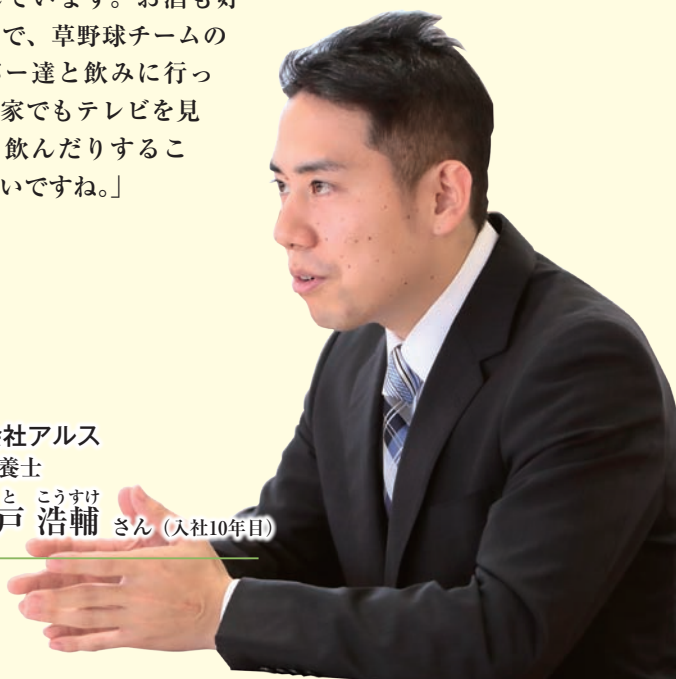
今は実務経験や専門知識を身に付けたいと思っていて、アルスでスポーツ栄養学に関わる仕事ができないか、いろいろと取り組んでいる最中です。」

休日はどう過ごされていますか？

「友達と草野球をしています。他にもスポーツ系の趣味が多くて。最近では姉がやっているバレーボールの手伝いや、ボルダリングなどに熱中しています。お酒も好きなので、草野球チームのメンバー達と飲みに行ったり、家でもテレビを見ながら飲んだりすることが多いですね。」

株式会社アルス
管理栄養士

ふじの こうすけ
藤野戸 浩輔 さん (入社10年目)



素朴な疑問から新しいオペレーションを掘り起こす

一般社団法人日本厨房工業会 会長 谷口 一郎



4月となり、卒業したばかりの新人の皆さまもようやく慣れはじめたところではないかと思えます。自分が新人であったころの記憶を懐かしく思い起こすことも方もいらっしゃるのではないのでしょうか？

日本メデイカル給食協会の会員企業の活動は、治療食を通じて国民の健康と医療に貢献するという大きな目的を持っており、人と社会を直接支えているという、より現場の意欲をかき立てる仕事となっていると感じます。また今後、介護と在宅医療への展開は社会的な重要性の広がり示すものと感じております。

このような活動に対して、私たち日本厨房工業会は、食を支える業務用の機器及び設備に関する安全と衛生の確保、災害の防止及び環境の保全を目的として、厨房を通じて日本

の食文化の発展を追求するものであり、食を通じて国民の発展に貢献するという大きな目的を共有するもので、たいへん密接な繋がりを感じております。

厨房という空間は、建物の中ではある意味たいへん特殊な空間です。それは電気・ガス、給水、給湯、そして人とモノ、すなわちエネルギーと食材と料理のすべての流れが集中する、建物の中では他に例が無い空間であり、この作り方によっては、食を作る上での作業そのものの方法、作業の快適性、生産性をはじめとして、食を供給するという活動に大きな影響を与えます。

また、治療食という性格から、食べる方々の事情は個人によって異なるという側面を持っており、衛生を保ちながら多様さを作り分ける難しい

オペレーションをこなされています。

このような特徴に対して、長い歴史と先達の努力の積み重ねにより築かれてきた技術ノウハウは莫大なのがあります。しかし、それが現場に伝わっていないということがあります。

厨房や機器については、作った側は現場の使い方を想定しますが、ある面では使い方の場面設定に思い込みもあるので、実は使う側の方々が機器の癖を熟知しており、機能の応用についてよく知っていることは多々あることです。製作側から使う側の方々に対して、こんなことをあえて説明したら釈迦に説法のようになり失礼であろう、ということもあります。

とはいえ厨房や機器を長年使ってきて、作ってきて、利点も欠点もよくわかっていて、いつの間にか専

用機化してしまい、本体機能はもとより本体以外で改良品が組み合わされても、長年の技術開発による改良点が実は伝わっていないというようなケースです。

実のところ、工場の製造現場において業者から「御社は聞いてこないで、てっきり知っているものだと思っていて、何らかの事情で採用しないのだと思っていた」ということが実際にあって担当者が哑然とした、ということがあります。

現在、調理機器の操作の多くはデジタル化され、温度コントロールもパネルから行うことができるようになりました。かつてオーブンなどは電気やガスの熱源により形も見た目にも異なっていました。現在では遠目に見ればパネルも同じであり、区別が付かないほどです。これらの制

御技術の進歩は新しい使い方、調理方法を創り出し、場合によっては時間の異なる調理工程を混在させてオペレーションすることが可能なものも出てきています。長年やろうとしていたことが、技術の進歩により実はすでにできる、アシストできるということも隠れているのではないのでしょうか？

今まで我慢していたこと、仕方が無いと思っていたことが実現する反面、本当にできるか、腕が振るえなくなるのではという懸念は、現場をアシストする技術の開発に進んでいきます。

自動車は自動化によって運転の楽しみが無くなるのではないか、という懸念は、例えば、5段の変速は自動変速機がアシストして多段化することで解決されました。温度調節が自動で、かつきめ細くなったことで多様なメニューがコントロールできるようになることもこれに似ています。

ロボット、自動化といったことが新聞紙面を賑わせている昨今、いままだ前と思っていること、いまだ

変な思いをしていること、再び新人時代に抱いた疑問、気持ちを思い起こし、互いに、各々に、深く突き詰めることは新しいアイデア、オペレーションを生み出す揺りかごととなります。

食の世界も個々に対するオーダーメイドへと進化を続けています。本来、このようにやりたいということができる、どうやって作るかだけでなく、何を作るかに制限がなくなりつつあり、新しいオペレーション、新しい献立がまた新しい方法を作り出すことに繋がっています。

日本メデイカル給食協会が、日頃から新しい献立に取り組まれていることは大変素晴らしいことであります。このような取り組みには、食の現場の働く方々だけでなく、両輪の片方である機器、設備で支えになることができます。そこでのさらなる高みへの要求に応えられるよう互いに素朴な疑問をぶつけ合い、深く突き詰める研鑽の中から、新たなそして豊かな食文化、楽しみとしての食の広がりが育まれますことを期待して巻頭言といたします。





第39回 フード・ケータリングショー 健康・食事相談感想文

「国際ホテル・レストランショー」「フード・ケータリングショー」「厨房設備機器展」の3展示会が（一社）日本能率協会の主催で例年どおり東京ビッグサイトで開催され、当協会も主催団体の一員として2018年2月20日(火)～23日(金)まで参加しました。

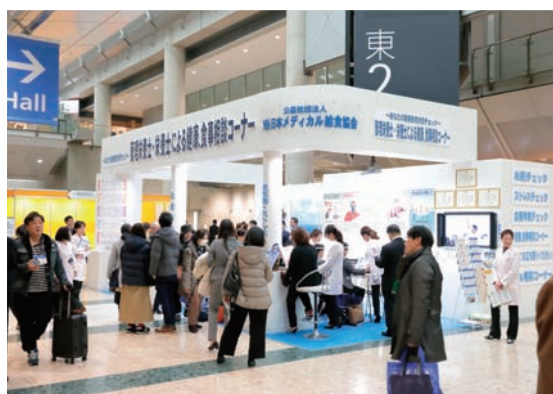
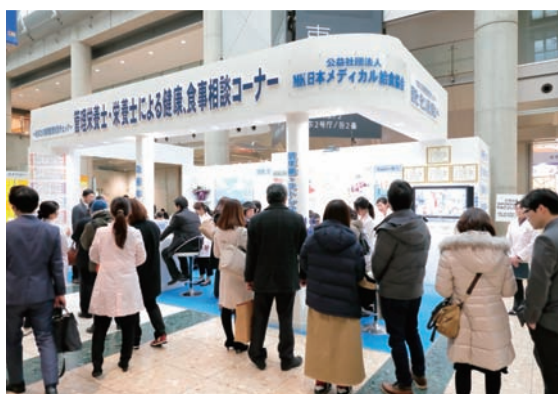
フード・ケータリングショーでは、この数年間毎年続けて「お役立ちの提案～安全・安心・健康・おいしさを求めて～」のメインテーマのもと、当協会主催の展示ブースを開設しました。

展示ブースでは「管理栄養士・栄養士による健康食事相談コーナー」を設け、栄養士委員会の協力のもと、会員企業より管理栄養士・栄養士総員65名が来場者の皆様に様々なアドバイスを実施しました。ブースの食事相談では、体組成計を使いながら日常生活、食生活などについて対面で相談を受け、普段の日常業務では見られない真剣な眼差し（笑い）で受け応えるスタッフの姿に改めて感銘を受けました。

また、お肌チェック、血管年齢測定、ストレスチェックのコーナーには、普段、ほとんどの方が接する機会が無いことから興味本位もあり、男性諸氏が大勢訪れ大変な盛況となり、1,230名の方からアンケートの回答をいただき、血管年齢測定、お肌チェック、ストレスチェックには延約3,472名の来客がありました。毎年実施していることから「今年も寄ったよ。去年より若くなったよ…」と言いながら立ち寄りリピーターも増えました。

さらに、当協会主催の給食セミナーでは、平成27年12月1日付で改正労働安全衛生法が施行され、50人以上の事業所では年1回のストレスチェックが義務づけられていることに鑑み、株式会社ウェルネット 第一種衛生管理者 大場史朗様に、実施後の職員個人々人へのフォローアップと、行政機関等への報告義務等について講演いただきました。当日の受付は先着200名としていたところでしたが、協会関係者のみならず学生、一般来場者など約90名の方に聴講いただき、今後の職場改善、取り組みについてのアドバイスとなりました。

この度のフード・ケータリングショーへの各社のご協力に感謝申し上げ、当日ご支援いただいた会員企業で、参加された皆様の感想を掲載します。



株式会社津山商店 久保田 理美

この度、フードケータリングショーの栄養相談に参加させていただき、貴重な体験をすることができました。管理栄養士の資格を持っていながら、今まで栄養相談の経験がありませんでした。

今回、私が担当させていただいたのは、肌年齢測定で、最初は、質問されたことに答えるだけだったのですが、慣れてくると、自分から積極的に声をかけたり、話を聞くことができました。栄養相談や、食事相談は、経験がない自分には無理だと思っていましたが、これからも機会があれば積極的に参加し、自分自身のスキルアップにもつなげていきたいと思っています。



株式会社津山商店 野上 八重子

昨年に続き「食事相談コーナー」担当として参加させて頂きました。健康に関心のある方や来場者も多く、大変有意義な時間を過ごすことができました。ある程度、事前の予習はしていったつもりでしたが、いざお客様を目前にすると、緊張してしまい、最初は適切なアドバイスができたかどうか不安でした。しかし、他社の方々やメディカル協会の役員の方々と会話をすることによって、緊張も解けスムーズに行えるようになりました。立ち寄って頂いた方の半数以上は、毎日の慌たしさの中で、なかなか「バランスのとれた食事」をすることが難しい等の悩みが多くありました。外食やコンビニ弁当、朝食抜きなどなど……栄養士として、心が痛くなるような食生活を送っていらっしゃる方もいました。

そんな中で、少しの工夫と手間で、理想的な食事に改善される旨をお伝えすると、納得された様子で「やってみます。」と言って下さり、嬉しく思いました。

ストレスチェック等の測定の辺りには、いつの間にか長い行列ができる程で、皆さん自身の健康に大変高い関心を持っていらっしゃることに、改めて驚かされ少しホッとした気持ちになりました。今回のブース場所は、会場入口そばの外側ということもあり、始まった頃は寒くて、不安もありましたが、時間がたつにつれ、皆さんの熱気で熱さも感じられ、アツという間に終了時刻となりました。(協会役員の方々の温かい、ご配慮にも大変感謝しております。)お昼休みも食事をとりながら、他社の方々と情報交換もでき大変参考になりました。一緒に参加させて頂いた若い栄養士達も、とても良い刺激を受け、一步成長してくれたようで大変喜ばしく思っています。

このたびは、このような貴重な経験をさせて頂き、本当に有難うございました。

株式会社馬淵商事 丸山 佐智子

フードケータリングショーへの参加は2回目ですが、今回も沢山のお客様で賑わっていました。私は肌年齢測定の担当でしたが、結果内容はプリントされ、具体的なアドバイスも載っているので、そちらを参考にしてお客様に説明をしました。男性も女性も、実年齢よりとても若いお肌をお持ちの方が多く、普段行われているスキンケアのお話で盛り上がりたりと、楽しく会話しながら業務に取り組みたと思います。

今回も貴重な体験をさせて頂きありがとうございました。

株式会社東テスティパル 伊東 麻衣

私は、今回、血管年齢測定を担当させて頂きました。他にも肌年齢、ストレス測定、食事指導のコーナーがありましたが、4つの中で一番測定する時間が短く、お客様の入れ替わりが早いので、多くのお客様と接することができました。お客様の血管年齢が若かった場合は会話をつなげやすかったのですが、悪い結果が出た場合の説明は1人1人対応が変わるところもあり、分かりやすく話さなければならぬので難しく感じました。しかし、時間が経ち、慣れてくると、お客様と接することが楽しくなり、受け答えもスムーズにできるようになりました。アドバイスや質問内容によっては、血管年齢がきっかけで他の測定にも興味をもって頂けるように伝えたり、食事指導へつなぐこともできました。今回経験させて頂き、もちろん知識も必要ですが、同じくらい相手に伝える力も必要だと改めて感じました。貴重な機会を下さりありがとうございました。

株式会社南テスティパル 西岡 杏子

今回初めてフードケータリングショーに参加致しました。

フードケータリングショーで測定員として参加することで、弊社で実施している健康イベントに反映できるのではないかと思います。参加致しました。私は肌年齢測定を担当しました。

初めて触れる機械で不安はありましたが、多くのお客様と接するうちに不安もなくなり、お客様と会話することが楽しいと思えるようになりました。

他社の方とお話する機会にもなり、とても貴重な経験になりました。今回の経験を活かして日々業務に取り組みたいと思います。

シダックスフードサービス株式会社 大友 茜

今回、健康、食事相談コーナーに参加し、たくさんの方にブースに寄っていただいたことで、改めて、食事の大切さ、食への関心が大きいという実感が湧きました。

また、現場栄養士として働いているので、日々の業務では気付かなかった、栄養士としての、社会に貢献できる役割の広さ、大きさというのを感じることもできました。

株式会社エム・ティー・フード 久保園 麻衣

フードケータリングショーに参加して、普段の給食業務とは違った方向から管理栄養士として参加することができ、とても良い経験ができました。

普段は治療として栄養を考えながら食事を作っていますが、一般の人に向けて予防の面から栄養についてアプローチする機会がないので、とても良い勉強になりました。

今回は、ストレス測定を担当させて頂きましたが、自律神経についてや、ストレスに良い栄養素についてなど、もっと勉強していれば分かりやすいアドバイスができたのではと思った点もあったので、これからの機会に活かしていきたいと思います。



株式会社レバスト 小松 加奈子

最終日に参加、食事相談コーナーを担当させていただきました。前日までに比べたら来場者数が少ない日だったようですが、相談スペースや測定器が足りなくなりお待たせする場面もあり、初参加の私にとっては充分すぎるほどめまぐるしく時間が過ぎていきました。

測定に来て下さった人の中で、出展のついでに毎年当コーナーを楽しみにしているとおっしゃった方がいたのが印象的でした。

幹事さんはじめ、同じ相談コーナーを担当された方々には大変お世話になり、ありがとうございました。

株式会社エム・ティー・フード 安元 真奈美

普段の業務とは様変わりな内容だったので、始めは緊張もありましたが、参加者の皆さんと協力して取り組むことができたと思います。

また、ブースに来られる来場者の数がこれほどまでとは想像していなかったので驚きもありました。

いかに日頃から健康や食事について、世間一般の関心が高いのかということを再認識しました。

私も日々の業務に追われるだけではなく、健康と食に関する知識や経験をより深めて行きたいと強く感じました。

この度は、このような機会を頂き、ありがとうございました。

株式会社グリーンハウス 吉田 美和子

食事相談コーナーの担当として、今年で4度目の参加をさせて頂きました。例年、多くのお客様にご来場頂いておりますが、私が担当したお客様は、ご自身の健康だけでなく、旦那様やお子様の健康にとっても気を配っている方が多く、日々の家庭での食事について、それぞれのライフステージに合っているか、といった相談が多かったように感じました。幅広く知識を持っていないとではならぬ、と気の引き締まる思いになりました。また、他社の方ともコミュニケーションが取れ、情報交換できたことも、非常に良い経験ができたと感じております。この度は貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。

株式会社津山商店 山口 彩美

今回初めて栄養相談員として参加させて頂きました。普段の仕事では、厨房での業務や献立作成をしているので、人と接して栄養についての話をすることも初めての経験でした。血管年齢の測定を担当させて頂き、結果についての原因や改善方法を皆さんと話し、とても楽しく仕事することができました。

日々、食事や運動に注意している方や、仕事で忙しくそこまで時間や意識を向けられていない方、さまざまでした。時間がとれない、野菜が高くてあまり買えない、仕事で疲れて運動できない……などの理由で、取り組みたいけど取り組めない方へはどうアドバイスをしていけば良いのか、悩んでしまいました。

どうして取り組めないのか、その部分から改善に向けてのアドバイスができるような栄養士になりたいと目標を見つけることができた経験でした。

ありがとうございました。

株式会社ニッコトラスト 小林 浩子

私は肌年齢を担当しました。

たくさんの方が興味を持ってきて、順番待ちの列ができる程でした。

結果の説明をする時にうまく説明できなかった自分の知識不足を感じました。

厨房で働いているので今回の経験はとても貴重でした。日々の忙しさに勉強が疎かになっていましたが、良いきっかけをいただきありがとうございました。



株式会社ミツオ 内藤 千愛

この度は栄養相談会に参加させて頂き、ありがとうございました。

私は普段、老人ホームで調理をしているので、お客さんに栄養を指導したり相談をする機会がなかったので新鮮で楽しかったです。その反面、お客さんの計測結果が悪く、アドバイスしても落ち込み続ける方がいて、こういった提案をすればいいのか悩む場面もあり、自分が知識不足だということを思い知りました。これを機にしっかりと栄養学を学んで自信をもって栄養指導をし、どんな悩みをもったお客さんでも笑顔で帰したいと思いました。他にも、いろんな給食会社の管理栄養士さんと話すことで視野が広がったり、そのやり方を取り入れたいと思ったりと、私にとって良い刺激になる一日でした。また、こういった機会があれば是非参加させて頂きたい。ありがとうございました。



株式会社トモ 加藤 晴香

食事相談コーナーにて、参加をさせていただき、誠にありがとうございました。

フードケータリングショー自体が初めての参加でしたので、右も左もわからず緊張の連続でした。栄養指導もあまり経験がなかったので、当日上手に指導することができるかととても不安でした。私が担当した肌年齢測定では機械でのチェックが主だったので、リーフレットなどを使ったアドバイスをを行い、お客様に食事に気をつけてもらえるような意識付けをできるように努力しました。他社の栄養士様と仕事をする機会も初めてのことで、上手にコミュニケーションもとることができなかったのですが、今回の経験を仕事で役立て、食事相談など行う時がいつまでも良いように知識作りをしていきたいと思いました。次回も参加できたら参加させていただきたいです。

株式会社ベネミール 橋本 千恵美

昨年に引き続き、今年も2月20日から23日にかけて東京ビッグサイトにて開催されましたフードケータリングショーに参加させて頂きました。日本メディカル給食協会主催の「管理栄養士・栄養士による健康、食事相談コーナー」。その中の栄養相談コーナーを担当させて頂きました。当コーナーに足を運んで下さった来場者の方々とお話しをしながら、生活習慣を聞き取り、機器を使用し骨密度、体内水分量等を測定。まとめた結果をお伝えすることによって生活習慣を少しでも考える切っ掛けとなり、その一端を担えたのであれば幸いです。この度は貴重な体験させて頂き誠にありがとうございました。

株式会社レパスト 山本 真未

今回、初めて参加させていただいたので、右も左も分からない状態でしたが、他社の方々と一緒に互いに声をかけ合いながら、和やかな雰囲気の中で終始過ごすことができ、とても良かったです。

私は肌年齢測定を担当させていただきました。ブースに立ち寄った方々に、計測機器の使い方を説明したり、普段の食生活の聞き取りを行う中で、皆の食事に対する意識の高さを男女共に感じました。これは、今後、管理栄養士の役割が多岐にわたり、より実践的な能力が求められている証拠だと思います。“管理栄養士”という資格に責任を感じると共に、同業他社との横のつながりも感じられた、そんな一日でした。

ありがとうございました。

日清医療食品株式会社 吉澤 悠

今回のフード・ケータリングショー栄養相談に参加させていただいて、管理栄養士・栄養士としての振るまい方などを改めて考えることができました。相手の性別・年齢などに応じて、測定の結果やアドバイスをわかりやすく説明するにはどうしたら良いか考えることは難しくもあり、とても面白いと感じました。また、私は管理栄養士2年目で、初めてこの企画に参加させていただき、全国の管理栄養士・栄養士の先輩方とコンタクトをとることができ、様々な情報を得られ刺激を受けました。

今回の経験を日々の業務や自身の成長に生かせたらと思いますし、これから多くの経験・知識を吸収できたらと思います。



株式会社ミツオ 野木 絵美子

今回、栄養相談のコーナーを担当してもらい、多くの方とお話することができ、私自身も楽しい一日を過ごさせていただきました。

私にとっても会社としても初めてのことでしたので不安もありましたが、資料もあり、安心して来場者の方とお話することができました。

来場者の方が悩まれているものの多くが高血圧、糖尿病という問題でした。情報があふれている中、なにが正しいのかと聞かれることも多く、自身の考えであったり経験をお伝える場面もあり、今後多くのことを経験し、知識として身につけていき、相手に解りやすく伝えることができるようにスキルアップをしたいと思いました。

このような貴重な経験をさせていただき感謝します。

今後も機会がありましたら参加させていただけたらと思います。ありがとうございました。



株式会社トモ 奥田 典子

先日はフード・ケータリングショーの食事相談員として参加させていただきましたが、ありがとうございました。大きなイベントでの食事相談は初めてで、最初はすごく緊張しましたが、オリエンテーションの際の幹事様の石橋さん、佐藤さん、宮本さん、中村さんが笑顔で優しく教えてくださり、心強かったです。いただいたアドバイスのお言葉は魔法の言葉となり、リラックスできますことで、自分の中のベストは出せたと思います。トモは5名、他社さん11名で21日を担当させていただきましたが、どの方もプロに徹しよう、成功させようという想いが、顔つきからも伝わってきて、私も一員に入れていただき、一緒にお仕事させていただき、とても勉強になるとともに楽しい1日を過ごさせていただきました。足を止めてくださった方には「立ち寄ってよかったなあ」と思っていただけに心の栄養を、お伝えできるように意識して食事相談に挑みましたが、どの方も優しく、私の方が、励ましの言葉や元気をたくさんいただきました。幸せな1日をありがとうございました。

株式会社ニチダン 濱田 彬宏

当日、私は「血管年齢測定」を担当させて頂きました。こういった、協会主催のイベントへの参加は初めてでしたので、緊張感がありました。担当幹事の方より機器説明と結果に対するコメント対応について教わり、一層の緊張と不安が増しました。始まると、初めは上手く言葉が出てきませんでしたが、担当幹事の方よりコメントに対するアドバイスを頂いた事で、徐々にスムーズに伝えられるようになりました。計測結果に対して一喜一憂する来場者に対して、その場で適切なコメントを発してフォローするという臨機応変さが求められました。これは、日常の業務では、なかなか得られない経験です。末筆になりましたが、このような貴重な機会を与えて頂いた日本メディカル給食協会様並びに関係者の皆様に対して、御礼申し上げます。

株式会社テストパル 垣辻 友希

私はストレスチェックの測定を担当しました。「ストレス」とは誰もが関心のある項目であるようで、性別・年齢を問わず多くのお客様が足を運んでくださいました。私自身初めての参加ということもあり不安でしたが、時間が経つにつれてお客様との会話を楽しみながら測定させていただきました。お客様は私たち栄養士をプロとして見ています。食のプロとしての的確なアドバイスができたかと問われると、まだまだ勉強不足な点もありました。この経験を活かしてさらなるスキルアップに努めてまいりたいと思います。また、普段ではあまり接することのない他社の栄養士の方々とコミュニケーションを取ることができ、新鮮で嬉しかったです。この度は大変貴重な経験をさせていただき、ありがとうございました。

株式会社トモ 岩田 彩加

今回は貴重な体験をさせて頂き、ありがとうございました。私は入社してから健康相談・食事指導は全くしたことがなく、初めてさせて頂きました。ストレス測定担当でしたが、時間帯によってはお客さんがすごく並んでいる時もあり、あまりコメントできない時もありましたが、臨機応変に対処できたので、よかったのではないかと思います。今回参加させて頂いて、管理栄養士としての未熟さをとても実感しました。これを機に管理栄養士として成長していきたいと思っています。

株式会社馬淵商事 中村 梓

フードケータリングショーの食事相談コーナーを担当しました。普段の仕事では直接お客様と話をすることが少ないので、今回の食事相談の仕事は私にとって、とても新鮮な体験でした。中でも来場者が普段どんな食生活をしているのか、食や健康についてどう感じているのか聞くことができました。健康の意識が高い方や料理の工夫をされている方などの栄養相談を通じて改めて正しい情報発信が大事なのだと感じました。今の仕事で関わっている健康に対しての情報発信やお客様にとって心と身体から満足のいく食事の提供ができるよう、このケータリングショーでの体験を活かしていきたいです。

日清医療食品株式会社 横田 沙織

今回普段では体験することのない貴重な経験を行うことができました。栄養相談を担当させていただき、栄養相談をしたこともなくとても不安でしたが、食事や栄養、生活について1人1人お話ししていくうちに緊張や不安もなくなり、時には自分からその方に質問などもできるようになりました。また来場していただいた方だけでなく、他の企業の栄養士の方と自分達の普段の業務の話をしたのもとてもいい経験でした。様々な企業や地方で働いている栄養士の方とお話しもでき、これからもより一層今の仕事を頑張りたいと思います。またこのような機会があれば、参加していきたいです。





日清医療食品株式会社 川口 朝子

今回初めてフードケータリングショーの「健康・食事相談コーナー」に参加させて頂き、私は、ストレス測定の担当をしました。普段の仕事の中では、直接お客様に栄養相談を行う機会はないので初めは上手く説明できるか不安でしたが、ストレスがある方にはストレスを軽減する食品をオススメしたり、運動方法を提案したりしました。お客様は、企業の方々や学生さんまで幅広い年代の方に参加して頂き、測定する列も絶えず、あっという間に1日を終わりました。また、この経験から自分の栄養知識の不足を実感したので今後の課題としていきたいと思います。

この度は、貴重な経験をさせて頂き、ありがとうございました。

株式会社LEOC 室井 佳代

普段、病院で行う栄養相談・指導とは違った難しさを感じました。「病気を治す」ためのものではないため、アドバイスの範囲に悩むこともありました。

日々、忙しく過ごしている中で体のために、健康のためにと少しでも気をつけようと思っていたことがそのままアドバイスになる場合もあり、嬉しく思いました。

100%満点の食生活が難しい環境下で、すこやかにくらすために、新しい情報にも敏感になり、良いものを見極め、発信していきたいと思いました。

とても良い経験をさせて頂き、ありがとうございました。

株式会社ベネミール 正能 雅恵

今回は食事相談コーナーを担当させて頂きました。

当日は沢山の方々の食事相談を行いました。中には、外国の方でも数名対応させて頂く中で、文化の違いから多少戸惑うこともありましたが、無事業務を終えることができました。また、休憩中には他社の栄養士さんと意見交換なども行え、とても有意義な1日を過ごしました。

このような機会を頂き、ありがとうございました。

株式会社トモ 栗本 莉那

この度は栄養相談に参加させて頂きありがとうございました。

日常の管理栄養士としての働きとは全く違う経験をし、勉強になることばかりでした。また、他社の栄養士の方と交流する機会というものもほとんど無く、とても新鮮な気持ちになり、また栄養相談をされている姿を見て、とても刺激になりました。今回私は食事相談コーナーを担当させて頂きました。最初は栄養指導は今まで未経験で、私にできるのかとても不安でしたが、担当の幹事の方には丁寧にアドバイス頂き、栄養相談をするうえでのポイント等教えて頂きました。ご指導ありがとうございました。これを機にもう一度勉強し、管理栄養士としてレベルアップしたいと思いました。

日清医療食品株式会社 佐藤 真衣

今回、初めて参加させて頂き、とても充実した1日を過ごすことができました。私は肌年齢のブースを担当させて頂いたのですが、女性は特に興味のある方が多かったので栄養学的視点を交えたお話をすることができました。特にびっくりしたことは男性も興味があったということです。普段気にしていないからこそ、この機会に調べてみたいという方が多く、年齢も20代～60代まで幅広い世代の方に測定していただきました。世間の関心が「健康」にあることから、どのブースにもぎわっていました。

日清医療食品株式会社 下田 恵梨

今回初めて参加させて頂いて、普段は厨房にすることが多く、あまり外部の方とコミュニケーションを取ることがないので、初めはとても不安でした。栄養指導もあまり経験がなかったので、どう説明したらいいのかわからなかったのですが、いざお客様と接してみたら、あまり緊張することなく、とても楽しく食事アドバイスできたかなと思いました。元々コミュニケーションを取ったり、話をしたりするのが好きな私にとって様々な年代や職業の方と生活リズムのことや食事のことを直接聞くことができて、とても勉強になりました。

自分が思っていたことと違ったり、思っていた通りだったり、今回の経験で「食」についての意識や生活と体と食事の関係性など普段の業務では知ることのできないことを学ぶことができました。

また他の会社の方々とも話す機会があり、とても勉強になりました。

今回参加させて頂いて本当に良かったです。または是非機会があれば参加したいです。

ありがとうございました。



株式会社トモ 伊藤 真奈美

今回栄養相談に参加させて頂き、初めは何をするのか分からず緊張していました。私は血管年齢を担当して、栄養相談に来られた方に、血管年齢が悪かった場合は、食事指導のリーフレットを使用して塩分控えめや毎日少しでも運動しましょう、と少しの工夫で改善できることを提案しました。

現場に入っているとこのような体験はなかなかできないので、とても貴重な体験ができてとても嬉しいです。今回学んだことを仕事に活かしていきたいと思います。



イフスコヘルスケア株式会社 木戸 久美子

先日は、フードケータリングショー食事相談コーナーに参加させて頂きありがとうございました。普段の業務とは違った現場で、貴重な体験をさせて頂きました。食事相談を担当させて頂きましたが、個々の健康に対する意識がとても高いと感じることが多かったです。

私の知らない話をして下さる方や、自分のライフスタイルにあった健康法を教えて下さる方など、こちらが感心してしまうような方もいらっしゃり、良い刺激を頂きました。なかなか、このような形でいろいろな年代の方とお話する機会がないので、とても充実した一日を過ごすことができました。

また機会があれば、ぜひ参加したいです。

日清医療食品株式会社 籠谷 夏美

今回初めて参加させて頂きました。食事相談コーナーを担当させて頂き、普段の業務とは全く異なる貴重な経験になりました。朝一番は不安と緊張で上手く対応できなかったところもありましたが、回数を重ねるごとにスムーズに測定や説明も行えるようになりました。同時に言葉の選択や伝えることや説明することの難しさを改めて感じました。参加して下さった方の中にフードケータリングショーに毎年来ていて、その度にこのブースへ来て測定しているという方がいらっしゃいました。食事や運動に気をつけはじめて数値が良くなったと教えてくださり、この企画をきっかけに健康改善されていく方がいると知って機会があれば来年も参加させて頂きたいなと思いました。

また、違う会社の栄養士さんや地方から参加していた栄養士さんとの交流もあり、楽しい一日を過ごせました。たくさんサポートもしていただきありがとうございました。

日清医療食品株式会社 松本 佳子

今回3日目の食事相談コーナーを担当させて頂きました。

数年前に他の測定係として参加させて頂いた時と比べ、機器も新しく資料もわかりやすい内容となり、とてもやりやすく感じました。

当日は、朝からみぞれが降る程、会場も冷えていたのですが、カイロが用意されており、役員の方のお心遣いをありがたく感じました。

食事相談については、様々なライフスタイルに合わせて、何か一つでも参考になることをお話しできればという気持ちで行いました。

日常の業務とは違うこともあり、また、食事相談は何年も行っていないということもあり、上手く話せない部分もありましたが、良い経験となり、もう少し勉強しなくては、という反省もできました。



富士産業株式会社 日暮 陽登美

今回初めてフードケータリングショーでの食事相談の参加のお話を頂きありがとうございました。日頃の業務とは違い不特定多数の同じ食品業界の方に食事相談をさせて頂きとても勉強になりました。食事相談を通して普段あまり携わらない健康な方を対象とした食事について基本に戻り振り返ることができました。ブースに立ち寄って頂いた方の中には意外と海外の方が多いことに驚きました。

また、同業他社の方と情報交換もできる良い機会となりました。今後もこのような機会があったら是非参加したいと感じました。

メーキュー株式会社 佐々木 悠

今回、初めてフードケータリングショーの食事相談に参加させて頂きました。通常の業務内容では調理をすることが多く、人と関わることも少ないので、食事相談はとても緊張しましたが、いろいろな方と食事に関するお話ができたことはとても楽しかったです。

それと同時に自分にはコミュニケーション能力が未熟なことで知識が抜けていることを実感しましたので、これを機会にまた勉強していきたいと思いました。

とても貴重な体験をさせて頂きありがとうございました。

株式会社ニッコトラスト 吉田 彩華

初めての参加で少し不安でしたが、パンフレットや当日の説明が丁寧だったので、安心して測定ができました。

一緒に測定を行った同業他社の方や、来場者、他の出展者の方との情報交換の場ともなったので、有意義な時間を過ごせました。たくさんの方が測定にいらしゃったので、健康に関心がある人が多くいることを改めて感じました。

株式会社ニッコトラスト 磯見 彩花

今回初めて食事相談のお仕事をさせて頂きました。

普段は厨房での仕事为主だったので、相談に来て下さった方々に分かりやすく説明するのがとても難しく、自分の知識の無さ、スキルの無さを改めて痛感しました。しかし、その中でも拙い説明を一生懸命聞いて下さる方や、今回をきっかけに食事に興味を持って下さる方もたくさんいらしゃったので、最初は不安と緊張でいっぱいでしたが、徐々に楽しみながら会話をすることができました。

また、いろんな現場の栄養士さんと関わり、知識を共有することができ、とても勉強になりました。

この経験を今後も生かしていきたいと思います。



株式会社エム・ティー・フード 守屋 美歩

フード・ケータリングショーには今回初めての参加でした。

ブースには相談員の栄養士も興味があった、血管年齢など3つの簡易測定器があり、来場者の方が体験できました。

非常に興味をもっていただけたようで、多くの方がブースに来て下さいました。来場者の方と直接お話しを聞いていて、私が想像していた以上に、健康に関心があり、日々気を付けていますという方や、今後どうしていったら良いか質問される方が多かったのが印象的でした。

シダックスフードサービス株式会社 関 由美子

健康・食事相談コーナーでのお客様との触れ合いを通して一番強く感じたことは、老若男女問わず実に多くの方が健やかさや美に対して関心を持っているのだな、ということでした。私は肌年齢測定の担当をしていましたが、機器の質問が食習慣や生活習慣にまで及ぶと、誰もが少し苦笑いをしながら答え、若い女性は勿論のこと、50代、60代の男性も熱心に結果に見入っていた姿がとても印象的でした。忙しく日々を過ごしていく中で、ほんの一瞬でも立ち止まり、自分の健康について振り返って頂くお手伝いできたのなら、とても光栄なことだと思います。この度はこのような機会を頂き、誠にありがとうございました。

株式会社南テスティバル 川崎 愛

今回初めてフードケータリングショーに参加させて頂きました。

私は、ストレス測定の担当をしました。初めて使用する機械ということもあり不安や緊張もありましたがレクチャーして頂きスムーズに測定を行うことができました。副交感神経と交感神経のバランスがとれている状態が良いということや、副交感神経が優位な方にはスポーツや高めの温度での入浴、交感神経が優位な方には、軽い散歩やマッサージなどが良いとアドバイスを行いました。

普段段のように沢山の方にアドバイスをする機会がほとんどないので、とても良い経験になりました。



メーキュー株式会社 池谷 日向子

今回初めて栄養相談員をやらせていただきました。日常は厨房で調理業務しか行っておらず不安ばかりでしたが、機器を使用しながらの食事相談だったのでリーフレットやガイドを活用しながら、なんとか行うことができました。慣れてくると、だんだんとお客様の悩みを聞いたり、簡単な提案ができるようになり楽しく感じました。お客様が健康を考えるきっかけになれば幸いです。まだまだ未熟な面を実感し、意識が高まるきっかけとなりました。同業他社の方々ともお話しする機会がありとても良かったです。今回は貴重な経験をさせていただきありがとうございました。

日本ゼネラルフード株式会社 鳥山 幸恵

この度『健康・食事相談コーナー』のスタッフとして参加させて頂き『食事相談員』を担当しました。食事に対する意識が高く、それなりの知識を持たれている来場者の方がほとんどでしたが、まったく興味のない方もいらっしゃいました。体組成計や食事アンケートの結果を見て「どうしたらいいですか?」「このままの食生活ではいけないと思っているんだけどね…」と、自分の現状を改善したいと思っている方がほとんどで、その方に見合ったアドバイスをさせて頂き、「ありがとう。頑張るね。」と言って下さり、とても嬉しく思いました。もっともっと勉強して管理栄養士としての知識を高めることが必要だと改めて感じました。とても貴重な経験をさせて頂き、誠にありがとうございました。

日清医療食品株式会社 藤牧 幸枝

この度は貴重な経験を積むことができました。
栄養相談などする機会もほとんどなく、始めは戸惑いもありましたが、お客様と話しているうちに、お客様のニーズにそった対応をすることができ、自分でも驚いています。200人近い方への対応は大変ではありましたが、お客様から得たことも多くあり、老若男女の健康に対する意識が非常に高いのだと関心いたしました。有意義なお手伝いをさせていただき感謝いたします。今後も日々勉強をし、一層磨きををかけていきたいと改めて感じさせられた1日となりました。

日本ゼネラルフード株式会社 楳木 由紀

今回、食事相談員として参加させて頂きました。相談員は初めてなので、自分で務まるのか、とても心配でした。しかし周りのスタッフの方々も優しくサポートしてくださり、また相談にみえた方々もとても良い方ばかりで、充実した時間を過ごすことができました。相談ブースに来て下さる方々は、日々の健康についてや、年を重ねていく上でどうしたら健康でいられるか、また今の食生活はどうなのかなど、とても健康について興味を持たれていました。そのような方々の相談を受け、笑顔で「ありがとう」と言われた時は、とても嬉しかったです。このような貴重な機会を与えてくださり、誠にありがとうございました。

メーキュー株式会社 中根 理江

現在の業務では、委託先の病院・施設の方とお話する機会があったものの、栄養指導目的でお話する機会に恵まれなかった為、不安も多少ありましたが、それ以上の興味を持って参加しました。
当日は、想像していた人数以上の方に来場いただき、職種・年齢・生活スタイルも多様でしたが、やはり健康には興味を持っている方がほとんどで、短い時間ながら、説明・アドバイスに耳を傾けていただけたのが、とても印象的で、やりがいを感じました。
今回はストレス計測を担当させていただきましたが、機会がありましたら、他のブースでも参加させていただきたいです。

日本ゼネラルフード株式会社 宮崎 達之

フードケータリングショーでの食事相談員として参加させていただくのは今回が2回目となります。普段は管理栄養士として栄養指導の業務を行うことはないため、白衣を着て、来場された方の食事相談に乗っていると管理栄養士を志した初心を思い出し、身が引き締まる思いです。
また、給食会社の垣根を越え、さまざまな方と交流できたことを嬉しく思います。
このような貴重な経験ができたのも、快く送り出してくれた会社と当日まで準備をしてくださった日本メディカル給食協会の皆様のおかげです。本当にありがとうございました。是非、次回以降も機会をいただけるなら、微力ではありますが参加させていただければと思います。

メーキュー株式会社 田口 美和

「今日は栄養相談にきて、色々質問出来て本当に良かった。ありがとう」
栄養相談ブースにお越しいただいたお客様との会話です。
とても嬉しく感じました。私の普段の仕事は、オフィスでの献立作成、企画立案の為お客様と直に接し声を頂戴する機会が少ないのです。お客様の目の前に座り顔を突き合わせ、食事に対する考えや今後の食生活のアドバイスを行う事は新鮮でとても楽しく充実した時間となりました。
今回私がお客様にアンケートをした中で、一番多かった食習慣は、“朝食をとらない”でした。1日2食でダイエットをしている、というのです。1日バランスよく3食きちんと食べる事が肥満の予防になる事を知らない方がまだまだ沢山いる事を痛感しました。管理栄養士として正しい食事摂取方法を、各個人の状況に合わせ、寄り添いながらも的確な指導が出来る様、これからも知識を高めていきたいと思っています。最後に、短い時間でしたがこのような機会を頂戴し誠にありがとうございました。



日本ゼネラルフード株式会社 不殿 彩加

この度『管理栄養士・栄養士による健康・食事相談コーナー』に参加させて頂き、誠にありがとうございました。
毎年参加させて頂いておりますが、今年は新しい機器やボスターが増え、より来場者に分かりやすく興味を持っていただける内容となっていたと思いました。毎年来場される方も、初めてお越し頂いた方にも、年齢、性別問わず多くの方に興味を持って頂けたと感じております。
私は食事相談員として参加させていただきましたが、ケータリングショーには「食」に携わるさまざまな方が来場されるため、相談内容も多岐にわたり、管理栄養士として大変勉強になりました。大変貴重な経験をさせていただくとともに、他社の多くの栄養士さんと交流をもつことができました。
このような機会を賜り、誠にありがとうございました。

日本メディカル給食協会シンポジウム開催される ～第59回全日本病院学会 in 金沢～

平成29年度の全日本病院学会は、約400年前に前田利家公がこの地に城を定め、以来、加賀百万石の城下町として発展、藩政時代には江戸、大阪、京都に次ぐ規模の大都市といわれ、日本三大名園で、金沢の象徴ともいえる霞ヶ池の畔にある徽軫（ことじ）灯籠などで有名な兼六園の地で開催されました。今回の全日本病学会は、「大変革前夜に挑め！～今こそ生きるをデザインせよ～」をテーマに石川県立音楽堂、ホテル日航金沢、ANAクラウンプラザホテル金沢、金沢市アートホールを会場に9月9日(土)～10日(日)の2日間にわたり行われました。

当協会は毎年シンポジウムで参加しており、今年は「お酒と健康」をテーマに学術衛生委員長でもある吉田会長が座長となり、国立精神・神経医療研究センター神経研究所 疾病研究第三部部长 功刀 浩先生の「こころの健康と食事」の基調講演に続いてシンポジストの荒井匡史氏（株式会社LEOC運営指導部執行役員）、岡本寛子氏（有料老人ホーム「ライフ&シニアハウス神宮前南井田」）の解説がありました。

今回のテーマがお酒についてであったため、石川県酒造組合様のご支援で、地元金沢の銘酒、銘柄30酒が会員手作りのおつまみとともに試飲コーナーに並び、セミナー聴講者のみならず多くの方に立ち寄っていただき賑やかな時間となりました。

吉田座長の進行で予定時間の13時から14時30分の時間が瞬く間に過ぎてしまいましたが、参加者約180名が出席した当日の講演概要を以下に掲載します。



座長 吉田憲史



功刀 浩



荒井 匡史



岡本 寛子

座長抄録

公益社団法人日本メディカル給食協会 会長
吉田 憲史

今回のシンポジウムのテーマを考案する上で、人口動態などを含め社会環境が変化する中、国民の低栄養、疾病予防、健康増進、認知症の予防などの健康面の管理を様々な角度から若年層も含め、しっかりと取り組むことが重要で、特に高齢者は明るく元気に過ごすことができれば、自身においても「生きがいを感じる」とことができると思う。そこで、元気な高齢者の特徴として「よく食べ、よく眠り、良くしゃべる」という3つの共通点がある。特に「良くしゃべる」ひとつは、周囲も明るくする。今回食欲増進と対話が弾む効果として「お酒」を取り上げた。とかく、高齢者は何らかの疾病を抱えており、食事制限をされている人を多く見かける。飲酒については悪いイメージが強いが、お酒は「百薬の長」と呼ばれており、健康的な飲酒は体調管理においても素晴らしいものであり、本学会を機に見直すきっかけと

して「お酒と健康」と題した。

酒は、人類が昔から生活を通して密着してきたもので、世界各国において、その国の産物民族の嗜好性、気候風土などを背景に発展してきた。古くは、エジプトのビール製造で約5000年の歴史があり、我が国においても約2000年の歴史がある。日本酒、ビール、ワインなどのアルコール飲料は発酵食品であり、他にはチーズ、発酵乳、ヨーグルトなどの乳製品やパン類、味噌、醤油、納豆、漬物などがある。これらの発酵食品は、元々自然環境の中から混入した様々な微生物の働きによって作られたものである。基調講演では、「心の健康と食事」について功刀 浩先生に発表していただき、今回のシンポジウムを通じて、適量のお酒と美味しい料理がもたらす心身への影響力など、専門家の皆様と一緒にお酒を通じて健康になる秘訣を考えてみたいと思う。



こころの健康と食事

国立精神・神経医療研究センター 神経研究所 疾病研究第三部 部長
功刀 浩

こころの健康を保つには過度のストレスを避けることが肝要であるが、それだけでは不十分であり、近年、バランスのとれた食生活が重要な要因となることを示唆する科学的エビデンスが急速に増えている。現代のストレス社会の代表的疾患であるうつ病、さらに高齢化社会において誰もが避けて通れない問題となっている認知症は、食生活や運動などの生活習慣がリスクを大きく規定す

ることがわかってきた。これらのこころの病気は、肥満、メタボリック症候群、糖尿病など、エネルギーの過剰摂取が主因となって引き起こされる病態によって発症リスクが高まる。これと軌を一にして、運動はうつ病や認知症のリスクを下げ、治療効果もあることが示唆されている。食事スタイルとの関連では、地中海式食事（野菜、果物、果実類、豆類、シーフード、オリーブ油、穀類が多く、適量の赤ワインで特徴づけられる）は西欧式食事に比べてうつ病や認知症の発症リスクを低下させる。日本食も健康食として注目されているが、野菜や果物、大豆製品、きのこ、緑茶などの摂取が多いことによつて特徴づけられる健康的な日本食は、うつ病のリスクを低下させることが示唆されている。

エイコサペンタ塩酸（EPA）やドコサヘキサエン酸（DHA）などのn-3系不飽和脂肪酸は、魚から摂取しないと不足しがちとなるが、これらの栄養素はこころの健康を保つ上でも重要である。ビタミンでは、葉酸やビタミンDとうつ病との関連が指摘されている。特に葉酸は現代

人で不足している人が少なくないの
で要注意である。ミネラルでは、鉄、亜鉛、マグネシウムの不足などとうつ病との関連が指摘されている。一方、金属の過度の蓄積は認知症リスクを高めるため、過剰摂取は禁物である。

身近な食品との関連を示唆する研究結果も増えている。緑茶はカフェイン、カテキン、テアニンなどの薬効成分を含み、緑茶をよく飲む人はうつ病や認知症のリスクが低いとい

お酒と健康

株式会社LEOC
荒井 匡史

今回の講演のテーマは「お酒と健康」で、昔から「お酒は百薬の長」と言われており、学会開催地が酒どころの加賀であったこともあり、日本酒に焦点をあててみました。どう
いう食事を摂れば身体にも、こころにも健康的で楽しめるのか、潤してよし、冷やしてよし」という世界でも珍しい日本酒のこと、食事のこと、少しお話しします。

日本酒の歴史は奈良時代に遡り、米を原料とした酒についての最も明らかな記述とされています。日本酒は水とお米が命（図1）。石川県には富士山、立山と共に日本三名山のひ

う報告もあり、筆者らの検討でも、これを支持する結果を得た。そのほか、赤ワインに含まれるレスベラトロールは認知症リスクを低下させることが指摘されている。近年、ストレス関連疾患において、腸内細菌の役割が注目されている。演者らは、最近、うつ病患者ではビフィズス菌や乳酸菌が少ないことを見出した。腸内細菌を改善するプロバイオティクスがうつ病に効果的であったという報告もなされ始めている。

とつである「白山」があります。山頂から流れる雪解け水は長い年月をかけ、土壌中のミネラル分をたっぷりと吸収しながら自然にろ過されており、この水こそ加賀が酒処と言われる所以です（図2）。また、最高級のお酒として純米大吟醸がありますが、精米を50%削り加工されます。お酒に合う食事というと、居酒屋をイメージして頂けると分りますが、味がしっかりついていて、塩分量が多い傾向にあります。例えば、枝豆55g塩分1.5g、焼鳥タレ3本塩分2.9g、メの醤油ラーメンに至っては5.2g。これだけでも9.6gにな



図1

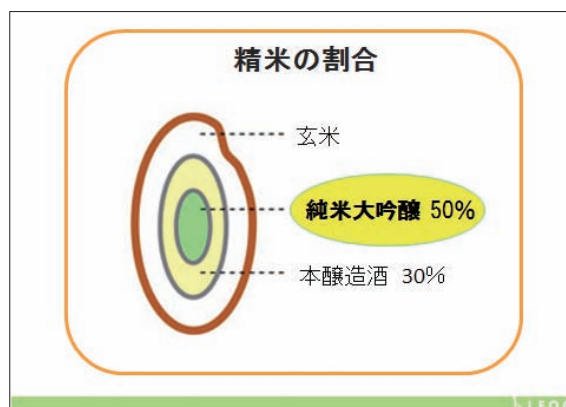


図2

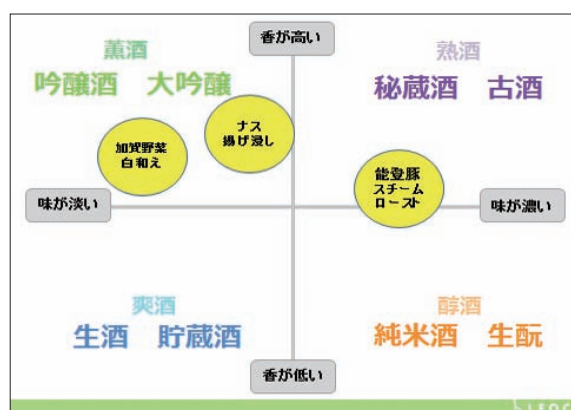


図3



図4

ります。日本人の食事摂取基準によると食塩摂取量の目標値は男性で8.0g、女性で7.0gとされています。そこで今回、抗酸化力の高い加賀野菜を使って、素材を活かした調理法で塩分控えめで美味しいお酒に合う料理を3品考案しました。

今回は、お酒の試飲と併せ、料理も3品試食して頂きました。お酒と料理の相性も大変好評でした。(図3・4)

〔1品目〕「ヘタ紫茄子の揚げ出し煎り酒と共に」です。味付けに使用している煎り酒は日本酒に梅干しを入れ煮詰めたもので、塩分量は濃口醤油の半分以下です。

※この料理には、吟醸酒や大吟醸酒が合います。

〔2品目〕「加賀野菜の白和え」です。食物繊維豊富な加賀れんこんと五郎島金時を使用。素材の味を活かしたので、スティック状にしました。

※この料理にも吟醸酒や大吟醸酒が合います。

〔3品目〕「能登豚と加賀野菜のロースト」です。能登の美味しい水で育ったもちもちの肉質を活かす為、真空調理をしました。密閉した中でゆっくり低温調理する為、菌が入りに



くい状態を作りながら、少量の調味料で済む為塩分も抑えられます。また、下味には奥能登で作られる魚醤「いしる」を使用しました。旨味・酸味・苦味のアミノ酸が豊富で旨味が強い為、他に調味料が要りません。

※この料理には、秘蔵酒や古酒の他、純米酒などにも合います。

「酒は肴、さかなは気取り」。酒は肴によって引き立ち、さかなは酒席の雰囲気によります。健康の為にも、酒にあった「さかな」を選び、料理を楽しみながら酒を召し上がってください。但し、飲み過ぎには気を付けましょう！

お酒を介した健康寿命延伸の取り組み事例発表

株式会社LEOC

岡本 寛子

我が国の高齢化率は、先進諸国と比較し、1980年代までは下位にいたものの、90年代にはほぼ中位に上がり、2015年以降は最も高い水準となるほどのスピードで進んでおります。また、社会保障給付費においても、全体に占める高齢者関係給付費は68・4%にも上っている現状です。

加えて、高齢者の住まいとなる施設も年々増加の一途を辿り、介護老人福祉施設・保健施設では年間400近くの施設が増え、有料老人ホームについても年間500、1000施設が増えてきている状況であり、多様な形態でサービスが拡がると共に、高齢者の健康寿命を延ばす取り組みが行われています。

そこで今回は、愛知県名古屋市内にあります有料老人ホームでの取り組みをご紹介します。

月に1回、『青春の会』と名付けられた会が催されており、季節の食事と共にお酒を入居者様と職員様で楽しむ時間を過ごされています。参加されている入居様はどなたもその場とお酒を楽しまれており、お酒が進むごとに会話も盛り上がり、話題

と笑いの耐えない時間を過ごされています。ご自身が出かけた際にお土産として地酒を購入してくる方、職員様とお酌をしあつて普段感じていることをお話される方など楽しみ方は様々です。まさしく『よく食べ、よくしゃべり、よく笑う』場になっているこの時間は、食欲増進や脳活

性にもつながり、健康寿命を延ばすことにつながるであろうことが伺えます。

今後、さらに高齢化が進む中で求められるのは多様な医療ニーズでありますが、その中で地域医療・介護提供体制の新たなモデルとして謳われている『地域包括ケアシステム』にもこの取り組みは応用されるのではないかと考えます。希薄になっている地域のつながりの中で、地域住民が一体となり、高齢者を支えるヒントになるのではないのでしょうか。

【メモ①】内閣府 高齢社会白書 平成27年度結果より

- ・総人口に占める65歳以上人口の割合（高齢化率）は26.7%
- ・内、後期高齢者に当たる75歳以上人口は1,641万人にのぼり、総人口に占める割合は12.9%
- ・平成26年の平均寿命 男性80.50年 女性86.83年
平成72年（今から43年後）には、男性83.19都市 女性90.93年になるといわれる
- ・社会保障給付費全体においても過去最高の水準（110兆6,566億円）
→国民所得に占める30.56%（前年比0.41ポイント減）
→社会保障給付費の内、高齢者関係給付費は平成25年度で75兆6,422億円
社会保障給付費に占める割合は68.4%
- ・先進諸国の高齢化率と比較し、我が国は、1980年代までは下位、90年代にはほぼ中位であったが、平成17年にはもっとも高い水準となった

【メモ②】厚生労働省 介護サービス施設・事業所調査 平成27年結果より

- ・介護サービスの事業所数
訪問介護 34,823事業所（前年比9,12事業所増加）
通所介護 43,406事業所（前年比1,746事業所増加）
介護老人福祉施設 7,551施設（前年比302施設増加）
介護老人保健施設 4,189施設（前年比93施設増加）
介護療養型医療施設 1,423施設（前年比97施設減少）

【メモ③】全国有料老人ホーム協会

- ・有料老人ホーム件数の前年比
平成22年（5,420件）
平成23年 120.0%（6,502件 前年比1,082件増加）
平成24年 120.8%（7,852件 前年比1,350件増加）
平成25年 107.3%（8,424件 前年比572件増加）



平成29年度 第2回
(公社)日本メディカル給食協会(栄養士委員会)
支部別研修会一覧

支部名 北日本

平成29年11月9日(木) 13:30 ~ 16:50 北海道自治労会館

講演 ①

「病院・給食施設における厨房衛生の実際」

花王プロフェッショナルサービス株式会社
ソリューショングループマネージャー
中村 泰子 先生

講演 ②

「高血圧の食事管理—食塩の制限はなぜ必要か」

神奈川県立保健福祉大学 栄養学科
准教授 藤谷 朝実 先生

申込人数 153名 出席人数 147名

支部名 関東信越

平成29年10月30日(月) 13:00 ~ 16:45 国立オリンピック記念青少年総合センター

講演 ①

「相手に伝わるコミュニケーション術」

東京工芸大学芸術学部基礎教育
教授 大島 武 先生

講演 ②

「最期まで口から食べる嚥下食とターミナルの食事」

金谷栄養研究所
所長 金谷 節子 先生

申込人数 148名 出席人数 132名

支部名 東海北陸

平成30年2月19日(月) 15:20 ~ 16:50 名古屋観光ホテル

講演

「運動と栄養・食事」

金谷栄養研究所
所長 金谷 節子 先生



申込人数 94名 出席人数 83名

支部名 近畿

平成29年10月18日(水) 13:00 ~ 16:45 大阪国際交流センター

講演①

「進化する食と栄養」

金谷栄養研究所
所長 金谷 節子 先生

講演②

「食卓の彩りがもたらす美味しさ」

近畿大学 農学部
食品栄養学科 給食経営管理学的研究室
准教授 富田 圭子先生

申込人数 153名 出席人数 123名

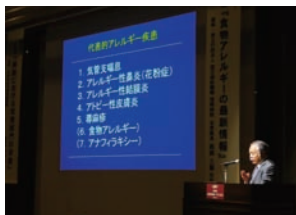
支部名 西日本

平成29年10月13日(金) 13:20 ~ 16:50 ANAクラウンプラザホテル福岡

講演①

「食物アレルギーの最新情報」

独立行政法人 国立病院機構 福岡病院
名誉院長 西間 三馨 先生



講演②

「病院における栄養部門の役割」

中津市立中津市民病院
副院長 折田 博之 先生

申込人数 146名 出席人数 142名





独自のシステムと院内調理を組み合わせるなど、現場の作業を効率化して付加価値を高めている。

株式会社アルス

ハッピー ダイニング

独自のシステムで実現する『Happy Dining』

給食業界に新しい風を

東京都大田区に社を構える株式会社アルス。同社がクックチルを始めたのは、レストランチェーンの食品工場を受託したのがきっかけだった。代表取締役社長の梅本さんは当時をこのように振り返る。

「創業当時から、業界に何か新しい風を吹かせたいと思っていました。そこで最先端の技術を取り入れようと、クックチルの調理・保管技術をメデイカル給食に取り入れたのです。当時、院外調理サービスは診療報酬の対象外でしたから、クックチルによる院外調理を行ったのは、民間企業としては弊社が日本でほぼ初めてだったのではないのでしょうか。」

その後、院外調理が診療報酬の対象となっただけで、いよいよビジネスが軌道に乗るかと思われたが、そう簡単にはいかなかった。

「メデイカル給食は、患者様ごとの個別対応が多く、医療施設ごとの栄養基準が異なるなど、難易度が高い。センターでの画一的な生産、大量調理に向いていなかったんです。」

まだ右も左もわからない状態で、暗中模索を繰り返していました。そんなときに出会ったのが、今回の取材に協力いただいた昭和大学横浜市北部病院だったという。

同院との歩みを、店舗運営部長である川合さんが説明してくれた。

「昭和大学横浜市北部病院はベッド数の非常に

◎給食事業



昭和大学横浜市北部病院

患者向けに約500食を提供する地域中核の大学病院。職員食堂の運営も受託している。



ファンケル学べる健康レストラン

株式会社ファンケルの社員食堂で、栄養価や塩分などを考慮したヘルシーな食事を提供。メニュー開発には同社が全面的に参画している。



◎アルス・ケータリング・システム



テストキッチン

アルスの献立開発・簡易開発を支える研究開発の拠点。日夜さまざまな試行錯誤が行われているほか、商談や試食会の場としても活用されている。





代表取締役社長の梅本さん。
人手不足や賃金の高騰を乗り越えるためにシス
テムの重要性を説く。

多い施設であり、病院のご要望に
応えていくのが精一杯でした。当時は
クックチルは一般的ではなく、運用
面や安全面から時期尚早とされまし
た。それでも、その後も粘り強い交
渉を続け、前日仕込みや前日調理な
ど、クックチル技術を生かした改善
を進めています。

同病院とは長年一緒にやらせてい
ただいているので、お互いに意見を
言いやすい関係性があるのが良いと
ころです。患者様に美味しい食事を
召し上がっていただけるように双方
が改善に向けて協力しようという雰
囲気がある点で、非常に良い現場だ
と思います。

また、この病院では食事を召し上
がっていただく患者様と顔を見なが
ら会話ができる機会も多く、自分が
つくった食事に直接の感想が聞けた
ときにはやりがいを感じます。やは
り相手の顔が分かるというのは、食
事をつくる上でとても大切なことで
すね。

ただ一方で、運営は決して簡単で
はありません。人手不足に対応でき
るようにするため、オペレーション
は日々改善と工夫を重ねています。
飛躍的に生産性が上がるような手法

はありませんから、重要なのは小さ
な改善をコツコツと継続すること。
職場の5S実践研究会を社内に立ち
上げ、作りすぎのムダや、什器・備
品の置き場所を工夫した動作のムダ
の削減等に取り組んでいます。また
調理ノートを作り、日々の評価から
献立の見直し、調理手順の見直しを
図っています。」

院内調理とクックチルセンターの
両輪によって事業が安定してきた10
期目の頃に、クックチルセンターの
活用に疑問が出てきたという。梅本
社長が続けた。

「クックチルセンターの運営に関
して、このままでいいのかという思
いを抱いたのには、二つの理由があ
りました。一つは、品質面で課題が
多かったこと。クックチルでは、時
間経過や食数によって味の染み方が
変わってしまうなど品質のコントロ
ールが非常に困難でした。また、セ
ンターで大量調理を行うと使う調味
料が同じになり、画一的な味つけに
なりがちでお客様に飽きられてしま
うのも悩みの一つでした。

もう一つは、規模の拡張について
です。より多くの施設様に食事をお
届けしようとすると、当然ながらセ



ンターの増設が必要になります。その分の投資や維持費など、莫大な追加資金が必要となる。それをペイするためには、さらに大きな販売数を上げなければならぬ。契約期間が短いメデイカル給食でやっていくには企業として安定しないと考えたのです。

これらを踏まえて下した決断は、センターの閉鎖と全国の優秀な食品加工メーカーと連携して商品開発を進めることでした。もちろん、さまざまな逡巡がありました。が、今になってみればやはりあの判断があつてこそ今の今だと思えます。」

アルス・ケータリング・システム

センター閉鎖後は、食事の提供方法を抜本的に変える新たなシステムの構築に向けた動きを推進することになる。これは、少子化による人員不足や賃金の上昇など、今後より深刻化していくであろう課題を見据えたものでもあった。

「受託のたびに人員募集を行うと、それこそ利益がすべて無くなってしまうほどのコストがかかってしまいます。抜本的な仕組みの改革を行わ

なくては人員不足はクリアできない、何とかして新しい仕組みをつくらなければならぬ、と。そうして生み出したのが『アルス・ケータリング・システム』です。

このシステムが示しているのは、たとえばイベント会場に料理を届けるような一般的なケータリングサービスのことではありません。我々が日々の献立をつくり、それに対応した主菜や副菜を全国の協力工場に振り分け仕様発注し、製造しています。今では約400品目の商品を製造し、朝・昼・夕の献立に組み上げています。こうしてバラエティ豊かで美味しい、かつ安全性の高い給食を、調理師がいなくても提供することが可能になりました。サービス付き高齢者向け住宅（サ高住）など小規模の介護福祉施設を中心に全国6000以上の施設に配送しています。

しかし、このシステムの構築は容易ではありませんでした。冷凍しても美味しく食べられるものでなければ意味がないからです。作りたての食事と遜色ない美味しさを実現するため、今なお独自の研究を続けています。冷凍に向かない食材でも、『冷



凍に向かない理由」を掘り下げることで、味を損なわずに冷凍する調理方法を確立していくのです。今では冷凍とは思えないような美味しさとご評価をいただいています。

このシステムは、メデイカル給食の現場にも活かされています。栄養基準が違う病院や大きな介護福祉施設でも、『アルス・ハイブリッド給食』と銘打ち、アルス・ケータリング・システムと手づくりの良さを掛け合わせ、少ない人数で幅広いお客様に対応できる献立を組み上げています。

これらの研究や商品開発は外部施設などで実施していたのですが、昨年11月に自社のテストキッチン新設し、より力を入れているところです。新メニューの試作だけでなく、プレゼンやお客様に試食をしていただく場など、さまざまな用途で活かされています。本社オフィスからすぐの場所で開設できたこともあり、従業員たちが日々さかんに行き来しています。」

見据える次のステップは

クックチルから始まり、アルス・ケータリング・システムと新調理を

追いつけてきた同社は、次にどのような展開を描いているのだろうか。

「まずサービス面では、これらのシステムをより進化させ、お客様のニーズに合わせて多様な選択肢をご用意できる企業になること。そして、我々が提供する食事を通じて、より多くの方に幸せなひとときを過ごしていただきたいということです。我々のコンセプトである『Happy Dining（ハッピーダイニング）』の実現のために、たゆまぬ努力を続けていきたいと思っています。」

次に、ブランディング。『サ高住の食事ならアルス・ケータリング・システム』、『介護福祉施設の食事ならアルス・ハイブリッド給食』と Saying it like that, the service side of the brand power and, corporate brand power is the cultivation of.

メデイカル給食のほかには、昨年からの受託を開始した株式会社ファンケル様の社員食堂である『ファンケル学べる健康レストラン』の運営があります。『健康』をキーワードに、塩分を抑えた健康的で彩り豊かな食事を特長としており、メニュー開発から提供まで深く関わらせていただきました。まだ営業を開始して一年



経っていませんが、『健康』に着目した食事づくりは我々にとって必ず大きな経験になる。今後の展開が楽しみです。

そして最後に。今後、弊社を含めて業界全体が健全に発展していくためには、業界に対する社会からの認知度と地位向上が極めて重要な課題だと捉えています。なぜならそれが、最前線で仕事に従事している従業員一人ひとりの働きがいにつながります。

給食業界で働く従業員たちが、自分たちの仕事にもっと誇りをもてるようにしたい。そして、その働きに見合うようにもっと賃金を上げたい。それが我々の役割ではないかと思っています。そのためには企業が各々で努力するだけではなく、業界が一丸となって給食業界の魅力：食べた人から『美味しい』と喜んでいただける素晴らしい仕事であることを、もっと社会に発信していかねばならないと思っています。」



株式会社アルス

【本社】

〒144-0052

東京都大田区蒲田3丁目23番8号

蒲田ビル11階

電話 03-5714-0511

総従業員数 464名（男91名・女373名）

※平成30年2月末日現在

理事会報告

■ 平成29年度第4回理事会

日 時	平成30年1月19日（金）
三役会議	15時～16時
理 事 会	16時～17時
場 所	明治記念館

■ 審議事項

- (1) 第39回フードケータリングショーの協会セミナーについて、実施計画が報告された。
2月22日(木) 14:00～16:00
テーマ「ストレスチェック義務化による会社への影響と現場から始める職場改善について」
講師 株式会社ウエルネット 第一種衛生管理者 大場 史朗 氏
- (2) 平成30年度の理事会予定日について、次のとおり開催日が決定しました。
第1回 平成30年4月26日(木) 東海大学校友会館
第2回 平成30年5月18日(金) 明治記念館
第3回 平成30年10月5日(金) (東京都)
第4回 平成31年1月18日(金) 明治記念館
第5回 平成31年3月22日(金) 東海大学校友会館
- (3) 第14回治療食等献立・調理技術コンテストの開催場所について、平成32年8月に、北日本支部が担当支部として開催することが承認された。開催場所については、今後実行委員会を立ち上げて決めることとした。
- (4) 管理栄養士国家試験対策講座を東京アカデミーに全面委託契約することとして、実施計画が示された。
開催日時 平成30年7月7日(土)～8日(日) 講義
11月10日(土)～11日(日) 講義
〈模擬試験〉第1回 11月25日(日) 全国統一公開
第2回 1月20日(日) 全国統一公開
会場 東京アカデミー各校教室（札幌、仙台、東京、名古屋、大阪、広島、福岡）
科目（時間数）10科目 13コマ（19.5時間）
〈通信講座〉
上記の東京アカデミーの7校教室で、開催日時に受講できないとされる者に、自宅学習による通信講座を全校で実施することとした。

■ 正会員・賛助会員の入退会について

[正会員]

◇ルルバ株式会社

代表取締役 永井 正國

長野県佐久市長土呂159-1

◇株式会社グリーンヘルスケアサービス

代表取締役社長 黒川 知輝

東京都新宿区西新宿3-20-2 東京オペラシティ
タワー 17F

◇株式会社グランメール芦屋

代表取締役 鈴木 孝育

兵庫県芦屋市岩国町35-2

◇株式会社九州キッチンH・S

代表取締役 松場 修三

福岡県古賀市薦野1937-9

◇株式会社大興社

代表取締役社長 野形 修一

福岡県福岡市西区野方3-1-5

上記について説明があり5社の決議、承認された。

[正会員退会報告]

・株式会社長寿介護センター（平成29年12月10日付）

■ 平成29年度講習会・研修会日程について

1) 患者給食受託責任者資格認定講習会

東 京 平成30年6月13日(水)・14日(木)

札 幌 平成30年6月18日(月)・19日(火)

大 阪 平成30年6月21日(木)・22日(金)

福 岡 平成30年6月25日(月)・26日(火)

2) 新規採用栄養士研修会

福 岡 平成30年7月13日(金)

東 京 平成30年7月18日(水)

名古屋 平成30年7月20日(金)

大 阪 平成30年7月24日(火)

札 幌 平成30年7月27日(金)

3) 食品衛生総括責任者研修会

東 京 平成30年9月5日(水)

4) 患者給食受託責任者継続講習会

大 阪 平成30年10月17日(水)

東 京 平成30年10月19日(金)

福 岡 平成30年10月22日(月)

札 幌 平成30年10月26日(金)

5) 調理師研修会

未 定

6) 管理栄養士国家試験受験準備講習会

平成30年7月7日(土)・8日(日)・11月10日(土)・

11日(日)・25日(日)・平成31年1月20日(日)

東京アカデミー（7会場）

札幌校・仙台校・東京校・名古屋校・大阪校・

広島校・福岡校

理事会報告

■ 平成30年新年賀詞交歓会盛大に開かれる

北海道、東北、北陸地方では超豪雪のニュースが大きく取り上げられた1月19日（金）、東京の空は、穏やかな天候に恵まれ当協会主催の新年賀詞交歓会は、会場を明治記念館として4度目の開催となりました。広大な芝生と新緑の芽吹きも感じられる歴史を経た大木の松に囲まれた庭園を望みながら、日頃ご協力ご支援をいただいている関係者、正会員、賛助会員等大勢の皆さん約450名が参集し、広い会場も立錫の余地も無いほどの賑わいの中、お互いに新年の挨拶と名刺交換が飛び交っておりまして。

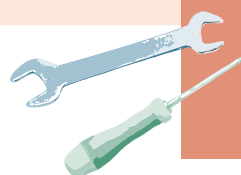
新年賀詞交歓会は、吉田会長の挨拶で始まり、「社会保障費の中で医療費は毎年上昇する一方で介護費も含めて国家予算の50%を占める勢いだ。食生活の改善で生活習慣病やがんなどを予防すれば、医療費は10兆円節約できるという見解もある。協会が取り組んでいる、国民に正しい食生活をする栄養指導や管理栄養士の養成、調理技術コンテストの実施など、

まさにその趣旨に沿ったものだ。協会も設立30年を迎え正会員数が224社と賛助会員数が46社、受託施設数は病院・診療所その他施設の合計で14,292か所、受託ベット数で132万5千床で協会設立時の約12倍となっている。」こと、政府の「地域医療構想策定計画では在宅医療の推進、医療と介護を包括した包括ケアシステムの方向に向かっている。新しい情報を会員の皆さんと共有していきたい。」とし、協会会員のさらなる結束を呼びかけました。

会長の挨拶後、来賓の方々の紹介が行われ椎葉茂樹厚生労働省大臣官房審議官、藤井基之参議院議員の平松秘書、丹羽雄哉前衆議院議員から来賓代表のご挨拶をいただき、西日本支部長 山口昭文副会長の乾杯で懇談会が始まりました。

懇親会場には所狭しと配置されたテーブルで、会員の皆様が人材確保の苦しみや労働環境情報から、近況の悩み…と話も途切れることなく、瞬く間に中締めめの時間となり、関東信越支部長 落合順副会長の手締めで盛会のなか、お開きとなりました。





全自動製氷機のメンテナンス

No.012

美味しく、きれいな氷を製氷する全自動製氷機。

常に衛生的な氷を提供するにはこまめなお手入れは欠かせません。

毎日使うものだからメンテナンスをしっかりとこないましょう。

こまめなお手入れを怠ると雑菌が繁殖し不衛生な状態になります。

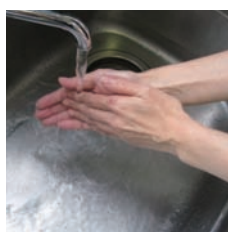
また氷の穴が大きくなり安定した製氷能力を維持できなくなりますのでご注意ください。



お手入れをする前に



電源を切る。



手洗いをする。



清潔なフキンを
用意する。



ストッカー内を
空の状態にする。

毎日のお手入れ

スコップの洗浄

雑菌が付きやすいため
次亜塩素酸ソーダに浸け
除菌した後、よく拭き
取る。



扉、把手の清掃

雑菌が付きやすいため
隅々まで掃除をし、
逆性石けんで拭き取る。



一週間に 1 回のお手入れ

スcoop ホルダーの清掃

汚れが残らないように
隅々まで
掃除をしてください。



スロープの 清掃

プラスチック部品には
殺虫剤、油性のものを
触れさせないでください。



扉裏板、 ドアパッキンの清掃

パッキンのはめ込み式
なので取り外して洗う
ことができます。



外装の清掃

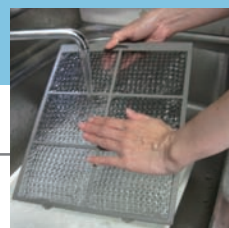
やわらかい布に
ぬるま湯を含ませて
ふき取ってください。



一月に 1～2 回のお手入れ

エアフィルターの清掃

- ・ゴミやほこりが付くと正常な運転が出来なくなります。
- ・エアフィルターを外したまま運転しないでください。故障の原因になります。



サービスマンによる安全点検のおすすめ

製品のご使用に支障がなくても、保証期間を過ぎてご使用されている場合は、水かかりや汚れによる電気部品の絶縁劣化、経年変化などにより、感電、火災、水漏れなどの原因になることがあります。また、水質などの周囲環境や経年劣化により、水垢やカビ、サビの発生、塗装やメッキ面の劣化剥離などが発生し、氷に混入する場合がありますので、ホシザキ販売会社に点検をご依頼ください。(有料)

省力化や衛生管理に役立つホシザキの厨房機器

スチームコンベクションオーブン



一台で様々な
加熱調理を可能に

業務用製氷機



用途で選べる
多彩なバリエーション

ブラストチラー&ショックフリーザー



-40℃の急速冷却で
細菌の繁殖を防ぐ

電解水生成装置



食品殺菌から
器具の洗浄・除菌まで

ホシザキ株式会社

本社 / 〒470-1194 愛知県豊田市栄町南館3-16 ☎ (0562) 97-2111
東京 / 〒108-0074 東京都港区高輪2-20-32 ☎ (03) 5791-8021
大阪 / 〒540-0026 大阪府中央区南本町2-2-12 ☎ (06) 4792-5501

<http://www.hoshizaki-co.jp/>



使い捨て手袋使用のポイント



食品を取り扱う際には、食中毒を引き起こす細菌やウイルスを「手指から食品へ付着させない」、そして「食品から手指を汚染させない」よう使い捨て手袋を使用することがあります。しかし、正しいタイミングで装着および交換を行わなければかえって汚染のリスクが拡大してしまうこともあります。

今回は、使い捨て手袋使用のポイントについて特集します。



まずはしっかりと手洗いを



ノロウイルスによる食中毒事故の約65%が従業者由来であり、従事者の手指からの二次汚染が疑われています。

手袋の使用によって食品に直接触れないようにすることは有効な対策の一つです。しかし、使い捨て手袋を使用していた現場においても大型の食中毒事故が発生しています。

使い捨て手袋が汚染されてしまっただけでは食中毒予防対策にはなりません。

寒い時期にはつい手洗いがおろそかになる傾向があります。まずはしっかりと手洗いをし、衛生的に管理された手袋を適切に使用し、食中毒を予防しましょう。



使い捨て手袋を取り扱う際の心得

■ 使い捨て手袋は適正に管理しましょう

使い捨て手袋の容器は汚染を受けにくい場所に設置しましょう。

■ 使用する目的や使用場所によって手袋を使い分ける

使い捨て手袋は着用後、目的の作業のみに使用します。使用する目的や場所によって、色や形、素材を選ぶと便利です。

なお、直接食品に接触して使用する場合は、食品衛生法に適合した手袋を使用しましょう。



■ 手袋を着用する前に必ず手を洗う（清潔な手で手袋を取り扱う）



使い捨て手袋の着・交換は手洗いの代用ではありません。手袋を着用する前にも衛生的な手洗いがが必要です。

使い捨て手袋は消毒後の手指で取り扱うこととし、手袋自体を衛生的に管理しましょう。

また、手首の部分をつかむなど、なるべく食品に触れる場所を触らないよう気を付けて装着し、手袋をした後も、アルコールで消毒します。

■ 着用後、まず最初に破損や汚染がないかを確認する

使い捨て手袋の破れや汚れは異物混入の原因となる場合があります。着用したらず破れや汚れ等がないかを確認しましょう。そして作業中も頻度を決めて、破損がないか目視確認のルールを設定しましょう。

また、万が一手袋の破損に備えて、破損部を見つけやすいよう、使用する食材とは違う色の手袋を使用するのもよいでしょう。



■ 取り外す時も意識して衛生的に捨てる。

使い捨て手袋は二次汚染を防止するために作業ごとに交換します。表面を素手で触らないように外側が内側になるように外します。外した手袋は放置や再利用せず、速やかに廃棄します。



表面を触らないよう手首の方から裏返すように外していきましょう



使い捨て手袋を交換するタイミング

厚生労働省の大量調理施設衛生管理マニュアル：Ⅱ 重要管理事項では、使い捨て手袋の交換について以下のよう示しています。

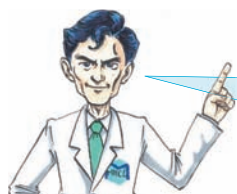
3. 二次汚染の防止

(1) 調理従事者等（食品の盛付け・配膳等、食品に接触する可能性のある者及び臨時職員を含む。以下同じ。）は、次に定める場合には、別添2※に従い、必ず流水・石けんによる手洗いによりしっかりと2回（その他の時には丁寧に1回）手指の洗浄及び消毒を行うこと。なお、使い捨て手袋を使用する場合にも、原則として次に定める場合に交換を行うこと。

※「別添2」は手洗いマニュアルです。

- 1 作業開始前及び用便後
- 2 汚染作業区域から非汚染作業区域に移動する場合
- 3 食品に直接触れる作業にあたる直前
- 4 生の食肉類、魚介類、卵殻等微生物の汚染源となるおそれのある食品等に触れた後、他の食品や器具等に触れる場合
- 5 配膳の前

この他にも、髪や身体を触った時や、咳やくしゃみで口を覆った時、ダンボールや冷蔵庫の取っ手に触れた時、などの「手を洗うべきタイミング」に注意しましょう。



手袋を使用していれば安心であるという意識は非常に危険です。使い捨て手袋は、単に手の延長であることを忘れてはいけません。適切なタイミングで手袋を交換するとともに、「手洗い」をおろそかにしないようにしましょう。



MHCL
MACHIDA HYGIENIC CONTROL LABORATORY

株式会社
町田

町田予防衛生研究所

電話：042-725-2010

<http://www.mhcl.jp/>



Accreditation#1094
ISO/IEC 17025:2005認定



14300048(01)



JQA-QM6617



<http://www.mhcl.jp/>

受託責任者を訪ねて。

no.16



■四国医療サービス株式会社
老人保健施設ミネルワ
おがさわらかな
小笠原佳奈さん

Q1 この事業所ではいつから受託責任者を務めていますか？

平成29年9月より受託責任者を務めています。

Q2 事業所の従業員数は何名ですか？

栄養士1名、調理師2名、調理補助6名の計9名です。

Q3 職場での業務内容や、どのように人員等の管理を行っているかを聞かせてください。

献立作成から発注、盛り付け・配膳作業などの厨房業務の補助、業務が効率的に行えるよう厨房員への指示書や帳票類の作成、シフト管理等を行っています。

Q4 仕事をしていて、大変なことは何ですか？

限られた予算の中で食材費をコントロールしつつ、利用者さんに満足していただける献立を作成することです。また自分より年齢も経験も高い厨房員に指示を出していくことの難しさを感じています。

Q5 受託責任者の仕事はどんなものですか？

施設側からの要望・意見を受取り、理解し、どのように反映させていくかを考えて業務を遂行していくこと

です。また、利用者の方へ安全で美味しい食事を提供することはもちろん、従業員も安心して業務に取り組める環境を作っていくことです。

Q6 仕事をする上で、どのような心構えをお持ちですか？

食材や人員など様々な制約がある中で衛生面の配慮をしつつ、利用者さんに最大限に満足していただける食事を提供することを心がけています。

Q7 委託先の責任者、または担当者とのようにコミュニケーションをとっていますか？

同室で業務を行っているので疑問点はすぐに報告・相談しています。速やかに解決していくことを心がけ、良好な関係を保てるようにしています。

Q8 社内、病院との連絡体制はできていますか？

社内での月1回の受託責任者会議があり、各現場での対応なども参考にしています。また委託先の施設では各責任者の方との給食会議で情報共有に努めています。

Q9 現場で気を遣うことはどんなことですか？

禁止食への対応は特に気を使いま

す。また食事形態が適切な大きさになっているか、使用食材、色どりや盛付量は適切かどうか一つ一つ確認していくことで、安心して食べていただける食事の提供を大切にしています。

Q10 受託責任者には相当の経験、知識が必要ですが、特にどんな知識が必要ですか？

食中毒を起こさないための、大量調理マニュアルに即した衛生管理、季節に応じた対策を講じていける知識だと思います。

Q11 自分が責任者になって変わったことは何ですか？

全体のことを考えて業務を行うようになりました。自分の取り組みが厨房員の業務に繋がっていくので、考えを自己完結せず、厨房全体に声掛けしたり、意見を求めたりするようになっています。

Q12 現場スタッフや同じ受託責任者の方々へのエールをお願いします。

栄養士、調理師、職種に関係なく、全員でサポートし合って、美味しい食事を提供し続けられるように頑張ります。

編集後記

「今年の一皿」

仕事柄、食に関する調査研究は非常に興味があります。多種多様な調査機関や企業組織、職域団体から数多く発表や報告がなされているのは、この業界に精通されていらっしゃる読者のみなさまは既にご承知のことと存じます。元来、不精者の小生は、ほぼほぼ流し読みしてしまう傾向にあります。しかし、ここ数年しっかりと、そして、じっくり凝視？軽読？するのが、ぐるなび総研の今年の世相を最も反映した「今年の一皿」です。過去をみると、2014年はジビエ料理、2015年はおにぎらず、2016年はパクチー料理。そして、2017年の世相を最も反映した料理は「鶏むね肉料理」とのことでした。選定理由は健康志向で注目された点として、社会の高齢化や健康志向の高まりを背景に高タンパク・低脂肪の鶏むね肉が注目されたことらしいと…。確かに振り返ると、お店に陳列されているものは、加工済み鶏むね肉として真空パックされており、味付けも普通（プレーン？）とか、ハーブとか、カレー等々あります。また、お総菜全般にも採用されており、陳列棚には絶対的食材といわんばかりに“ハバ”を利かせている感が否めません。かくいう小生も、日々鶏むね肉には非常にお世話になっている食材のひとつです。個人的な話になりますが、昨夏に無煙機能付きの両面魚焼きグリルを購入しました。正直これは、スグレものです。小生の食生活を大幅に変えました。鮮魚もさることながら、かまぼこ、焼きナス、そして、鶏むね肉の仕上がりはとても素晴らしい。特に皮がパリッと香ばしい仕上がりは、とてもとても单身宿舎のコンロでは不可能なクオリティの一品です。

都市部の住宅事情では、気が向いた時に外で炭火バーベキューは近所迷惑になりかねませんので、職場の仲間が集う時にも大変重宝します。かなり話が脱線してしまいましたが、

最近、食卓に焼き物が多くなり食塩の使用量が増えてきたので、誰にも言えずに少々悩んでいます。栄養士ではあるが、この年齢になって患者さん側の気持ちというか、生活習慣の改善をしたい気持ちと行動変容ができない現実は何とも言えない心情を都合良く受け入れている自分に笑ってしまうこともしばしば…。いつの間にか、「24時間栄養士」ではなくなっているような…。今年は週の数日でも「24時間栄養士」設定を目標にしたいと決意しております。しかし、準大賞の『強炭酸ドリンク』の誘惑に負けてしまう自分の愚かさに特効薬があれば、ご教示頂きたいと切に願うところでございます。

みなさまにとって、2018年の一皿、には、どんなエピソードが待っているのでしょうか。

編集委員 篠島 良介

たべもの



豆知識 file 16



新じゃが前線、北上中

寒い冬が終わり、今年もまた春がやってきました。春と言えば新じゃがが美味しい季節ですね…とりたいところですが、実は新じゃがは地域によって収穫時期が異なります。

最も早いのは九州地方で3～6月頃の間収穫されたもの。そのため、春に食べられる新じゃがはほとんどが九州産と言っていいでしょう。

続いて5～6月頃には関東で、7～8月頃には北海道で収穫されたものが新じゃがとして店頭に並びます。

このように収穫時期が南から北へと移動していくさまが桜前線のようなことから、『新じゃが前線』と呼ばれることもあるそうです。

前線の動きとともに、各地の新じゃがを食べ比べてみるのもいいかもしれませんね。



機関誌「しょうしょく かい ぜん笑食快膳」は会員の皆様をはじめ多くの人達からの
身近な楽しい原稿を募集しています！

〔テーマ例〕

- 地域・会社での行事（レクリエーションなど）
- 趣味（ウォーキング・旅・グルメ・写真等々）

〔原稿書式〕

- A 4判用紙（縦）に横書 1 ～ 3 枚程度で筆者の顔写真をお付けください。
・行事の写真等提供していただくと一層詳しい様子が伝わります。

～掲載文につきましては、薄謝を進呈します。～

〔投稿先〕 〒101-0044

東京都千代田区鍛冶町 1 - 6 - 17 フォルテ神田 5 F
(公社) 日本メディカル給食協会「笑食快膳」編集係

E-mail : jmk_senmu@j-mk.or.jp

TEL 03-5298-4161 FAX 03-5298-4162

編集委員会名簿

編集委員長	米 谷 伸 行	(株)日米クック 代表取締役社長
委 員	山 下 史 朗	(株)東紅給食 代表取締役社長
委 員	西 村 信 之	(株)ニッコクトラスト 顧問
委 員	篠 島 良 介	国立病院機構東京医療センター 栄養管理室長
委 員	門 間 弘 子	(株)紅谷 栄養管理部 部長
委 員	千 田 隆 夫	(公社)日本メディカル給食協会 専務理事
委 員	田 村 修 一	(公社)日本メディカル給食協会 事務局長

スマートフォンで ホームページを ご覧いただけるように なりました！

<http://www.j-mk.or.jp/>

当協会のホームページがスマートフォンからも
ご覧いただけるようになりました。

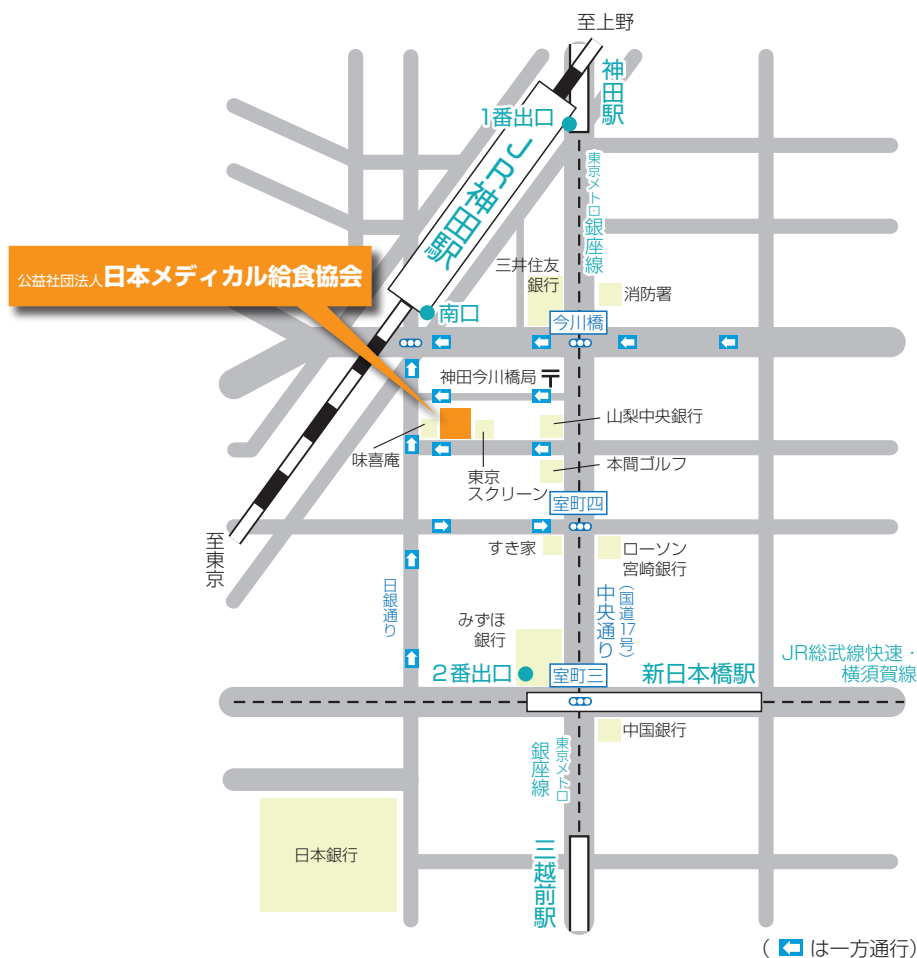
研修・講習会の情報・機関誌が更に見やすくな
っております。特に、お問合せの多い研修・講
習会の日程もかんたんにチェックできるよう
になりました。

ぜひ、スマートフォンからもアクセスください。



日本メディカル給食協会





交通

JR神田駅南口 徒歩3分

JR総武線快速・横須賀線新日本橋駅2番出口 徒歩5分

東京メトロ銀座線神田駅1番出口 徒歩5分

東京メトロ銀座線三越前駅2番出口 徒歩5分

東京駅八重洲口より タクシー 15分



公益社団法人 日本メディカル給食協会

〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町1-6-17 フォルテ神田5階

電話 03 (5298) 4161

FAX 03 (5298) 4162

ホームページ <http://www.j-mk.or.jp>

発行人 吉田 憲史 編集委員長 米谷 伸行

(平成30年4月発行)