

栄養ふくしま

THE NUTRITION
OF FUKUSHIMA
NO.67

公益社団法人福島県栄養士会 〒963-8014 福島県郡山市虎丸町 6-18 虎丸ビル 201
TEL: 043-939-1195 FAX: 024-939-1222 e-mail: food-a@fukushima-eiyoushikai.or.jp



ごあいさつ

公益社団法人福島県栄養士会会長 鈴木 秀子

昨年来のコロナ禍の対応に追われる中、早いもので、2021 年度中盤折り返し地点となりました。皆様におかれましては、お仕事や栄養士活動にお忙しく、また、ご苦労されていることと存じます。

本会は、昨年さらさらに一歩前に進み、オンライン会議、ライブ配信による生涯教育研修会が可能となりました。行動自粛により参加できなかった職域の理事及び会員が会議に出席していただき、オンラインの中での意見交換や演習も円滑に運営できるようになってきました。広大な福島県にとって、オンラインで集うことができるのは大きなメリットですが、やはり対面の学習機会や交流は大切です。特に、管理栄養士・栄養士は一人職場が多く、仲間づくりは本会の重要な役割ですので、オンラインを活用しつつできるだけ会員の皆様が交流できるように、工夫を凝らした会運営を進めていきたいと考えております。

さて、農林水産省の令和2年度「食育に関する意識調査」結果によると、新型コロナウイルス感染症の拡大による食生活の変化について「自宅で食事を食べる回数」は35.5%、「自宅で料理を作る回数」は26.5%の人が増えたと回答、一方、「栄養バランスのとれた食事」が増えたと回答した人は12.8%でした。家庭で料理を作ったり食べたりする機会が増えても、栄養バランスまで及ばないのは残念です。とはいえ、栄養への関心や栄養指導への要望は高まっています。ふくしま栄養ケア・ステーションには新しい依頼が来るようになりました。今こそ、管理栄養士・栄養士の出番、分かりやすく実践しやすい栄養バランスのアイディアを様々な方法で発信していくことが求められています。会員の皆様のお力添えをよろしくお願いいたします。

最後に、今年度の栄養ふくしまは、編集委員のご尽力、会員ならびに賛助会員の皆様のご協力により、構成・内容ともに一新いたしました。栄養ふくしまを通して、会員はもちろん、広く県民の皆様にも有用な今どきの栄養・健康情報をお届けできることを楽しみにしております。

【特集】センテナリアン（健康長寿100歳）時代を生きる

- * わたしたちはセンテナリアンになれるのか
～福島県民の食生活と健康・・・p2
- * ICTを制する者はセンテナリアン時代を制す？
～ホームページ活用法・・・p3
- * TOPICS
～介護報酬改定2021・・・p4
- * 各種学会のお墨付きバランス食
～ご存知ですか？スマートミール・・・p5
- * 立てる100歳 歩ける100歳
～今から始めるフレイル予防・・・p6
- * センテナリアン時代の健康を支える
～栄養ケア・ステーション・・・p7

【活動報告】

* JDA-DAT 研修・・・p10

【会員紹介】

* 2021 年度 表彰会員・・・p8
* 2021 年度 賛助会員・・・p11
* 2021 年度 新入会員・・・p14