

人生100年時代

一般社団法人日本臨床栄養協会 副理事長

久保 明

事務局長/薬剤師

千葉一敏

健康長寿をさつる

臨床栄養学

クローズアップ

健康維持や病気の予防・治療など、私たちが生きていくうえで重要な役割を果たすが食事(栄養)だ。情報過多の現代では、食事や栄養に関する正しい知識を得る必要性が高まっているが、その先駆けとなる活動を展開しているのが日本臨床栄養協会である。健康寿命を延ばすための取り組みについて、お話を伺った。

栄養に関する正しい知識と技術で健康寿命の延伸をめざす

——日本臨床栄養協会の活動について教えてください。

久保 当協会は「医師と栄養士が手を結べば何ができるか」というテーマのもと、1979年に設立されて以来、臨床栄養分野のプロフェッショナルとして医療や介護の現場での適切な栄養指導、栄養管理、栄養ケアプランや評価などを実践的に行う人材を育成しています。

超高齢社会を迎えた日本においては、単に寿命を延ばすだけでなく、健康寿命(健康上の問題で制限されることなく生活できる期間)をいかに延ばすかが大きな課題です。健康寿命と平均寿命との差は不健康な期間を意味し、男性では約9年、女性では約12年の差があります(厚生労働省2019年)。



久保 明 先生



千葉一敏 さん

この期間を縮小し、多くの人の健康増進に役立つ栄養学を確立するとともに情報発信するために学術大会、研修会、セミナーなどの開催、協会誌『New Diet Therapy』の製作・発行を行うほか、その一環として栄養とサプリメントに関する正しい知識を持った「NR・サプリメントアドバイザー」の教育・認定を行っています。

本制度は正しい栄養情報をアドバイザーするための教育・認定機構として2001年からスタートし、2012年からは国立健康・栄養研究所養成の栄養情報担当者(NR)事業が当協会に移管統合されたことで「NR・サプリメントアドバイザー」となりました。

厚生労働省は、国民一人ひとりが健康づくりを進める上で、食生活や健康状態に応じて適切にサプリメント(いわゆる健康食品)を選択することができるよう、サプリメントに含まれる成

分の機能や活用法などについて正しい情報を提供する「アドバイザースタッフ」の養成・資格認定を行う民間団体を推奨しています。当協会の「NR・サプリメントアドバイザー」は、3団体の一つとして厚生労働省のホームページに掲載されています。

さらに資格取得者を対象としたレベルアップセミナーの企画・運営にも注力していますが、常にスキルアップを続けながら、資格をどのように活かすのか、各自の創意工夫も必要ではないかと考えています。

——NR・サプリメントアドバイザーの資格は、どのような方が取得しているのでしょうか。

千葉 医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士、臨床検査技師などの国家資格を有した方々です。当初は管理栄養士の方が多かったのですが、最近は薬剤師の方も増えています。

資格取得者は、保健所・保健センター・病院・診療所といった保健・医療機関、薬局やドラッグストア、保健機能食品などの製造・販売会社のお客様相談室、消費者センターなどの相談機関、スポーツクラブやエステティックサロン、高齢者施設などで、個々の利用者の栄養状態をカウンセリングした上で、栄養指導やサプリメントについて科学的根拠に基づいたアドバイスをすることが可能です。

高齢化とともに一人暮らしの高齢者が増えている中、偏った食事を続けて栄養不足になっている場合は、サプリメントの補充もよいと思います。一般的な成分をどのくらい摂取すればいいのか、判断できない方々も少なくありません。さらに服用している医薬品の

効果が減弱したり、副作用が出ないようにはサプリメントの成分に関する正しい知識が不可欠です。

そのため「NR・サプリメントアドバイザー」の資格取得者は、認定後5年に一度の更新制度があります。その5年間に一定の研修等を受けることが義務づけられ、協会でも更新のための研修を数多く行っています。それぞれの現場で資格を活かすためにも、質の高い「NR・サプリメントアドバイザー」の養成・認定をめざしています。

「NR・サプリメントアドバイザー」以外では、どのような取り組みをしていますか。

千葉 協会には多くの委員会があり、それぞれ目的を掲げ活動をしています。たとえば、臨床現場で活躍する管理栄養士のための研修会を開いています。昨年度は、管理栄養士・栄養士卒後研修と題して、年間30回程度のオンライン講座を開催しました。

医療や介護の各分野では、多職種連携が欠かせません。そのチームの一員として、他の職種の専門性や役割を理解したうえで自身の専門知識を活かすためには、多職種とのコミュニケーションが必要ですから、コミュニケーション力を向上させるための研修も毎年行っています。

また、今年の4月には、「薬局薬剤師による食事・栄養への関わり方のガイドライン」をリリースし、薬剤師は協会員でなくても無料でダウンロードできますようにしています。

第45回 日本臨床栄養学会総会 第44回 日本臨床栄養協会総会

○— 第21回 大連合大会 —○

エビデンスに基づく臨床栄養学の創造 「食」を制するは喜びに通ず

- 日時 2023年11月11日(土)～12日(日)
- 会場 大阪国際交流センター(大阪市天王寺区上本町8-2-6)
- 大会長 第45回 日本臨床栄養学会総会
西口 修平 加納総合病院 名誉院長・大阪公立大学 特任教授
第44回 日本臨床栄養協会総会
西本 裕紀子 大阪府立病院機構 大阪母子医療センター 栄養管理室 室長
- お問い合わせ先
第45回 日本臨床栄養学会総会・第44回 日本臨床栄養協会総会
第21回 大連合大会 運営事務局
株式会社コンベンションリンクージ内
〒543-0001 大阪市天王寺区上本町8-2-6
TEL:06-6772-6389 FAX:06-6772-7600
E-mail: rinsyo-eiyo2023@c-linkage.co.jp

— 今後、協会としてどのような展望を考えているのか教えてください。

久保 人生100年時代となり、健康寿命を延ばすための食事(栄養)のあり方、サプリメントや健康食品の利用などに対する関心が高まっていますが、インターネットの普及によって多くの情報が簡単に入手できる反面、科学的根拠の乏しい健康情報も多く、健康被害につながるケースも増えているようです。

これまで「NR・サプリメントアドバイザー」の周知・普及に尽力してきましたが、よりいっそう資格取得者の教育・活動システムを充実させたいと考えています。また、一般の方々に対しては「NR・サプリメントアドバイザー」の存在と、この資格取得者によるサプリメント相談の活用、参加費無料の「市民公開講座」の周知も強化していきたいと思っています。

サイエンスとして発展した栄養の役割を活用した最新のヘルスケアを確立、提唱、実践したいと考えています。

いきいき生きるための健康情報紙

健康と良い友たち

For your Health & Vigor

発行所 - 健康と良い友たち社
〒141-0032 東京都品川区大崎4-3-1
TEL 03-5437-1055
FAX 03-5437-1056
LP: <http://www.k-yotomo.co.jp/>
編集長 市川智恵 / 発行人 西川玲子
2023年(令和5年)10月1日発行
第334号 / 毎月発行

定価 250円(税込)

2023年

10

月号

「健康と良い友たち」は
定期購読できます。

※定額購読料

個人:1部/1年額 3,000円(税込)
団体:5部/1年額 10,500円(税込)
10部/1年額 15,750円(税込)

ご購読の月分は1年間、毎月お届けします。お電話でお申し込みの際は、必ずお名前をお知らせください。