

# 日本食品保健指導士会会報

〔第22号〕

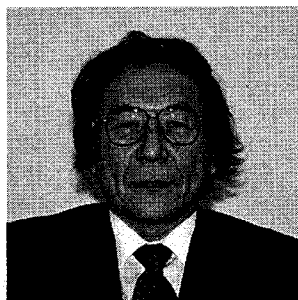
■発行：平成21年1月1日  
■発行所：日本食品保健指導士会

東京都新宿区市谷砂土原町 2-7-27 TEL. 03-3268-3160 FAX. 03-3268-3135  
(財団法人日本健康・栄養食品協会教育研修部内)

『明けましておめでとびいびいします』

国民生活センター

理事 島野 康



昨年、「消費者目線」とか「消費者・生活者が主役」といった言葉が一種の流行語になり、消費者団体や日弁連などが待ち望んでいた「消費者を主役とする政府の舵取り役」となる消費者庁の設立が実現する方向で進んでいた。

ところが、先頭に立って旗を振っていた福田総理が突然辞任してから雲行きが怪しくなっている。内閣府の外局として消費者庁を設置することを定める消費者法設置法案など関連三法案が一七〇臨時国会に上程されたにも関わらず、野党側との合意が得られず審議に入れないままであった。

こんにやくゼリーによる窒息死事故やパロマ製の湯沸かし器一酸化炭素中毒死事件、石油温風器事故、シュレツダー指切断事故などの製品関連事故、マンション耐震偽装、高齢者等のフトコロを狙った悪徳商法、食品関連では、中国産冷凍餃子中毒事故から事故米の不正流通、牛乳へのメラミン混入など、それこそ枚挙に遑(いとま)がない。国民・消費者の安全・安心な生活が脅かされているのが今の日本国である。

こうした問題が発生するたびに、行政の対応の遅れが指摘されてきた。しかし、政府の行政組織が明治時代の

産業育成を第一に進めてきたことにより、消費者は産業が栄えることによってその反射的效果として利益を被ればよいという発想にあった。また、問題は広がりがあり一省庁では対応が困難であるにも関わらず、縦割り行政という旧弊が解決を阻んでいる。省庁間ばかりか、省内でも縦割りなのである。河川のゴミについて、上のゴミは河川課、中のそれは公害課、底のゴミは土木課、の担当という。

消費者庁の設置は、「静かなる革命」とも評された。たしかに、民主党の主張する消費者権利院構想も魅力的な内容を含んでいる。つまり、与野党ともに、消費者重視、消費者が主役となる行政には異論はないはずだ。与野党が対決する問題ではないのである。国民・消費者に良きところを採用して、先進諸国の後塵を拝していた消費者行政を一步二歩前進させてもらいたいものである。

最後に、健康食品業界に関して一言。

私は国民生活センターに入所してほぼ三三年を経過するが、その間、いわゆる健康食品に関する苦情は上位に位置し続けている。かつては、痛みを和らげるためにステロイドを混入させたり、痩せ薬と称して利尿剤を混ぜたり、製造原価の何百倍を売買価格にして暴利をむさぼった事案もあった。ただ今日でも、表示とは異なる含有量だったり、未承認医薬品が入っていたといった事案も昨年の当センターのテストで明らかにされている。

団塊の世代が高齢化し、健康不安を解消しようと健康食品がますます人気を博するだろう。コンプライアンスを重視し、消費者の求めに真摯に応える事業者がより多く育ち発展することを期待したい。

\*連絡先:千種ゆう子

TEL/0587-96-2248

e-mail/kenkounotane@yahoo.co.jp

\*呼びかけ:中部地区の指導士会の皆様、本部への参加を切にお願い致します。

望まれる指導士をめざして

近畿支部 支部長 坂口 陽子



指導士会の皆様にはおすこやかに新年をお迎えの事とお慶び申し上げます。

私も昨年に近畿支部長の大役をおおせつかり、心新たに指導士の重要性の自覚と自己研鑽の一年にして参りたいと思っております。

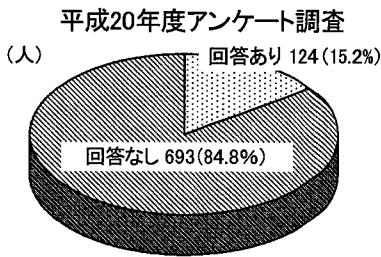
四年前に皆様のお仲間入りをさせていただき未熟ながら数回の公的な講演の依頼を頂戴し、充実した一年であったことに、心より感謝致しております。

食の安全や健康に対して関心の深まる昨今、消費者の方には健康食品への依頼率も高く、我々指導士が今後どのように関わっていくか大きな課題だと思っております。

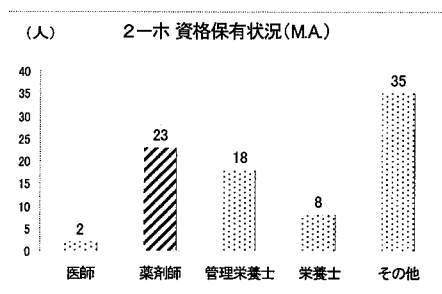
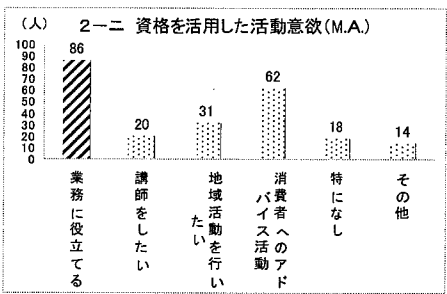
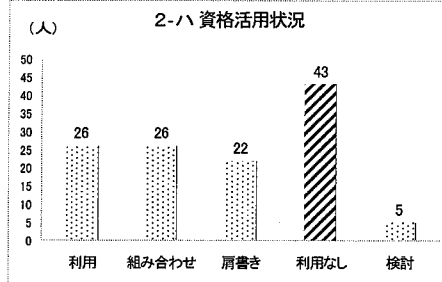
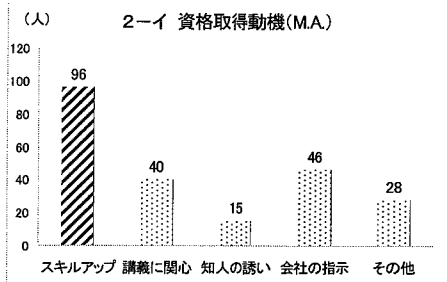
この一年は指導士の必要性をアピールすると共に、個々の知識向上に努めて行かなければならないと思っております。

研修会への参加や支部同士のネットワークを通じて消費者のお役にたてる指導士を目指して、精進して参りたいと思致します。

### 平成 20 年度アンケート調査 《ダイジェスト》



平成 20 年 8 月に実施したアンケート調査の集計が終了いたしました。817 名の全食品保健指導士に調査票を送付し、124 人の回答を得ました。取り急ぎ「資格取得の動機」、「資格活用状況」、「資格を活用した活動意欲」、「資格保有状況」につき、ご覧いただくこととします。(担当/岸本真弓幹事)



皆様のご指導・ご協力をたまわりますよう宜しくお願い申し上げます。そして指導士会がより一層、飛躍の年である

りますと共に、皆様のご健康で、一年をお過ごしくさせていただきますよう、ご祈念いたしております。



## 日本食品保健指導士会 Web ページに関して(3) 【超初心者のためのインターネット講座】

幹事 阿部 真

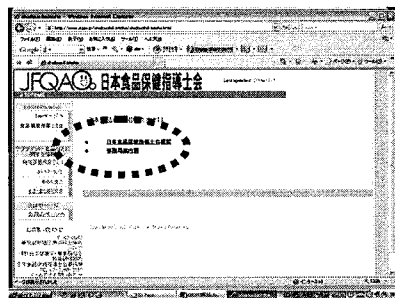
日本食品指導士会のウェブページが立ち上がり、6か月が経とうとしております。一般の方からも“指導士になるにはどうしたらいいの？”“東京以外では講習会を受けることができないの？”など少しずつですが、反響が出はじめております。一方で、どのようにして見られるの？といった会員からの質問もあります。今回は、【超初心者のためのインターネット講座】と題しまして、日本食品保健指導士会のページの見方をごく簡単に説明します。今回は、閲覧ソフトマイクロソフト社のインターネットエクスプローラを例に説明します。ページをご覧頂くには、インターネット閲覧ソフトを使用し、検索エンジン(Yahoo、googleなど)で、キーワード検索“日本食品保健指導士会”と入力して検索してください。



日本食品保健指導士会のページが検索されました。この部分をクリックするとトップページに入ります。もし、それでも見つからないときには、直接URL(ホームページの住所)をうちこんでください。図の破線部分に、<http://www.jfqao.jp/>などと打ち込んでください。



右上のような、トップページに入ります。トップページの左側にメニューボタンがありますので、クリックしてください。各ページへ飛びます。また、頁の中に、アンダーラインがあり色が変わっている部分をクリックすると、各ページに飛びます。



次に会員のページというメニューがありますが、こちらは日本食品保健指導士会の会員のページです。ご覧になるには、IDとパスワードが必要です。IDとパスワードは、ページの左側メニューの下にある、「お問い合わせ」をクリックしていただくか、[info@jqao.jp](mailto:info@jqao.jp)あてに、氏名、メールアドレス(携帯電話のメールアドレスは不可)、食品保健指導士登録番号をご記入の上、ID、パスワード希望とお送りください。会員のページでは、勉強会のお知らせ、各支部で開催される勉強会や行事のお知らせなど、さまざまな会員向けの情報などをお知らせしていきます。「勉強会に出たいけれど、遠いので参加できない」と言った声もありますので、今後は勉強会の様子をビデオで記録したもの、資料などをご覧いただけるように(実際の勉強会が有料のものは有料でご覧頂くようになります。また、講師の先生のご意向などにより、すべて提供できるとは限りません。)していきたいと考えています(現在準備中ですので準備ができたいお知らせいたします)。会報のバックナンバーもご覧いただけるようになっております。

こういった情報がほしい、こういった勉強会を開催してほしい(開催しているが参加者募集でもかまいません。)、ご希望、ご意見などがございましたら、お気軽に、メール [info@jqao.jp](mailto:info@jqao.jp) までご連絡ください。ウェブページは皆様のコミュニケーションの場です。ぜひ、積極的にご活用ください。

《特集》  
食品保健指導士の

職場を訪ねて⑥

榑坂口屋 手づくり舎ふあゝもあ代表

坂口 陽子さん



・滋賀県市出身  
・昭和五四年、聖徳学園女子短期大学卒／栄養士  
・昭和五六年、結婚、二児の母となる  
・平成一二年、手づくり舎ふあゝもあ設立、代表に就任  
・他の資格／食品保健指導士、食生活アドバイザー

今回登場いただく食品保健指導士（以下指導士と記す）は、滋賀県で“健康道場”ともいべきユニークなお店を経営されている坂口陽子さんです。坂口さんは、一月二二日、日本食品保健指導士会（以下指導士会と記す）主催「大阪地区／秋期研修会」において、参加者の賛同を得て近畿支部長に就任されました。

た。研修会後、懇親会場のニューオオサカホテルに移動。懇親会が始まるまでの寸暇を利用してのインタビュースタンスとなりました。

子ども時代の病気が動機で栄養士に。

（関）このたびは、近畿支部長をお引き受けいただきありがとうございます。何卒よろしくお願いたします。

（坂）いえいえ、私のような者でよろしいのでしょうか。

（関）幅広い活躍をされていらっしゃる坂口さんは、指導士会にも協力的な方ですので、願ってもないことだと思っています。

（坂）身に余る大役だと思えますが、池田副会長や能美幹事はじめ地域の会員さんたちの協力をいただいで、微力ながら努力させていたのだと思います。

（関）よろしくお願いたします。では、始めに坂口さんのプロフィールをお尋ねいたします。どのような動機で栄養士になろうと思われたのですか？

（坂）子どものころ、大病を患ったことが動機となつてお願いたします。そのとき沢山の薬を服まなければいけなかったのですが、どうしても身体がその薬を受け付けなかったのです。

（関）なるほど、それでどうされたのですか？

（坂）薬のかわりに民間療法や母が自然農法の米や野菜を調理して食べさせてくれました。そのお陰で危機を脱することができました。

（関）そのような体験をされたんですか。

（坂）今思い出してみますと、両親の愛はもとより、生きたいという強い本能のようなものも影響したかもしれませぬ。

（関）なるほど、すごい体験をされたのですね。栄養士の道へ進もうと思われたきっかけはその体験からなんですね。

（坂）そうですね。健康を維持する上で、いかに“食と心”が大切かを多くの人々にお教えしたいと思つたからです。

“健康道場”のようなお店です。

（関）坂口さんはお店を経営されていますが、どのようなお店でしょうか？

（坂）主人が先代から継承した建築金物店を法人化し新店舗を建築したとき、古い店舗を改装し、平成一二年六月に自分の店をオープンしました。

（関）健康食品を販売するお店ですか？

（坂）それは一部です。基本はオーガニック食品です。

（関）そうですね。

（坂）本当の健康作りには質のよい食材が欠かせませんので、その紹介とその活用方法などをお教えるお店を作ろうと思つたのです。

（関）それは素晴らしいことですね。消費者も最近では食の安全性を求めてオーガニック食品に興味をもつようになってきていると思えますがいかがでしょうか？

（坂）そうですね。関心は高まってきていると思えます。

（関）どのような商品を取り扱ってらっしゃ

るのですか？

(坂) お店は三つの柱をポイントとしています。一つは「ギャラリーと委託」、二つ目は「教室」、三つ目は「オーガニック食材とカフェ」です。

(関) 多面的ですね、具体的にはどのような

(坂) 「ギャラリー」は、健康に関する手作り商品の展示や啓発の機能を、「教室」はオーガニック食材を使った料理教室やサプリメント等の勉強会を、そして「オーガニック食材とカフェ」の部分では、実際に召し上がっていただいて食べることの楽しさや美味しさを感じていただいております。

(関) 商品は委託というのはユニークですね。



日本食品保健指導士会

関本邦敏会長

### “味噌汁健康法”を発信し大好評。

(関) 坂口さんには、指導士会を通じ、各地での講演をお願いしていますが、独自の健康法として“味噌汁健康法”をお話しされていますが。

(坂) 私のお店ではお昼に病人食を提供しています。その人の病気に応じた食事を、調理方法を説明をした上で提供しています。

(関) すごいですね。調理法を聞いて、実際にその通りにつくられたものを食べてみるということはとても分りやすいですね。

(坂) それを狙いです。話だけではなかなか実感として分らないものですから。提供する料理は、煮物、酢の物、その他に具沢山の味噌汁が中心になります。

(関) その味噌汁はどのようなものですか？  
(坂) まず味噌を吟味します。オーガニックで栽培された大豆が原料であること、塩はミネラル塩を使用したものであること、そして一年はじっくり熟成されたものが一番いいと思っています。そのような味噌は機能性がぎつしりと詰まっています。私自身も手作りサプリメントです。私も実際味噌作りをしていますので、自作の味噌とオーガニック味噌を混ぜて使用しています。

(関) 味噌作りからされているのですか。熟成した味噌は、血圧にも影響しないと聞いていますか。

(坂) そのようですね。むしろ良質な発酵食品として健康に有益です。

(関) ダシはどうされていますか？

坂口さんのお店／手づくり舎ふあ～もあ



(坂) 利尻コブとかつお節を基本としてダシをとっています。このダシは食育や離乳食にも大切です。

(関) なるほど。

(坂) そして主に、海藻と根菜野菜を七〜八種類ほど入れ、四〇〜五〇分ほどよく煮込みます。海藻と野菜のエキスがたっぷり出た栄養たっぷりの味噌汁となります。野菜は、葉や皮、そして根も全部使いきります。

(関) “一物全体”ですね。実に美味しそうですね。飲んでみたいですね(笑)。

(坂) 皆さん美味しいといってくれています。このような味噌汁ですと、よくかめないお年寄りや乳児でも、汁を飲むだけで十分なビタミン、ミネラルを摂ることができます。

(関) 味噌汁のイメージが変わりました。立派な料理なのですね。

(坂) そうなんです。私は、味噌汁は立派なメインディッシュだと思っています。献立はご飯、たくあん、味噌汁で万能になると思っています。でも作り方がとても大事です。

(関) 数ではなく内容次第なんですね。

(坂) そうです。ご飯も継続できるよう白米に三分づきを混ぜて炊いています。ときには大豆や小豆、黒豆等も混ぜてお出しします。

(関) 原価が高くなりそうですが、大丈夫ですか。(笑)

(坂) 地元のものを使えば大丈夫です。

(関) 地産地消ですか。“身土不二”にも通じますね。

(坂) そうです。地元で取れた“旬”の野菜類が身体に最もよく、しかも安全です。

### 『中医学』の勉強をしたいです。

(関) 今後どのような活躍をしていきたいですか？

(坂) まだまだ専門的な知識が不足していますのでもっと勉強したいと思っています。今はとくに中医学を勉強したいと思っています。

(関) 私も長い間勉強してきて、今は中国の医科大学の名誉教授を務めています。中医学は奥が深くてなかなか勉強できませんね。

(坂) 具体的に勉強する方法を教えてくださいませんか。

(関) そうですね。例えば、遼寧中医大学の本校は中国の遼寧省にあります。その大学の日本の分校を日本中医薬学院といいますが、東京の新宿にあります。そこで勉強する方法があります。一年コース、二年コースなど様々なコースが選べます。国際中医師コースや薬膳管理士コースなどありますよ。通信教育もあります。

(坂) なるべく家の近くで、食養生を中心に

勉強したいと思っていますが。

(関) それなら、東京の湯島にある北京中医薬大学の日本本校では、中医学の基本的なことを通信教育でも教えています。詳しくはインターネットで調べてみるといいですよ。

(坂) 過去に一度、関西で勉強できる学校として、上海中医薬大学附属日本校と黒龍江中医薬大学日本校の資料をもらって来たことがあります。それがどうでしょうか？

(関) 両方ともよく知っていますよ。後日、情報をお教えしましょうか。

(坂) よろしくお願いいたします。

(関) 栄養士さんで中医学を勉強する人は少ないですね。薬剤師さんは多いですが。

(坂) そのようですね。

(関) 近い将来中医師の資格をとられたらいいがですか？

(坂) 子どもも大きくなってきましたから、挑戦してみたいですね。

### 指導士の知名度アップを望みます。

(関) 最後に指導士会や(財)日本健康・栄養食品協会(以下日健栄協と記す)。への要望がありますか。

(坂) そうですね。私は、指導士の資格を取得しようとした動機は、栄養学の権威の前理事長細谷憲政先生が策定された制度だから間違いないと信じて受講しました。

(関) 資格を取得した方の七五%は企業の方です。坂口さんのように自営されている方は少ないです。

(坂) 人によって、指導士の資格取得の目的が違うようですね。私の場合、仕事をする上で指導士の資格が生きていると思っています。私は多くの指導士とたくさん意見交換をしてみたいと思っています。

(関) そうですね。コミュニケーションは大事ですね、指導士会では、一年に一回ですが秋期研修会を実施しています。また当会のウェブページもやっとスタートしましたので、相互コミュニケーションが計れるようになってきました。

(坂) 今日のような意義深い秋期研修会には、もっと多くの方を集っていただきたいと思えます。

(関) まったくそのとおりですね。

(坂) 指導士の知名度はまだ低いですね。六月に福井県の勝山市で講演をさせていただきましたが、その職員の方の話で、市民の健康食品に関する大きなニーズに対応するために我々のようなスペシャリストを求めたことを知りました。

(関) 今はまさにそうでしょうね。

(坂) 厚生労働省の健康食品の行政ニーズから生まれたアドバイザリー・スタッフ制度です。もっと知名度アップに動いてもらえるように日健栄協に働きかけてほしいと思います。

(関) 本日はありがとうございます。坂口さんには、今後近畿支部長として、指導士会発展に大いなるご協力を期待申し上げます。

(坂) 期待にそえるようがんばります。よろしくご指導ください。

# 「秋期研修会」開催

## 《東京会場》

◆開催月日：平成二〇年十一月一日（土）

一三時三〇分～一六時

◆開催場所：（財）日本健康・栄養食品協会

三階会議室

◆演 題：「健康食品の行政動向と

食品保健指導士の役割発揮」

◆講 師：（株）皇漢薬品研究所 学術調査室

室長 早川明夫 先生

◆参加者：二一名

## 《大阪会場》

◆開催月日：平成二〇年十一月二日（土）

一四時～一六時三〇分

◆開催場所：新大阪丸ビル本館二〇一〇一〇号室

◆演 題：「メタボリックシンドローム

特定健診制度保健制度と機能

性食品（最新情報も含めて）」

◆講 師：神戸薬科大学

エクステンションセンター

日本食品保健指導士会

副会長 池田千恵子 先生

◆参加者：一二名

◆懇親会：会場／ニューオオサカホテル

参加／九名

今年の研修テーマは、多くの食品保健指導士（以下指導士と記す）の要望に応え、東京会場では、早川先生に、健康食品の行政動向の解説と近未来的な方向性、またその環境下における指導士の役割発揮の要諦についてご教示いただきました。

大阪会場では、日本食品保健指導士会（以下指導士会と記す）の池田副会長に、本年からスタートした特定健診に関するテーマの講義をしていただきました。両会場とも、講師方の熱弁で、多数の質問が出、極めて充実した研修会となりました。

両会場の講義の模様を講師の了解を得てビデオ撮影いたしました。今後、遠隔地などの理由で参加できなかった会員向けの教材として提供する予定です（近日ご案内予定）。

大阪会場は、研修会終了後、坂口支部長の誕生を契機として、一層の地区活動の活性化を期して懇親会を行いました。九名の参加を得、和気藹々の雰囲気の中に様々な意見交換が行われ、来期の更なる発展を期して散会となりました。

今年も多くの方々に大きな協力をいただきました。東京会場では、受付係を尾川利恵子指導士、ビデオ撮影係を松本三恵子指導士に担当いただきました。ミネラルウォーターは、今年も能美茂幹事より提供いただきました。また日健栄協様には、会議室の貸与およびお世話係として教育研修部の岩浪課長に休日出勤いただくなどの支援をいただきました。ご協力いただいたいたすべての方々に感謝申し上げます。

## 講演概要

### 一、「健康食品の行政動向と

食品保健指導士の役割発揮」

（株）皇漢薬品研究所 学術調査室

室長 早川明夫 先生

- ① アドバイザリスタッフ誕生の経緯
- ② 健康食品の行政経緯
- ③ 健康食品市場の動向（日本・世界）
- ④ 一般用医薬品の行政動向
- ⑤ 健康食品の法規制と問題点
- ⑥ 健康食品が貢献できる具体的提案
- ⑦ 長期連用による薬剤リスクの事例

### 二、「メタボリックシンドローム

特定健診制度保健制度と機能性食品

（最新情報も含めて）」

神戸薬科大学

エクステンションセンター

日本食品保健指導士会

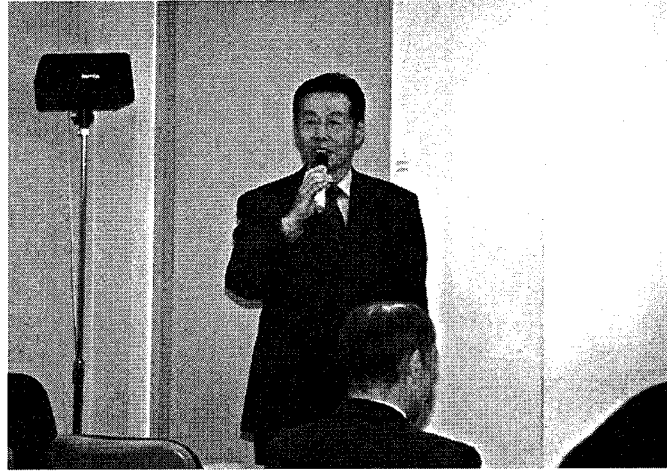
副会長 池田千恵子 先生

- ① 特定健診制度導入の背景
- ② メタボリック症候群の疾患概念の確立
- ③ メタボリックシンドロームの知識
- ④ 食生活指導と機能性食品
- ⑤ 食事の考え方
- ⑥ メタボリックシンドロームに有効な食品の因子
- ⑦ 有効な新しい食品因子の検索

◆主催／日本食品保健指導士会  
◆後援／（財）日本健康・栄養食品協会



▲ 東京会場／受付にて



▲ 東京会場／挨拶する関本会長



▲ 東京会場／講師の早川先生



▲ 東京会場／熱心に受講する参加者

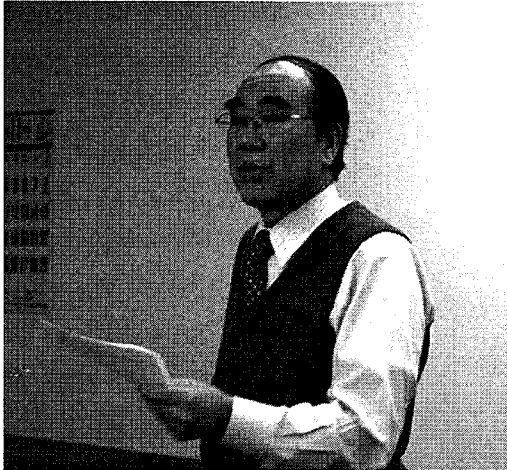


▲ 東京会場／質問する松田指導士

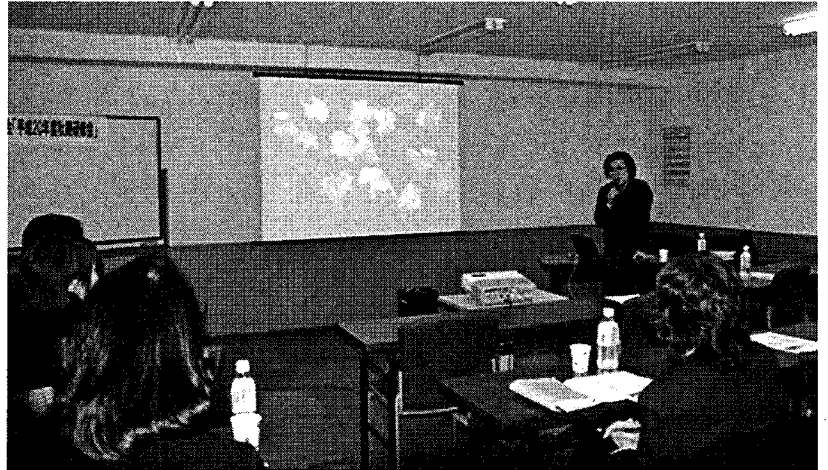


▲ 東京会場／質問する吉池指導士

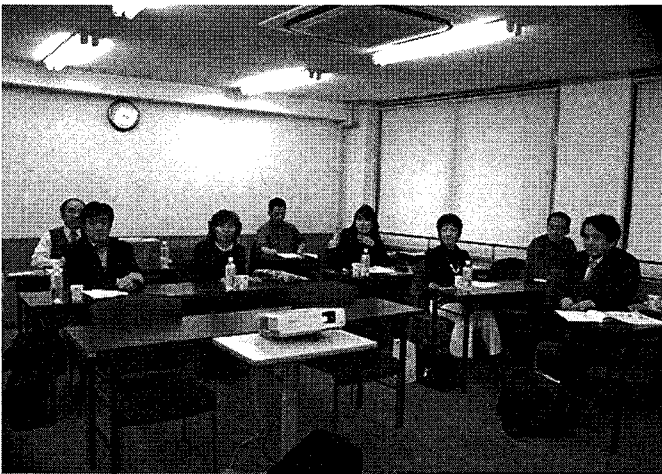
# 平成 20 年度 「秋期研修会」



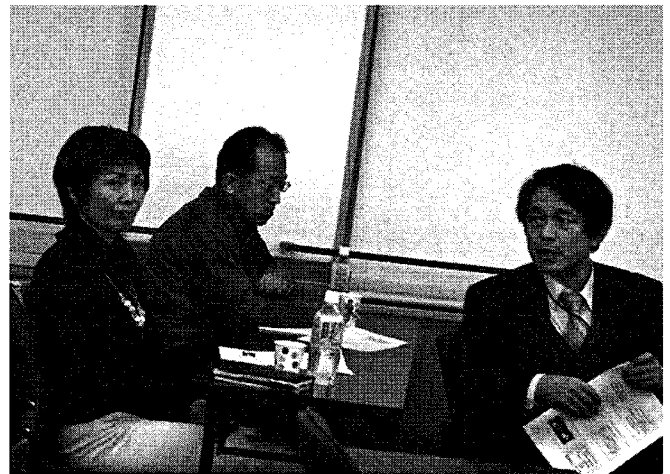
▲ 大阪会場／司会の能美幹事



▲ 大阪会場／講師の池田副会長



▲ 大阪会場／研修会場風景①



▲ 大阪会場／研修会場風景②



▲ 大阪会場／質問する坂口指導士



▲ 懇親会場（ニューオオサカホテル内）／全員で記念撮影

食品保健指導士

◇活動レポート◇

①主催／徳島県板野町役場保健師会

『特定保健用食品について』

大阪府東大阪市 池田千恵子

去る十一月八日、徳島県板野町町役場において、保健師を対象として「特定保健用食品について」の講演を行いました。

地域の保健師は一〇名ですが、そのうちの七名が出席されました。当初、一三時〜一四時三〇分までの予定時間でしたが、多くの質問が出て、終了時間は三〇分間ほどオーバーしました。

のどかな農村地帯なので、メタボの人は少ないかと思われましたが、メタボ健診では糖尿病の人が多いとのことでした。この地域は、交通の便が悪く車社会になっています。役場の人も昼食は車で自宅に帰って取っています。田舎のわりには、あまり歩いていないようです。また娯楽設備もないので、どうしてもお酒等飲食が多いようで、その結果メタボの方が多いのだらうと思います。

②主催／山形市生活情報センター

『健康食品の正しい知識』

千葉県柏市 杉浦上太郎

去る十一月二〇日、山形県保健センターに

おいて、約五〇名の山形市の消費者啓発員を対象に「健康食品の正しい知識」について講演を行いました。

同市生活情報センターの広いロビーには、健康食品全般の知識を啓発するパネル展示がされていました。日健栄協のJHFAマーク表示制度を解説したパネルもありました。

消費者啓発員とは、近隣の消費者に積極的にアドバイス活動をする意志をもって、人が所定の講義を受講することによって与えられる資格とのこと。

問題意識の高い方々は、最後まで熱心に聴講してくれました。

《支部活動状況》

◎東京支部・千葉支部合同の支部会開催

去る十二月一三日、東京支部、千葉支部が初めて合同の支部会を開催しました。午後三時に一七名が集合。まず回向院の副住職より回向院の歴史と役割の話を拝聴しました。次いで同寺内にある死者数十万人を出した明暦の大火の供養塔、ねずみ小僧の墓などを見学。続いて、すみだ観光ボランティアの方々に、両国の観光スポットや江戸前握りの発祥地、もんじゃ(獣料理)、しゃも料理等一三カ所を案内していただきました。最後は日健栄協の藤嶋事務局長にご紹介いただいた「ちゃんこ霧島」で、藤嶋事務局長、早川明夫先生に

楽しい！ (忘年会風景)



もご参加いただいた、総勢一九名で忘年会に移行しました。大いなる盛り上がるの中来年の更なる飛躍を期して散会となりました。(松山理恵子記)

日本食品保健指導士会活動

●平成二〇年度第三回幹事会

- ▽平成二〇年九月二十九日(月)
- ▽於／(財)日本健康・栄養食品協会一階
- ▽出席幹事／関本会長、池田副会長、高村・能美・阿部・松山幹事、杉浦事務局長 (七名)
- ▽オブザーバー／日健栄協：教育研修部 岩浪課長員(一名)
- ▽議題／①会計報告の件、②Web Pageの維持管理体制の件、③秋期研修会の件、④更新制度の件、⑤健康博覧会協力の件、⑥指導士会の法人化の件、⑦会報第二一〇号発行報告の件、⑧教育研修部の活動情報の件