

新体制の1年、皆様のおかげで、無事に終了しました。

昨年、5月に日本食品保健指導士会は、新体制となり、おかげさまで、なんとか、1年を過ごすことができました。皆様のご協力ありがとうございました。今回は、この1年の日本食品保健指導士会の活動報告として、会報を作らせていただきました。

今後とも皆様のご協力、よろしくお願いいたします。

20周年記念セミナー・情報交換会報告

2023年11月12日(日)に東京・如水会館で行われました、記念セミナーと情報交換会について、ご報告させていただきます。

当日は小雨が降る中、肌寒い日となりましたが、公財)日本健康・栄養食品協会、青山常務、北島部長、牧野様にご出席いただき、10時30分～12時10分まで、日健栄協青山常務に「保健機能食品と健康食品の未来」



と題しましてご講演をいただき、トクホと機能性表示食品の違い、①疾病リスク低減表示にどう取り組んだか、②機能性表示食品の現状と課題、③病者向け食品表示への挑戦(特別用途食品)、④栄養機能食品の現状と課題、⑤保健機能食品の目指すべき方向という順でご説



明を頂き、今後の日健栄協の考える健康食品の体系や、指導士の在り方など、パワーポイントを使いながらご説明頂きました。指導士会員は杉浦初代会長など含む、28名、一般参加者1名の合計29名が久々の青山常務の講演に聞き入ってしまい、あっという間の100分のご講演でした。会員からも多数質問があり、大変盛り上がった記念講話でした。一部参加した指導士会員からは、今

日の記念講話は、もっと多くの指導士に聞いてほしかったなどの後日談を頂きましたので、2023年暮れにオンデマンド受講として再度聴講出来る機会を作りました。

また、12時30分～情報交換会は、2時間という長丁場でしたので、参加者全員に、食品保健指導士である思いと日健栄協さんに今後お願いをしたいことなど様々なご意見を一人一人からいただきました。さらに、歴代の会長を



務められた杉浦初代会長、松山元会長・田中元会長にもご挨拶をいただき、コロナ禍で便利さということでは申し分ないオンライン研修会ですがやはり一人一人交流をしておける研修会は今後も減らさないように要望され、我々としても極力現場で交流できる研修会の実施を進めながら地方の方々も参加しやすいオンライン研修会も取り入れるなど、皆様に満足いただけるような研修会を実施できるように活動させていただきたいと思っております。



2023年11月12日東京如水会館にて

九州支部活動報告

2023年8月19日(日)に福岡・パピオン24にて、九州大学病院副院長、九州大学医学研究院整形外科の中島康晴教授に～人生100年時代～整形外科から見たロコモ・フレイル予防と対策についてお話をいただきました。当日は、ZOOMオンライン同時配信を実施しました。



整形外科の日本誕生は日本整形外科学会が設立され東京大学田代先生、京都大学松岡先生、九州大学住田先生が尽力され整形外科の役割が超高齢社会の中、ケアと対策で寝たきり要介護・要支援に不可欠になる。ロコモは運動機能障害で若い時から注意が必要であり、ロコモチェック・診断が行われているとのことでした。フレイルの概念は生活機能が低下し虚弱な状態



になる。身体フレイル・精神的フレイル・社会的フレイルの対策が必要となる。ロコモとフレイルには共通点が多い(フレイルチェックを行う)ロコモ・フレイル克服のために啓発宣言活動进行中。中島先生が座長を務め、「80GO運動」推進中。現在、健康日本21(三次)スタートしている。予防①運動習慣②栄養摂取③身体活動の高い生活④運動器疾患の評価と治療が重要視され、熱がこもった研修

会となりました。

関西支部活動報告

2023年9月2日(土)にZOOMを利用しました、オンライン研修会を愛国学園短期大学学長平尾和子先生に調理科学的視点でみる糖質の役割と題しまして、ご講演いただきました。



糖質を中心にした食品物性や官能評価、調理過程での食品の変化について解明し、食品の合理的な調理方法や嗜好性の向上に取り組んでこられた平尾先生に、「調理科学的視点

今日のお話

1. はじめに
2. 糖質の役割と調理科学の調理性
3. 糖質・機能性糖質を用いた調理科学的研究例
4. 糖質・機能性糖質と調理科学の今後



点でみる糖質の役割」をテーマに最新情報を分かりやすく解説いただきました。でん粉や砂糖の調理性について、具体事例を交えた説明は特に分かりやすく、全体を通してバランスのよい食事が重要であることを、科学的根拠をもとに説明いただけ、深い理解に繋がり

ました。参加された会員からは、「全く見識のない研究分野でしたが、とても分かりやすく話して下さり勉強になりました。」「栄養学の発展を樹木で示した図は興味深かったです。調理学を含む栄養学の守備範囲が広いことを再認識しました。」などのご意見をいただきました。

東海支部活動報告

2023年12月9日(土)愛知・ウインクあいちにて、現地研修会と、ZOOMを利用しましたオンライン研修会を実施しました。講師に株式会社ヤクルト東海 普及推進部普及企画課 課長御代田 勲 先生をお願いをし、ヤクルト製品と腸内環境についてと題しまして、今や常識になりつつある健康のために、腸内環境を積極的に整えようという考え方、腸内フローラの状況により、様々な病気リスクを低減、精神状態のコントロールや老化スピードまで関与していることが、明らかになってきたとの事でした。ヤクルト創設者の代田稔

自己紹介



生年月日 1975年6月1日 48歳
ふたご座 6型

住所 三重県四日市市

経歴
2008年10月入社 -安城営業所 自販機ルート主任
2011年 半田オフィス 主任
2014年 法人営業課 係長
2019年 法人営業課 課長
2023年 普及推進課 課長

資格
-調理師
-熱中症アドバイザー
-健康経営アドバイザー
-サテライトマスター

御代田 勲
MIYOTA ISAO

あなたの「腸」は何歳ですか？
お手元のチェックシートで測ってみよう！

トイレについて	生活習慣について	食事について
<input type="checkbox"/> トイレの頻度が決まっていない <input type="checkbox"/> 排便後も残っている気がする <input type="checkbox"/> 排便が痛いと感じられる <input type="checkbox"/> 便秘や下痢が繰り返される <input type="checkbox"/> 排便が臭い <input type="checkbox"/> 排便が粘り気がある <input type="checkbox"/> 排便が硬い <input type="checkbox"/> 排便が柔らかい	<input type="checkbox"/> タバコをよく吸う <input type="checkbox"/> 飲酒や飲食物が偏る <input type="checkbox"/> 運動不足が気になる <input type="checkbox"/> 睡眠不足が気になる <input type="checkbox"/> ストレスが溜まる <input type="checkbox"/> 排便が不規則 <input type="checkbox"/> アレルギーを多く患う	<input type="checkbox"/> 腸内フローラが偏っている <input type="checkbox"/> 腸内フローラが減少している <input type="checkbox"/> 腸内フローラが豊富である <input type="checkbox"/> 腸内フローラが安定している <input type="checkbox"/> 腸内フローラが変化している <input type="checkbox"/> 腸内フローラが豊富である <input type="checkbox"/> 腸内フローラが減少している

Yakult's Health Lessons

氏は、医学生時代に感染症で命を亡くす子供たちを目の当たりにし、病気にかかってから治療するのではなく、病気にかからないようにする「予防医学」を志し、微生物の研究に取り組み始め、強化培養により生きて腸まで届く、乳酸菌シロタ株が完成した。今回の講演では、基本的な腸内環境や細菌の働きについて、改めて丁寧に解説頂くと共に、シロタ株の新しい働きについて、研究方法や調査結果などもお話しいただき、とても学びのある充実した時間となりました。



2024年3月15日(金)愛知・岡崎 八丁味噌、カクキュー様の工場見学と、八丁味噌の歴史について学びました。岡崎市八丁町の地理的・気象的な環境から生まれた工場建屋とそこで作られる八丁味噌。水分を極力少なくし2年以上の熟成によって生まれる味噌は、決して塩辛くなくうま味に溢れる味でこれが八丁味噌の特徴といえます。

様々な苦境を乗り越え守られてきた製法による八丁味噌ですが、その伝統を守るために今地理的表示制度（GI）によって苦境におかれていることも教えていただきました。背景にある物語や歴史・地理的文化や多様性の保護、そして経済に働きかける機能が調和できる未来を





望むばかりです。指導士ならではの特別研修として講義いただき興味深い内容から県外から参加された指導士もあり大変充実した見学会となりました。

本部部活動報告(EX ミーティング)

2023年7月22日(土)に阿竹指導士発案の指導士による、指導士会員のための研修会の第一回目を実施しました。テーマは、「在宅介護と心理的葛藤」、「こころの健康と選択理論心理学」、と題しまして、実際に介護施設に勤務されている、中林指導士と保険業に従事している酒田指導士による情報交換会となりました。実際に介護に直面している方も多く参加された方からは、「とても良い企画です」「介護の実体験をもとにした話、心理状態などについてのお話などお聞きすることができたためになりました。」「何回も繰り返しお聞きしたい、聴けるといいですね」「北海道から沖縄まで、全国の指導士が持ち回りでやるといいなと…。」「中林指導士の今後介護に関する心構えと酒田指導士の心の健康に感心しました。あ



りがとうございました。」「自身に関わる課題でもあり、共感出来た」「いろいろな立場の方の話を聴くのは有意義です。短い時間で多くの方がお話できると敷居が下がって、講師役は増えるのではないのでしょうか。」「故に、健康食品だけの勉強ではダメでしょう。今日のような研修は、絶対役に立ちますね。ありがとうございました。」「2講演ともテーマも講師の方もとてもわかりやすくご説明

頂き、大変勉強になりました。」「企画、ご準備など大変だったのではないかと思います。ありがとうございます。」「リアル開催も良いと思っていますが、東京での開催であると地方からの参加は難しいので、WEBになってしまうのかなぁと思います。」などたくさんのご意見を頂きました。

2023年11月23日(木)に第二回目として、阿竹指導士より、「食品安全に関する動向、食品を正しく理解し、安全、有効に利用できるように！」阿久根指導士より、「食品ロス削減に貢献する食品添加物~進化する保存料・日持向上剤~最新ビタミンB1製剤の紹介」と題してご登壇いただきました。内容は、いまさらなかなか聞けない HACCP や GMP についての取り組みと、食品の安全性を高めるための保存料と、日持向上剤について、ご説明いただきました。



参加者より、「どちらの講演も、知っておくべきことと思い、機会をいただきありがたいです。」「食品添加物についての知見が深まりました。」「たいへん参考になりました。小生は元県の食品研究所で研究者をしておりまして、現在は大学教員として働いており、日々



多忙な中で生活しております。今後も研修に積極的に参加するつもりですのでよろしくお願いたします。」「タイムリーな話題でよかったが、もう少し専門度を上げてほしいのでは?」「内容は食品業界の品質・管理を横断的に勉強でき、非常に勉強になりました。」「普段垣間見られない実務的な側面、裏話も含め貴重な話をお伺いすることが出来ました、ありがとうございました。(本研修会もさることながら、特に終了後の座談会?での話が大変興味深かったです。)」 「大変貴重なご講演をありがとうございました。ハサップ、添加物についての理解が深まりました。」「わかりやすく説明していただきました。裏話は参考になりました。」

「食品ロスから食品の安全に理解が深まりました。また身近な方が携わっておられるためとても興味深く聞いていました。食の安心は食糧危機に陥ることなく食べられること、またコミュニケーションによって生まれることを考えると我々の仕事、指導士の役割の大切さを改めて感じました。第3回も楽しみにしております。」「2講演ともテーマも講師の方もとてもわかりやすくご説明頂き、大変勉強になりました。企画、ご準備など大変だったのではないかと思います。ありがとうございます。」とのご意見を頂きました。

本部活動報告(東京と食育フェア)

2023年11月12日(土)第15会東京都食育フェアに、日健栄協・健康食品部さんとコラボ参加。当日はテントイベントとして、指導士による健康食品の利用の仕方と題して講演とともに、メインイベントステージでも、講演会を実施。メインステージでは、中林東海支

部長と、日健栄協橋本氏の2人で登壇。テントスペースは、中林東海支部長・長澤会計監査・川口指導士・長谷川指導士・鳥沢の5名にて持ち回りで、一般消費者へ、健康食品の種類・区分の説明など1コマ15分程度の啓発活動を実施。



本部部活動報告(矢島理事長研修会)



2024年2月17日(土)東京・日健栄協3階大会議室にて、公財)日本健康・栄養食品協会矢島理事長より、「健康日本21(第三次)とデータヘルス」についての行政動向に関する内容を、当日オンライン同時配信を実施しました。矢島理事長にご登壇いただくのは初めてでしたので、どのような内容になるのか楽しみにしていた会員も多く、健康づくり政策に関して、法律の変遷の表を提示していただき非常にわかりやすい説明でした。また、ご自身のデータをもとに解説されていましたが、改めて自分の体のことを把握しておくことの大切さも痛感しました。質疑応答の時間で、

ZOOM参加者より、質問が聞こえにくい部分があったとご指摘をいただき、今後はハウリング対策等も実施していきたいと思えます。何よりも、理事長からお話がありました、健診データがビッグデータとなる頃には行政の健康への取り組みが地域ごとに評価できるようになり、指導士会など民間との連携が活発になると思えます。通いの場等への関与などから指導士の認知や活躍の場を作り、試験事業?を行政とできたらとも思い、対面での情報取りも必要と考えた、指導士も多かったようでした。



あとがき

この一年間の活動をまとめさせていただき、思ったのは、気が付いていたら1年過ぎてしまったというのが感想です。そのような中でも、本部・地方役員の皆様、指導士会会員の皆様、元役員の方々には、沢山のご協力を頂いたこと、この場を借りてお礼申し上げます。ありがとうございました。来期は、今期の活動のプラスα出来るように様々な課題に

についても取り組んでいきたいと思ひます。

先々月ですが、指導士会会員の皆様に日健栄協さんから、アンケートの取りまとめを依頼され、皆様にご協力頂きましたが、想像をしていた結果と、全く違った結果だったので、皆様にも、今後情報共有として発信していきたいと思ひます。紅麴の件もあり、今こそという状況になりつつありますが、我々一人一人が正しい知識が持てるような企画運営を今後もして参りますので、引き続き、日本食品保健指導士会会員の皆様のご協力よろしくお願ひします。

また、お手伝い頂ける方、まだまだ募集しております。お手伝いが可能な方いらっしゃいましたらご連絡お待ちしております。(特に配信など ZOOM 操作・PC 関連に強い方、大歓迎です。)

会長 鳥沢 泰弘

