

# 第195回ヘルスケア研修会 元気づくりの食生活教育

## 「会社の方針や状況を見定めながら 従業員が受け入れやすい手法を」



「栄養・食生活」は、健康づくりに欠かせない分野として「健康日本21」の重要課題の筆頭に挙げられている。とりわけ近年の栄養摂取状況の変化に対しては、過剰栄養を焦点とした栄養対策や、食環境整備などの総合的な取り組みが求められている。このため、健康管理コンサルタントセンターと本会が主催する第195回ヘルスケア研修会では、今、求められる健康教育」の第3回目として日立グローバル・ストレージ・テクノロジーズ健康管理室の田代朱実管理栄養士・衛生管理者を講師に招き、「元気づくりの食生活教育」と題した講演を開催した。

田代朱実氏(写真)は、企業内の管理栄養士として長年健康支援に携わってこられるとともに、「第6次改訂日本人の栄養所要量 食事摂取基準の活用(第2版)」の検討メンバーの一人でもある。研修会では、その豊富な経験や知見に基づいた「元気づくりの食生活教育」の手法や考え方が具体的に示された。田代氏は、まず「従業員一人一人の元気づくりの実現には、会社の方針や状況を見定め

た上で、会社全体が元気になるような取り組みを考へていく必要がある」と強調した。そして、日立グローバル・ストレージ・テクノロジーズでは、「自分の健康は自分で守る」というコンセプトで全従業員を対象とし、健康段階にマッチしたトータルな健康教育を継続して行っている」と述べ、健康度階層別ライフステージ別、職場別、管理者対象などの多様な健康教育の実践を紹介した。

このうち、食生活調査表やリンクを行う健康度階層別の個別面談では、「指導の際のポイントとなるのは、対象者の生活背景を踏まえた指導を行うこと、食生活日誌や生活に即した具体的な生活に即した具体的なものが大切だとされ、それを効果的・効果的にこなすための提案もされた。

また、「従業員が健康づくりをしやすきように、食環境改善に取り組むことこそが、健康管理スタッフの大切な仕事である」と述べ、その取り組みを次のように紹介した。「社内食堂では、メニューの栄養成分表示、ヘルシー弁当の実施、カフェテリア方式や

アラカルト方式の導入などを行っている。また、社員食堂では、朝食欠食率を改善するためにメニューの工夫を行い、成果をあげている。いっぽう家庭の食事に対しては、本人の理解を得て、興味ある栄養通信」を発行するなどのサポートを行っている。

そして「元気づくりの健康教育を進めるにあたっては、会社の方針とマッチしているかを常に確認しながら、従業員の受け入れやすい手法を実施することが重要である」と強調し、「まずは、健康管理スタッフ自身の元気づくりから実践していくことが大事ではないか」としめくくった。

## 人間ドック担当の 医師ミーティングを開く

【本会】

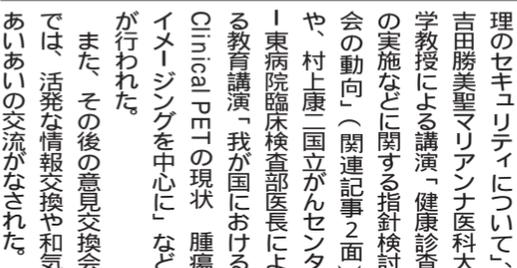
本会では、1965年から人間ドックを開始し、95年からは1日人間ドックでは初めて胸部ヘリカルCTを導入し、生活習慣改善などさらに時間をかけた相談を希望する受診者には専門医による無料の「予防医学相談室」を開設するなど、現役世代のニーズに対応した人間ドックを実施してきた。そのためもあって受診者は年々増加し、事業所の健診としても活用されている。

今年度から本会は大幅な組織改革を行って、健康増進法に基づいた健康支援事業をさらに積極的に進めることにしており、その一環として、この4月にクリニック所長に就任した小野良樹前日大教授が人間ドックも統括することになった。これを受けて、小野所長を中心に人間ドックを担当する医師と本会関係スタッフが参加して、6月4日、保健会館会議室でミーティングを開いた(写真)。

ミーティングでは、関係者間の相互理解や情報交換が行なわれた。また、それぞれの医師が人間ドックを担当して気づいた点や改善すべき点などを指摘した。そのうち、どの医師からも指摘されたことは、本会のX線画像や超音波画像が大幅に精度管理がよくなるようにして信頼性が高いことなどがあつた。

いっぽう改善や見直しの必要ありとされたのは、受診者へのコメント(判定表現)でもっとわかりやすく、実際の生活に即した具体的なものが大切だとされ、それを効果的・効果的にこなすための提案もされた。

また、人間ドックの結果、診断・治療やカウンセリングなどを必要とする受診者に対して、医療機関選択肢の1つとして本会クリニックの専門外来の活用も考慮するなど、本会の人間ドックをさらに充実したものにするための今後の課題なども話し合われた。



予防医学事業中央会の平成16年度第1回全国運営会議が6月1日、東京・市谷のグラントビル市ヶ谷で開かれ、本会など全国の支部から約70人が参加した。

運営会議では、黒川晃ジェツクロイアルティマレジメンド開発チームリーダーによる基調講演「個人情報保護を健診機関としてどう受け止めるか 検診・検査データの管理はどうあるべきか」のほか、山元健治本会常務理事と青木芳和神奈川県予防医学協会理事による事例報告「データ管理のセキュリティについて」、吉田勝美聖マリアンナ医科大学教授による講演「健康診査の実施などに関する指針検討会の動向」(関連記事2面)や、村上康二国立がんセンター東病院臨床検査部長による教育講演「我が国におけるClinical PETの現状、腫瘍イメージングを中心に」などが行われた。

また、その後の意見交換会では、活発な情報交換や和気あいあいの交流がなされた。

「小児腎臓病相談室」の日程と担当医が変更

本会では、学校健診の事後措置の一環として、「学校保健相談室」を開設し、腎臓病、心臓病、コレステロール、貧血、脊柱側弯症などについて専門医によるフォローアップを行っている。そのうちの小児腎臓病相談室の日程と担当医をこのほど変更した。

相談日：毎月第2木曜日  
担当医：村上睦美日本医科大学名誉教授

なお、相談室は予約制。お問合せは、水、木、金曜の前10時から午後4時まで、電話03-3269-1131で受け付けている。

第222回学校保健セミナー  
その病態と学校保健現場での対応

7月14日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第222回学校保健セミナー  
「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

7月14日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第196回ヘルスケア研修会  
「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

第223回学校保健セミナー  
「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

7月5日(月)午後2時~4時  
東京・市谷「グラントビル市ヶ谷」

第223回学校保健セミナー  
「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

7月14日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第196回ヘルスケア研修会  
「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

7月5日(月)午後2時~4時  
東京・市谷「グラントビル市ヶ谷」

第223回学校保健セミナー  
「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

7月14日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第196回ヘルスケア研修会  
「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

7月5日(月)午後2時~4時  
東京・市谷「グラントビル市ヶ谷」

第223回学校保健セミナー  
「子どもたちに何が？」

保健室登校症候群、起立性調節障害を含めて

「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

7月14日(水)午後2時~4時  
東京・永田町「星陵会館」

第196回ヘルスケア研修会  
「これからの健康診断」

8月からは「こう変わる」

### 学童検診業務の必携システム！

#### ECP-4641

医療用具承認番号:20800BZZ00230000

- 学童省略4誘導、標準12誘導、心音図を自動解析
- 心電・心音図検査を60人以上/時間のスピードで処理
- 不整脈自動延長機能を搭載(学校保健法施行規則に対応)
- 内蔵フロッピー装置、ICカード装置で収録データの再生可能
- 成人病検診にも活用可能

※解析プログラムは学校心臓検診二次検診対象者抽出ガイドラインに対応  
※検診業務に対応する専用パネル採用

フクダ電子ホームページ <http://www.fukuda.co.jp> お客様窓口 (03)5802-6600

●医用電子機器の総合メーカー  
**フクダ電子株式会社**  
本社 東京都文京区本郷 3-39-4 TEL (03) 3815-2121(代) F113-8483