

## 令和4年度事業 事業報告

事業担当部署 事業部 報告者 藍川 智津

事業区分	公益 3			
事業名称	「健康づくり提唱のつどい」			
事業概要	目的	循環器疾患病について、スキルアップを図り、広く県民・市民など多くの方々に普及・啓発を行う		
	内容	日時	令和5年2月23日(木・祝)	
		場所	ウインクあいち 1001室	
		対象及び参加予定数	愛知県栄養士会員及び非会員 100名	
		事業内容等		
		講演:「循環器病予防のための食事・栄養:疫学研究からのエビデンス」		
		滋賀医科大学 NCD疫学研究センター予防医学部門 社会医学講座公衆衛生学部門 講師(学内) 近藤 慶子先生		
	講演:「腸から整えるカラダとココロ」ヤクルト本社 広報室 参事 小笠原 伸浩先生			
	結果と成果	参加者	参加者96名(会員80名・一般16名)	
		結果概要等	参加申込みは108名(当日参加2名を含む)で実際の参加者は96名であった。 愛知県循環器病対策推進計画の情報提供の後、近藤先生より循環器予防のための食事・栄養についてご講演頂いた。実臨床にすぐに使える内容であり、一般の方にもわかりやすくご講演頂いた。 後半の小笠原先生の講演では、腸内細菌とヒトが共生関係にあること、心の健康にも関わりがあり、一生涯の大切なパートナーであることをご講演頂いた。	
予算	収入計	科目	金額	積算基礎
		事業収入	600,000	(株)ヤクルト 業務委託料
			600,000	
	支出	謝金	50,000	講師料
		賃借料	156,700	会場費
		印刷費	10,000	資料印刷代(120部)
		印刷費	6,450	開催チラシ 2,150部×3円 印刷代
		印刷費	15,400	ポスター 1,100部×8円 依頼文 2,200部×3円
		会議費	40,000	弁当代(40名×@1,000)
		通信費	89,040	会員開催案内発送代 1,060名(学校・勤労・研教・地活・福祉)×84円
		通信費	101,520	会員開催案内・ポスター発送代 1,080名(医療・公衆)×94円
		飲料費	72,000	展示ブース配布飲料代・お土産用飲料代 120名分×@600
		旅費交通費	30,000	役員旅費(つどい)
		旅費交通費	15,000	講師旅費
		車両代	6,000	荷物運搬のため車両使用・駐車場代
事務運営費	10,000	会場借用備品類(スクリーン・マイク等)		
事務運営費	10,000	講師用お茶代・茶菓子代・手土産代及び諸経費		
計		612,110		
決算	収入計	事業収入	600,000	(株)ヤクルト 業務委託料
			600,000	
	支出	謝金	50,000	講師料
		旅費交通費	10,480	講師旅費
		賃借料	156,700	会場費
		賃借料	22,460	会場借用備品類(スクリーン・マイク等)
		印刷費	6,450	開催チラシ 2,150部×3円 印刷代
		印刷費	15,400	ポスター 1,100部×8円 依頼文 2,200部×3円
		印刷費	9,025	資料印刷代(110部)・スタッフ資料(25部)
		会議費	32,400	弁当代(24名×@1,350)
		通信費	88,620	会員開催案内発送代 1,055名(学校・勤労・研教・地活・福祉)×84円
		通信費	101,520	会員開催案内・ポスター発送代 1,080名(医療・公衆)×94円
		飲料費	85,472	お土産用飲料代 100名分×@768・昼食用お茶24名分×@80
		旅費交通費	13,420	役員旅費(つどい)
車両代	3,810	荷物運搬のため車両代(タクシー使用)		
事務運営費	7,085	接待用お茶代・演題用水代及び諸経費(振込手数料等)		
計		602,842		

## 令和4年度 愛知県健康づくり提唱のつどい

日付 令和5年2月23日(木・祝) 13:15~16:20

場所 ウィンクあいち 10階1001室

13:15~	開催挨拶	愛知県栄養士会 会長 山村浩二
13:20~	情報提供	愛知県循環器病対策推進計画について (情報提供)
13:30		愛知県保健医療局健康医務部健康対策課
13:30~	講演①	循環器病予防のための食事・栄養：疫学研究からのエビデンス
15:00		滋賀医科大学 NCD疫学研究センター予防医学部門 社会医学講座公衆衛生学部門 講師(学内) 近藤 慶子先生
15:00~	休憩	休憩
15:20~	講演②	腸から整えるカラダとココロ
16:20		ヤクルト本社 広報室 参事 小笠原 伸浩先生
16:20~	閉会挨拶	公益社団法人愛知県栄養士会 副会長 江口澄子

令和5年2月23日現在

	講演会申込者(名)	講演会参加者(名)	出席率(%)
医 療	36	31	86.1
学 校	11	10	90.9
勤 労	1	1	100.0
研 教	4	4	100.0
公 衆	15	15	100.0
地 活	15	12	80.0
福 祉	9	7	77.8
一 般	17	16	94.1
合 計	108	96	88.9

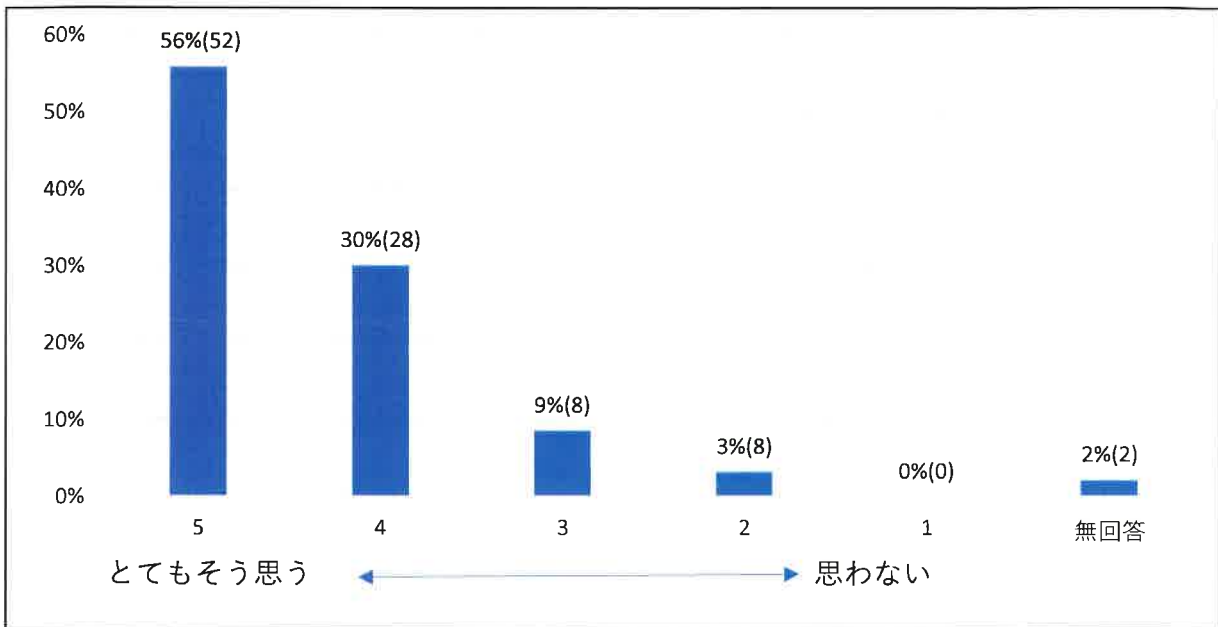
# 「愛知県健康づくり提唱のつどい」アンケート集計結果

参加者	96	栄養士会員	78
回収数	93	栄養士会員外	15
回収率	96.8%		

## 1 講演1（循環器病予防のための食事・栄養）について

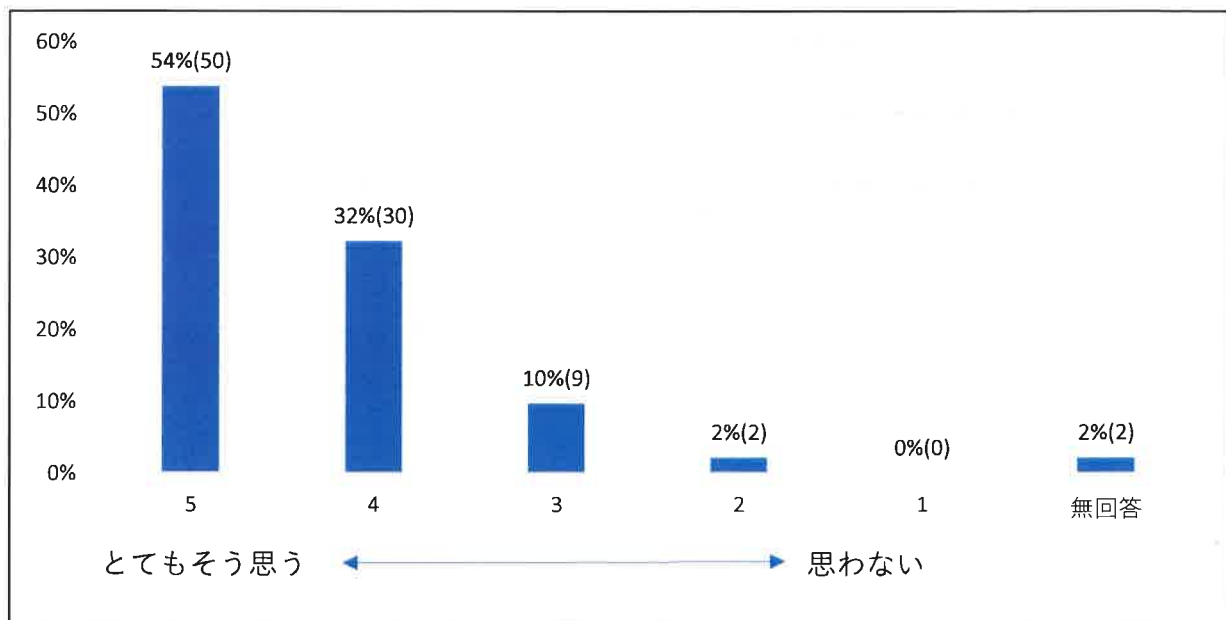
### (1) 循環器病について新たな知識を得る事ができた。

（「とてもそう思う」を5として5～0に○をつけて下さい）



### (2) 循環器病についてこれまでの認識を新たにできた。

（「とてもそう思う」を5として5～0に○をつけて下さい）



(3) 講演1について感想があれば書いてください。

循環器疾患についてはもちろん、疫学研究についてもくわしく説明いただきありがとうございました。論文を読む時にもとても役立つ知識を得ることができました。

わかりやすく講演していただきありがとうございました。

とてもわかりやすくよかったです。

非常に有用な内容を聴講できてありがとうございました。調査研究と実践まで活かす視点がとてもおもしろく、管理栄養士や世の中の人々が求めている内容だと思います。是非、活用してみます。

とても素晴らしい研究をされていてツールとして活用できるようにしていることがありがたく思いました。他の組み合わせなども今後研究してもらえるとありがたいです。日常の業務に役立てたいです。

すぐに業務に生かせる内容で野菜摂取の重要性を強く伝えることができるようになったと感じた。

ありがとうございました。別の機会にぜひまたお話を伺いたいです。評価ツールは栄養指導に使わせていただき、患者さんの食行動改善につなげていきたいです。また、予測ツールのサイトを当院のHPにリンクさせていただきたいです。NIPPON DATEもしっかり読み込みたいです。

中日新聞の記事を読んだことがあります。とても興味深く先生の講演を受けることができました。研究者である先生のデータに基づいたお話で、とても勉強になりました。

評価チャートはとてもわかりやすい。ツールはぜひ見てみようと思いました。

エビデンスに基づいた講演で非常に納得・理解のできる内容でした。今後ともぜひ参加したいと感じました。本日はお忙しい中ありがとうございました。

食事因子（4因子）の組み合わせによる循環器疾患死亡リスクについて特に参考となった。個人の嗜好によって4因子を考慮した栄養指導をさらに進めたい。

本日はありがとうございました。職場でも循環器疾患を患っている方の指導をうけることが多いです。ぜひチャートを利用して、今後の指導に生かしていきたいと考えます。

小学校勤務の栄養教諭ですが、循環器疾患リスクと食事の関連や予測ツールなどについて、児童の保護者向けの通信等で知らせたいと思います。また別の機会に近藤先生のお話を伺いたいです。

本日は貴重なお話ありがとうございました。栄養指導に活用させていただきます。

色々な情報がわかり、参加してよかったです。

新しい情報で参加してよかった。先生もわかり易く話して下さった。ありがとうございました。

エビデンスの再認識をすることができました。栄養指導でツールを活用してみたいです。ありがとうございました。

研究の成果が健康のつどいの提言に直結する素晴らしいお仕事だと思います。そのうえ、使いやすいアプリなどの形で、ひとりひとりに届くことはとてもありがたいです。（栄養指導する立場として）

院内配布用の血圧手帳に評価チャートを載せて作ろうと思いました。特定保健指導でも活用したいと思えます。

食習慣の改善はとてもむずかしいが、「〇〇を減らしたくない」「でも××ならできると本人から出来ることを引き出せることが期待できると思った。リスク評価がよく分かった。

エビデンスについて色々なツール（チャットや予測ツール）を用いて見える化できることがとても良く活用していきたい。

栄養指導で使用できるツールを知ることができてよかった。エビデンスがある内容を患者さんにお伝えしていきたいと思えます。

リスク評価チャートは対象者にわかりやすく、ぜひ活用したいと思えました。

予測ツールで数値化するのは対象者にわかりやすくインパクトがあるので良いアイデアだと思いました。栄養指導で使えると効率よく指導が行えそうです。（実際運用するには機器の問題はありそうですが、..）とてもわかりやすい内容でした。ありがとうございました。

大変興味深い内容でした。たくさんの情報がメディアにあふれる中、エビデンスレベルの高い情報をきちんと見ていかなければいけないと思いました。リスク評価チャートを指導で活用していきたいです。

企業にて生活習慣病の方の重症化予防をしています。脳や心疾患の発症後の方とも話しますし、DM DL HTの方ともお話するので指導ツールは早速使いたいと思いました。周囲にも広めてみます。近藤先生のお話もわかりやすく大変勉強になりました。ありがとうございました。

インターネットを使ったツールを栄養指導に活用したいと思いました。分かりやすいご講演をありがとうございました。NIPPON DATAについて存じ上げていないため、勉強不足を痛感し、今後に生かしていきたいと思ひます。

循環器疾患リスク予測ツールやってみました。わかりやすかったです。仕事で健康教室などを主催していますので紹介させていただきます。また先生のお話をうかがってみたいです。

食事因子による循環器疾患 死亡リスク評価チャートはとても参考になりました。今後の保健指導に活用したいと思いました。

循環器疾患発症予測ツール とても一般人でも使いやすく良いと思いました。

学生の頃は、疫学研究なんて面白いの？と思っていましたが、今日のお話を聞いて、データが実際に栄養指導ツールに還元されたりする所はすばらしい事だと思いました。話もわかりやすく、1時間半あつという間でした。

リスク予想ツールは手軽に確認できるツールとして活用したいと思いました。視覚的に何が不足しているのかわかることが大事だと感じました。

研究内容が新しく大変よく理解できました（目からうろこ!!でした）。ありがとうございました。

NIPPON DATAがどういうものかわかりました。これからも新しい情報が出てきそうなのでちゃんと読みたいと思います。リスクの倍率が数値で表せるのは指導にとっても役立つと思います。

ありがとうございました。指導ツール、今後利用させていただきます。後でこっそり自分のリスクがどれくらいか調べてたいと思います。

これまでの研究は食事因子1つにフォーカスをあてていたということを初めて知りました。今までトータルで1つの知識として覚えておりました。（野菜↓ 果物↓ 魚↓ 食塩↑）←循環器疾患リスク（食事摂取により）すべて知っていましたが、トータルしたものがなかったという事にびっくりしました。

単一だけではなく、組み合わせをふくめたリスク評価チャートはとても画期的で自らの健康もだが、患者さまや身近な方々の栄養指導に活用できると思いました。実際に活用できるようにしたいと思いました。

研究デザインや研究内容について詳しくご説明いただきありがとうございました。

可もなく不可もなく、..

・減塩と言いがちだが、4つの因子の組み合わせで栄養指導しようと思う。・リスクチャートで自身の現在地を知っていただくことを利用しようと思う。

循環器疾患リスク予測ツール 非常に興味深かったです。日頃の仕事に活用したいと思います。

貴重な研究データを見せていただき、また1つの食品に注目するのではなく、食品の組み合わせが重要だと知り、今日のデータを今後の指導に活用していきたいと思いました。わかりやすい説明をありがとうございました。

まずは自分の食生活を確認してどうすればよいか考え、仕事にも生かしていきたいと思いました。

ツールについて学べてよかったです。

順序立て 分かりやすく ツールも活用できそうです。ありがとうございました。

とてもわかりやすく有益な情報をありがとうございました。

すぐ手軽な予測ツールの背景に、何年にもわたる調査があることがわかりました。ツールを活用するうえでエビデンスをしていることは重要だと感じました。

高齢者では野菜350gは年齢、活動量によっては難しい場合もあるかと思います。食事量が減る分塩分は低下すると思いますので、全体的にコンパクトになる予測ツールは作っていけると考えて良いのかなと聞いていて感じました。

循環器疾患リスク予測ツールを知ることが出来、活用していきたいと思いました。研究された内容、新しい情報をしっかりとキャッチし、広く知らせていく役割を担っていかなければならないと感じました。貴重なお話をありがとうございました。

評価チャートを活用してみたいと思いました。評価チャートは対象年齢があるのかと疑問に思いました。（小児に対してはどうなのか？）

研究をもとに具体的な講義で今後の栄養指導に予測ツールもまじえ使用できたらと思いました。ありがとうございました。

とても勉強になりました。ありがとうございました。継続的に講演していただきたいと思いました。

エビデンスの確かさに加え、実践できるようにツールにおとしこんだことが素晴らしいと思いました。講演を聞いて本当に良かったです。

エビデンスにもとづいた目安量は説得力があり、指導に活かせそうです。NIPPON DATEの疾患リスク予測ツールは、スマホのZ世代でも気軽に利用でき、若い人が食生活に意識を向けるきっかけ作りにも活用できそうです。

大変貴重な講演でした。感謝申し上げます。予防は減塩のみだけでなく、他の因子も含めての予防を知り、研究成果を出すまでにはかなりの時間を要したと思われます。予測ツールをまわりに広めて、改善に務めていこうと思います。

とてもわかりやすい話でした。今後の業務に役立てやすい内容であり、勉強となりました。

野菜量等自信をもって指導できそうです。予測ツールは患者様にも分かりやすく実際にすぐにも使いたいです。大変貴重なご講演ありがとうございました。

熱心に話をしていただきご苦労様でしたが、早口でわかりにくいところが多くあり困った。自分がこれを使用して栄養指導にとりいれてできるかどうかわかりません。難しかったです。

日本データが国民栄養調査を実施し、90年代に循環器調査をしていたので、こんな形で還元されるのかとありがたく思うと同時に、20年前は栄養調査の内容がまだ世帯調査だったのをよく推奨されたなと思いました。

すばらしい研究と思いました。

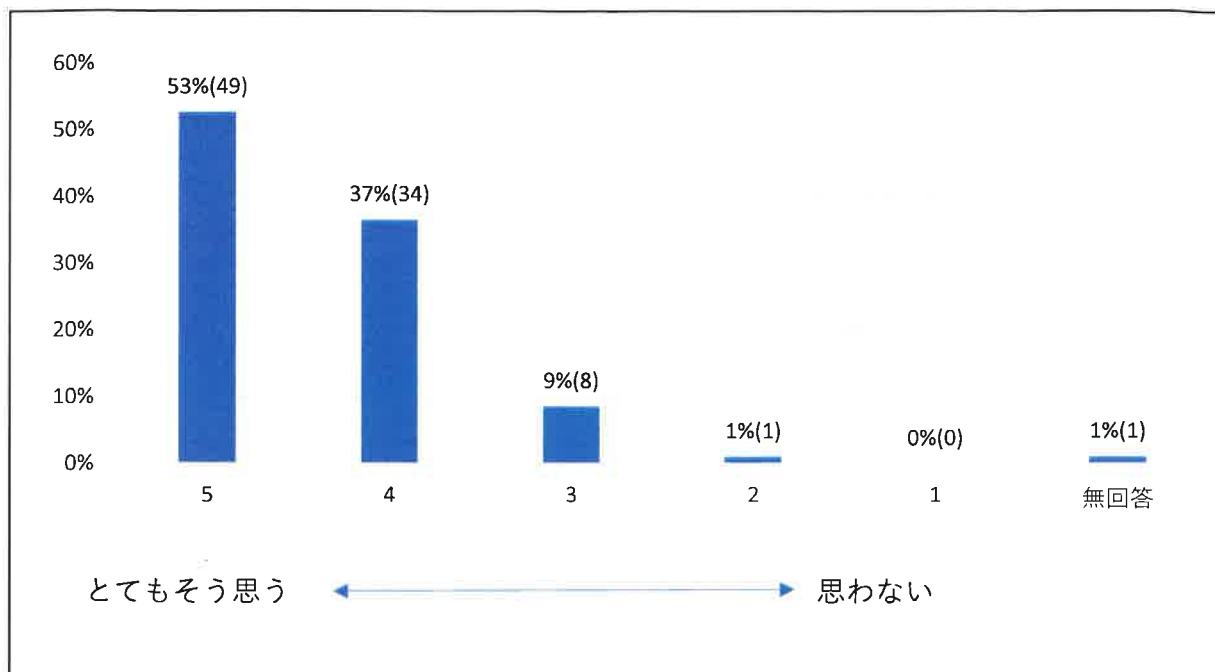
野菜、果物、魚介を多く摂取し、食塩を控えることが、漠然と体に良いであろうと考えてはいたが、この研究の結果（エビデンス）によって循環器疾患予防になると実証された。現在においては栄養指導などを含めて全てエビデンスに基づいた話をするのが求められているが改めて勉強になった。

チャートとても分かりやすく、活用させていただきたいと思います。

## 2 講演2（腸から整えるカラダとココロ）について

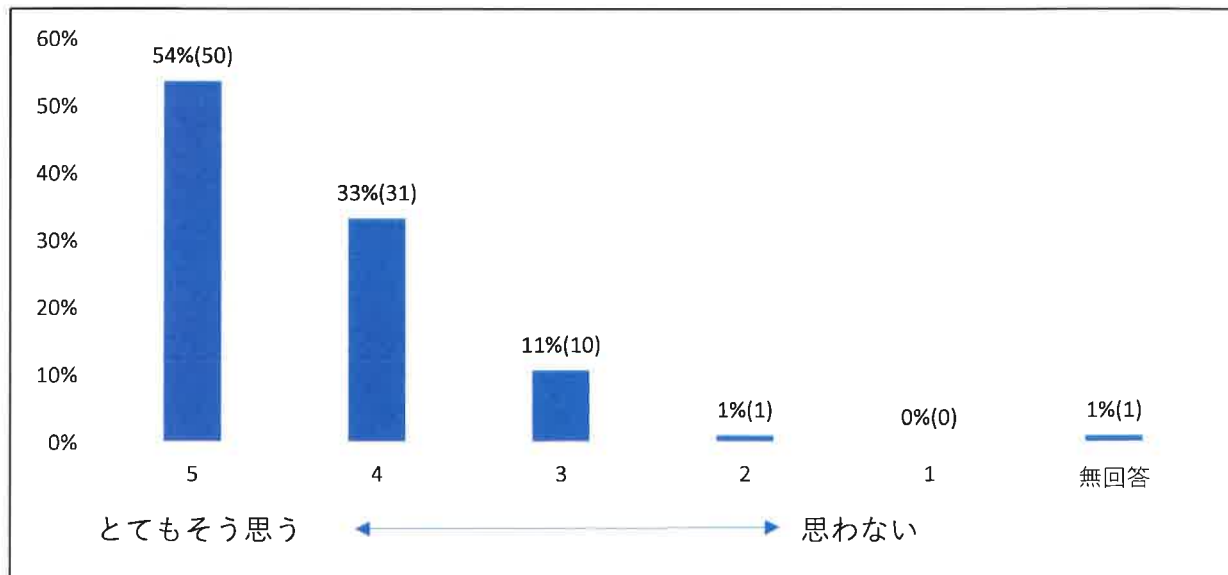
(1) 腸について新たな知識を得る事ができた。

(「とてもそう思う」を5として5～0に○をつけて下さい)



(2) 腸について新たな知識を得る事ができた。

(「とてもそう思う」を5として5～0に○をつけて下さい)



(3) 講演2について感想があれば書いてください。

おもしろい話でした。ヤクルト1000以外の普通のヤクルトでも近い効果があればよいと勝手に思いました。

患者さんからよく「ヤクルト1000飲んでます」と言われます。今日のお話の内容も参考にしつつ、患者さんにアドバイスしていきたいと思います。

腸内環境の大切さを改めて考えることができました。

ありがとうございました。

まだ可能性がある分野だと思いました。腸内細菌は大切なので積極的に摂取していきたいです。勉強になりました。

患者さんに腸内細菌のこと乳製品について聞かれた時に答えやすくなった。

ありがとうございました。脳腸相関についてまたお話を伺いたいです。

脳腸相関・プロバイオティクスはとても興味深い分野です。新たな作用発見がまた知れることを楽しみにしています。

本日あらためて心身の健康と腸内細菌の関係について認識することができた。脳と腸の関連性等、データを示してわかりやすい内容であった。

よく話題になるヤクルトの話いろいろ話がきけてよかった。

腸について知らない知識もあり、企業の方のより強い専門性・研究を聞いてよかったです。

腸内フローラとヒトとの共生について胎児期、乳幼児期、青年期、高齢期に区分して解説していただきとても参考となった。脳腸関係、うつ病の発症リスク、ストレス、高齢者の便秘リスクについて理解が深まった。感謝です。

乳酸菌シロタ株の今後の新たな効果を知ることがたのしみです。

自分自身 砂糖類を多めに摂ると腸の調子が悪くなるので、無糖のヤクルト1000の発売（ヤクルトでなくても、Lカゼインシロタ株入りの商品）の販売を切に願います。

本日は貴重なお話ありがとうございました。新たな知識を得ることができました。

脳と腸がこれほどまでに関係していることを知ることができました。シロタ株の効果もよくわかりました。

ビデオもわかり易く、それを説明して下さる先生の話し方もソフトでわかり易かった。

脳腸相関について学ぶことができました。

流行している商品の詳細について知ることができました。患者さんとの話題につながると思います。ありがとうございました。

脳腸相関が興味深く、面白かったです。乳児に乳酸菌？どう与えるのがおススメか、質問すればよかったです。

腸内細菌は指導用資材が少ないので、今日の資料が役に立ちそうだと思いました。今後はインクレチン関連薬（腸のトラブルが多いので）と腸内フローラの関係について知りたいと思っています。

高齢者のお通じ頻度が、乳酸菌摂取頻度と関係あるのがおもしろいと感じました。

腸内フローラや便秘については知っていたが、脳腸相関の話やうつ病やストレスに関する話は初めて聞いたので非常に参考になりました。

ストレスに効果があることについて、詳しく聞くことができてよかった。

腸活について最近よく質問される話題なので、知識の整理ができてよかった。



脳腸相関等について知る事ができました。
乳児期に腸内環境を整えるために、園児にバランスよい食事ができるように指導していただけたと思います。
腸って大切なのだと思います。腸内環境を整えたいと感じました！ ありがとうございます。
脳腸関係など新たなことも知る事ができました。腸内フローラとの共生を考えながら生きていきたいと思えます。
年齢別腸内フローラの変化について知る事ができました。ストレスの研究結果もとてもおもしろかったです。
脳と腸が腸内細菌との関わりが改めて理解できた。
脳腸相関を初めて聞きました。うつ病の方とかかわることがあり、食生活も関係することは多少知っていましたが、けっこう大きいなと感じました。
ありがとうございます。シロタ株でストレス対策ができると知り、もう少し早く知っていれば子供の試験に間にあったかなー、と思いました。これから緊張する行事（発表とか面接とか、）がある時は絶対飲みます！
短鎖脂肪酸はビフィズス菌がつくるという事ですが、乳幼児期に腸内フローラや腸内の短鎖脂肪酸の種類と量を制御することが将来の健康維持や疾病リスクをコントロールできる可能性があるのは、今からでは遅いかもしれないという事でしょうか？
乳幼児期の腸内フローラが3歳までにほぼ決まることを初めて知った。
動画で十分に理解できたので、講義は別の内容をお話していただけると良かったです。
腸内細菌とメンタルヘルスのつながりを改めて確認できました。
腸の役割について更に深く知る事ができました。ありがとうございます。
自分自身下痢になりやすい体質なので腸内フローラを整えるようにしたいと思い、積極的に乳酸菌をとりたいと思いました。とても勉強になりました。
無糖のヤクルトがあれば更に良いと思いました。
シロタ株の大切さを再認識できました。
脳腸相関、興味深かったです。ありがとうございます。
とてもわかりやすく、幼少期から好きなヤクルトさんを今後も健康維持のお供にしたいと思います。ありがとうございます。
腸内環境が大切、いろいろな疾患に関わっているという漠然とした印象はありましたが、具体的なことをきくことができてよかったです。
腸内フローラの家族間での関連等も気になります。同じ食事をしていても皆違うと思うのですが、どうなのでしょう？
人の健康と腸の関係は広く知れ渡ってきていると感じますが、実際に腸に良い生活をできているかと言えば難しいのではないかと思います。定期的に腸について学び、食生活に生かすことのできる内容を得て広めていきたいと思えます。
脳腸相関について理解する事ができました。いつも以上に腸内環境を意識して生活していこうと思いました。
脳腸相関について初めて知る事ができました。うつ病の患者さんに効果があると聞いて、腸の環境をよくすることは、お腹の調子を整えるためだけではないのだと理解できました。ありがとうございます。
ヤクルトに対して新たに認識をかえる事ができました。乳幼児期での研究に期待しております。

プレ・プロバイオテックスについては、定期的に勉強するようにしています。本日は最新情報を得られて、有意義な時間を過ごせました。

普段からお世話になっているヤクルト様の講演を聴くことができ、貴重な時間となりました。腸内細菌についてはある程度わかっているつもりでしたが、脳腸相関という言葉の概要を新たに知り、勉強になりました。ありがとうございました。

腸内細菌の役割は大きく、どのライフステージにおいても大切な存在であるとあらためて実感しました。毎日の摂取が大切であると思います。

脳腸相関大変おもしろく聴かせていただきました。ヤクルト1000飲みたくなりました。

毎日腸内細菌の働きに守られて生きているのかと思うと有難いと思う。腸内善玉菌が増えるように努力していきたい。

高齢者施設では、牛乳の代わりによく利用されているのをみます。丁度よいサイズになっているし、こんな役割があるのは、好まれる理由だな、と実感です。そのよさを科学的根拠をもって説明できる機会となりました。ありがとうございました。

腸内フローラのバランスを整えることによって「ストレスの緩和」や「睡眠の質の向上」に関与しているということが良く理解できた。

ストレスとの関連は非常に興味深かったです。