

# 栄養ワンダー2018

栄養管理科 竹之内 弘美

『栄養の日』まだ皆さんにあまり知られていませんが、平成28年に日本栄養士会で、8月4日は『栄養の日』8月1日から7日は『栄養週間』と制定、平成29年4月5日に一般社団法人日本記念日協会に記念日として登録されました。

なぜ『8月4日』なのでしょう？ 「7月31日栄養改善法公布」「8月1日公益社団法人設立」「8月2日健康増進法公布」など、栄養や日本栄養士会に関連する記念日が多数あるこの時期に、一般生活者に親しみをもっていただくことを目的とし、8(エイト)と4(よん)で、「えいよう」の日と制定されました。そして、全国の管理栄養士・栄養士がこの時期にイベントを開催しています。

当院も昨年よりイベントを開催し、管理栄養士4名総出で取り組んでいます。第2回目となる今年は8月3日(金)にエントランスホールにおいて行い、患者さんやそのご家族など約60名の参加がありました。

今年は、無料栄養相談の他に、果物・野菜の栄養素に関するポスターやレシピの掲示コーナー、病院管理栄養士のお仕事紹介と題して普段の私達の業務内容について紹介したブース、高蛋白質のヨーグルトの試食や低カロリー製品等の紹介コーナーを設けました。

栄養相談コーナーでは、「体重が減らないのだけど?」「母親が血圧高いつて言われたのだけど、どうすればいい?」など、ご自身やご家族の体、食事について多くの相談が寄せられました。また、ヨーグルトを試食し、「これ美味しいね。どこで買える?」と質問される方がおられたり、レシピ掲示コーナーでは、「これ作ってみるわ。」と、レシピをメモしたり携帯で撮ったりされる方がおられたりと、参加された方には、栄養(食べて生命を維持する活動)に関して興味を持っていただけたのではないかと思います。

今後も「栄養の日」を通して、又、管理栄養士として多くの方に健康に生活していただくため、栄養への興味や理解を深めていただけるよう活動をしていきます。

