



第11回日本リハビリテーション 栄養学会学術集会のご案内

日本リハビリテーション栄養学会は前身の研究会以来、毎年学術集会を開催してきました。早いものですすでに10回の学術集会が催され、全国的にリハビリテーション栄養という熱気に満ちています。2021年度の第11回学術集会は2022年1月8日(土)、9日(日)に名古屋国際会議場で開催予定です。リハビリテーション栄養の新しい10年が始まる記念すべき学術集会にしたいと考えています。

第11回学術集会のテーマは「**あなたの出番がついに来た**」です。過去10年間で普及したリハビリテーション栄養というコンセプトを下地に、いよいよ実臨床で目の前の患者さん・対象者さんに効果を還元するときです。一人ひとりの臨床家の皆さんが主人公だと考えています。研究発表、最新学術情報の収集、ネットワークづくり、意見交換など多くの目的を持ってご参加ください。多彩なプログラムを準備してお待ち申し上げます。

ホームページはこちら↓↓↓
<http://11thjarn.kenkyuukai.jp/special/index.asp?id=34120>

国立長寿医療研究センター老年内科



第11回学術集会大会長 前田圭介

第10回日本リハビリテーション栄養 学会学術集会Web開催終了！



写真右：大会長 森 隆志 写真左：実行委員長 折内英則

2020年12月12,13日。リハ栄養学会にとって初のWeb開催となる学術集会が行われました。ここ1年以上、学術集会に関する原稿を書き続けてきた森大会長へ、今回はインタビューをさせていただきました。

Q1.オンライン学術集会と現地開催、どちらが大変でしたか？また、次にオンライン学術集会があったとしたら、やってみたいことはありますか？

オンラインの方が慣れないので大変でした。ハンズオンが上手くいったので、オンラインでも密接にやりとりできるセッションがさらにあると良いかなと思いました。

Q2.森大会長が心に残った演題は何ですか？

やはり、藤島先生の演題は非常に惹きつけられました！

Q3.学術集会終了後、自分へのご褒美は？

PS5が欲しかったですが、買えませんでした☹

Q4.最後に皆様へ一言お願いします！

遠く離れていても皆様を身近に感じ学べる良い大会になったと思います。参加者数を大変心配していましたが、750名を超える皆様にご参加頂き本当にありがとうございます。御登壇頂いた先生方、長期間にわたりボランティアでスタッフをして頂いた皆様に深く感謝申し上げます。来年の大会でまたお会いしましょう！

森大会長をはじめ、実行委員の皆様、本当にありがとうございました！

体験者に聞く！～次はあなたの番です～

TNT-Rehabilitation

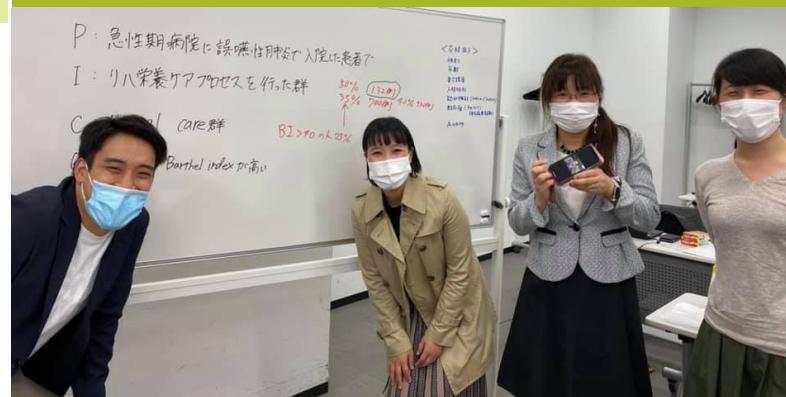


札幌西円山病院
管理栄養士
阿部沙耶香

第10回リハ栄養学術集会同時期に開催された**TNTリハビリテーション栄養**の参加後、まず感じたのは、**達成感**です。これでもかというほど、情報を詰め込みました。情報量に混乱しそうですが、事前に送られてくる資料がリハ栄養に関して要点ドンでまとめられているので、混乱せず、情報をインプットすることができました。いざ**ケーススタディ**になると、多職種で振り分けられたグループでディスカッションとなります。タイトなスケジュールでしたが、その分、次から次へと意見が投げ交わされ、**現場さながらの臨場感**がありました。講師の先生からも、こんなチームであつたら頼もしいと言っていた、嬉しく思いましたし、現場でも、このようにチームで成功症例をこなしていきたいなと切に願いました。最近、**自己効果力を高めるべき**ではと若林先生が言われていたことが印象に残っています。自己効果力を高めるために、知識の習得は近道だと思います。今回の経験を早速、日常業務でも生かしていきたいと思っています。

2020年10月10日、11日に開催された**リハ栄養研究デザイン学習会**に参加しました。私は査読付き論文の執筆など、研究に関する経験はほとんどありませんでした。そのような中で、本学習会の存在を知り、研究に関する一步を踏み出したいと思い、参加することを決意しました。**事前にFacebook上で学習資料**を提示していただき、こちらが提示したPECOに関するディスカッションで、様々なご指摘をいただいたことでスムーズに本番の学習会に臨むことができました。学習会本番では、グループワークや講義で、PECOの具体化、先行文献の検索、FINERの検討、副次項目・交絡因子の検討、サンプルサイズの計算方法など、事前準備だけではまだまだ不十分であった要素を多くのことを学ぶことができました。2日間で特に学んだことが2つあります。一つは（伝統？の**ちゃぶ台返し**を目の当たりにして）臨床研究はPECOの段階からの土台が非常に重要であること、もう一つは（学会の大家である先生方ですら、研究を始めた頃は学会誌へのrejectを経験されたとのことなどから）研究は地道な作業が必要で、**「ドロップアウト」をしない姿勢**が何より大事であることです。今回はコロナ禍での開催でしたが、現地で直接指導していただき、参加者の方の研究計画立案の内容や過程を共有することができ、とても有意義な時間でした。今回の開催にご尽力いただいた方、ご指導いただいた先生方・ファシリテーターの方々、私の研究計画を共に検討してくださったグループの皆様へ感謝申し上げます。今回踏み出せた一步を自信にして、今後の研究への道を少しずつでも、着実に、進めて参りたいと思います。

リハ栄養研究デザイン学習会



板橋中央総合病院 総合診療科
医師 奥山 篤

リハビリテーション栄養川柳大会初開催！

リハビリテーション栄養川柳は、日頃から感じている、「リハ栄養あるある」「忘れてはならない大切なエッセンス」など、見てやる気が出たり、クスッと笑えたり、リハ栄養を医療職や一般の方に知っていただくきっかけになればと考案されました。1カ月間の間に、131句の応募をいただきました。総務一同、想像以上の反響に大変感謝しております。いただいたメールの中には川柳に込めた想いや、恥ずかしいのですが・・・と勇気を出して応募してくださった気持ちを添えて、送り出してくださいました。第一回の栄えある最優秀賞は理学療法士の渡邊恭啓さんに決定しました。学会HPには最優秀賞、優秀賞を獲得されました4名の受賞コメントや、入賞作品12点も披露しています。受賞者の皆様へのお祝いの気持ちを表した自作のポスターもぜひご覧ください！

(総務委員：介護老人保健施設さやまの里 管理栄養士 西田有里)

最優秀賞

見逃すな

改善すべき

低栄養

安房地域医療センター

渡邊 恭啓



日本リハビリテーション栄養論文賞のお知らせ

日本リハビリテーション栄養学会ではリハビリテーション栄養の発展に貢献した論文のうち、特に優秀な著者に対して、日本リハビリテーション栄養学会論文賞を贈呈しています。
論文賞への応募は今年最多の11論文となり、どの論文も大変素晴らしく甲乙付け難い状況でしたが論文賞選考委員会において厳正なる審査の結果、お二人の受賞となりました。
(論文賞選考委員長：熊本リハビリテーション病院 歯科衛生士 白石愛)



株式会社麻生飯塚病院 白土健吾先生

【論文タイトル】

Impact of energy intake at one week after hospitalization on prognosis for older adults with pneumonia.

【掲載誌】The journal of nutrition, health & aging.

高齢肺炎患者の約6割に入院後1週間のエネルギー摂取量不足を認め、死亡、自宅復帰、肺炎再燃の独立したリスク因子であった。入院後早期からのエネルギー充足の重要性が示唆された。

小樽市立病院 大槻郁人先生

【論文タイトル】

Individualized nutritional treatment for acute stroke patients with malnutrition risk improves functional independence measurement: a randomized controlled trial.

【掲載誌】Geriatrics Gerontology International.

低栄養リスクのある急性期脳卒中患者に対し個別の栄養管理を行うことで日常生活動作が改善した。

来年も多くの先生方のご応募をお待ちしております！

From リハ栄養オンラインサロン

恵寿総合病院 臨床栄養課 小蔵要司



日本リハ栄養学会では、9月から月に1度**リハ栄養オンラインサロン**（以下、サロン）を行っています。サーベイランス調査で、学会員の皆さまがレベル・セッティング・職種に合わせた研修会や事例提示・紹介の要望があることがわかりました。地方での勉強会の要望もありました。サロンはこの要望にお応えできる企画だと思います。**2つのミニレクチャーと2回のグループワーク**があり、11月の私の担当会では、「当院でのリハ栄養の実践紹介」と「サーベイランス調査でわかったこと」をお話しました。「当院でのリハ栄養の実践紹介」では、教科書的なことよりも普段我々が臨床でどのようにリハ栄養を行っているか、泥臭い部分を意識して紹介しました。「サーベイランス調査でわかったこと」ではリハ**栄養ケアプロセス実施率が低いこと、リハ栄養診療ガイドラインの認知度が低い**

ことを報告しました。これまでサーベイランス調査の結果を会員の方に直接報告する機会が少なかったので大変貴重な機会でした。サロンは、自宅や職場にしながら**全国のリハ栄養の仲間と繋がる**ことが出来る点がとても良いなと思っています。参加して下さる皆さまが、日々リハ栄養を頑張っているのは自分ひとりじゃないぞということを感じて頂ければ嬉しいです。日本リハ栄養学会の有料会員限定企画で、参加費無料です。興味のある方はぜひ日本リハ栄養学会に入会してご参加ください。予約は不要ですのでふと時間が空いた時にふらりと寄って下さい。毎回多彩な講師陣がお待ちしています。

論文紹介

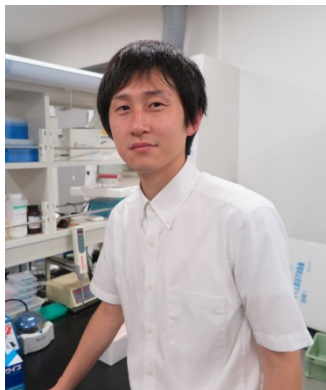
栄養とサルコペニア -我々は何を知っていますか？

-Nutrition and Sarcopenia -What Do We Know?-

Ganapathy et al. Nutrients. 2020 Jun; 12 (6): 1755.Doi: [10.3390/nu12061755](https://doi.org/10.3390/nu12061755)

筋肉量を維持することは、高齢者の自立性および機能性に重要であり、**食事パターンならびに特定の栄養素の摂取は、加齢に伴う筋力および機能の低下に対して保護効果**を有することが示されている。この総説では、微量栄養素、多量栄養素、食品群について、サルコペニアの有病率や発生率、筋肉量の維持や身体能力の最適化に及ぼす影響について検討した。これまでの研究報告から、たんぱく質の摂取と運動療法の併用は除脂肪体重の減少や体力の低下を最小限に抑えることができる可能性があるものの、**たんぱく質の最適な摂取量およびその種類についてはさらなる検討が必要**である。

また、サルコペニアに対するビタミンDの定期的なサプリメントテーションは筋肉量の増加や維持に有効であるという研究も報告されているが、**ビタミンD**の投与量、投与頻度、治療期間が筋機能の改善に有効か否かは明らかとなっていない。セレンは高齢者の筋力と身体活動において深い関連性を示しており、**血清セレン**はサルコペニアおよび筋力低下のマーカーである可能性が考えられるが、メカニズムは今後検討していく必要がある。**マグネシウムおよびn-3系多価不飽和脂肪酸**は、サプリメントとして臨床試験および食事療法にて研究されており、高齢者の筋力と身体活動において潜在的な関連性を示すことを明らかとしている。**果物や野菜**の摂取量の増加は、**身体能力の向上および筋肉の低下抑制、サルコペニア、フレイルの予防**に有効であると考えられる。



紹介者：旭川大学短期大学部 助教 管理栄養士 東郷将成

実践報告

言語聴覚士と調剤薬局の連携

-ここまでできる！低栄養アプローチ-



当院は富山市北部地区に位置し、154床（一般3床、地域包括ケア42床、障害者49床、医療介護療養60床）を有しています。また無床診療所が市内2ヶ所、調剤薬局が市内4ヶ所にあります。

リハ科内でのリハ栄養の認知度は高く、担当患者の体重減少にも療法士が真っ先に気づき、**主治医・管理栄養士・NSTへ相談**しています。さらにリハ科は**入院リハと訪問リハを兼務**し、1利用者に対し、PT/OT2人担当としています。訪問先では利用者だけでなく家族からも栄養について相談されることがあります。院内であれば栄養補助食品を提供できますが、訪問リハの時間内ではお店に買い

にいく時間がなく、商品を紹介しても、老々介護の利用者や独居の利用者が多く、**車がなくて買い物へ行く手段がない**現状があります。そこで**調剤薬局**に現状報告し、処方薬をご自宅に届ける時に**栄養補助食品を一緒に届けて**もらえるよう、当院で採用している栄養補助食品を調剤薬局で販売してもらうことにしました。療法士でも利用者やケアマネジャーに説明しやすく使いやすいよう、**当院採用品**のみとしました。また調剤薬局に訪れた患者（家族を含む）に対しても紹介できるよう店頭販売も開始していただきました。しかし、個々の患者によって不足栄養素や嚥下機能が異なるため、**調剤薬局でも療法士でも簡単なスクリーニング**を行ない、適切な商品を紹介できるよう**MNA-SFとEAT-10**を抜粋したフローチャートを作成しました。もちろん患者（利用者）のかかりつけ医やケアマネジャーなどに商品紹介したことや購入されたことを連絡し、多職種連携にも努めています。始めたばかりの取り組みですが、「頼れる療法士」「頼れる調剤薬局」となれるよう、低栄養対策から在宅でのリハ栄養実践まで、みんなで取り組み続けられるよう頑張っていきたいなと思います。

報告者：富山協立病院 言語聴覚士 柳澤優希



セルフケアリハ 栄養のススメ★

社会医療法人緑社会金田病院 管理栄養士 小椋 いずみ

私はスポーツを観戦するのも、自分がするのも大好きです。休日には父の影響で始めたゴルフをしています。コロナが流行る前は1か月に1回程度ラウンドしていました。ゴルフは朝がとても早いのですが、必ず朝食は食べて行きます。**ゴルフのラウンドの合間には「プロテインバー」を食べ、エネルギーチャージし、水分はアミノ酸入りのスポーツドリンクを飲むようにしています。**これがスコアが良い秘訣かもしれません（笑）今年はベストスコアの86で回ることができました。中学生のころから続けているソフトテニスも、友人たちと休みを合わせてしています。**テニスの後は友人たちと肉を食べ、たんぱく質を摂るようにしています！** **休日に適度な運動**をすることで、心も身体もリフレッシュし、また日々の仕事がんばれています。またコロナが落ち着いたなら、楽しみたいと思います。



公立学校共済組合関東中央病院 看護師 神田由佳

元気でる一冊！

『ルフィの仲間力』 関西大学社会学部教授 安田雪

「仲間とは、一人では到底かなえられないような夢を共有する人たち」
「仲間集めを目的にしても、仲間は集まらない」心に留まった一節です。

ルフィとは、大ヒットマンガ『ONE PIECE』（以下、ワンピース）の



主人公で、麦わら帽子に赤いシャツがトレードマークの海賊です。本書はワンピースのキャラクターたちの関係性に注目し、社会学的な視点も交えながら「仲間」について分析しています。医療職として働く私たちは、様々な場所で「仲間」と働いています。それは

「病の人たちを支える」という**大きな使命を共有**しているからです。リハ栄養も同じです。仲間は、**「夢の大きさや確かさに応じて集まるもの」**であり、若林先生という確固たるリーダーのブレない志が、仲間を増やしています。そしてどんな困難（＝MB（笑））でも**努力すれば絶対に助けてくれる**、という信頼で仲間との絆が深まっていると思います。コロナ禍で心が沈んでしまう毎日の中、この本を読んで「仲間」というものの本当の意味を学びました。会えなくても大切な「仲間」のことを思うと、恥ずかしい自分ではないといけな、と元気が湧いてきました。

毎号一人、2項目について語って頂きます

①リハ栄養に関すること②前者からの質問です！

今月の数珠つなぎ

今回は和田 光代さんからのMBで

東葛クリニック病院 歯科衛生士 伊藤 真知子さんです♪

①リハ栄養について一言

2012年若林先生との出会いが栄養というものを考えるきっかけになりました。2013年の福岡での第3回学術大会に参加した時の衝撃は、今でも強烈に覚えています。全国のあちらこちらから多職種の方たちが集まって栄養を通して人の命を考える。大げさでしょうか。歯科衛生士に何ができるか考えるきっかけになりました。栄養をきちんと取れる口を作っていきたい、守りたいという思いが確立したように思います。リハ栄養との出会いは、歯科馬鹿になっていた私に広い世界をみせてくれ、沢山の仲間を与えてくれました。

②モチベーションを維持するためのコツ

難しい質問が飛んできました。モチベーションが下がってしまう最大の要因は、やらされている感が強くなった時でないでしょうか。そんな時は興味や関心、好奇心がなくなっているような気がします。私は、そんな時は、飲みに行ったり、お風呂に行ったりします。とにかく職場とは関係ない友にぐちぐちと吐きまくりです。（迷惑この上ないのに付き合ってくれる友に感謝）うまくいかないときもありますが、私の根っこの気持ちである「好きなこと」「好きでやっていること」「人が好き」を思い出すようにします。

次号は会津の頑張り屋さんの管理栄養士さんです！お楽しみに♪



編集
後記

皆様の文章から元気をもらいながら楽しく編集させていただきました。ご協力いただいた皆様、ありがとうございました。2021年、皆様は何に挑戦しますか？わたしはホリスティックについて学ぼうと思っています！ ナカジマ薬局 吉村由梨

