

第 19 回 「すなっく(°o°)」WG 議事録

【開催概要】

- ・ 開催日時：2017 年 3 月 1 日（水）19 時 30 分から
- ・ 開催場所：ふれあい歯科ごとうにて
- ・ 参加メンバー：登世子先生、志垣先生、板垣先生、後藤さん、ヘルシーフード福田さん、スタッフさん、高瀬
- ・ 付帯資料：腎臓病食の解説や試食など

【主な議題】

1. 腎臓病の方に向けた食事や栄養の情報収集（見つける・つなげるためのアイデア案）
2. 腎臓病の方に向けたミニ講座と試食会

【議事内容】

（次ページ以降に掲載）

【次回予定】

- ・ 次回のすなっくミーティングは 4 月 3 日（月）19 時 30 分～予定
- ・ 次回のすなっくイベントは 未定（企画を固めてから検討）

【参考画像】

ヘルシーフード：福田さんによるお寿司
板垣先生によるうどん、パスタ



調理の様子や解説コメントなどは、後日の動画アップにて紹介予定

「すなっく(°)`」ミーティング 議事録

1. 腎臓病の方に向けた食事や栄養の情報収集《各自、アイデアや意見を出し合って議論》

まず対象としてフォーカスするのは、在宅の腎臓病の患者・家族の目線で、次のようなネックがある

- ・患者・家族だと、栄養管理の知識や調理するスキル・環境にばらつきが大きく、情報やレシピを提供しても実践できないこともある
- ・加えて腎臓病といっても種類（糖尿病や糸球体腎炎など）とステージ（ST1-4、透析）によって対応が分かれるので、複雑化する
- ・腎臓病がある程度進行してしまってから、栄養管理のメニューやカタログ通販などを探し始めて、対応が遅くなってしまうケースあり
- ・さらに悪いことに知識や実践が難しいため、栄養管理をあきらめて（疲れてしまって）、透析を選ぶハザードケースもある

そのため、患者・家族の目線で気軽に相談できる先として、腎臓病向けの食事の情報だけでなく、実際に調理・試食できる実践例を提供するのが良い

- ・アラジンや暮らしの保健室、とつカフェのような場所での出張イベント
- ・料理教室と謳うとあまり来なくなるので、食べるだけの試食会の方が良い
- ・腎臓病の患者・家族会と連携した試食会など

すでにヘルシーフードさんでも、こういった出張イベントでの試食会を開催しており、病院の医療関係者や患者・家族の方向けに話をし、試食提供している

- ・低たんぱく食品を使ったお寿司や麺類などが好評
 - ・病院の栄養士でも低たんぱく食品を知らないこともあり、普段は栄養指導していても、実践例まで示せていない
 - ・患者・家族であればなおさら知らず、調理するスキル・環境が整っていなければ、レシピだけ提供されてもできない
- ただし、こういった出張イベントをするのは、非常にマンパワーと時間・コストがかかり、頻繁に行うことが難しい

さらに管理栄養士であっても、腎臓病の方に向けた食事や栄養の情報と実践例をちゃんと説明できるスキル・経験にばらつきがある

- ・参考情報源は、腎臓病専門のWEBサイトや食品交換表の本、メーカーやチャンネルのカatalogやWEBなどがあるが、知らないケースもあり
 - ・患者さんへの説明・レシピだけで、買い物や調理までの実践例がない
- 管理栄養士であってもキャリアや経験がないと、腎臓病の種類とステージに応じた対応や、患者・家族のスキル・環境に応じた実践例まで提供できない

▽▽▽▽▽▽▽▽▽▽▽▽

これらを踏まえた、腎臓病の方に向けた見つける・つなげるアイデア

- ・見つける役割のキーマン：病院で栄養指導する管理栄養士
 - ：腎臓病の検査数値（GFR）が分かり、血圧や糖尿なども周辺情報も分かるので、腎臓病の軽度の段階で見つける、予防することもできる
 - ただし、スキル・経験にばらつきがあるので、もう一段階何かが必要
- ・つなげる相手の選択肢：実際に調理・試食できる実践例
 - ：病態向け宅配弁当、低たんぱく食品などの介護食品、特段の調理などのヘルパー調理、、、その他食を広げるバリエーション
 - ただし、レシピやカATALOGだけでは、具体的に実践しにくいので、もう一段階何かが必要

次回のWGでも、引き続き、腎臓病の方に向けた見つける・つなげるアイデアを検討する 板垣先生によるミニ講座も次回WGにて

2. 腎臓病の方に向けたミニ講座と試食会

ヘルシーフード：福田さんによるお寿司

- 低たんぱくごはんを使った酢飯で、中トロや貝類、キュウリなどの寿司ネタに使う
- ただし寿司の調理は専門技術や用具も必要で、福田さん以外できない

板垣先生による麺類

- 低たんぱくの麺を使ったもので、ミックス野菜やドレッシングのソースを使う
 - 調理も野菜をちぎって、レンジで加熱するなど、簡単な調理
- 調理の様子や解説コメントなどは、後日の動画アップにて紹介予定