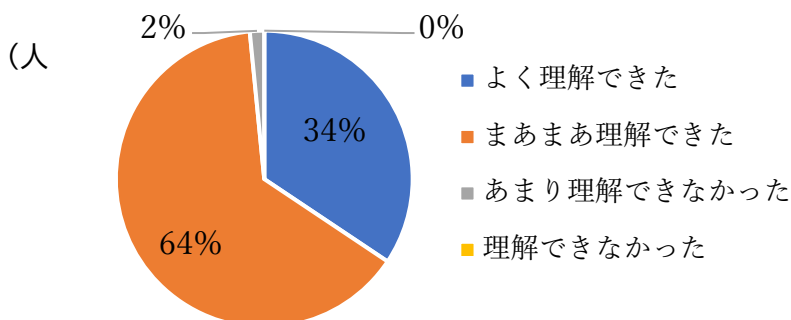


<令和6年度 新潟県栄養士会 生涯教育アンケート結果 第2回実務研修（研究・教育事業部担当）>

- 講演:管理栄養士・栄養士に知ってほしい、「ゆるやかな糖質制限」のすすめ
- 講師:北里大学北里研究所病院 院長補佐・糖尿病センター長 山田 悟 様
- 実施日:令和6年7月 28 日(日) 10 時~11 時 30 分
- 参加者:100 人 うち、アンケート提出者数:64 人

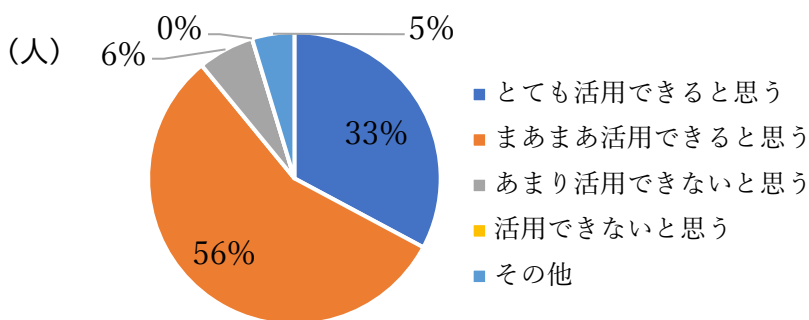
1. 講義内容の理解

よく理解できた	22
まあまあ理解できた	41
あまり理解できなかった	1
理解できなかった	0
計	64



2. 実務への活用度

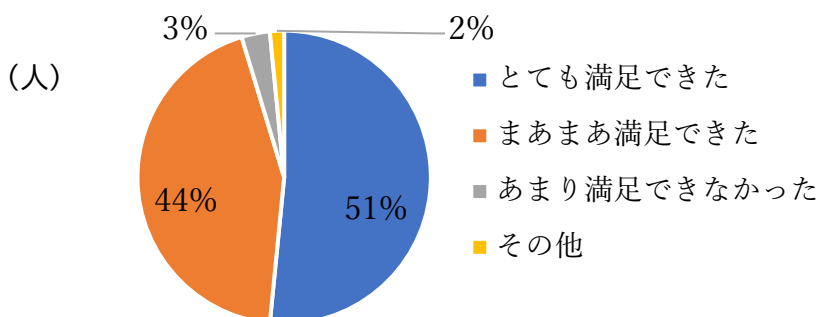
とても活用できると思う	21
まあまあ活用できると思う	36
あまり活用できないと思う	4
活用できないと思う	0
その他	3
計	64



その他; 指導内容が大きくなること。中途半端な理解での活用はまだ難しいと思う
必要に応じて活用したい
職場的に活用はできなくても知識として知ることができ良かった

3. 全体を通しての満足度

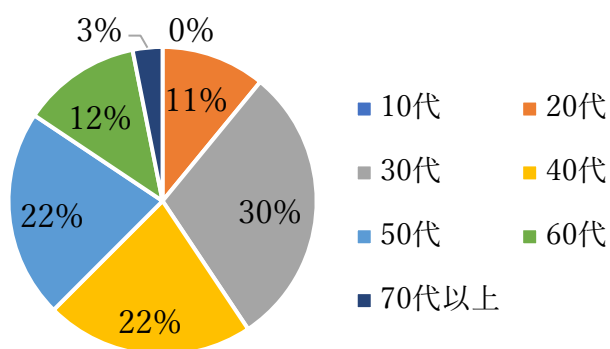
とても満足できた	33
まあまあ満足できた	28
あまり満足できなかった	2
その他	1
計	64



その他; テーマが「ゆるやかな~すすめ」だったので、いかに対象者に寄り添った指導・支援方法が学べるのか期待していましたが、思っていた事とは少し方向性が違ったため、適切な回答に悩んでいます

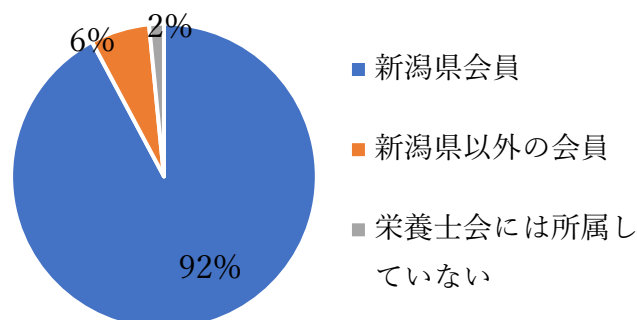
4. 受講者の年代

10代	0	(人)	(人)
20代	7		
30代	19		
40代	14		
50代	14		
60代	8		
70代以上	2		
計	64		



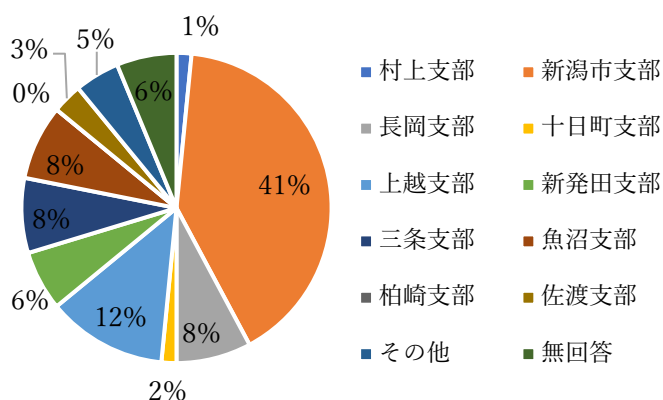
5. 受講者の栄養士会入会状況

新潟県会員	59	(人)
新潟県以外の会員	4	
栄養士会には所属していない	1	
計	64	



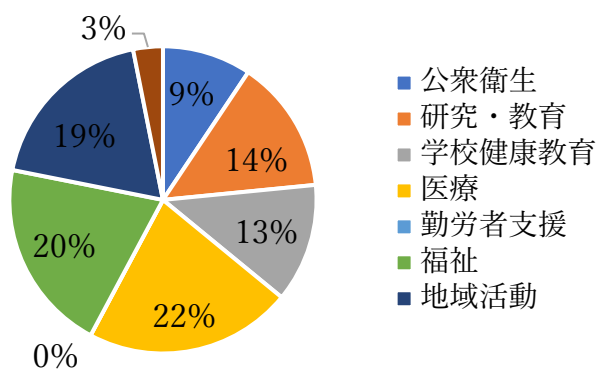
6. 受講者の所属支部

村上支部	1	魚沼支部	5	(人)
新潟市支部	26	柏崎支部	0	
長岡支部	5	佐渡支部	2	
十日町支部	1	その他	3	
上越支部	8	無回答	4	
新発田支部	4	計	64	
三条支部	5			



7. 受講者の職域事業部について

公衆衛生	6	(人)
研究・教育	9	
学校健康教育	8	
医療	14	
勤労者支援	0	
福祉	13	
地域活動	12	
無回答	2	
合計	64	



8. 今後、取り上げてほしい内容(おもな内容、人数)

・今回の講義を踏まえた内容 + 具体例、ゆるやかな糖質制限	4	・肥満治療	1
・カーボンカウント	2	・心疾患	1
・健康づくりのための身体活動・ 運動ガイド 2023	2	・脂質異常症の栄養指導	1
・熊本リハビリテーション病院の吉村先生の講義	1	・食事摂取基 2025 年度版版	1
・特定保健用食品と機能性食品の現状	1	・間違った知識を上げないための管理栄養士の 関わり	1
・小児の肥満症への栄養指導	1		
・GLIM 基準	1		

9. ご意見・ご感想など(抜粋)

□講義内容に関するご意見、ご感想

○勉強になった、理解が深まった (17人)

- ・人に対して物事を伝える際の手法などもとても勉強になりました。非常に充実した時間であったという間の 90 分でした。本日はありがとうございました。
- ・糖尿病の患者様は多くいらっしゃるので大変参考になりました。患者様の日常を守りながら話をすることが出来るように努力したいと思います。普段からロカボ商品を見ますので、提示できるように準備をしたいと思います。
- ・糖質制限についての理解が深まった。具体的で効果のある指導に繋がりそうと思った。果糖制限の根拠も理解できた。
- ・科学的根拠に基づく食事指導の重要性を再認識した。常にアップデートが必要と思った。
- ・講義を受ける前は、ロカボなどの商品には具体的根拠があるのか？と少し疑問に思っていたが、論文により 1 番血糖のコントロールに良いということを知って勉強になった。先生の、患者さんにかかる制限による負担をなるべく軽くしたいというところにとっても共感しました。
- ・食後の血糖上昇を抑えるには食事組成が大事であることや、果糖をとりすぎると、適正量がわからなくなってしまうことなど、根拠を示しながらの説明は理解しやすく、とても勉強になりました。ありがとうございました。
- ・ガイドラインの解釈など、少し戸惑うところもありましたが、現役で専門的に取り組まれている先生のお話が聞けて大変勉強になりました。
- ・身内に糖尿病を患っているものがあること、また私自身が今感じている問題についても当てはまる内容であったのでとても良かったです。
- ・事前に資料には、目を通しましたが、英語があり難しく分かりにくいところがありましたが、この研修を受けてよかったと思う。果糖についてよくわかりました。
- ・栄養学は日々、新しい考えが出てくるので懐疑心を持って、そして常に新しい知識を入れる努力をしたいと思いました。
- ・PFC 比や穀類エネルギー比。健康な人であっても考える余地ありの内容でした。私たちがスタンダー

ドだと思って教えていることも、時代とともに変化し、現場とのギャップを考えねばならないと痛感しました。ゆるやかな糖質制限、私も勉強したいと思います。

- ・カロリー制限と糖質制限の歴史、果糖と肝臓の関係は興味深かった。
- ・食事や栄養のことを医師の方から講義を受けたことが今までなかったので、とても新鮮でした。ありがとうございました。
- ・今回の講座は、栄養士として、エネルギー量は計算も出来ないし、固定も出来ないと言った表題や、21世紀の臨床現場では、誰もエネルギー摂取量を気にしていないや、交換表はなど止めれば良いと言う先生のご発言もあって、驚きの連続でしたが、データなどからも納得出来る内容でした。

○実践に繋げていきたい（3人）

- ・ガイドラインやマニュアルがどのようなデータを使っているかなどを把握することが大切だと感じた。一人ひとりをよく見て、その人の食から楽しさを奪わない栄養指導ができるとよい。
- ・自炊をしていて市販の商品とは違い栄養表示など無く、具体的な糖質を計算するのが難しい患者さんでも実践できるような栄養指導を考えたいと思いました。
- ・ダイエットが必要な人も必要ない人も、当たり前のように糖質制限している人が多いように感じている。肥満症の児童に対して、「うちの子、痩せるためにご飯減らしてるんです」という保護者がたまにいるが、小学生は大事な成長期なのでしっかり食べてほしい、運動量を増やしてほしい、と伝えている。糖尿病ではないからこの指導で合っていますよね？

○考えさせられる内容だった（6人）

- ・山田先生の講義は毎回考えさせられる内容です。
- ・山田先生のおっしゃることは、ごもっともで実行したいが、実行は難しいかもしれない。
- ・栄養士が食事指導を行う場合は主治医の指示により行う為 実務では本日の内容を即利用は難しい。
- ・糖質制限が血糖コントロール始め様々な病態に効果があるとわかりましたが、メリットだけではないような気がしています。おかげが増えれば塩分摂取量は増えると思っています。ロカボの商品も沢山出ていますが、物価高な世の中で頻繁に手にとりやすい物なのかなど、やはり個人に合わせた対応が必要ではないかと思ってしまう内容でした。
- ・BMI が適正である人(非肥満者)の糖尿病患者には減量は必要ないと言っておられ、私もそう思うのですが、この8月からの特定保健指導では、2 キロ 2 センチが目標でアウトカム評価となるので、その辺りは、矛盾しているのではないかと思います。
- ・今回ガイドラインの批判が多く、何を根拠に仕事をしていけばよいのかわからなくなった。

○そのほかのご意見など（1人）

- ・先生の症例や管理栄養士さんとの連携等をお聞きしたかったです。