

# ◇ 第47回健康食品講座 研修会報告 ◇

日時	2023年7月30日(日) 9:45～13:00
場所	神戸薬科大学地域連携サテライトセンター
テーマ	健康食品と食生活・健康管理(大項目Ⅱ) (薬剤師に役立つ栄養学)
受講資格	現役の薬剤師
受講者数	17名
認定単位	2単位

## 【研修風景】

9:45～11:15 講義1 「家庭料理から健康の維持増進を考える  
—調理上の工夫も含めて—

講師 甲南女子大学医療栄養学部  
教授 東根 裕子 先生



甲南女子大学医療栄養学部  
教授 東根 裕子 先生による講義

講師 神戸学院大学栄養学部栄養学科  
 臨床栄養学部門／臨床検査学部門  
 教授 藤岡 由夫 先生



神戸学院大学栄養学部栄養学科 臨床栄養学部門／臨床検査学部門  
 教授 藤岡 由夫 先生による講義

### アンケート（抜粋）

- ・食事内容についてどう対応するのか、個々の背景に違いがあるのに、一律的な考え（方）が報道され、それを理解してしまっている。いかにどう解釈するのが大事であり、それをどう伝えていくのかも課題と感じています。
- ・食事とコレステロール、病気との関係について、うっかり漏れている視点がたくさんあり、大変勉強になりました。CM、ネット等のイメージは周囲の人にも大きく、「置きかえ」「追加ではない」事を拡めていこうと思います。「フレイルの方は別」という発想は、お世話する方と高齢者の関係においても大事なので、伝えていきたいです。
- ・自分もそうですが、患者さんから栄養についてはいろいろ聞かれます。LDLが低くTG高い方、けっこういらっしゃいますので、すごく参考になりました。ありがとうございました。
- ・コレステロールを下げるには、食事内容の見直しはひびきました。
- ・「食事をとるときの考え方」など講義で学んだ知識を実務においても活用したいと思います。「脂質異常症診療ガイド2023年版」と講義資料を読み返しながら実務において活用できる知識として定着させたいと思います。・疾患と栄養で、他も話が聞きたいです。
- ・薬よりも日々の食事を見直すことが大切だと再認識した。
- ・自分の食事内容の見なおしになりました。自分の健康のために、もう1度考えなおしたいです。
- ・予防医学、未病・同効果の中で、患者さんに適切な薬剤を選択する論文の活用方法。EBM etc

ご参加いただいた皆様、ありがとうございました。