

## 窓辺

「まちの食の保健室」

なかの  
中野 ヤスコ

「食事制限の指導を病院で受けたが不安になってしまった」「離乳食の作り方を保健センターで教わったけど、できるか心配」「スポーツをやる我が子の食事が心配」。藤枝駅北口近くのビジネスホテル1階に構えた「くるみキッチンプラス」は、日々の暮らしで困った時に駆け込める「まちの食の保健室」の役割も担っています。

これは認定栄養ケア・ステーションという取り組みで、2020年4月に始めました。同ステーションは地域の管理栄養士が運営す

る栄養ケアの窓口・拠点で、日本栄養士会が認定しています。現在、各都道府県合わせて341施設で、県内には3カ所あります。元々は自宅以外で顧客と会う場所が足りなくて、11年に飲食店を開業しました。3年前まで店舗は別の場所でしたが、ホテル経営者から「ジュニアアスリートの合宿で適切なご飯を出したい」と依頼を受けたのをきっかけに移転しました。「からだづくりはじめよう」をコンセプトに、県内産の食材を使ったメニューを栄養情報と共に提供し

ています。

認定栄養ケア・ステーションを開設したのは、食に対する疑問や不安を抱く地域住民が少なくないと感じていたためです。以前からメールや店舗への電話で、栄養や健康に関する相談を受けることが多くありました。認定栄養ケア・ステーションという看板を掲げ、元の管理栄養士とチームを組み、栄養相談と食の仕事について地域のニーズを幅広くすくい上げています。

病院や行政の管理栄養士の立場だからできる大きな役割と、私たち地域活動の管理栄養士だからできる細かなフォローは、地域住民の皆さんにとって両方大切だと考えています。

(公認スポーツ栄養士)