

2025 年 10 月 16 日（木）

～12 月 21 日（日）

Web 開催

## 2025 年度「全国栄養士大会・オンライン」

公益社団法人 日本栄養士会

# 目 次

参加者へのご案内 .....	1
講演要旨 .....	4
広告・日本栄養士会からのお知らせ .....	12

# 参加者へのご案内

## 1. 大会概要

期 間：2025 年 10 月 16 日（木）～ 12 月 21 日（日）

主 催：公益社団法人 日本栄養士会

テ ー マ：「共感力～人を想う感性～」

趣 旨：全国栄養士大会は、全国の管理栄養士・栄養士が一致して取り組むべき課題を協議し、対応や実践の方法を共有、現場で使える知識やスキルを身につけることを目的とする。

対 象：管理栄養士・栄養士・養成校学生

会 場：公益社団法人日本栄養士会ホームページ内 (<https://www.dietitian.or.jp/>)  
特設ページ（オンライン会場）

内 容：（１）講演：22講演（うちスポンサード講演：11講演）

（２）広告：（抄録広告・デジタル広告）

受 講 料：（公社）日本栄養士会会員・養成校学生は無料

生涯教育単位：実務研修 90-110 全分野共通 講義各 1 単位（ただし上限は 8 単位とする）

講演視聴後、アンケートに回答することにより付与。

※マイページへの反映は会期終了後 3 か月後の予定です。

## 2. 「全国栄養士大会」とは

（公社）日本栄養士会は、全ての人の健康の保持・増進の実現に向けて、2016 年に「栄養の日（8 月 4 日）」、「栄養週間（8 月 1 日～8 月 7 日）」を制定しました。

全国栄養士大会は、この「栄養の日・栄養週間」事業の一環として、喫近の栄養課題を協議、対応や実践の方法を共有、現場で使える知識やスキルを身につけることを目的に開催しています。

2017 年からパシフィコ横浜、神戸国際会議場を会場に、各回およそ 2,000 名の管理栄養士・栄養士を集め開催しました。2020 年度からは、新型コロナウイルス感染症拡大の影響により「オンライン」に会場を移し、初年度は 10,636 名、2021 年度は 15,972 名、2022 年度は 13,792 名、2023 年度は 14,904 名が参加、2024 年度は 10 月 9 日～12 月 8 日の期間中、15,230 名が来場、オンラインの活用により、より多くの管理栄養士・栄養士が参加し、最新の栄養情報とスキルを得ることができるイベントとなりました。

多様性（ダイバーシティ）への理解が重要となっている今、管理栄養士・栄養士は他職種や、対象者等、あらゆる人に寄り添い、理解して共感する力が求められています。

2025 年度の全国栄養士大会では、「共感力」をテーマに、相手に寄り添うこと、そのスキルを学びます。

## 3. 生涯教育単位の付与について

講演動画を視聴後にアンケートに回答することで、1 講演につき生涯教育単位 実務研修 90-110 全分野共通の講義 1 単位・最大 8 単位が付与されます。

※8 講演以上のアンケートに回答した場合でも、最大 8 単位しか付与されません。

※仮会員の方は付与されません。正会員に登録完了後、会員番号を入力し再度アンケートにご回答ください。

※単位の付与は、2025 年度「全国栄養士大会・オンライン」会期終了後、3 か月後を予定しています。

#### 4. 視聴についての注意事項

- ・(公社)日本栄養士会プライバシーポリシーおよび利用規約をご確認のうえ視聴してください。  
動画(映像)、掲載資料、文章、イラスト、ロゴ、写真、その他の著作物の著作権その他の権利は、当会又は第三者に帰属します。著作権法によって認められる場合を除き、著作権者の事前の許可なく、動画及び資料の一部または全部を、無断で複製(録画・録音・撮影・ダウンロードなど)し、それを転載転用・改変・配布・販売など、不正に利用することを固く禁止します。
- ・動画再生や視聴には大量のデータ(パケット)通信を行うため、携帯・通信キャリア各社にて通信料が発生します。データ通信量が一定の基準に達した時点で通信会社での通信速度制限が行われることがあります。スマートフォンやタブレットでご視聴の場合は、Wi-Fi環境でのご利用を推奨します。  
(推奨動作環境をご確認ください)  
なお、発生したデータ通信費用について日本栄養士会は一切の責任を負いかねます。予めご了承ください。
- ・同一ID・PWを利用した複数同時接続はできません。本サイトは、日本栄養士会会員のみの視聴を前提としていますので、会員以外の方と一緒に視聴されたり、ログイン方法を第三者に提供したりすることは厳にお控えください。
- ・視聴に問題が生じた場合は、必ずログアウトを行って、別の環境(デバイス、ブラウザ、回線等)でのご視聴をお試してください。
- ・動画の視聴にあたり生じたいかなる損害について、日本栄養士会は一切の責任を負いかねます。
- ・アクセスが集中した場合やメンテナンス時は、動画の視聴ができない場合がございます。その場合、時間をおいてから再度アクセスをお願いいたします。
- ・掲載されている情報は、撮影日時点のものとなります。
- ・このサービスは予告なく終了することがございます。

##### 【推奨動作環境】

OS : Windows 8.1以降、Mac OS X 10.10以降、iPhone 11以降、Android 8以降

ブラウザ : Google Chrome 最新版、Microsoft Edge 最新版(Windows)、Firefox 最新版  
Safari 最新版(Mac)

CPU : 2GHz以上

メモリ : 3GB以上のRAM

ハードディスク : 10GB以上の空き

通信速度 : 3Mbps以上の安定した回線速度

#### 5. 個人情報の取り扱いについて

- ・個人情報は、本会が別に公表するプライバシーポリシーや利用規約に従って適切に取り扱い、お申し込みいただいた方の同意なく目的以外に利用いたしません。
  - ・申込や視聴後アンケート等でご提供いただく個人情報は、当会主催のセミナーや関連情報のご案内、情報の伝達、各種アンケートのお願い、データの分析、また、当会各種会員サービス等の向上を図るための参考として使用します。
  - ・個人情報は、法令の規定により提供を行う場合を除き、ご本人の同意なしに第三者への開示・提供を行うことはありません。なお、個人を特定しない形で、いただいた情報を報告等に使用することがあります。
  - ・上記利用目的の達成のために、アンケートの実施、データの入力・分析等を外部業者に委託する場合があります。この場合、当該業務委託先と当会との間で個人情報保護の契約を締結し、個人情報を保護します。
- ※(公社)日本栄養士会のプライバシーポリシーおよび利用規約については本会ホームページをご参照ください。

## 講演要旨

### 元気な職場をつくるコミュニケーション ストレス対処力 SOC (Sense of Coherence) の視点から

株式会社グローバルヘルスコミュニケーションズ代表取締役

保健学博士 蝦名 玲子

メンタルヘルス対策を講じる職場が増えた一方で、多くの労働者が依然として強い仕事のストレスを抱えている。

こうした中で、ストレス対処力「SOC (Sense of Coherence)」が注目されている。

そこで本講演では、SOC の基本的な理論や概念を解説し、職場の具体的な事例を通じて、SOC を高めるための効果的なコミュニケーションの実践方法を紹介する。

---

### “共感力”をキーワードに、プレコンセプションケアを徹底解説 ～重要トピック、相談対応のコツ、オンライン相談事例紹介など～

株式会社 Kids Public 産婦人科オンライン代表

産婦人科専門医 重見 大介

将来の健やかな妊娠・出産に備える「プレコンセプションケア」。本講演では、その重要性、よくある誤解、具体的な知識、日々の相談対応のコツ、オンラインでの相談事例などをテーマの「共感力」をキーワードに徹底解説します。皆さんがすぐに実践できるノウハウを学ぶことができます。

---

### 共創ウェルビーイング：みんなでつむぐ幸せのエンパワメント科学 Co-Creative Wellbeing for Empowering A World of Possibilities

筑波大学医学医療系国際発達ケア：エンパワメント科学研究室

教授 安梅 勅江

共創ウェルビーイングはウェルビーイングの一側面で、自分、他者、環境に思いを寄せる、大切にするケア Care と、互いの違いを楽しみつつ共によりよい未来を築くクリエイション Creation に基づくウェルビーイングです。さまざまな人びとが共感し支え合い協力しながら、新しいアイデアや解決策を共に生み出す、幸せな社会を作るアプローチです。

## コラボレーションを生むコミュニケーションの道具箱

産業医科大学産業保健学部安全衛生マネジメント学教授 河村 洋子

本講義では、ご自身のフィールドでの活動を立ち上げ、展開していくために他職種を含めた多様なステイクホルダーとコラボレーションしていきたいという栄養士の方々想いを形にするための、コミュニケーションの理論的な機微を解説し、実践的に使える「道具たち」を紹介します。また、この道具たちは、同僚や同職種の方々との日々の会議で活用いただくことで、チームの創造性を高めることのできるものです。

---

### 質の高い睡眠を得るための食生活

～栄養士として知っておきたい睡眠の話し～

医療法人舘出張佐藤会フイーカレディースクリニック管理栄養士

睡眠改善インストラクター 篠原 絵里佳

心身の健康と睡眠、食生活と睡眠は密接に関わっている。食を通して健康をサポートする管理栄養士・栄養士は、睡眠の基礎的な知識や、睡眠と食生活との関りを知ることで、栄養相談をはじめ日々の業務の深みが増す。臨床でも睡眠相談をとり入れている演者が、実践的な内容で、睡眠と食生活の関りを分かりやすくお伝えする。

---

### 在宅で最後までその人らしく

～在宅栄養管理に必要な意思決定支援と共感力～

医療法人すぎもと在宅医療クリニック院長 杉本 由佳

すべての人は、いつか死を迎える。近年では、多職種連携や社会資源の活用により、自宅で最期を迎えることが可能となった。しかし、在宅療養には多くの課題がある。独居や老々介護、認知症の増加に加え、経済的困窮者の増加により、在宅療養が困難になるケースも少なくない。これらの課題を克服し、患者の心に寄り添いながら意思決定を支援することが、在宅看取りには求められる。さらに、医療者には病態を正しく判断する能力、適切な対応力、そして継続的なスキルアップが不可欠である。

## 生活習慣を変えるには？

～ナッジで自発的に動かす～

青森大学客員教授 竹林 正樹

多くの人は、頭では健康の大切さを分かっていても、行動をするのを先延ばしにします。そのメカニズムを認知バイアスの観点から解説し、ナッジによる解決策を提案します。ナッジは健康寿命延伸プランで推奨され、管理栄養士国家試験でも出題されるなど、食行動改善に不可欠の手法です。「ナッジって面白い」と感じられる時間にします。

---

## 子どものレジリエンスとところとからだ

～子どものころ専門医から～

順天堂大学医学部小児科・思春期科准教授 田中 恭子

子どものころにとって不可欠なアタッチメントやアドボカシーの姿勢など、ライフステージに沿った形でお話します。家庭だけでなく、社会全体がこどもとの絆が強化できるかかわり方に関して学んでいきます。

---

## 摂食嚥下機能に遅れや障害のある子どもへの支援

日本歯科大学附属病院口腔リハビリテーション科科长・教授 田村 文誉

摂食嚥下機能はひとが生まれてから哺乳で栄養を摂取したのちに獲得する、固形食を食べる機能のことです。食べる機能の発達には個人差があり、特に病気や障害があるなど、何らかの要因でうまく進まないこともあります。食べる機能は栄養に直結するため、保護者の関心の高いところです。医療者としてどのように支援していけば良いのか、そのポイントについてお伝えしたいと思います。

---

## 令和6年能登半島地震における石川県栄養士会の取り組み

公益社団法人石川県栄養士会理事

災害支援委員会委員 徳丸 季聡

令和6年能登半島地震において、石川県栄養士会はJDA-DATとともに、被災地への特殊栄養食品の供給や栄養・食生活支援を行った。これらの支援を継続的に行うには、事務局体制の強化、キーパーソンとの連携、顔の見える関係性が不可欠であった。本講演を通して、これらの重要性和今後の災害時の受援体制の在り方について皆さんとともに考えたい。

## 管理栄養士・栄養士にも知っていただきたい静脈栄養の現実と本来あるべきカタチ ～楽しく学び、正しく怖がる～

医療法人社団浅ノ川 浅ノ川総合病院薬剤部主任 東 敬一郎

静脈栄養というと、どのようなイメージだろうか。それが「非生理的」や「難しい」という方も多くいると思われる。本講演では、静脈栄養の現実と本来あるべきカタチについてできる限りわかりやすく、そして誰もが「やってみよう」と思える内容をお伝えする。聴講後にはサブタイトルの意味についてもよくご理解いただけるだろう。

---

### うま味と栄養

提供：特定非営利活動法人うま味インフォメーションセンター

特定非営利活動法人うま味インフォメーションセンター理事長

広島大学名誉教授 西村 敏英

神奈川県立保健福祉大学名誉学長 中村 丁次

日本人は昔から出汁や発酵食品といったうま味を感じる食材を活用することで食べ物をおいしく調理してきました。栄養管理された食事をおいしく食べてもらうことはサステナブルな栄養改善には不可欠です。うま味と栄養の専門家同士のTOP会談で「おいしく食べて健康になる」栄養士のパーパスを一緒に考えてみませんか。

---

### さまざまなライフステージにおける $\omega 3$ 系多価不飽和脂肪酸の役割

提供：大塚製薬株式会社

群馬大学大学院医学系研究科公衆衛生学分野教授 浜崎 景

魚に多く含まれる EPA や DHA は、 $\omega 3$  系多価不飽和脂肪酸と呼ばれ、体内で合成できないため食事からの摂取が必要な必須脂肪酸です。本講義では、循環器疾患、メンタルヘルス、神経発達など、様々なライフステージにおける  $\omega 3$  系多価不飽和脂肪酸の重要な働きについて、最新の知見を交えながら解説します。

## 感染症時代 COVID-19 流行後の“免疫を賦活する乳酸菌ヨーグルト”の活用を考える

～学校給食での活用例を参照として～

提供：キリンホールディングス株式会社

岩手医科大学 名誉教授

岩手県予防医学協会 予防医学部長 坂田 清美

季節性インフルエンザや新型コロナウイルス感染症は時に重篤になり、死亡症例も毎年報告されている。L. ラクティス プラズマ（プラズマ乳酸菌）のヨーグルト摂取はプラズマサイトイド樹状細胞（pDC）を活性化することにより、インフルエンザや風邪等の症状を改善することが知られている。免疫機能が未熟な子供たちの健康サポートとして、乳酸菌ヨーグルトの活用の可能性を考える。

---

## 健康食品のリアル伝えられていますか？

～管理栄養士・栄養士の力で広げる安心と健康～

提供：一般社団法人 健康食品産業協議会

弘前大学大学院医学研究科招聘准教授 西村 栄作

サントリーウエルネス株式会社品質部・薬科学博士 櫻井 護

我々の身近にある健康食品ですが、利用者のメリットを最大限に発揮し、かつ安全に使ってもらえていますか？

栄養のプロであり、利用者に近い存在の栄養士の皆様が、利用者の皆様の悩みに共感し、寄り添いながら、自信をもって健康食品のことを説明する。それが国民の健康にも寄与できるなんて、ステキだと思いませんか？

---

## 牛乳と腸内環境

～おなかゴロゴロは腸活のしるし？悪者扱いされがちな乳糖の健康効果に迫る！～

提供：一般社団法人 J ミルク

東京農業大学生命科学部分子微生物学科教授 戸塚 護

牛乳が苦手な理由に「おなかゴロゴロするから」という意見が多くあがります。原因の1つと考えられているのが乳糖不耐。しかし、本当に乳糖は悪者なのでしょうか？最近の研究では、「乳糖不耐」だからこそ享受できる牛乳の有用性に関する新知見が出てきています。腸と乳糖の関係や、乳糖の機能について改めて考える機会にしていいただければと思います。

食事摂取基準を使いこなしたいひとへ  
～食事摂取基準の面白さと怖さを知る～

提供：第一出版株式会社

東京大学名誉教授 佐々木 敏

- 漠然と数値を使うのではなく、考え方を理解する
- 講演を聞いて読むことで、対象者の支援や他職種連携にも役立つ読み解き方を知る
- ありがちなミスを知る
- 実践的な使い方を知る
- 今後の展望、理想・目標を知る

---

医療における食事アプローチ 研究の成果と課題／医療現場における最適化栄養食の可能性  
～テクノロジーを活用した QOL 向上への貢献～

提供：日清食品株式会社

女子栄養大学名誉教授 本田 佳子  
日清食品ホールディングス株式会社  
フューチャーフード研究開発部プロフェッショナル 正箱 尚久

代謝性疾患の食事アプローチに関わる先行研究の成果と課題について言及し、次いで、エネルギー当たりの栄養バランスがターゲットに応じ得る“最適化栄養食”ならびに最適化された食による介入研究を紹介し、今後の研究動向と“最適化栄養食”の可能性を考察する。

---

食の安全の落とし穴  
～食のリスクを正しく理解する～

提供：一般社団法人日本即席食品工業協会

特定非営利活動法人食の安全と安心を科学する会理事長 山崎 毅

食品安全の専門家は、リスクを評価して客観的に安全性を判断しますが、一般市民は往々にして、食品添加物や農薬などのハザード情報だけで健康リスクが大きいと勘違いします。本講演では「リスク」「安全」「安心」を正しく理解することで、栄養士として必携の食のリスクコミュニケーション手法を学んでいただきます。

## 栄養状態かんたん未来予測ツール（rRAFU）を用いた早期からのフレイル予防

提供：株式会社 明治

女子栄養大学栄養学部教授 新開 省二

栄養状態未来予測ツール（rRAFU）は、4 因子 13 項目からなる新しい指標で、従来のリスク評価ツールにはない優れた特徴を有している。このツールを用いてスクリーニングした一般高齢者を対象にして、運動と栄養を組み合わせた 10 か月の介入試験を計 2 回実施し、フレイル予防における総合栄養食品の意義を実証した。

---

## 腸から始める健康管理：ビフィズス菌の働きとエビデンス

～整腸、アレルギー、認知機能まで～

提供：森永乳業クリニコ株式会社

森永乳業株式会社研究本部バイオティクス研究所主席研究員

農学博士 岩淵 紀介

腸の健康の鍵を握るビフィズス菌。本講演では、腸内フローラにおけるビフィズス菌の役割やビフィズス菌と乳酸菌の違いなど、腸内フローラやビフィズス菌の基礎知識を概説します。さらに乳幼児から高齢者までビフィズス菌摂取による様々な臨床効果を、エビデンスを基にご紹介します。

---

## 子どもからお年寄りまで

～科学が証明したヒトの健康を守る乳酸菌シロタ株のチカラ～

提供：株式会社ヤクルト本社

東京女子医科大学教授

小児科学基幹分野長 永田 智

「子どものころに定着したフローラは一生変わらない」などともいわれています。本講演では、乳児期の腸内フローラの構築のしかたについて説明し、高齢者の「便秘調節」「ノロウイルス感染症のリスク低減」「大腸がん発症予防」にいたるまで、乳酸菌シロタ株の効果について、科学的に根拠のあるものについてお話しします。

-----MEMO-----

うま味について  
知るなら!



うま味の基本情報

うま味を自分で  
体験してみよう!



うま味の体験

実は知らない  
うま味と旨味の違い



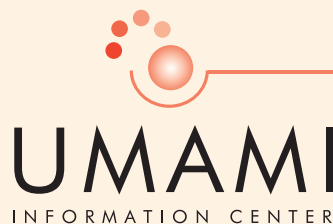
間違いだらけの  
「おいしさの表現」

アカデミックなうま味  
情報を知りたい方に



うま味学術論文

# うま味の知識を 世界中の人々に



甘味、酸味、塩味、苦味と並ぶ基本味の  
一つであるうま味。うま味インフォメーション  
センターではうま味についての様々な情報を  
グローバルに発信しています。



だしは  
うま味の宝庫



日本が誇るだし文化

全国の郷土料理を  
多数紹介



日本の郷土料理とうま味

世界の伝統食品を  
ご紹介



世界のうま味文化

うま味たっぷりの  
レシピ集です!



うま味のレシピ

## うま味データベース



「この食品にはどれくらい、うま味物質が含まれているのだろうか?」  
そんなときに調べることができるデータベースです。  
ぜひ活用ください。

代表的なうま味物質である遊離グルタミン酸の数値と、さらに  
遊離グルタミン酸のうま味を相乗効果によって強めるイノシン  
酸、グアニル酸の数値も掲載しています。



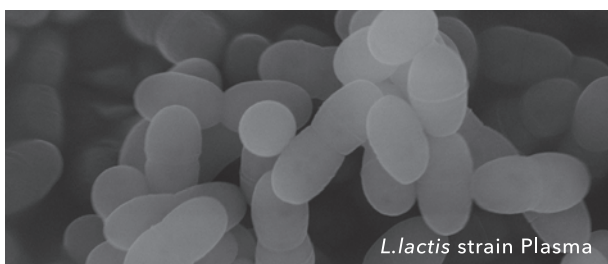
当センターでは、世界中の人々のおいしい食事と健康で豊かな  
くらしのために、うま味物質に関する正しい情報の普及活動に  
取り組んでいます。ぜひ動画もご覧ください。

うま味とMSGの歴史 (YouTubeで開きます。)

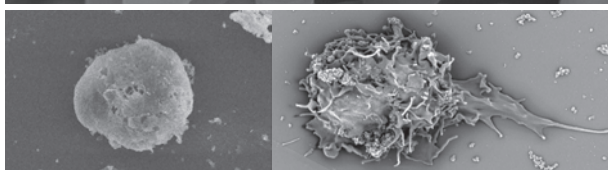


# ウイルス感染防御の司令塔

## pDCを活性化するユニークな乳酸菌の可能性



*L. lactis strain Plasma*



プラズマ乳酸菌<sup>1)</sup> (*L. lactis strain Plasma*) は、他の多くの乳酸菌とは異なり、pDC (プラズマサイトイド樹状細胞) を直接活性化するという性質を持つ。この乳酸菌のDNAは、pDCに取り込まれた後、エンドソーム内に局在するTLR9/MyD88のリガンドとして作用し、免疫系を賦活する。<sup>2)</sup>

1) 国立研究開発法人理化学研究所が管理する *Lactococcus lactis* JCM 5805 株

2) Jounai K, et al : PLoS One, 7:e32588, 2012

活性化されたpDCは、抗ウイルス因子であるIFN- $\alpha$ を大量に産生するだけでなく、獲得免疫系を含むウイルス感染防御機構全体を活性化することがわかっている。

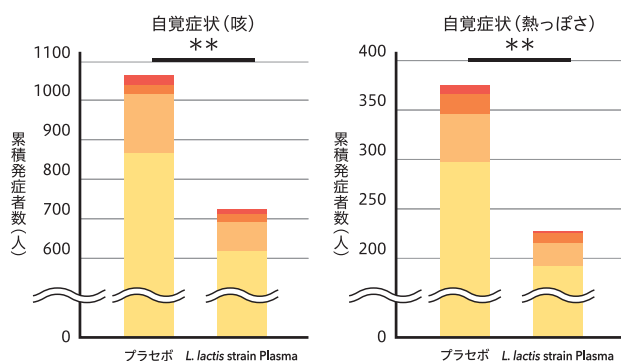
*L. lactis strain Plasma*によるpDC活性化の電子顕微鏡像

(左:未添加 右:添加後)

*L. lactis strain Plasma*のもつ作用機序は、小腸に局在するpDCの直接活性化を介したものであるため、生菌として腸管に到達する必要がなく、安定かつ安全な死菌を利用した幅広い食品への応用が可能であり、免疫力の弱い小児や高齢者にも日常的に摂取しやすい。<sup>2)</sup>

令和5年度には、*L. lactis strain Plasma*に関する発明として、乳酸菌を含む免疫賦活用食品組成物の発明(特許第6598824号)として公益社団法人発明協会 全国発明表彰恩賜発明賞を受賞している。既に*L. lactis strain Plasma*の摂取により風邪・インフルエンザ様症状の発症を軽減することなどが複数の研究により確認されているが、現在も様々な研究が進行中である。

[ 2023年6月現在 : 非臨床試験16報、臨床試験17報 ]

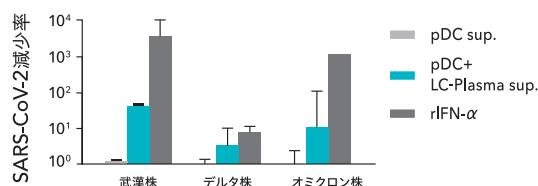
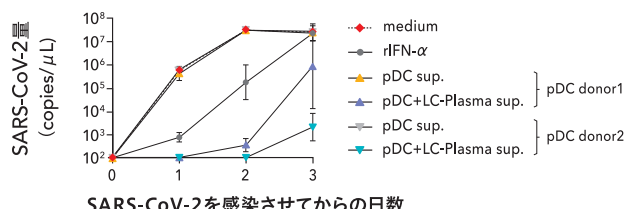


### ヒトにおけるプラズマ乳酸菌摂取時のインフルエンザ様自覚症状<sup>3)</sup>

健康人ボランティアに対する二重盲検並行群間試験。冬季にプラズマ乳酸菌で作ったヨーグルトを摂取させ、期間中の累積自覚症状スコアを解析した。

3) Sugimura T, et al : Br J Nutr, 114:727-733, 2015より作図

ひどい(4) かなりある(3) 多少はある(2) 少しだけある(1) \*\* : p<0.01



### プラズマ乳酸菌(*L. lactis strain Plasma*)で刺激したpDCがSARS-CoV-2変異株の増殖を抑制<sup>4)</sup>

プラズマ乳酸菌で活性化したヒトpDCの上清をvero細胞へ加えて培養した後、SARS-CoV-2を感染させウイルス量を測定した結果、SARS-CoV-2のウイルス量が低下することを確認した。

4) Ishii H, et al. Biochem Biophys Res Commun 2023; 662: 26-30.より作図

最新の情報はウェブサイトに掲載

免疫のひみつ <https://health.kirin.co.jp/>



# 乳和食メールマガジン（年4回配信）

New-  
Washoku

乳和食



乳和食サイト

毎月28日は”乳和食の日”！

## 乳和食メルマガ会員登録集中！

新しいレシピや講習会のご案内、全国で活躍中の乳和食パートナーの皆さまの声など、乳和食の情報盛りだくさんでお届けします！



ご登録はこちらのQRコード、  
または下記担当までご連絡ください。  
担当 nyuwashoku@j-milk.jp



# Jミルクメールマガジン（月1回配信）

j-milk

酪農乳業の  
戦略ビジョン

国際情報

牛乳乳製品の  
知識

## メルマガ会員登録集中！

乳和食  
&  
ミルクレシピ

イベント  
企画

生乳の  
需給



ご希望の方は

①お名前 ②ご所属 ③メールアドレスをご記入の上、✉ [milkday@j-milk.jp](mailto:milkday@j-milk.jp)へ送信！

j-milk

一般社団法人 Jミルク  
Japan Dairy Association (J-milk)



# 第一出版の好評書籍



## 日本人の食事摂取基準(2025年版)

厚生労働省「日本人の食事摂取基準(2025年版)策定検討会報告書

佐々木 敏 解説

B5判・552ページ ISBN 978-4-8041-1492-7 定価2,090円(税込)

- ★日本に住まう全ての人の健康を食事・栄養から支えるためのもつとも基本的かつ包括的なガイドライン。
- ★全国栄養士大会でも講演の佐々木敏氏(東京大学名誉教授)による本書を正しく理解し活用するための解説を収載。
- ★『日本人の食事摂取基準(2025年版)の実践・運用』と併用することで、より理解を深めることができる。



## 日本人の食事摂取基準(2025年版)の実践・運用

食事摂取基準の実践・運用を考える会 編

B5判・208ページ ISBN 978-4-8041-1499-6 定価2,310円(税込)

- ★『日本人の食事摂取基準(2025年版)』の知識を現場で活用するための本。
- ★現場で働く管理栄養士・栄養士が、児童福祉施設・学校・事業所・病院・高齢者施設・障害者施設・保健所等で、栄養・食事管理の実践をできるよう、わかりやすく解説。
- ★本書の理解度をチェックする演習も収録した。



## よくわかる食品添加物

食生活とのかかわり、安全性、有用性、特徴と利用方法

西島 基弘 監修 一般社団法人日本食品添加物協会 編

B5判・288ページ ISBN 978-4-8041-1505-4 定価3,630円(税込)

- ★食品添加物についての不安や疑問を解消するために、基礎知識からわかりやすく解説した一冊。
- ★法令等で定められている食品添加物の種類、特徴、使用基準・規格、安全性、有用性や使用目的などについて、正しい知識を身につけることができる。



## ジャパン・ニュートリション世界を駆け巡る -One for All の国際的展開-

一般財団法人日本栄養実践科学戦略機構 監修 中村 丁次 著

新書判・136ページ ISBN 978-4-8041-1504-7 定価1,540円(税込)

- ★(公社)日本栄養士会代表理事会長、(一財)日本栄養実践科学戦略機構代表理事理事長を務める著者は、日本の栄養改善の歴史と取り組み「ジャパン・ニュートリション」を世界へ発信している。
- ★本書では、国際栄養士連盟やアジア栄養士会議での活動をはじめ、世界中で「栄養で人々を健康に、幸せにする」ことを目指した著者の熱意あふれる活動が臨場感を持って迫る。



## 初めての栄養学研究論文 人には聞けない要点とコツ

第2版

特定非営利活動法人日本栄養改善学会 監修 上西 一弘、太田 雅規、竹林 純、塚原 丘美 編

B5判・144ページ ISBN 978-4-8041-1503-0 定価2,860円(税込)

- ★健康・栄養・食事関連の研究や実践活動を論文や実践活動報告書にまとめるための基本がわかる入門書。
- ★研究設計や手順、結果の見せ方、統計・解析の基礎、文献の探し方・管理方法、論文投稿の流れまで、事例をあげながら丁寧にわかりやすく解説。



# 頼れる!! 栄養応援団



※総合栄養食品の表示許可を取得している商品は「明治メイバランスMiniカップ ミルクテイストシリーズ、スープテイストシリーズ」の7品目です。

## 明治メイバランス® 商品特長

### 少量で高エネルギー設計!

1本(125ml)あたり200kcal



※1  
ご飯約1杯分

精白米 水稲めし130g弱

### カラダに大切な栄養素が まとめて摂れる!

※2  
6大栄養素をバランスよく配合

たんぱく質・脂質・糖質・食物繊維・ビタミン・ミネラル



※1 文部科学省科学技術・学術審議会資源調査分科会報告 日本食品標準成分表2020年版(八訂)

※2 たんぱく質・脂質・糖質・食物繊維・ビタミン(明治メイバランスMiniカップ ミルクテイストシリーズ13種、スープテイストシリーズ13種、発酵乳仕込みシリーズ7種、Argシリーズ7種)・ミネラル(明治メイバランスMiniカップ ミルクテイストシリーズ13種、スープテイストシリーズ13種、発酵乳仕込みシリーズ9種、Argシリーズ7種)

商品についての詳しい内容は、下記のホームページでご覧いただけます。

明治の栄養食品・流動食・介護食情報サイト  
**meiji 栄養ケア倶楽部**

栄養ケア倶楽部

検索

<https://www.meiji-eiyoucare.jp/>



株式会社 明治

# 科学する ヤクルト

ヤクルトには「科学するひと」がいます。多くの研究者が、日夜、世界の人々の健康を願い、研究開発に力を注いでいます。乳酸菌にできることはもっともっとあるはず。私たちはそう信じて、今日もここヤクルト本社中央研究所で、すこやかな未来のために一人ひとりがミクロの世界を科学し続けています。



ヤクルト本社中央研究所（東京都国立市）

食事の**塩分**が気になる時は

**ナトカリバランス**を  
意識しよう！



**ナトカリバランス マップ** であなたのナトカリバランスをチェックしよう! ▶▶▶



ナトカリバランスマップでは食事のナトリウム(塩分)とカリウムの摂取の目安を  
チェックすることができます。上手に活用して、普段の食事のナトカリバランスを考えましょう!

希少糖

# アルロース

アルロースの摂取で  
※GLP-1の分泌促進

機能性関与成分は  
1日1回 アルロース5g

※GLP-1とは、脂肪の消費を高める  
働きのある消化管ホルモン

製品名：  ASTRAEA<sup>®</sup> アストレア

さまざまな生理機能があることが報告されています。

／運動時の！／



／日常生活の！／

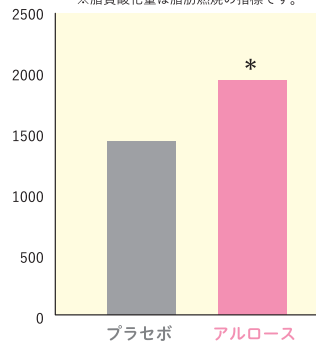


～脂肪の燃焼を高める～

アルロース 5g を摂取すると、摂取後の脂肪の燃焼が高まりました。

脂質酸化量 (mg/50min)

※脂質酸化量は脂肪燃焼の指標です。

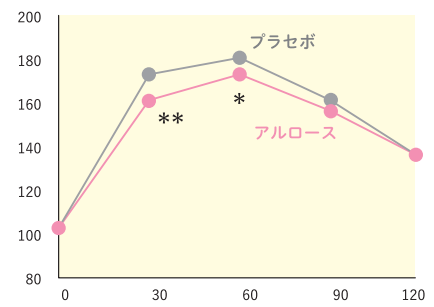


\*:  $p < 0.05$  (プラセボとの比較)

～食後血糖の上昇をおだやかにする～

アルロース 5g を炭水化物の多い食事とともに摂取すると、食後の血糖値の上昇がおだやかになりました。

血糖値 (mg/dL)



\*, \*\* :  $p < 0.05, p < 0.01$  (プラセボとの比較)

水溶性食物繊維

・・・でんぷん・・・

## 難消化性デキストリン

製品名： **Fibersol-2** ファイバーソル-2

でん粉を原料とした水溶性の食物繊維で、多くの優れた生理作用を持つことが、さまざまな研究で明らかにされています。

難消化性デキストリンのはたらき

- 1 おなかの調子を整える
- 2 腸内環境を改善する
- 3 食後血糖の上昇を穏やかにする
- 4 食後中性脂肪の上昇を穏やかにする
- 5 内臓脂肪の蓄積を低減する
- 6 ミネラル吸収を促進する

水溶性  
食物繊維



でん粉の総合メーカー  
松谷化学工業株式会社

■本社・工場  
〒664-8508 兵庫県伊丹市北伊丹5丁目3番地  
TEL 072-771-2010 (営業)

製品のご質問やサンプル請求は  
ホームページでも受付けています。  
<https://www.matsutani.co.jp/inquiry/>



# 認定栄養ケア・ステーション 開設のご案内

地域で活動する管理栄養士のみなさん！ 認定栄養ケア・ステーションを開設して、  
活躍の幅を広げませんか？ 詳しくは、日本栄養士会ホームページへ！

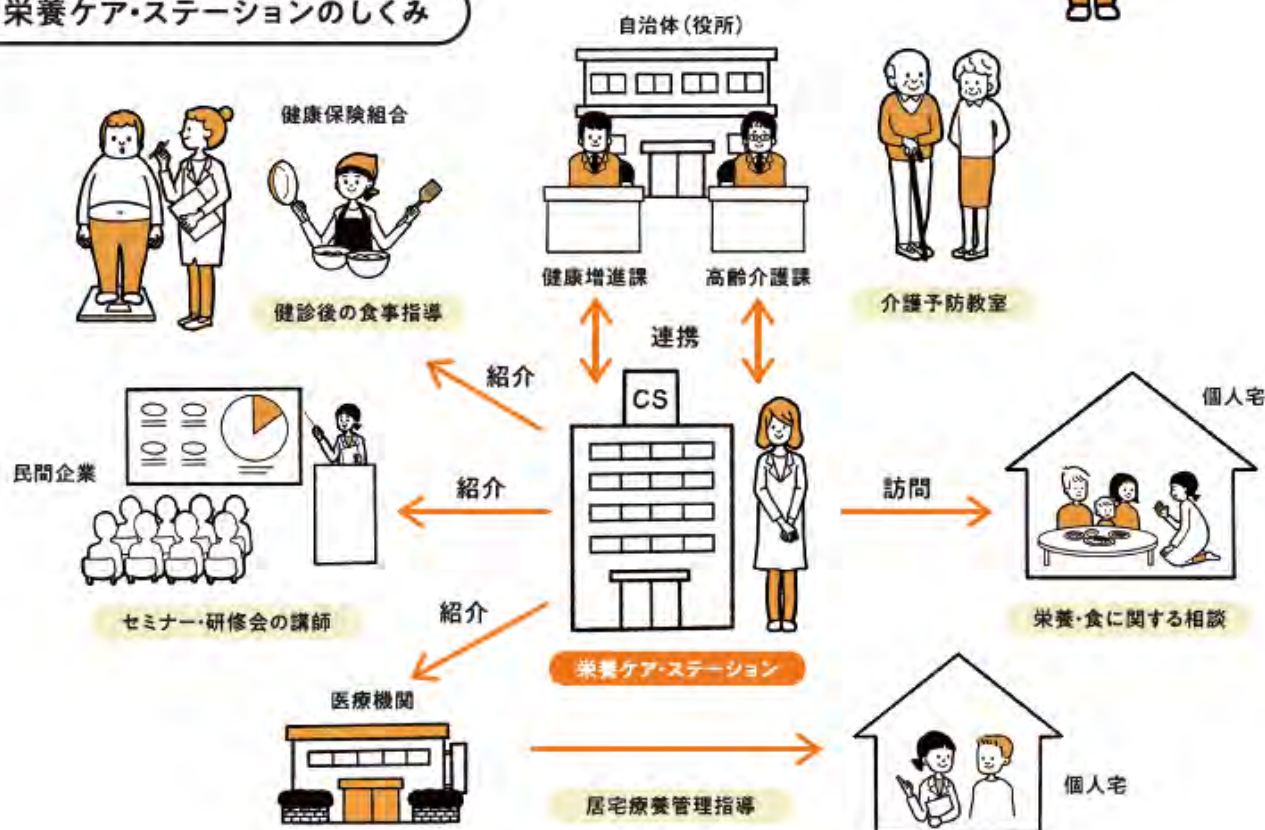
## About Nutrition Care Station

### 栄養ケア・ステーションとは？

栄養ケア・ステーションは、栄養・食の専門職である管理栄養士・栄養士が所属する、地域密着型の拠点です。地域住民の方はもちろん、医療機関、自治体、健康保険組合、民間企業、保険薬局などを対象に管理栄養士・栄養士をご紹介します。用途に応じたさまざまなサービスを提供します。



### 栄養ケア・ステーションのしくみ



Join us!

### 栄養ケア・ステーションを開設したい事業者・個人の方へ

(公社)日本栄養士会では、栄養ケアサービスを提供する各事業者、管理栄養士・栄養士の方向けに認定制度を導入しています。詳しくは、ホームページをご覧ください。

▶ <https://www.dietitian.or.jp/carestation/business/>



### [ 事業に関するお問い合わせ ]

公益社団法人 日本栄養士会  
THE JAPAN DIETETIC ASSOCIATION

www.dietitian.or.jp  
〒105.0004 東京都港区新橋5.13.5  
新橋MCVビル6階  
tel 03.5425.6555 | fax 03.5425.6554

日本栄養士会ホームページから、チラシをダウンロードのうえ、皆さまの職場で、管理栄養士・栄養士が集まるイベントで、同窓の集まり等で、まだ入会していない方にお配りください。



チラシのダウンロードはこちら

【チラシ】A4両面（表）



管理栄養士・栄養士のあなたへ 2025

# 日本栄養士会に入会していない方、必見！ メール登録で、日本栄養士会が 見える、体験できる！

管理栄養士・栄養士同士、  
もっと交流したい！

どんなスキルを  
身につければいい？

日常業務で困っていることは  
ありませんか？

最新の栄養情報は  
どうやって  
入手すればいいの？

## 日本栄養士会が全力でサポートします！！



例えばこんなメールが届きます



- 診療報酬や介護報酬の改定情報を随時お知らせ
- 「日栄“知っとク”便」で栄養業界の最新情報が手に入る
- 現場力が上がる研修会をご案内。スキルアップに役立つ！
- 「栄養の日・栄養週間」などの日本栄養士会のイベント情報も
- プロとして専門領域を極める道のりをサポート

メール配信登録は  
こちらから！

日本栄養士会 メール登録

<https://www.dietitian.or.jp/contact/mailmagazine.html>



# 入会のご案内

管理栄養士・栄養士(約5万人)が会員となり活動している職能団体です。

## どんな組織？

管理栄養士・栄養士は「栄養」の力で人々を健康に、幸せにする専門職です。

日本栄養士会は、管理栄養士・栄養士の活動を支え、会員とともに国内外の栄養課題の解決にチャレンジしています。また、管理栄養士・栄養士の処遇改善にむけた活動も行っています。

## 入会の意義は？

日本栄養士会に所属すれば、大勢の仲間とつながることができ、視野や活動の場を広げることができます。また、会員一人ひとりの活動を積み上げること、世の中の仕組みや制度を作る大きな力になります。診療報酬・介護報酬の改定等、管理栄養士・栄養士の活躍の場を広げるための国への働きかけは日本栄養士会ならではの活動です。  
管理栄養士・栄養士の輝ける場所を作るのはあなた自身なのです。

## 入会のメリット



### 最新情報をお届け！

全会員に「日本栄養士会雑誌」を毎月お届け。入会すればバックナンバーをWeb上で読むことができます。また、ホームページでは、お知らせや最新ニュースだけでなく、会員限定の指導用媒体やマニュアルも公開。楽しいイベント情報も配信します。



### 多彩な研修会

年間約 300 の研修会が、会員価格で受講可能！幅広い研修会をリアルとオンライン両方で開催しています。



### キャリアアップ支援

働く職場・業務内容に合わせたキャリアアップを支援！スキルを高めたり、専門性を磨いたりするための認定制度を用意しています。



### 業務中の万が一の事故も保険でサポート！

日本栄養士会会員は会費を納入すれば「栄養士賠償責任保険」に全員自動加入！万が一の事故に備えられます(最大1億円の補償金額)。

入会について詳しく見る

日本栄養士会 入会

検索



## 入会方法

STEP  
1



ホームページから申し込み

STEP  
2



会費の支払い

STEP  
3



入会完了、会員証が届く

公益社団法人  
日本栄養士会

〒105-0004 東京都港区新橋 5-13-5 新橋 MCVビル 6階  
TEL 03-5425-6555(平日 10:00~17:00) FAX 03-5425-6554

入会に関するお問い合わせ・お申し込みは  
各都道府県栄養士会へ！

## 協賛社一覧

2025 年度「全国栄養士大会・オンライン」は、以下の企業・団体の皆さまにご協賛をいただきました。

### 【特別協賛：ゴールド】(50 音順)

NPO 法人うま味インフォメーションセンター / キリンホールディングス株式会社 / 一般社団法人 J ミルク / 第一出版株式会社 / 株式会社 明治 / 株式会社ヤクルト本社

### 【一般協賛】(50 音順)

味の素株式会社 / 大塚製薬株式会社 / カゴメ株式会社 / キューピー株式会社 / 一般社団法人健康食品産業協議会 / トータル・ソフトウェア株式会社 / 日清食品株式会社 / 一般社団法人日本食品添加物協会 / 一般社団法人日本即席食品工業協会 / 一般社団法人日本臨床栄養協会 / 松谷化学工業株式会社 / 森永乳業クリニコ株式会社

## **2025 年度「全国栄養士大会・オンライン」**

発 行：公益社団法人 日本栄養士会

〒105-0004 東京都港区新橋 5-13-5 新橋 MCV ビル 6F

T E L : 03-5425-6555

発行日：2025 年 10 月 16 日（木）