

## S1-5

「健康長寿を支援する日常診療の取り組み」を食の立場から

山田赤十字病院 栄養課

おおた まゆみ  
太田真由美

戦後66年、飽食の時代と言われ30年程が過ぎました。近年糖尿病患者は急速に増え、5人に1人が糖尿病で国民病とさえ言われるようになりました。2008年には国も特定健康診査を開始し発症予防に力を入れています。思うような結果は出ていない様です。

いくら平均寿命が長くなっても健康でなければ意味がありません。

医食同源という言葉もあるように、栄養は非常に大きな要素を占めています。しかし、食は日々の積み重ねであるが故に生活習慣病にも大きな影響を与えます。私達管理栄養士はそうした部分に深くかかわりながら、できるだけ個人のQOLを損なわずオーダーメイドの栄養指導が行える様に日々奮闘しています。

食が細る高齢者、痩せ志向の強い若い女性、3食文化の崩壊、孤食など沢山の問題を抱える今、健康長寿について管理栄養士の立場から考えてみたいと思います。