

令和5年度 日本精神科医学会学術教育研修会 報告

栄養士部門

須藤 康彦 三船 義博

今年度の学術教育研修会栄養士部門は2023年6月3日(土)から4日(日)の二日間、神奈川県川崎日航ホテルにて開催された。テーマに「学ぼう、そして自分のことも気にしよう～久しぶりに会いましょう」とある通り、令和元年11月に行われた茨城県でのPSW部門以来の対面形式での研修会となった。当日は豪雨の影響で東京一名古屋間の新幹線が急遽運転中止になるというハプニングがあり、関西地方からの参加者を中心に初日は空席も目立ったが、夜の懇親会の頃には長い待ち時間の末にようやく満員の新幹線に乗れた、と強行軍をものともせず元気な顔で会場入りされる参加者の姿も見られるようになった。二日目には参加予定者もほぼ全員が揃い、活発な研修会となった。最終的な参加者としては日精協会員・非会員合わせて70名の参加をいただいた。

まず、開会式の後、「精神科医療の将来展望」という演題名で山崎學會長による会長講演が行われた。これまでの精神福祉行政の歩みを振り返りつつ今後の課題について講演された。特に、日本の精神病床は過剰であるとか、多剤併用がまかり通っているなど、人口に膾炙しがちな精神科医療批判に対しては統計データを基に丁寧に反論され、他国と同一の基準で本邦の精神科医療の統計データを集計し直せば、本邦の精神科医療が入院中心で後進的であるという批判には根拠がないということを強調された。また、高齢化や医療観察法、障害者雇用の問題など、我が国が抱える精神保健問題についても詳述された。栄養士部門の研修会らしく食料自給率や輸入食材の安全性、人工肉など食を巡る幅広い話題についても扱われた。

次いで講演Ⅰでは「管理栄養士・栄養士が知っ



ておくべきICT・AIのこと」と題し、株式会社リンクアンドコミュニケーション管理栄養士 柳澤智子先生による講演が行われた。人間の情報処理には機械的処理、論理的処理、情緒的処理の三種類があり、最近話題のChatGPTなどは機械的処理や論理的処理を得意としている一方、人間は情緒的処理の点での優位性がある。これからの管理栄養士・栄養士の仕事としては、ICT・AIの力を借りつつ、AIが苦手とする情緒的処理の分野での活躍が重要となること、体に悪いと分かっているながらファストフードがやめられないなど、人間の食行動は必ずしも合理的判断のみによって決定されるわけではないことなど、AI時代の管理栄養士の仕事のあり方について話された。また、栄養指導やメニューの提案など、すぐにでも利用可能なAIテクノロジーについて具体例を交えながらの紹介がなされた。

講演Ⅱでは「『食べる』の仕組みとやわらか食『七夕献立』のご提案」と題し、マルハニチロ株式会社 食材流通ユニットメディケア・コントラクト営業部/管理栄養士 席間美帆先生による講演が行われた。講演前半では人口動態について詳しく解説され、現在の高齢化傾向が今後ますます顕著なものとなっていくであろうことが示された。その後、嚥下機能の解剖学的な説明がされ、高齢化とともに誤嚥性肺炎が多くなっていくことが今後は不可避であることについて話された。現在、多くの精神科病院では誤嚥を予防するため、きざみ食やミキサー食が提供されているが、その作成

過程上どうしても水分過多になりやすく食感が今ひとつであったり、見た目もドロドロで何を食べているのか患者さん本人にも分かりにくかったりなど、改善の余地が大きいことが指摘された。講演では同社が扱っているやわらか食の実演調理が行われた。会場では参加者全員にトマトや桃の製品が配られ試食が行われた。食材は菌茎でつぶせる程度のやわらかさのものが多く、色や味も本物に近いものを取り揃えているとのことで、単調になりがちな誤嚥防止食にアクセントを付ける一助になり得るものと思われた。

2日目の講演Ⅲでは「精神科病院における栄養管理の実際」と題して、特定医療法人社団研精会東京さつきホスピタル栄養統括科長 和田美紀子先生による講演が行われた。栄養管理プロセスは栄養アセスメント、栄養診断、栄養ゴール設定、栄養モニタリングの四つの段階から構成されており、症例を通じて具体的な説明がなされた。症例①では、精神科病院への入院患者は情報が少なく、血液検査データや内服薬などから本人の状態を推測する必要があり、向精神薬をはじめとした薬についての理解が重要である。また、摂食嚥下評価を行った上で、食事形態を考慮する必要があると話された。症例②では、サルコペニアの改善を図り、筋力を向上させ、車いす使用の状態から立位が可能になったことで、退院先の選択肢が増えた事例が示された。症例③では、経口摂取が困難な患者の嚥下機能を評価し、吸引セットを用意するなどのリスク管理を行った上で、ポジショニングを工夫し、主治医付き添いの下でゼリーが摂取できるようになった事例が紹介された。最後には、少ない情報から患者の状態を読み解くことや、栄養士としてそのための知識を身に付けることが必要であると強調され、学ぶことの重要性が述べられた。

講演Ⅳでは「自分の体と上手に付き合おう」と題して、株式会社タニタ開発部主任研究員／栄養士 西澤美幸先生による講演が行われた。最初に、新型コロナウイルス感染症がもたらした変化について、データを提示しながら解説された。その内

容は「運動量が減った人は3人に1人、インスタント食品摂取量が増えた人が2割強、間食（特に甘いもの）が増えた人が3割から4割」というものであった。次に、人間の進化の歴史において、飢餓との戦いの中でエネルギーを貯蔵するために脂肪を蓄えることが生存戦略となってきたが、飽食の時代に入ることによって脂肪は逆に健康に悪影響を与えるようになったと話された。また肥満は免疫機能低下を招き COVID-19 のリスクが1.5倍になるとも説明された。体重が重ければ必ずしも肥満、軽ければ痩せというわけではなく、それらは筋肉量や脂肪量と関連していることや、体脂肪率がBMIよりも健康成績と関連していることが示された。加齢により胴体の脂肪分布が増加し、男女の体形の違いがなくなり、丸くなる傾向がある。また呼吸によりエネルギー消費が増えることも紹介され、講師の指導のもと呼吸法の実践が行われた。食べる順序により血糖値の上昇を抑制できること（野菜から食べる等）、牛丼は白米より血糖値を上げにくい食品であることや、お酢を摂取することで血糖値の上昇が緩やかになることなど、糖化を抑制する方法について説明された。また、タンパク質を摂取することが脂肪燃焼に効果的であること、さらによく噛んで食事をすることや、朝食を摂ること、コーヒーが肝臓に良い影響を与えることなども紹介され、研修会のタイトル通り、「学ぼう、そして自分のことも気にしよう」というメッセージに沿ったものであった。

閉会式では、日本精神科医学会から受講証書が授与され、続いて学術研修分科会構成員による閉会の挨拶が行われ、2日間の全日程を無事終了した。豪雨によるトラブルがあったものの、久しぶりの対面形式での懇親会を含めた研修会が無事に終了できたことは感慨深いものであった。最後に、講師としてご尽力いただいた先生方、そして本研修会の企画・運営に当たられたスタッフの皆様へ深く感謝申し上げます。

（日本精神科医学会
学術教育推進制度学術研修分科会）