

たのに最悪の結末。もう絶対観光はしない！と心に誓いました。

栄養学……(^)

先月も東京都栄養士会というところからの依頼で講演をしましたが、最近、栄養士対象であったり栄養士会からの依頼で講演をすることが増えてきました。この秋は沖縄や岡山で呼んでいただいています。数年前には考えられなかったことですが、在宅において食と栄養は表裏一体であり、新宿で食支援を進めている僕



のところ、声がかかるようになってきたのでしよう。実はこの栄養、医療界でもかな

り注目されています。一つは、病院で入院している時、しっかりと栄養管理をすることで手術の予後が良くなったり、入院日数が減るといったデータがあります。そのため、多くの病院が栄養サポートチームを作って栄養管理をするようになりました。この栄養サポートチームはNSTと呼ばれ、いろいろな基準を満たすことで認可されます。今ではこのチームを持つことが病院の一つのステータスになっていきます。

もう一つ。リハビリという言葉がよく聞きますが、様々なリハビリをする上で、十分な栄養状態でなければリハビリの効果が出ないばかりか逆効果になるリスクもあるということがわかってきました。そこで、セラピスト（理学療法士や言語聴覚士さんなど）の方も含めてリハビリ関連

職の方が栄養についてよく勉強されるようになりました。

さて、僕たちも「口から食べていた」ためのプロフェッショナルです。食べるには多くのエネルギーを要します。ですから僕たちも栄養学をしっかりと学び……というほど勤勉でない僕は管理栄養士の安田さんに丸投げです。

そりゃあそうです。僕たちが卒業した大学では、栄養学が大学三年の時に半期だけあり、その授業内容はほぼ記憶にありません。授業に出ていたかどうかも怪しいもんです。そしてテストで落とされた記憶しかありません。

テスト問題は予想と異なり「ミネラル」について答えよでした。僕の解答の出足は……それはさておき「やはり安田さんに任せましょう！」