公益社団法人 北海道栄養士会

2022 7. NO. 135

支部ニュースは北海道栄養士会ホームページの函館支部のページからも見られます。

『ご 挨 拶』

函館支部支部長 木幡 恵子

日を追うごとに夏らしくなるこの頃、いかがお過ごしでしょうか

会員のみなさまには、ますますご健勝のことと存じます。

さて、新型コロナウイルスの感染が拡大している状況を考慮し、支部での活動が実施できない現状が続きました。 今年度は支部の事業計画に則り、研修会などが充実できる事を願いたいと思います。

つきましては役員一同気持ちを一つにし、実施していきたいと思いますので、今後ともご理解ご協力をお願い申し 上げます。

~ 2022 年度 新役員紹介 ~





みなさま よろしくお願いいたします

副支部長 清水 玲子(公衆衛生)

38年前、私を栄養士会に誘っていただいたのは、同じテニススク ールに通っていた元支部長の青山浩子さんでした。それから何 回か役員を経験し、この6月から久しぶりに役員をやらせていた だくことになりました。浦島太郎状態ですが、皆様に教えていた だきながら木幡支部長を補佐していきたいと思っています。

会計 伊藤 美樹(研究教育)

栄養士で勤務した頃、一度、役員をさせて頂き ました。その時に先輩の方に沢山教えて頂き、 今の私があります。これからも会員の皆さま の為に、微力ですが、頑張って行きたいと思い ます。楽しく活動していきましょう。

石井 咲也子(学校教育)

初めてのことで至らない部分 も多々ありますが、栄養士会 函館支部の皆様の日頃の業務 に還元できるような活動がで きるよう努めてまいります。

小林 晴香(公衆衛生)

北海道栄養士会函館支部役員の機 会を頂きありがとうございます。 会員の皆様や地域の方々のお役に 立てるよう、自分も勉強しながら 頑張っていきたいと思います。

神谷 彪后(福祉)

経験は浅いですが、役員・会員の皆 様のお力を借りて一緒に頑張って行 きたいと思います。また、活動の魅 力を伝えられるよう任期を全うし、 この経験を生かして自己のスキルア ップになるよう努めて行きます。

◆◇◆ 引き続きよろしくお願いいたします ◆◇◆

支部長:木幡 恵子 副支部長:若森 右 会計:木村 千香

役員:安野 太 (医療)、中村 有香 (医療)、清水 陽子 (研究教育)

◆◇◆ お疲れ様でした ◆◇◆

2019年度より役員を務めてくださった 山家 恵さん(学校教育)、児玉 寛子さん(福祉)

2020 年度より 渡邉 久里子さん(地域活動)、西村 裕子さん(公衆衛生)ありがとうございました。

メニュー紹介 👂

令和3年度 北海道学校給食コンクール 『優秀賞』作品



<材料(2人分)>

- ·くじら皮(ミンククジラ) 24 g
- ·人参(いちょう切) 30 g
- ·大根(いちょう切) 50 g
- ·山菜水煮 20 g

(わらび、みずな、なめこ、えのきだけ、ふき)

- ·高野豆腐(戻す 短冊切) 4 g
- ・つきこんにゃく 60 g
- ·ごぼう(ささがき アク抜き) 24 g
- ·なると(いちょう切) 20 g
- ・調味料(酒 3 g / しょうゆ 8 g / 食塩 0.7 g)
- ·合わせだし

(だし昆布 3 g / けずり節 5 g /水 300 g)

< | 人分の栄養価>

エネルギー | | | kcal

たんぱく質 3.8 g 脂 質 9.0 g

炭水化物 6.7 q 塩 分 I.I g

<作り方>

- ① 昆布、けずり節で合わせだしをとる
- ② くじら皮は塩抜き、臭みとりのため数回湯通しする
- ③ 切った大根、つきこんにゃくは、あらかじめゆでておく
- ④ 加熱した合わせだしにごぼうを加える
- ⑤ アク取りをしながら人参、大根、山菜水煮を加えて煮る
- ⑥ つきこんにゃく、なると、高野豆腐を加え、うまみを出すよう 煮込む
- ⑦ 調味料を加え、煮込む
- ⑧ くじら皮を加え、さらに煮込む

Sym .

ポイント

道南の郷土料理「くじら汁」を学校給食用にレシピ化 したものです。くじらの皮は脂が多いため、お好みで 数回湯通しすると食べやすくなります。

考案者:函館市立亀田中学校 石井 咲也子

◇◆◇令和 4 年度 賛助会員様(順不同)◇◆◇

令和4年7月 | 日現在

大槻食材株式会社

株式会社 アキヤマ

東宝商事株式会社

南北海道ヤクルト販売株式会社

北海道ガス株式会社 函館支店

湯の川女性クリニック

エトワール海渡パートナーショップ チャーム コバタ

函館短期大学同窓会

今年度もどうぞよろしくお願いいたします。

◇◆◇令和 4 年度 研修会 今後の予定◇◆◇

* 栄養士対象研修会:8月20日(土)

<講 師> 天使大学 中川 幸恵 教授(北海道栄養士会会長) <内 容> 栄養ケアプロセス

<会 場> 函館短期大学付設調理製菓専門学校 203 教室

- * 職域紹介(函館短期大学学生対象): | | 月 | 日 (火)、| | 月 5 日 (土)
- * 第 | 回けんこう講座 (ZOOM): 10 月予定

<内 容> 在宅訪問栄養指導、リハ報告「包括支援会議報告」、大塚製薬(株)商品紹介

* 福祉栄養士対象研修会: 12 月上旬予定

