

# 今こそ、栄養のチカラを国民・府民に

～大阪府栄養士会会員の皆様へ～

(公社) 大阪府栄養士会  
会長 藤原 政嘉

平素は、(公社) 大阪府栄養士会事業にご理解ご支援をいただき、誠にありがとうございます。

会員の皆様におかれましては、新型コロナウイルス禍の中いかがお過ごしでしょうか。

栄養士会は、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止のための、緊急事態宣言が 4 月 7 日に発信されて以来、会員の皆様の健康と安全を守るため、大阪府からの指導のもと種々事業の変更・中止し、経過を注視してまいりました。

医療関係者、府民一人ひとりの努力により感染対策が漸次進み、5 月 25 日には、宣言が解除されましたが、まだまだ 2 次・3 次感染が危惧されます。この文をお読みになる時には平穏・平静に生活を送れていることを祈るばかりです。

日本栄養士会雑誌 5 月号には中村丁次会長の特別寄稿が掲載されております。その内容の一部を引用させていただきますと「今こそ、栄養のチカラで難局を乗り切る」とされ、近年の種々の研究によると「免疫の仕組みは複雑であるが、多くの種類の栄養素がかかわっている」とされております。

詳細については「特別寄稿」や関連報文等\*を読んでもらうとして、「免疫能は我々が日常的な食事から摂取する多くの栄養素が総合的に作用し、不足も過剰も免疫能の低下を招く」とされ、「栄養バランスのとれた食事を摂取することが基本である」と結論されています。

その日常の栄養バランスのとれた食事の摂取方法をサポート（支援・教育・指導を含め）するのが管理栄養士・栄養士の本来の生業業務の一つです。

文頭のとおり「今こそ、栄養のチカラ」を国民・府民に広報し、管理栄養士・栄養士のチカラをみせましょう。

大阪府栄養士会は、何時でも会員の相談役であり、味方です。2・3 次に備えての質問や施設で患者の発生や食事管理面での質問など、気楽に連絡ください。栄養・食事マネジメントの分野の専門家が相談に乗ります。

06-6943-7970 へ  
(くるしみ) (なくなれ)

\*・「Nutrition advice for adults during the COVID-19 outbreak」 WHO

<http://www.emro.who.int/nutrition/nutrition-infocus/nutrition-advice-for-adults-during-the-covid-19-outbreak.html>

・「免疫力を高める食事」：瓦家千代子：『若さの栄養学』：No.184

・「Nutrition Regulates Innate Immunity in Health and Disease.」Samuel Philip Nobs, Niv Zmora, Eran Elinav  
Annual review of nutrition, vol.40, 2020 <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32520640/>

古い書籍では（内容が古いかも？）

・『食と免疫』 学会出版センター 2000 年

・『免疫と栄養 食と薬の融合』 横越英彦 2006 年