

2026.1.14
令和7年度茨城県業務ガイダンス資料

管理栄養士の業務概要について



本日の説明内容について

- 1 自己紹介
- 2 行政栄養士の業務について
- 3 本日参加してくれた皆さんへ
- 4 質疑応答(15分程度)



自己紹介

■ 経歴

- ・2006年3月大学卒業
- ・卒業後3年間、民間病院に勤務。平成21(2009)年度入庁(入庁17年目)

■ 入庁後の勤務課所・担当業務

- (1)県立医療大学付属病院 医療技術部栄養科(平成21～22年度)
入院患者の栄養管理、外来栄養指導、各種委員会業務
- (2)県庁保健福祉部 保健予防課(当時)(平成23～24年度)
食育、給食施設等指導、健康づくり関係用務
- (3)竜ヶ崎保健所 健康増進課(平成25～令和元年度)
食育、給食施設等指導、健康づくり関係用務、歯科保健、市町村支援
- (4)つくば保健所 健康増進課(令和2～4年度)
食育、給食施設等指導、健康づくり関係用務、市町村支援
- (5)県庁保健医療部 健康推進課(令和5年度～)
健康いばらき21プランの推進、糖尿病対策、たばこ対策

県栄養士の配置と役割

行政

県民に対する健康づくり・食育のポピュレーションアプローチ

県保健医療部 健康推進課

保健所

県立病院

患者(通院・入院)に対する栄養管理及び
入院患者の給食管理

県立
中央病院

県立
こころの医療
センター

県立
医療大学付
属病院

県立学校・福祉施設

児童・生徒に対する栄養管理、給食管理及び
食に関する指導

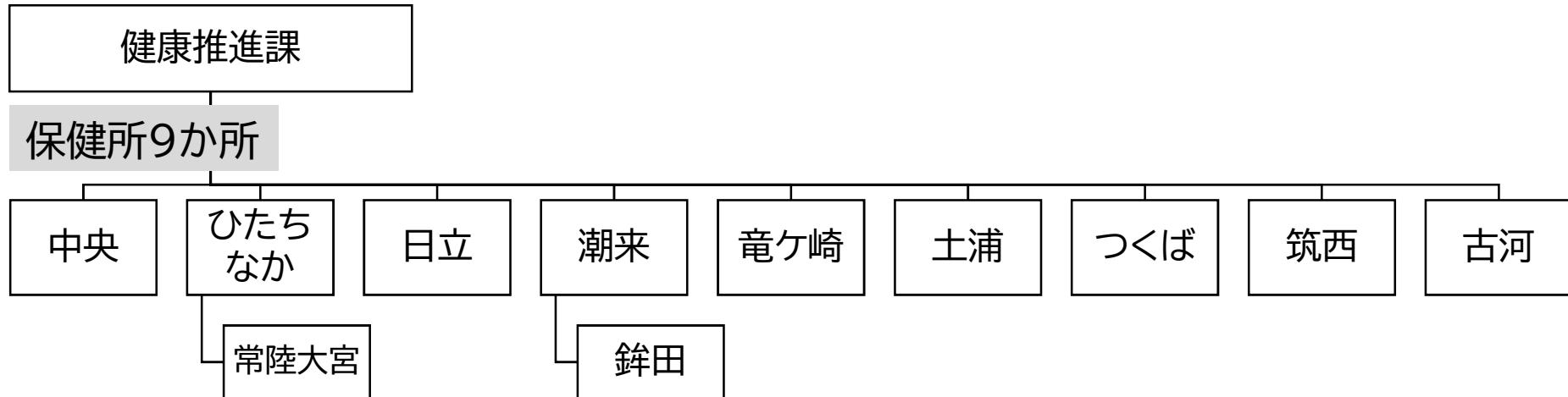
特別支援
学校

定時制高校

児童自立
支援施設

県の行政栄養士の配置状況と業務内容

県庁(保健医療部)



■配属先における行政栄養士の主な業務内容

健康推進課	保健所の健康増進課	保健所の衛生課
健康づくり 食育・食環境整備 特定給食施設等指導 国民健康・栄養調査 人材育成 地区組織育成 栄養士免許事務	健康づくり、食育・食環境整備 特定給食施設等指導 国民健康・栄養調査 栄養士免許事務 栄養成分表示 市町村支援、地区組織育成 糖尿病重症化予防事業 がん対策	食品衛生業務 (許認可、指導、食中毒対応) 調理師免許 食品表示 特定給食施設等指導

行政栄養士の業務紹介

■ 健康づくり・食育

1 食育を通じた健康づくりの推進

県民に対し生活習慣病予防などの意識向上のための普及啓発
食育の効果的な推進・充実を図る

2 食育に関する情報提供

食育月間・循環器疾患予防月間等の
イベントに合わせた展示、県HPへの
食育媒体の掲示 等

3 関係機関との連携・調整・協力

市町村への技術的支援
食生活改善推進員養成講座への協力



食育月間の 展示の様子



チラシや啓発ポスターなどを作成し啓発活動



食生活の要注意ポイント

～新しい生活様式バージョン～

新型コロナウイルス感染症の流行を防ぐため、流行時には外出等の自粛、流行が落ち着いている時期には「新しい生活様式」が推奨されています。

感染症を予防しながら生活する上で、特に食生活を見直すけるべきポイントを確認しましょう。

脱水に注意

マスクは飛沫の飛び散りを防ぐ一方で、喉の温を感じにくくなったり体温が上がりやすくなるため、今まで以上に熱中症に注意が必要です。

マスクをしていると
息が詰まっちゃうな。

1日に必要な水分はおよそ1.5リットル。
こまめな水分補給が大切です。

水分補給には
スポーツ飲料がいいのかね?

スポーツ飲料は糖分が多いもの。運動などでの水分補給には適していません。飲料水などの水分補給は水やお茶、お湯、炭酸水や瓶水等の低カロリー飲料です。

汗と一緒に水分を失うので、水分にはスポーツ飲料を飲むまし。

ビタミンDの不足に注意

食で摂取する他、
骨の形成に関与するビタミンDは、外出や窓際にあることによって体内で作られます。外出や日光浴による効果は大きいです。適度な日光浴で作られる可能性があります。適度な日光浴を心がけましょう。

骨を心がけましょう。

ビタミンDは骨を育てるカルシウムや骨の吸収効率。骨を丈夫にしてくれるよ。

ビタミンDが不足すると、骨格部屋になってしまふよ。ビタミンDは骨に骨を作れるよ。

1月(冬季) 毎日600 IU
2月(春季) 毎日600 IU
3月(夏季) 毎日600 IU
4月(秋季) 毎日600 IU

ビタミンDの 5.5kg/kg に
必要な日量を算出

たんぱく質不足に注意

新しい生活様式がいかから
お腹も空いてますね。

たんぱく質を取らないと、筋肉が弱って
しまうんです。肉、大根や豆類など
もたんぱく質で、たんぱく質をしっかり
摂りましょう。

1 + でたんぱく質UP!

蛋白质の活用法

蛋白质にも
たんぱく質

ちょこつと間食に注意

夜寝つきで
お腹も空いて
ますね。ちょ
こつと間食を
どうぞ。

スティーブホームの間に体調が悪化しましたが、体
原は朝の朝食の下だとできないかもしれません
ちょこつと間食の問題。ほっつー思ひの目で飲み物
より増えていますか?

ほんの小サイズ。味わいながら真剣口をも
栄養成分表示を確認してみよう。



若い世代向け 食育講話の様子



行政栄養士の業務紹介

■ 管内市町村の支援・協働

1 目的

効果的な取組事例や収集した情報等を市町村等へ提供・還元し、保健所管内の
保健業務等の推進を図る

2 取り組み

管内栄養士会議等を開催し、事例の収集や情報共有・意見交換を実施

3 共有内容(例)

食育の取組、給食施設における栄養管理状況

災害発生時への備え・体制整備、日頃の業務で情報交換したい内容 など

4 保健所の役割

市町村や関係機関、多職種との連携推進

管内全体の健康増進、栄養・食環境の向上

行政栄養士の業務紹介

■ 「いばベジスタイル」の推進

茨城県民は循環器疾患での死亡率が全国と比較して高いことから、その要因の一つである高血圧を予防するため、体内の塩分排出効果のあるカリウムを豊富に含む野菜を食べて、高血圧予防を目指す取組



1 「茨城をたべよう！野菜パワーで未来を変える健康投資」の実施

高血圧の発症予防・重症化予防のため、①1日350gの野菜を食べる②血圧を測定する習慣をつける③高血圧診断基準を超えた場合は治療を受ける、を実践してもらうため、プレゼントキャンペーンを実施

2 「茨城をたべようWeek」を活用した啓発

食品関係企業と連携した普及啓発、県庁食堂で野菜を充分に使ったメニューの提供、YouTubeやXなどのSNSを活用したレシピの発信

3 「いばベジスタイル指定店」の募集・登録及び普及

外食・中食を利用しながら、野菜をたくさん食べられる食環境を整備



行政栄養士の業務紹介

■ 納食施設指導(巡回指導)

1 方法

給食施設に保健所職員が出向き、帳票類および施設の管理状況を確認。
改善が必要な項目について指導・助言を行う。

2 確認項目

(1) 栄養管理

- ・対象者の身体状況等に合わせた栄養量の設定・評価
- ・対象者への適切な情報提供
- ・適切な帳票管理
- ・災害時等の備え

(2) 食品衛生

- ・食品衛生管理状況
- ・マニュアルに基づく衛生管理対応状況



行政栄養士の業務紹介

■ 納食施設指導(集団指導)

1 方法

給食施設の担当者等を集めた、研修会・情報交換会等の形式で集団での指導。

2 研修内容例

- ・栄養管理: 食事摂取基準、食物アレルギー対応、施設間連携
- ・衛生管理: 食中毒予防のための管理方法
- ・災害時対応: 平常時の準備、発災時の対応



行政栄養士の業務紹介

日本人の栄養摂取
状況等を把握！

■ 国民健康・栄養調査

1 目的

- ・国民の身体の状況、栄養摂取量及び生活習慣の状況を明らかにし、国民の健康の増進の総合的な推進を図るための基礎資料を得るために国の調査。
- ・本庁・保健所は、厚生労働大臣が定めた地区について、調査および調査に関する事務を行う。

2 調査内容

- ①栄養摂取状況調査
- ②生活習慣調査
- ③身体状況調査

3 実施時期 毎年11月

4 対象 層化無作為抽出した世帯(約6,000世帯)及び世帯員 (満1歳以上の者、約18,000人)

行政栄養士の業務紹介

■ 食品表示に関する食品関係業者への指導

- ・関係業者からの事前相談
- ・現行の食品表示への行政指導

→ 適正表示指導による消費者への適切な情報提供

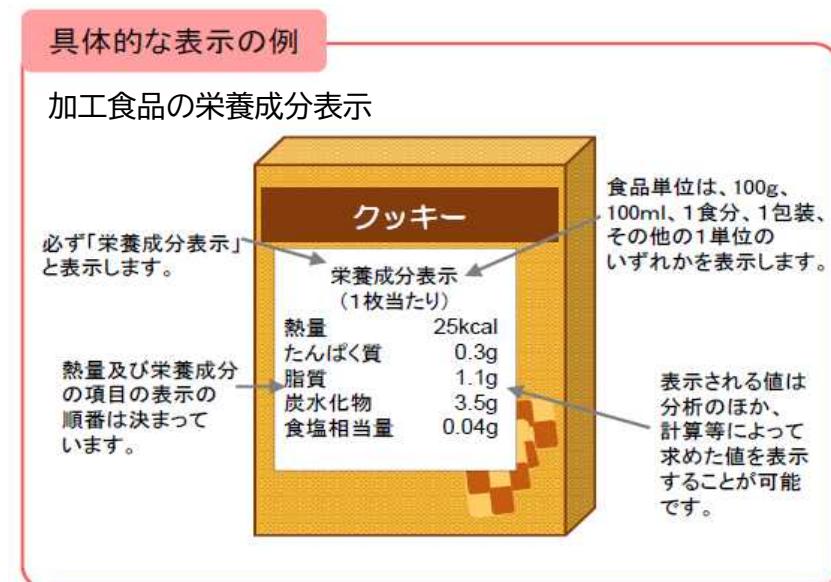
【栄養成分表示根拠等法令等】

- ・食品表示法
- ・食品表示基準
- ・食品表示基準について

(H27.3.30消食表第139号通知、以降改正)

【誇大表示の禁止 根拠法令等】

- ・健康増進法第65条第1項
- ・健康保持増進効果等に関する虚偽誇大広告等の禁止等に関する指針について



行政栄養士の業務紹介



■ 糖尿病性腎症重症化予防対策

- ・茨城県糖尿病重症化予防プログラム等に基づく医療連携の推進
- ・市町村、各保険者、医療機関等関係者の地域連携・取組支援

■ 地域・職域連携推進事業

- ・地域保健と職域保健の連携により、在住者や在勤者の違いによらず働く世代の健康増進と生涯を通じた継続的な健康管理支援を行うための体制づくり

■ 地区組織(食生活改善推進員協議会)の育成支援

- ・地域の健康づくりのために食育活動を行うボランティア団体である「食生活改善推進員」の育成を支援するため、養成講座等で講師等を務める

本日参加してくれた皆さんへ

- 茨城県に就職した理由
- 働くうえで大切にしていること
- 業務の覚え方、異動について

茨城県職員を目指す皆さんへ

管理栄養士職は地域の健康増進対策に取り組む保健所、患者さんの栄養管理を行う県立病院、施策の企画・立案を行う本庁などに配属され、幅広い分野で地域の健康づくり・栄養業務に携わることができます。健康長寿日本一を目指して一緒に働きませんか。