



## フランス料理のフルコースを 作って味わう料理教室を開催

長野県腎臓病患者連絡協議会（長野県腎協）の青年部は2月19日、茅野市蓼科のフランス料理店「オーベルジュ エスポワール」（詳細は20ページ参照）で透析患者向けのフランス料理教室を開催し、患者や家族、透析スタッフなど32名が参加しました。

今回の料理教室では、藤木徳彦シェフと管理栄養士の坂本真一さんの指導のもと、「信州サーモンのバートブリック包み焼き」（春巻き風の料理）など3品の作り方を学び、前菜の自家製薫製と低リン米の炊き込みご飯の計5品のフルコースを試食しました。全てを合わせてもタンプク質、塩分、リン、カリウムともに控えめで、安心しておいしくフランス料理を味わうことができ、お店の雰囲気やシェフの人柄なども含め、参加者は

大満足の様子でした。

また、当日は地元テレビ局や新聞社などが多数取材に訪れ、高い注目を集めました。



藤木シェフの説明を熱心に聞く参加者

## 岩手 元気な青年部活動 藍染体験交流会

3月17・18日、東北ブロック青年部は岩手県盛岡市つなぎ温泉「愛真館」と盛岡手づくり村において青年部体験交流会を開催しました。

今回は震災にも負けず福島・宮城・山形・岩手の4県から部員が集まり、藍染体験や懇親会



## 市民の健康を守る健診に 血清クレアチニン検査など追加

兵庫県尼崎市国民健康保険では、2008年から市が実施する健康診断の1次検査項目として独自に血清クレアチニン検査や尿潜血検査、ヘマトクリットなどを追加実施し、心血管疾患、脳血管疾患、透析を必要とする腎不全などへの進展や重症化の予防に寄与しています。人工透析に関しては、追加検査導入年には85人だった新規導入患者数

などで交流を深めました。各自が作った藍染のハンカチをお土産に、来年度開催予定地の秋田県での再会を約束し散会となりました。



が、3年後には67人まで減少しました。

尼崎市の健診での取り組みの中で特に腎臓に関する部分では、eGFR（糸球体ろ過量）を指標とした腎臓機能低下を優先的に保健指導の対象としています。健診結果をもとにeGFRを指標とした腎機能低下の度合いと尿検査の結果をクロスさせ、個別指導が必要と判断された人に、腎臓や糸球体の役割、食事での注意点などについて30分程度の指導が行われます。

尼崎市国民健康保険では今後、個別訪問を強化し、腎臓だけでなく全身の血管の状態が分かる検査も導入して、より早期から生活改善のサポートに取り組む方針です。