

## 9. 生活習慣改善のために役立つ健康づくり機関の情報

(岡山県南部健康づくりセンター 沼田 健之)

### 1 メタボリックシンドロームに関する専門医等の情報

- メタボリックシンドロームは、日本血栓止血学会、日本高血圧学会、日本動脈硬化学会、日本循環器学会、日本糖尿病学会、日本肥満学会、日本腎臓学会、日本内科学会が中心になって診断基準が制定されたが、実際の診療にあたっている専門医としては、主として糖尿病、循環器病の専門医となるので、それら学会等のホームページを下記に紹介する。

#### 日本糖尿病学会のホームページ (<http://www.jds.or.jp/>)

ホームページ内の専門医認定制度の項に専門医、教育認定施設が検索できるようになっている。

#### 日本糖尿病協会のホームページ (<http://nittokyo.or.jp>)

糖尿病患者とその家族、医師、看護師、栄養士などの医療スタッフで作られる友の会に関するホームページで、その支部（病院）、友の会の一覧が掲載されている。

#### 日本循環器病学会のホームページ (<http://www.j-circ.or.jp/>)

ホームページ内の専門医制度の項に会員名簿・専門医名簿があり、都道府県別に選択、検索できる。

(運動指導士会 所 直志)

### 2 運動処方のできる施設の情報

★NPO法人日本健康運動指導士会岡山県支部

住所 岡山市平田408-1 電話 (090)5700-2970

健康運動指導士の派遣

#### 運動処方のできる場、運動ができる場

施設名		住所	電話
レイスポーツクラブ岡山	700-0944	岡山市泉田25-3	086-233-2626
OSKスポーツクラブ岡山	700-0028	岡山市絵図町1-50	086-252-3111
OSKスポーツクラブ藤原	703-8248	岡山市穰84-1	086-271-1711
淳風会健康管理センター 淳風ヘルスクラブ	700-0913	岡山市大供2-3-1	086-226-2666
OSKスポーツクラブ吉備	701-0151	岡山市平野533-1	086-293-2425
OSKメディカルフィットネスクラブ榊原	700-0823	岡山市丸の内2-1-10	086-801-7345
おかやま社会保険センター	700-0032	岡山市昭和町12-15	086-252-1101
岡山県南部健康づくりセンター	700-0952	岡山市平田408-1	086-246-6250
岡山県水島サロン	712-8057	倉敷市水島東千鳥1-50	086-444-1836
倉敷社会保険健康センター	710-0043	倉敷市羽島666-1	086-434-9111
OSKスポーツクラブ玉野	706-0011	玉野市宇野1-38-1メルカ3F	0863-32-3246
笠岡第一病院附属診療所健康管理センター 健康増進クラブ ONE	714-0083	笠岡市二番町2-9	08656-2-5018
オーパルススポーツコム総社	719-1126	総社市総社1008	0866-93-1300
OSKスポーツクラブ総社	719-1156	総社市門田381	0866-94-0888
津山市温水プール レインボー	709-4603	津山市中北下1253	0868-57-2311

### 3 対象者に応じた栄養指導

- ★ 栄養指導が必要な者が、地域で快適な日常生活を過ごすためには、地域全体で支援する必要がある。そのため、医療機関での栄養指導や栄養指導後の継続的な支援が困難な場合は、地域の社会資源を活用することで対応が可能である。
- ★ 栄養指導を継続的に実施するためには、対象者の生活スタイルに対応した手法を用いて効果的に実施する必要がある。

- 対象者が「どのような方法」であれば栄養指導が受かれるのかを確認し、これからの栄養指導計画（指導を受ける場所、回数、内容等）を対象者と一緒に考える。

#### 栄養指導を重点的に実施する場合

- (1) 実施機関に出向くことができる場合
  - ① 岡山県栄養士会栄養ケア・ステーションを利用する。
  - ② 岡山市医師会総合メディカルセンターを利用する
- (2) 実施機関に出向くことができない場合
  - ① 電話・e-mail を活用する。
  - ② 勤務先への訪問による個別指導を活用する。

#### 栄養指導と運動指導を併用する場合

- (1) 実施機関へ出向くことができる場合
  - 健康増進施設を活用する。
- (2) 実施機関へ出向くことができない場合
  - 栄養ケア・ステーションを活用する。

#### メタボリックシンドローム関連疾患に対する栄養指導を実施する場合

- (1) 実施医療機関へ出向くことができる場合
  - 地域の医療機関を利用する。
- (2) 実施医療機関へ出向くことができない場合
  - 栄養ケア・ステーションを活用する。

## 栄養指導を実施するまでの流れ

### 〈ステップ1〉 栄養指導を受ける場所・方法を決める

→ 38 ページに

- (1) 実施機関へ行くことができる場合
  - ① 栄養ケア・ステーションを活用する。
  - ② 岡山市医師会メディカルセンターを利用する。
- (2) 実施機関へ行くことができない場合  
※ただし、初回は面接が必要である
  - 栄養ケア・ステーションを活用する
    - ア 電話・e-mailを活用する。
    - イ 勤務先・自宅へ訪問してもらう。

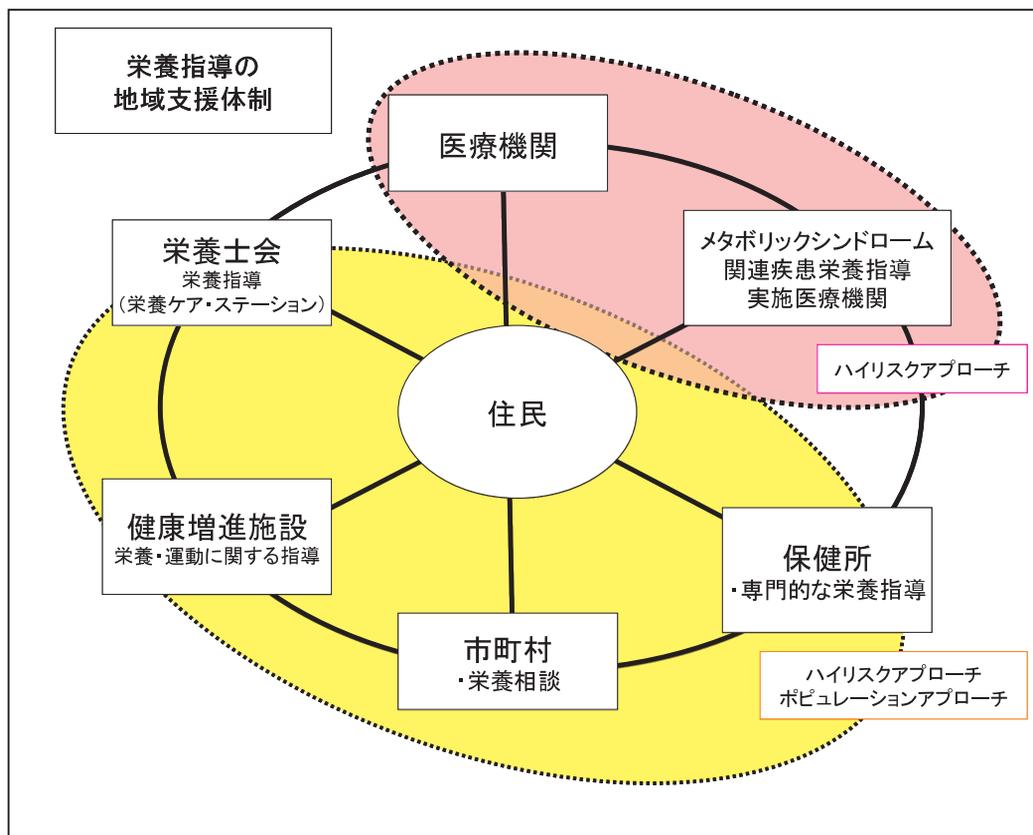
### 〈ステップ2〉 栄養指導・運動指導の種別を決める

→ 39 ページに

- (1) 栄養指導だけを受ける
  - ① 栄養ケア・ステーションを活用する。
  - ② 岡山市医師会総合メディカルセンターを利用する。
- (2) 実技を含めた運動指導と栄養指導を受ける
  - 健康増進施設を活用する。
- (3) 実技を伴わない運動指導と栄養指導を受ける
  - 栄養ケア・ステーションを活用する。

### 〈ステップ3〉 対象者と一緒に栄養指導計画を決める

(初回指導予定日、今後の指導計画等)



## 4 栄養指導のできる施設の情報

### ★岡山県栄養士会 「栄養ケア・ステーション」

住所 岡山市古京町 1-1-17 電話番号 (086) 273-6610

岡山県栄養士会では、栄養指導事業として「栄養ケア・ステーション」を立ち上げている。

### ★岡山市医師会総合メディカルセンター

住所 岡山市古京町 1-1-10-201(岡山衛生会館 2階) 電話番号 (086) 272-7733

岡山県栄養士会が栄養指導を協力している。

### 栄養指導のできる健康増進施設

施設名	住所		電話番号
おかやま社会保険センター	700-0032	岡山市昭和町 12-15	086-252-1101
(株)岡山スポーツ会館 各施設	700-0028	岡山市絵図町 1-50	086-252-3111
淳風会健康管理センター淳風ヘルスクラブ	700-0913	岡山市大供 2-3-1	086-226-2666
RSCレイスポーツクラブ岡山	700-0944	岡山市泉田 25-3	086-233-2626
岡山県南部健康づくりセンター	700-0952	岡山市平田 408-1	086-246-6250
倉敷社会保険センター	710-0043	倉敷市羽島 666-1	086-434-9111
笠岡第一病院附属診療所健康管理センター清和アスレチッククラブ	714-0083	笠岡市二番町 2-9	08656-2-5018

### 県内各保健所

各保健所において、管理栄養士による栄養指導を実施している。

名称		所在地		電話番号
県 保 健 所	岡山保健所	703-8278	岡山市古京町 1-1-17	086-272-3950
	東備保健所	705-0022	備前市東片上 213-1	0869-64-2255
	倉敷保健所	710-8530	倉敷市羽島 1083	086-434-7025
	井笠保健所	714-8502	笠岡市六番町 2-5	0865-69-1673
	高梁保健所	716-8585	高梁市落合町近似 286-1	0866-21-2835
	新見保健所	718-8560	新見市新見 2056-1	0867-72-5691
	真庭保健所	717-0013	真庭市勝山 620-5	0867-44-2991
	津山保健所	708-0051	津山市椿高下 114	0868-23-0148
	勝英保健所	707-8585	美作市入田 291-2	0868-72-0911
	岡山市保健所	700-8546	岡山市鹿田町 1-1-1	086-803-1263
	倉敷市保健所	710-0834	倉敷市笹沖 170	086-434-9800

## メタボリックシンドローム関連疾患の栄養指導をしている病院

○は実施、◎は専門性が高い、□は訪問指導をしていることを表しています。

(岡山県栄養士会調 平成20年2月末現在)

病院名	住所	電話番号	肥満	高血圧	糖尿病	高脂血症
岡山市						
岡山赤十字病院	岡山市青江 2-1-1	086-222-8811	○	○	◎	○
医療法人社団操仁会	岡山市高屋 343	086-272-4088	○	○	○	○
岡山中央奉還町病院	岡山市奉還町 2-18-19	086-251-2222	○	○	○	○
佐藤内科	岡山市中山下 1-2-40	086-231-5678	○	○	◎	○
岡山済生会総合病院	岡山市伊福町 1-17-18	086-252-2218	○	○	◎	○
(医)三友会 いしま病院	岡山市伊島町 2-1-32	086-255-0111	○	○	○	○
宮本整形外科病院	岡山市国富 4-2-63	086-272-1211		○	○	
(財)慈恵会 慈恵病院	岡山市浦安本町 100-2	086-262-1191	○		○	○
川崎医科大学附属川崎病院	岡山市中山下 2-1-80	086-225-2111	○	○	○	○
佐藤医院	岡山市旭町 15	086-223-7746	○	○	○	○
岡山記念病院	岡山市清輝橋本町 7-22	086-221-1116		○	○	○
岡山大学医学部歯学部附属病院	岡山市鹿田町 2-5-1	086-223-7151	○	○	◎	○
岡山県精神科医療センター	岡山市鹿田本町 3-16	086-225-3821	○	○	○	○
平松病院	岡山市妹尾 2901	086-282-0151			○	
(医)岡村一心堂病院	岡山市西大寺南 2-1-7	086-942-9916		○	○	○
三宅医院	岡山市大福 369-8	086-282-5100	○		○□	
原尾島クリニック	岡山市原尾島 3-8-16	086-271-3777			○□	
(特医)江島仁会 岡山中央病院	岡山市伊島北町 6-3	086-252-3221	○	○	◎	○
岡山大福クリニック	岡山市大福 393-1	086-282-2020	○	○	◎	○
藤田病院	岡山市西大寺上	086-943-6555		○	◎	○
(医)小林クリニック	岡山市倉田 324-61	086-274-1700			○□	
(財)岡山県健康づくり財団附属病院	岡山市平田 408-1	086-241-0880	◎	◎	◎	◎
(独法) 国立病院機構岡山医療センター	岡山市田益 1711-1	086-294-9911	◎	◎	◎	○
河島外科胃腸科病院	岡山市門田屋敷 2-3-22	086-272-2081	○	○	○	○
万成病院	岡山市谷万成 1--6-5	086-252-2261			○□	○□
医療法人ももたろ整形外科医院	岡山市泉田 322-3	086-243-8866	○	○	○	○
岡田メディカルクリニック	岡山市伊福町 3-5-4	086-255-2345	◎	◎	◎	◎
総合病院 岡山協立病院	岡山市赤坂本町 8-10	086-271-7846	○	○	◎	○
総合病院 岡山市立市民病院	岡山市天瀬 6-10	086-225-3171	○	○	◎	○
高松整形外科 脳神経外科医院	岡山市小山 492-1	086-287-3380		○	○	
湯原内科医院	岡山市湊 374-3	086-277-5560	◎	○	◎	◎
岡山市金川病院	岡山市御津金川 123	0867-24-0546			○	○
医療法人 青木内科小児科医院	岡山市大福 251-6	086-281-2277	○	○	○	○

あいの里クリニック	岡山市大福950-6	086-281-6622	○	○	○	○
病院名	住所	電話番号	肥満	高血圧	糖尿病	高脂血症
倉敷市						
倉敷市立児島市民病院	倉敷市児島駅前 2-39	086-472-8111	○	○	◎	○
倉敷市平成病院	倉敷市老松町 4-3-38	086-427-1111	○	◎	◎	◎
倉敷広済病院	倉敷市東塚 5-4-16	086-455-5111	○	○	○	○
三菱水島病院	倉敷市高砂町 6-1	086-444-5111	○	○	○□	○
倉敷シテイ病院	倉敷市児島阿津 2-7-53	086-472-7111		○	○	○
水島第一病院	倉敷市神田 2-3-33	086-444-5333	○	○	◎	○
(医)水と和会 水島中央病院	倉敷市水島青葉町 4-5	086-444-3311	○	○	○	○
倉敷リハビリテーション病院	倉敷市笹沖 21	086-421-3311	○	○	○	○
(医)創和会 しげい病院	倉敷市幸町 2-30	086-422-3655	○	○	◎	◎
チクバ外科	倉敷市林 2217	086-485-1500			○	○
児島中央病院	倉敷市児島小川町 3685	086-472-1611	○	○□	◎□	○
(財)倉敷中央病院	倉敷市美和 1-1-1	086-422-9340	○	○	○	○
(財)倉敷成人病センター	倉敷市白楽町 250	086-422-2111	○	○	○	○
山本整形外科医院	倉敷市林 348	086-485-1435	○	○	○	○
川崎医科大学附属病院	倉敷市松島 577	086-464-1172	○	○	◎	◎
倉敷記念病院	倉敷市中島 831	086-465-0011	○	○	○	○
玉島中央病院	倉敷市玉島中央町 1-4-8	086-526-8111	○	○□	◎	○□
藤沢脳神経外科医院	倉敷市玉島中勇崎 587	086-528-3111	○	◎	◎	○
総合病院 水島協同病院	倉敷市水島南春日町 1-1	086-444-3213		○	◎	○
八王寺内科クリニック	倉敷市八王寺 174-7	086-427-7800	○	○□	○□	○□
津山市						
中島病院	津山市田町 122	0868-22-8257	○	○	◎	○
(医)東浩会 石川病院	津山市川崎 1303	0868-26-2188	○	○	○	○
医療法人慈恵会平井病院	津山市加茂町中原 61	0868-42-3131	○	○	○	○
津山中央病院	津山市川崎 1756	0868-21-8111	○	○	○	○
医療法人 清風会 三村医院	津山市北園町 35-5	0868-23-5225			○	
財団法人江原積善会積善病院	津山市一方 140	0868-22-3166	○	○	○	○
小畑内科医院	津山市戸部 662-14	0868-25-2111			○	
医療法人平野同人会津山第一病院	津山市中島 438	0868-28-2211	○	○	○	○
津山中央記念病院	津山市二階堂 71	0868-22-6111	○	○	○	○
角田脳神経外科医院	津山市田町 85	0868-23-0262	○	○	○	○
美作市立大原病院	美作市古町 1771-9	0868-78-3121	○	○	○	○

総社市						
杉生クリニック	総社市総社 1-11-3	0866-92-0252			○	
森下病院	総社市駅前 1-6-1	0866-92-0592	○□	○□	○□	○□
病院名	住所	電話番号	肥満	高血圧	糖尿病	高脂血症
医療法人 行堂会 長野病院	総社市総社 2-22-43	0866-92-2361	○	◎	◎	◎
医療法人 光隆会 角田医院	総社市中央 3-3-113	0866-93-1288	○	○	◎	◎
高梁市						
医療法人慶真会 大杉病院	高梁市柿木町 24	0866-22-5155	◎	◎	◎	◎
医療法人清梁会 高梁中央病院	高梁市南町 53	0866-22-3636	○	○	◎	○
医療法人清梁会さくらクリニック	高梁市頼久寺町 11	0866-22-2120		○	○	○
新見市						
医療法人社国恩誠会 渡辺病院	新見市新見 2032	0867-72-2123		○	○	○
笠岡市立						
笠岡市立市民病院	笠岡市笠岡 5628-1	0865-63-2191	○	○	○	○
笠岡中央病院	笠岡市笠岡 5102-14	0865-62-5121	○	○	○	○
笠岡第一病院	笠岡市横島 1945	0865-67-5010	○	○	○	○
井原市						
井原市民病院	井原市井原町 1186	0866-62-1133	○	○	○	○
天敬会 井原中央病院	井原市井原町 3273	0866-62-0031	○		○	○
真庭市						
向陽台病院	真庭市上市瀬 368	0867-52-0131	○	○	○	○
医療法人浄風会河本病院	真庭市下河内 314-2	0867-55-2121	○	○	○	○
医療法人敬和会近藤病院	真庭市勝山 1070	0867-44-2671	○		○	○
中山病院	真庭市久世 2508	0867-42-0371		○	◎	
宮島医院	真庭市月田 6840	0867-44-6121	○□	○□	◎□	○□
特定医療法人緑社会 金田病院	真庭市西原 63	0867-52-1191	○	○	○	○
総合病院 落合病院	真庭市落合垂水 251	0867-52-1133	○	○	◎	○
真庭市国民健康保険 湯原温泉病院	真庭市下湯原 56	0867-62-2221	○	○	○	○
玉野市						
玉野三井病院	玉野市玉 3-2-1	0863-31-3231	○	○	◎	○
医療法人 玉野中央病院	玉野市築港 1-15-3	0863-31-1011		○	◎	○

小田郡						
医療法人正光会鳥越病院	小田郡矢掛町小林395-1	0866-82-0308		○	○	○
病院名	住所	電話番号	肥満	高血圧	糖尿病	高脂血症
矢掛町国民健康保険病院	小田郡矢掛町矢掛2695	0866-82-1326		○	◎	○
苫田郡						
鏡野町国民健康保険病院	苫田郡鏡野町寺元365	0868-54-0011	○	○	○	○
芳野病院	苫田郡鏡野町吉原312	0868-56-0585	○	○	○	○
その他						
吉備高原医療リハビリテーションセンター	加賀郡吉備中央町吉川7511	0866-56-7141	○	○	○	○
北川病院	和気郡和気町和気277	0869-93-1141	○	○	◎	○
備前市健康保険 市立 日生病院	備前市日生町日生1303	0869-72-1111	◎	○	◎	◎
岡山市久米南町組合立国民健康保険病院	岡山市建部町福渡1000	0867-22-0525	○	○	○	○
赤磐医師会病院	赤磐市下市187-1	0869-55-6688	○	○	○	○
(独法)国立病院機構南岡山医療センター	都窪郡早島町4066	086-482-1128	◎	○	◎	○
長島病院	赤磐郡瀬戸町瀬戸40-1	0869-52-1355	○		○□	
医療法人 萌生会 国定病院	浅口郡里庄町浜中93-141	0865-64-3213	○	○	○	○

## 5 働き盛りの健康づくりの情報

### 産業保健推進センター、地域産業保健センター

(平成20年2月末現在)

センター名	住所	電話
岡山産業保健推進センター	700-0907 岡山市下石井1-1-3	086-212-1222
岡山地域産業保健センター	703-8278 岡山市古京町1-1-10-601	086-272-3236
倉敷地域産業保健センター	710-0038 倉敷市新田2689	086-425-0032
玉野・児島地域産業保健センター	706-0013 玉野市奥玉1-18-5	0863-32-5501
美作地域産業保健センター	708-0051 津山市椿高下114	0868-22-2168
井笠・浅口地域産業保健センター	714-0081 笠岡市笠岡5628	0865-63-0239
東備地域産業保健センター	709-0816 赤磐市下市187-1	0869-55-9235
備北地域産業保健センター	718-0003 新見市高尾2306-5	0867-72-0887

## 6 健康づくりに関するホームページ

### 健康づくりに関するホームページ

(平成20年2月末現在)

ホームページ	アドレス
岡山県保健福祉部健康対策課	<a href="http://www.pref.okayama.jp/soshiki/kakuka.html?sec_sec1=36">http://www.pref.okayama.jp/soshiki/kakuka.html?sec_sec1=36</a>
岡山県医師会	<a href="http://www.okayama.med.or.jp/">http://www.okayama.med.or.jp/</a>
岡山県歯科医師会	<a href="http://www.oda8020.or.jp/">http://www.oda8020.or.jp/</a>
岡山県看護協会	<a href="http://www.nurse.okayama.okayama.jp/">http://www.nurse.okayama.okayama.jp/</a>
岡山県栄養士会	<a href="http://www2.ocn.ne.jp/~eiyousi/">http://www2.ocn.ne.jp/~eiyousi/</a>
厚生労働省	<a href="http://www.mhlw.go.jp/">http://www.mhlw.go.jp/</a>
健康日本21	<a href="http://www.kenkounippon21.gr.jp/">http://www.kenkounippon21.gr.jp/</a>
健康ネット	<a href="http://www.health-net.or.jp/">http://www.health-net.or.jp/</a>
中央労働災害防止協会	<a href="http://www.jisha.or.jp/">http://www.jisha.or.jp/</a>
独立行政法人 労働者健康福祉機構	<a href="http://www.rofuku.go.jp/">http://www.rofuku.go.jp/</a>
ヘルスウォッチング	<a href="http://www.health-net.or.jp/kenko_check/health-check/">http://www.health-net.or.jp/kenko_check/health-check/</a>
食事バランスガイド	<a href="http://www.j-balanceguide.com/">http://www.j-balanceguide.com/</a>

## 7 その他の健康づくり情報

### 厚生労働大臣認定健康増進施設(温泉利用プログラム型)

(平成20年2月末現在)

施設名	住所	電話
油屋別館	717-0402 真庭市湯原温泉	0867-62-2216

メタボリックシンドローム改善支援マニュアル検討委員会

	委員氏名	所属等
医師向け地域・医療連携マニュアル	道明 道弘	岡山県医師会
	和田 淳	岡山大学病院
	福田 哲也	心臓病センター榊原病院
	宮武 伸行	岡山県南部健康づくりセンター
	内藤 允子	高梁保健所(所長)
	中川 裕美	岡山県臨床検査技師会
	綱島 公子	岡山保健所(課長)
	吉田 俊明	健康運動指導士会岡山県支部
	寺本 房子	川崎医療福祉大学
市町村向け指導マニュアル	沼田 健之	岡山県南部健康づくりセンター(センター長)
	高尾 総司	岡山大学大学院医歯薬学総合研究科
	富岡加代子	くらしき作陽大学
	田原 秀二	健康運動指導士会岡山県支部
	所 直志	健康運動指導士会岡山県支部
	岡田 健	岡山県臨床検査技師会
	大原 洋子	瀬戸内市
	三宅 敦子	井原市
	岩本 真弓	東備保健所
	矢吹 邦子	倉敷保健所
事務局	二宮 忠矢	岡山県保健福祉部健康対策課(課長)
	為貞 芳英	岡山県保健福祉部健康対策課
	井上 五月	岡山県保健福祉部健康対策課
	岩井 良子	岡山県保健福祉部健康対策課