

**T**

退院後も

**T**

つなぎます

**A**

あなたの

**K**

心とからだ

**4月15日号  
地域連携室発行**

満開の桜も見ごろを終えて、近頃ではところどころでこいのぼりが泳いでいますね。

梅雨入り前のすがすがしい今の時期を思う存分楽しみたいものです。

今回は、そんなすがすがしさを感ずる、播磨病院栄養科のニューフェイス

大原みのり栄養士に『NR』(?)についてお聞きしました。

『NR』って何でしょうね??

## 特集！ 有資格者に聞く！

### 栄養科 大原みのり 栄養士の 栄養情報担当者(NR)について…

今日はお忙しいところありがとうございます。

大原さんは、栄養士の資格以外に『NR』と言う資格をお持ちだとお聞きしました。

Q：ちょっと聞きなれない資格ですが、どのようなものなのでしょう？

A：『NR』というのは『栄養情報担当者』の略です。

独立行政法人国立健康・栄養研究所の認定資格で、『健康・栄養食品に関する正確な情報・知識を有し、消費者に対して健康・栄養食品に関する適切な情報を提供すること』を目的としています。

Q：栄養・健康食品というのはいわゆるサプリメントのことですよね？

A：そうですね。

今、栄養食品・健康食品がたくさん出回っていますが、実際に体にいいものもあれば、

良くないものが含まれた商品もあるんです。

それを消費者側でもなく販売者側でもない中立の立場で正確な情報を使用者に提供する、それがこの資格になります。

それを聞いて使用するかしらないかは、消費者自身にゆだねられるんですが、消費者に安心していただけるようにアドバイスできればと思います。

Q：そうなんです。すべて体にいいものだと思ってしまうがちですね。

なかなか興味深いですが、では、どうしてこの資格を取ろうと思われましたか？

A：以前は栄養士とは全く異なる仕事をしていましたが、栄養士に転職するにあたって何か資格を取っておきたいと思い、もともと興味があった健康食品について学べる『NR』の資格を取ろうと思いました。



Q：栄養情報担当者という言葉自体をあまり聞いたことがなかったのですが、最近のものなので  
しょうか？

A：私は2006年7月に資格を取得したのですが、これは第3回目の試験でした。  
この年の試験で1177名が認定され、現在、全国に1898名のNRがいます。

Q：受験に際してはどのような準備をされましたか？

A：通信教育で10回の確認テストを提出し、2回のセミナーに参加して受験資格を獲得します。  
後はテキストをまとめたり、確認テストをやり直したりして勉強しました。

Q：なんだか、すごくまじめに勉強されている姿が浮かびます。

では、どのくらいの期間をかけて勉強されましたか？

また、費用はどのくらいかかりますか？

A：講座を8ヶ月間で終了後、本格的に勉強し始めたのは試験の  
1ヵ月半くらい前からです。

費用は、通信講座の約6万5000円です。

Q：受験勉強をされる上で苦労されたことはありますか？

A：そうですね、

NRの試験がまだ3回目だったということもあって、

過去問がなく、どのような傾向でどこを重点的に勉強したら

良いのかわからなかったですね。そして、とくに薬剤についての範囲が難しく苦手でした。

Q：何にでも、苦手な分野というのは付いて回りますよね～

この資格には更新に必要な手続きなどはありますか？

A：はい。3年ごとの更新で、その間に指定の学会や講座などで12単位を取得することが必要です。

Q：では、来年が更新の年になるのでしょうか？ がんばってくださいね。

では最後に、今後の抱負についてお聞かせください。

A：今の段階では、栄養士の仕事をこなせるようになることが目標ですが、今後、栄養指導などをす  
るにあたって、患者様から『健康食品の相談も気軽にできる栄養士さん』とっていただける  
ようになりたいです。そのためには、複雑かつ多様化する食品の機能性や摂取方法などの情報を  
いち早くキャッチし、日々勉強していきたいと考えています。

Q：ありがとうございました。



### 健康食品や栄養補助食品などは

手軽に栄養を補給できる物として広く出回っています。

また、広告などでうたわれている文句だけで体に良いものと思いがちですが、

そうでない物が使われていることもあるようです。

そう思うと「お手軽」だけで使用するのは怖い気がしますね。

そんな時、大原さんのようなNRに相談すれば納得して使用することが

できそうです。大原さんに伺うと、「今すぐはまだ、調べる事に時間がかかって無理かも

しませんが、近い将来、健康食品についても含めた栄養指導が

できれば・・・」ということでした。

大いに期待できそうですよ！！た・の・し・み・です！

TTAK 新聞のバックナンバーは、播磨病院ホームページ

<http://www.harima-hp.jp/main.htm> からご覧いただけます

By: Y. Y.