

美 Beautiful



おいしくたべて  
健康に

GUIDE BOOK



くすのき健康栄養センター

kusunoki health and nutrition center

大阪樟蔭女子大学大学院

OSAKA SHOIN WOMEN'S UNIVERSITY GRADUATE SCHOOL

人間科学研究科 人間栄養学専攻附属



## センター長のあいさつ

2022年4月より、センター長の重任を拝しました井尻吉信と申します。当センターは2018年に開設後、大谷前センター長のご尽力により、大阪樟蔭女子大学大学院の附属施設として、多くの成果を残してきました。これからは、より「地域住民」「学生・大学院生」「専門職」の皆様気軽に活用頂けるセンターの構築を目指し、スタッフ一丸となって新しい事業にチャレンジしていきます。

具体的には、東大阪市在住の国保加入者様への特定保健指導を拡大します。コロナ禍の副産物として市民権を得た“オンライン”を最大限活用した栄養食事指導を推進します。こちらから地域に伺う「サテライトくすのき」も計画中であり、地域住民の皆様を対象とした健康セミナーやよろず相談も実施していきます。大学生や大学院生の早期体験実習の場所として、また、専門職（栄養士・管理栄養士）の学び直しや交流の場も積極的に作っていきます。今後のくすのき健康栄養センターにご期待とご支援を賜りますよう、宜しくお願い致します。



大阪樟蔭女子大学大学院  
人間科学研究科 人間栄養学専攻  
臨床栄養学研究室 教授  
くすのき健康栄養センター長  
井尻 吉信

健康に関するこんな疑問やお悩み、当センターにご相談ください！

自分じゃなくて  
家族(祖父母)の食事を  
相談しても良いの？

料理のレパートリーが  
少なく、簡単なものを  
教えて欲しい…

体重が減り続けるから  
筋肉をつけたい、  
太りたい…

コレステロールが  
高いと言われたけど、  
何を食べれば良い？

食事・健康のことなら、  
どんな相談でも  
大歓迎です!!  
気軽に来てください!



## 施設紹介

### 入口

ノックしてお入りください



### 記入スペース

問診票にご記入いただけます



### 室内

セミナーや指導を行います



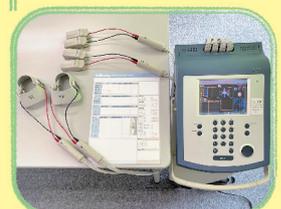
### 測定機器

握力や血圧を測定できます



### 測定機器

全身の筋肉量を測定できます



# くすのき健康栄養センター 活動内容

健康・栄養と地域連携の活動拠点とし、栄養の専門家である管理栄養士による栄養支援、およびライフステージ別の料理教室や健康的な食生活セミナーを開催しています。

## 栄養指導・相談



### ● 特定保健指導

- ✿ 特定健診受診し指導対象となった方
- ✿ 生活習慣に合わせたサポート
- ✿ オンライン可能



### ● 栄養相談

- ✿ 生活習慣病予防
- ✿ 食生活の見直し
- ✿ 離乳食や偏食、アレルギー対策も



## 健康栄養イベント



### ● 健康栄養フェア

- ▶ お子様からシニアの方まで
- ▶ 栄養や食事を楽しく学ぼう!
- ▶ 参加型コーナーも



### ● サテライトくすのき

- ✍ 出前講座・講師派遣
- ✍ 出張測定会



地域の皆様を対象に健康セミナーやよろず相談も行います。

### ● 料理教室

- ✍ お子様からシニアの方まで
- ✍ 旬の食材を取り入れた献立
- ✍ 減塩などテーマ別の献立も



お料理初心者さんも大歓迎です!

### ● スキルアップ(専門職の方向け)

- ↗ リカレント講座
- ↗ スキルアップ講座
- ↗ くすのきくらぶ



「くすのきくらぶ」は多職場で活躍する仲間を結ぶ会です。

### ● カラダよろこぶ食べ方塾

- ✍ のびのび子育て講座
- ✍ はつらつシニア講座



さまざまなライフステージに合わせた講座も行っています!

# 各種栄養支援の流れ



## 特定保健指導

**対象** 特定健診結果で特定保健指導の対象となった方

1

TELまたはホームページ※1で申込み  
面接日時を予約

2

予約日時にくすのき健康栄養センター  
(オンライン指導室)に来室

3

面接終了後に次回  
の予約

料金不要※2

## 栄養相談(一般向け)

**対象** 日ごろ食事面でお困りの方

1

TELまたはホームページ※1で申込み  
面接日時を予約

2

予約日時にくすのき健康栄養センター  
に来室

3

面接終了

料金支払い

\*価格はホームページ参照

## 栄養相談(医療連携)

**対象** かかりつけ医に食事相談をされた方

1

かかりつけ医からTELまたはホームページ※1で申込み  
面接日時を予約

2

予約日時にくすのき健康栄養センター  
に来室

3

面接終了

料金支払い

\*価格はホームページ参照

※1 ホームページ <http://khn.osaka-shoin.ac.jp> ※2 現在、東大阪市国民健康保険加入者のみ

## アクセス

〒577-0055  
東大阪市長栄寺2番12号  
Tunagaruビル4階  
402号室

1階は  
シミズメガネさんの建物  
入口は裏手側です



入り口は  
こちら



河内永和駅から  
布施方向へ  
徒歩3分



**くすのき健康栄養センター**  
kusonoki health and nutrition center

大阪樟蔭女子大学 大学院 人間科学研究科 人間栄養学専攻附属

〒577-0055 東大阪市長栄寺2番12号 Tunagaruビル4階 402号室

TEL/FAX 06-7506-9780 [ホームページ](http://khn.osaka-shoin.ac.jp)

開館時間

	月	火	水	木	金	土	日
午前 10時~12時	●	●	●	●	-	-	-
午後 13時~19時	●	●	●	●	-	○	-
○…土曜は13時~17時まで							

最新情報は  
HPをチェック!



[くすのき健康栄養センター](http://khn.osaka-shoin.ac.jp) **検索**