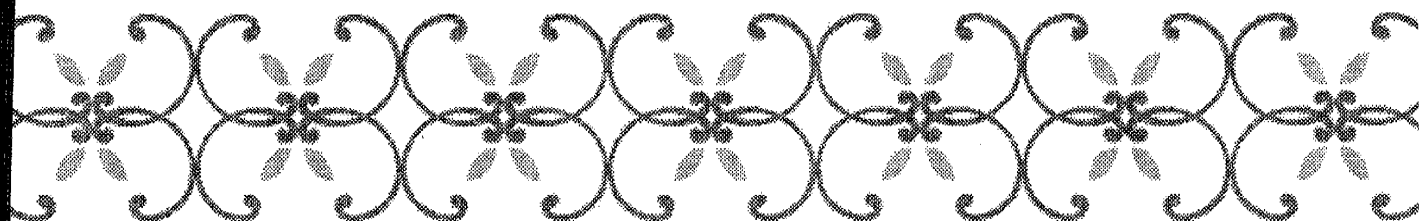


事業所給食を 活用した食育Ⅱ



北ブロック事業所における食育推進検討会報告

I はじめに

健康で生きがいのある人生を送るためには、早世と障害を予防し、生活の質を高めることが必要であり、「健康日本21」及び「健康おおさか21」では、「健康寿命の延伸及び生活の質の向上」のため「生活習慣病予防」を目標としている。壮・中年期死亡の減少を考える時、職域における健康づくりが重要であり、「栄養・食生活」が多くの生活習慣病と関連が深いことを考え合わせると、給食を通じた健康づくりの重要性が示唆される。

一方、北ブロックの事業所給食では、カフェテリアや複数定食が多く、これらの給食形態は、メニューを選択できることから給食利用者の満足度は高いが、嗜好が優先されやすく、偏った食生活になる恐れもある。給食利用者が個々の健康状態等に合わせて適切なメニュー選択を行うためには、食に関する知識の普及と、ヘルシーメニューの提供やメニューを選びやすくする環境整備が必要である。

そこで、平成16年度から事業所の給食管理者、栄養士等と保健所の広域栄養チーム栄養士がともに、効果的に食育を推進できる体制の整備や具体的な手法、食環境づくりの検討を行い、事業所における食育を推進することを目的として、北ブロック4つの保健所と各保健所管内集団給食研究会の共催により「北ブロック事業所における食育推進検討会」を開催してきた。

平成18年度は、これまでの検討結果を踏まえ、「総務部門・健康管理部門・給食部門が連携した食育推進」をテーマに、新たに検討委員を増やし検討会を行ったので報告する。

II メンバー

各保健所管内集団給食研究会より3社計12社（新検討委員6社）の給食管理者、栄養士等と、茨木保健所広域栄養チームをメンバーとした。〈資料「検討委員一覧」参照〉

III 平成18年度活動内容

(1) 食育推進検討会

回	内 容	参加者数
1	①平成17年度食育推進講習会（H18.2.22開催）の反省 ②公衆衛生学会と日本栄養士会大阪支部栄養学術研究発表にて検討会の活動報告について ③平成18年度の進め方について ◎保健所が事務局として、保健所長が召集することに決定 ◎検討委員が自ら、今年度も継続参加を希望 ◎検討委員を増やす	給食管理者、 栄養士、調理師 (17年度検討委員のみ) 8人 (4施設)

2	<p>① 検討会経過報告 (平成 16～17 年度の 2 年間の活動について)</p> <p>② 事業所における食育実施状況調査 (H18.6) 結果の報告</p> <p>③ 検討会開催スケジュールについて (資料参照)</p> <p>④ (独) 国立健康栄養研究所 由田克士先生から “医療制度改革”に関する情報提供</p> <p>⑤ グループワーク テーマ「従業員の健康管理として食を考える」 ◎給食担当者は健康管理部門と給食部門の橋渡し ◎給食部門から提案していく必要がある</p>	<p>(18 年度検討委員で開始) 給食管理者、 栄養士、調理師</p> <p>19 人 (10 施設)</p>
3	<p>グループに分かれて企画作成演習 テーマ「健康管理部門と連携した取組みを考える」 ◎継続参加検討委員がリーダーになり、具体例を上げ課題や進め方(体制づくり・実施内容・PR 方法・評価)について話あった (資料参照: ワークシート) ◎給食部門から提案して事業所や給食会社の関係者と話し合い、取組みへの理解を深めてもらうことが大切だと確認</p>	<p>栄養士、調理師</p> <p>11 人 (10 施設)</p>
4	<p>① 各事業所の栄養士・調理師が立てた企画を給食管理担当者・福利厚生担当者に対してプレゼンテーションを実施</p> <p>② グループワーク テーマ「平成 20 年度医療制度改革に伴う対応はどうか」 テーマ「他の事業所での取組みや計画を聞きどう思ったか」</p>	<p>給食管理者、 栄養士、調理師</p> <p>20 人 (12 施設)</p>
5	<p>① 「食事バランスガイド」を活用した取組み事例報告 ～検討委員から～ ◎1 日単位で考える「食事バランスガイド」を、給食 1 食で表示するのは難しい。給食利用者にも個別指導で活用説明が必要と思う。</p> <p>② グループワーク テーマ「食育計画の進捗状況について情報交換」 ・ 給食利用者へアンケート内容の検討 ・ 調理師だからできる食育は何か ・ 事業所との役割分担で取組むには など</p>	<p>栄養士、調理師</p> <p>11 人 (8 施設)</p>
6	<p>① 各事業所の取組み実施報告(内容・成果・今後の取組み等)</p> <p>② 食育講習会で行う事例発表について ◎これから「食育」を始めようとする施設も多いので、レベルの高いものばかりではなく、これなら取り組めそうだと思うような事例も入れ、バリエーションを豊富にする</p> <p>③ 今後の活動について</p>	<p>栄養士、調理師</p> <p>10 人 (9 施設)</p>

7	<p>「事業所における食育推進・評価アンケート」の実施 〈資料参照〉 対象：全検討委員の給食管理者 （12事業所）</p>
---	--

(2) 北ブロック4つの保健所管内事業所への啓発

回	内 容
1	<p>集団給食研究会会員事業所への啓発</p> <p>①「事業所における食育実施状況調査」の実施 （現状と課題の把握、支援のための方策を検討する基礎資料として実施） 〈資料「事業所における食育実施状況調査」参照〉 対象：会員50事業所 回答数：43事業所（回収率 86%）</p> <p>③平成18年度研究会活動テーマを「食育」とし、講演会、検討委員による事例発表、食育実施施設の見学等を実施</p>
2	<p>保健所管内全事業所への啓発</p> <p>①保健所が行う給食施設巡回時において給食管理者に情報提供 ②食育推進検討会「速報1・2」を作成配布 〈資料参照〉</p>

(3) 北ブロック食育推進講習会

地 区	内 容
北ブロック合同	<p>講演「標準的な健診・保健指導プログラムを視野に入れた特定給食施設などにおける取組み」 講師 独立行政法人 国立健康・栄養研究所 由田 克士氏</p> <p>食育推進検討会の報告 事例発表</p> <p>① テマ「バランスセットメニューの提供」 発表者 ダイハツ工業（株）魚国総本社）庄司 利幸氏</p> <p>② テマ「健康に配慮した取組み」 発表者 松下電器産業（株）（中央フードサービス）岩瀬 美代氏</p> <p>③ テマ「バランスの良い食事への取組み」 発表者 芦森工業（株）（関西給食（株））平野 なつ美氏</p> <p>ポスター発表 10事業所</p>

IV 平成18年度活動評価

～事業所における食育推進・評価アンケート結果より～

1 今回の取組みの実施主体について

『実施主体は』

・ほとんどの事業所で「事業所と給食会社」が一緒に実施しており、同等で取組んでいるところが3事業所（継続事業所）しかなかった。（図1）

『連携部署は』

・「健康管理部門」と連携できていたのは6事業所で、うち「給食利用者」とも連携できていたのは3事業所（継続事業所）であった。

・「給食会社本社」と連携できていたのは1事業所（継続事業所）しかなかった。

2 今回の取組みの評価について

『内容については』

・給食利用者のニーズに合った取組みだったと評価されたのは5事業所であった。うち3事業所は健康管理部門からの要請や、情報提供を得ての取組みで、他に給食利用者アンケート結果からニーズに合った取組みだったと評価している。（図2）

5事業所では「ポスターでテーマを常時掲示し、リーフレットで情報提供した」「卓上メモに栄養士の写真を入れるなどして関心をもたせた」「味噌汁の椀を大小にし、実際に摂る食塩量を椀に入れ、違いを見てわかるようにした」など、方法や媒体に工夫が見られた取組み内容だった。

『PRについては』

・「給食利用者から質問があった」「食卓での話題にもなった」「麺類や、カレーライスを食べる人の25%が、野菜小鉢と一緒に食べている」「卓上メモやポスターなどをビジュアル化した」などから、効果につながるPRができていると評価する一方で、「PRにより野菜小鉢を選ぶ人は増加したが、炭水化物の組み合わせを選ぶ人は実施前と変動がなく、無関心層では以前と変わらなかった」など、工夫がみられたが課題は残ったとの評価もあった。

『給食利用者の健康づくりに役立ったか』

・「健康づくりにおおいに役立った」と評価したのは、検討会に継続参加している事業所で（図3）、また、関連部署と連携しニーズに合った取組みができていた。

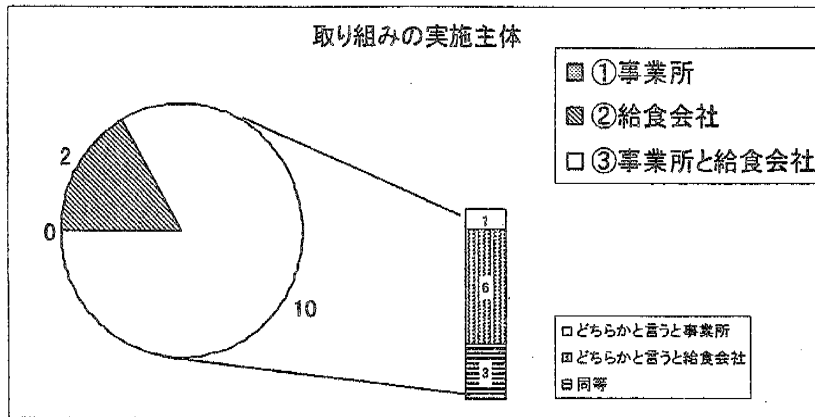
新規参加事業所でも関連部署と連携できているところは、「少し役立った」と評価している。

3 今後の取組みについて（複数回答）

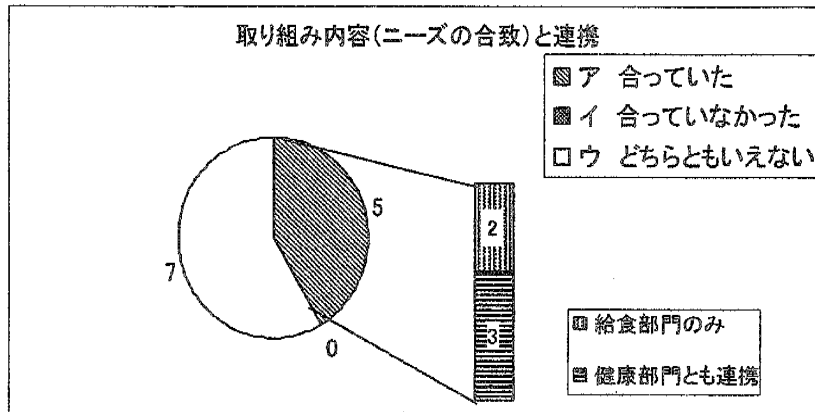
・ほとんどの事業所で、「今回の取組みをもっとPRしたい」と思っている。

（図4）

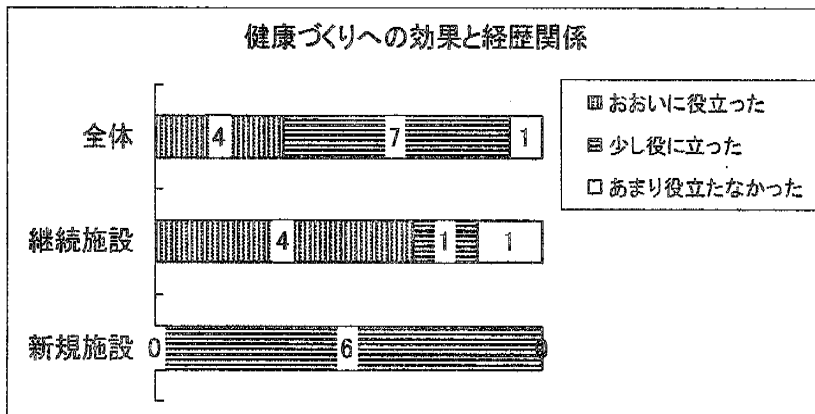
・特に、新規参加事業所では「ニーズ把握」を今後の取組みに上げているところが多かった。



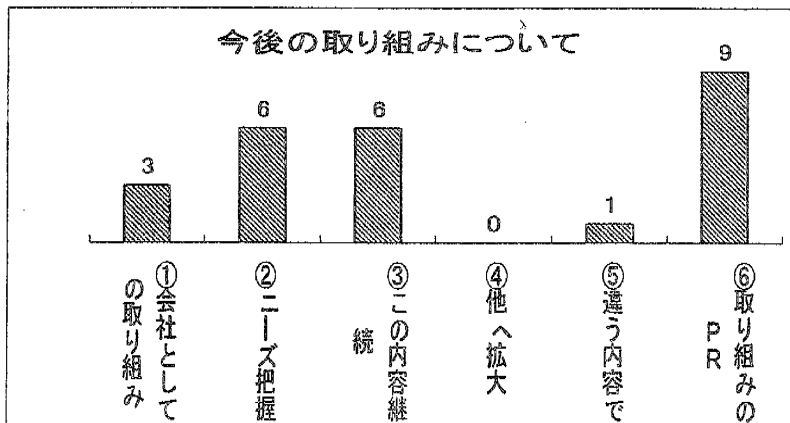
(図1)



(図2)



(図3)



(図4)

V まとめ

検討会に参加した事業所では、給食管理者が関係部署との橋渡し役になり、食育を行う体制が整いつつある。また、検討委員になった栄養士、調理師は専門性を生かした具体的な取組みをすすめることができるようになってきた。

給食利用者の「健康づくりに役立つ取組み」をするための、具体的な手法、効果的な媒体などが報告事例などから解ってきたので、下記（※印）にまとめた。

※ 効果的な食育を行うために必要な取組み

〈食育推進体制について〉

- ①給食について話し合う場がない事業所は、給食委員会を立ち上げる。
- ②給食委員会等のメンバーには、給食管理者、栄養士、調理師、委託の場合は給食会社の担当者、給食利用者の代表者などに、健康管理部門担当者を加える。毎回の参加が難しい場合、健康診断の結果が出た時などに限定する方法もある。
- ③給食委員会等のメンバー間で、給食利用者の健康状態等の情報を共有し、事業所としてどんな取組みが必要であるか議論できるようにする。
- ④安全衛生委員会（健康診断結果に関する議論は行われても、給食内容や食育は議題に上げられていない）と給食委員会が連動するようにする。
- ⑤事業所と給食会社の役割分担を明確にする。（担当者が代わっても継続できる。）
- ⑥給食が委託の場合は、給食会社の現場従事者はもちろんのこと給食会社本社とも連携を図る。現場の栄養士等の努力まかせにしていると継続できなくなる可能性がある。給食会社本社においても、これからは「食育」のできる会社が求められていることは明確であるので、現場栄養士のバックアップをする。

〈食環境の整備について〉

- ①ヘルシーメニューの提供、
- ②卓上調味料などの工夫

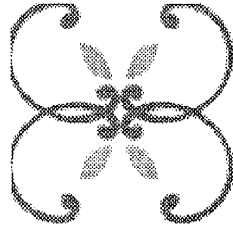
〈食育について〉

- ①ニーズの把握によるテーマ設定
- ②関心を高める工夫をする
- ③上手なPRをする

VI 今後の活動

本検討会は北ブロックの保健所と集団給食研究会の共催で開催してきた。今後は集団給食研究会の事業所を対象に、今年度検討委員がモデル施設となり具体的な事例やすぐ活用できる媒体などを紹介していく。また、保健所が行う給食施設巡回時においても、給食管理者に理解と協力を求めていくなど、総合的に取組んでいきたい。

更に、4つの集団給食研究会を横断する形の事業を行い、様々な課題に対応していくことも考えていきたい。



事 例

No.1 ~ 12

検討委員施設事例

No.13

検討委員外施設事例

事例 1 ダイハツ工業 (株) 本社 (平成 16 年度より検討会に参加)

以前から会社として健康づくりに取り組む方針を出しており、健康管理部門・給食利用者が参画し、特に各職場に推進リーダーをつくり給食利用者の視点から企画している。関連事業所に比べ肥満傾向の人が多いため、ご飯の小盛り提供や卓上メモに情報を書いた栄養士の顔を載せるなど工夫をこらした PR もおこなっている。

昨年度は、卓上のしょうゆさしをワンプッシュ式のものに変えた取り組みが話題になった。今年度は、新しく「バランスセットメニュー」の提供を始めている。

事例 2 (独) 産業技術総合研究所関西センター(平成 18 年度より検討会に参加)

保健所栄養士が事業所と給食会社に情報提供を行い今年度から参加した。

検討会には、給食会社本社栄養士が出席し、他の検討委員との情報交換をしながら企画を作成した。今年度は、ポスター、卓上メモ(府作成)をまず設置した。また次年度から取り組みを始めるために体制づくりが始まった。

事例 3 第一屋製パン (株) 大阪空港工場 (平成 18 年度より検討会に参加)

以前より労働安全衛生に関する会議では、給食利用者から給食内容について意見が出ていた。今回検討会に参加し、関係部署が集まり話し合いを行い、事業所・給食会社が一緒に取り組み始めた。

事例 4 松下電器産業 (株) ランドリービジネスユニット

(平成 18 年度より検討会に参加)

以前より松下全社あがての「健康松下 21」の取り組みをおこなっており、その中で口の小さいドレッシング容器の使用や、普通のしょうゆは使用せず減塩しょうゆのみを置いたりしていた。

今年度検討会に参加し、健康管理部門との話し合いのもと「バランスの良い食事」を考えるときの参考になるように「プライスカード」を色分けして、利用者が組み合わせを考えられるよう工夫した。その内容が福利厚生の一環として「健康松下 21」のホームページにも掲載された。

事例 5 (株) 阪急百貨店 千里阪急 (平成 16 年度より検討会に参加)

昨年度は昼食時間を利用して体脂肪測定を実施することにより、食事・食情報への関心を高めるきっかけづくりができた。

今年度は体脂肪測定を同様に開催し、その後に栄養相談を設けた。朝食・昼食で野菜摂取が極端に少ない人や偏った食事をしている人に「食事バランスガイド」のコマを使用することにより、視覚的に不足(または過剰)であることを示し、その自覚を促すことができた。今後は、バランスガイドを活用し食育をすすめていく。

事例 6 三栄源エフ・エフ・アイ(株) (平成 18 年度より検討会に参加)

以前から委託会社本社の食育ポスターや卓上メモ等は設置しているだけであった。

今回取り組みに向けて事業所の担当者、健康管理部門看護師に保健所栄養士も加わったの会議を開催し、社員の食育に対する認識度を見るため、まずは「食育に関するアンケート」をとることを決定し、現在進めている段階である。

また、脂肪の多いメニューを減らすためスチームコンベクションオープンの設置も検討している。

事例 7 アサヒビール(株)吹田工場 (平成 16 年度より検討会に参加)

昨年度は、調理師ならではの取り組みで、だしの工夫によりみそ汁の塩分濃度を 0.8% にしたり、手作りのタレ・ドレッシング等で利用者が意識せずに減塩や脂肪の減量を試みている。施設担当者との連携もうまくいっており、スチームコンベクションオープンの導入等の設備面での改善も進んでいる。

今年度は、給食委員会へ調理師が参加し、健康管理部門との連携を強めている。今後は、給食会社本社栄養士との連携で、利用者の意識づけ等を考えていくことも必要と考えている。

事例 8 大日本インキ化学工業(株)吹田工場 (平成 16 年度より検討会に参加)

昨年度は、汁椀が大きいので塩分を減らすため、大小 2 種類の汁椀を選べるようにした。それぞれの汁椀で摂る塩分を絵で食堂内に掲示し注意を促した結果、約 3 割が小椀を利用するようになり減塩効果があった。また野菜量の増量を目指して、大皿盛であったが、施設の協力により小鉢の導入ができた。今年度は昨年度の取り組みに加え、健康部門担当者と一緒に大・小椀で摂る塩分を、実際の塩で 1 日分と 1 年間分を並べて展示し、説明する日を設定した。その中で、塩分量の違いに驚き小椀を選ぶという人もおり、関心度も増している。

事例 9 日本触媒(株) (平成 18 年度より検討会に参加)

事業所は、給食は個人の楽しみでもあるので介入しにくいと考えていた。しかし委託会社の栄養士や調理師が出来るだけ揚げ物等は熱く提供できるよう努力をし、ご飯も大・中・小を選べるようになって残菜量が激減した。

今回検討会に参加し、他の施設の取り組みを参考に、野菜を摂ってもらえるような環境作り(麺・カレーコーナーでの小鉢設置や POP 等で情報提供)に取り組んだ結果、野菜小鉢の利用が増えてきている。

事例 10 芦森工業(株)大阪工場 (平成 16 年度より検討会に参加)

昨年度は、健康診断の結果で特に多かった高血圧症と高脂血症の改善を図るため「ヘルシーday」や「サラダバー」を実施した。その結果「サラダバー」の日は漬物摂取量が 1/2 になり減塩効果があった。

今年度は昨年度の取り組みに加え、特に炭水化物ばかりを組み合わせで食べている方にバランスのよい食事をするために野菜を摂ってもらえるような環境作り(麵販売コーナーに冷蔵ショーケースを新設したり目をひく POP やポスター等)を事業所給食管理担当者と一緒に取り組んだ。結果、野菜小鉢の利用が増えたり POP への関心度も増してきている。

事例 11 ダイキン工業(株)淀川製作所 (平成 16 年度より検討会に参加)

昨年度は、バランスの良いメニューを選択しやすい環境作りをテーマに健康増進ポスターの掲示、関連メニューの提供や POP を使った取り組みを行い、給食を通じた健康づくりの第一歩となった。今年度は、健康管理部門や事業所側からの要請もあり、減塩に導けるような環境作り(ワンプッシュ醤油・ソースさしの導入やポスターでの情報提供)やメニュー選びの力をつけてもらうため栄養表示を始め、写真付で“見やすい。わかりやすい”と利用者から好評をえている。

事例 12 塩野義製薬(株)摂津工場 (平成 18 年度より検討会に参加)

高カロリーメニューの喫食傾向が多く見られたため、バランスのとれた食事をするための提案としてイベント(健康展)を開催し食事バランスガイドの啓発を行った。イベントを開催するにあたり、給食会社本社より栄養士の派遣協力を得た。その結果、食事面で自身の抱える問題点が把握できたと同時に食生活改善の意識向上に繋げる事ができた。しかし短時間で「食事バランスガイド」の理解を得ることは難しいため、理解度アップには継続したメニューの提供と説明する時間や機会を設けることが望ましいと思われる。

事例 13 大日本住友製薬(株)茨木工場 (検討会員外)

生活習慣病予防に対する意識向上を図るため、バランスの良い食事が選択できるような栄養情報の提供や食事バランスガイドの啓蒙普及そして食環境を整備し「快適な食空間作り」にも取り組んでいる。

栄養情報を流すことで揚げ物メニューの時は、野菜が多く含まれる小鉢や果物の摂取が増えたり、食事バランスガイドの冊子の持ち帰りが増えたりするなど健康に対する意識の向上が見られるほか、醤油さしをプッシュ式に変えたことで消費量が半減されたり、ご飯の量を選べるようになり米の消費量も減るなどの効果も出ている。

【事例1】

テーマ 生活習慣病予防を中心とした栄養情報の提供と環境整備

給食施設名	ダイハツ工業（株）	給食委託会社名	(株)魚国総本社
従業員数	約750名	給食形態	カフェテリア
目的	<ul style="list-style-type: none"> 給食利用者の健康意識の向上を図り、食事の摂り方に気を配れるようになる 健康診断結果より、肥満や高血圧が多いため。（予備軍含む） 		
概要	<p>1. 実施時期</p> <ul style="list-style-type: none"> ①卓上メモ、社内情報誌による情報提供 →2005年4月より隔月更新で開始 →毎月更新に変更 ②プッシュ式醤油さしへ変更 →2005年10月より実施 ③ごはんの小盛を実施 →2004年9月より実施 ④提供ドレッシングの見直し ⇒ノンオイルドレッシングの導入 →2005年12月より実施 ⑤バランスセットの提供 →2006年11月より実施 <p>2. 給食部門のスタッフ 管理栄養士1名、栄養士1名、調理師4名</p> <p>3. 内容・方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ①卓上メモ、社内情報誌による情報提供 ⇒健康管理部門と給食会社で作成 ②プッシュ式醤油さしへ変更 ⇒全事業場へ導入 摂取量などについては別紙参照 ③提供ドレッシングの見直し ⇒ノンオイルドレッシングの導入 ④「バランスセット」メニューの提供（11～2月 5回実施） 別紙参照 		
使用した教材・参考資料など	インターネット、「栄養と料理」、その他健康づくり関係雑誌		
施設内での連携	各事業場での給食委員会 健康管理部門の産業医、保健師。給食委託会社の管理栄養士		
成果	健康管理部門が従業員に対し実施した、健康づくりに関するアンケートや、給食委員会に参加する従業員代表から、給食に対する意見・要望を把握をし給食利用者が要望する、健康情報を卓上メモや社内情報紙で提供した。また、給食献立として「バランスセットメニュー」を作成し提供できた。		
今後の課題	<p>昨年から、継続して実施しているが、今回は少しマンネリ化したように思う。卓上メモのテーマを、1年間通してメタボリックシンドローム中心に使用と考えている。（現在計画策定中）</p> <p>バランスセットメニューは主菜が肉は15～20%の利用率で、魚は11～12%の利用率であった。概ね好評ではあるが、今後は効果的なPR方法や対象を絞った「バランスセットメニュー」（脂肪を抑えたメニュー etc）の実施も検討し、他の事業場への展開も行いたい。</p> <p>魚や野菜などを、企画の力だけでなく、調理面でも工夫することで、より美味しく提供し、毎日でも食べてもらえるよう努めたい。</p>		

バランスセットの導入について

目的 1. 好きなものへの偏食に陥りがちな、社員食堂カフェテリアにおいて、バランスよい食事の見本と実食を行うことで、体感・会得を目指す。

2. 様々な年齢層・性別に対し、それぞれの要望や問題点に沿った、食事の実践をおこなう。

特徴 1. 目標栄養量を設定し、それを満たすようにメニュー作成する。

エネルギー 800kcal

たんぱく質 20~40g

脂質 17.8~26.7g

炭水化物 100~140g

塩分 3.4g以下

品目数 30品目

他事業場の導入実績と、在館人員構成を元に設定。

2. 白御飯ではなく、五穀米をセットの内容にした。

3. 洋風と和風のメニューを作成した。(3種類作成)

4. 主食・主菜・副菜をセットメニューで摂れる様に作成した。

5. 一皿に盛り付けることにより、食べやすさ・手軽さを演出した。

課題と今後の展開

1. 提供時の、情報PRが不足していたために、目的の周知が薄かった。

ポイントでのPOPの活用や、卓上メモとの連携を図る。

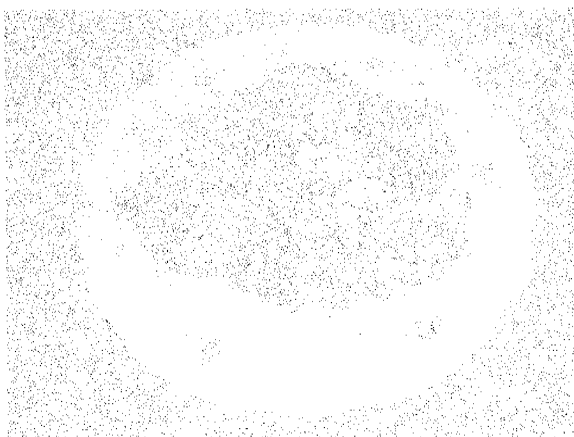
2. 今回の数値は男性向けだったが、対象を絞り込んだ数値設定などを行い、様々な年齢層・性別に対応する。

EX) 男性40代ががんばれるセット・女性30代お肌に効くセット・・・などなど

3. カフェテリア提供時にも、同じようなセットが選べる日を作る。

~ 自分で、選べる力を鍛える。

実施例①

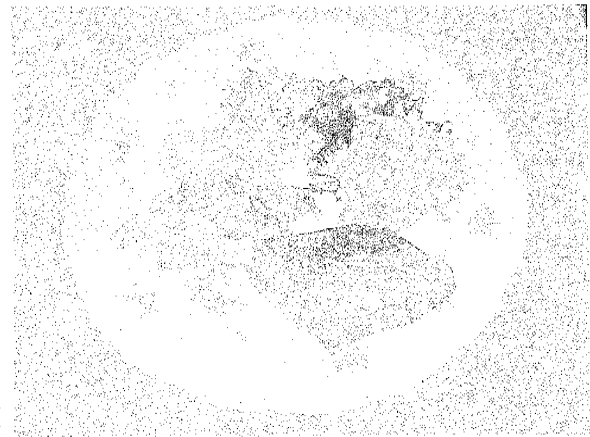


- ・鶏のマスタード焼
- ・豆いろいろトマト煮込み
- ・小松菜のレモン風味 など

洋風でまとめた一皿。

風邪予防にビタミンを意識した食材を多く使用した。

実施例②



- ・鱈の幽庵焼
- ・蒸し鶏のサラダ
- ・小松菜の白和え など

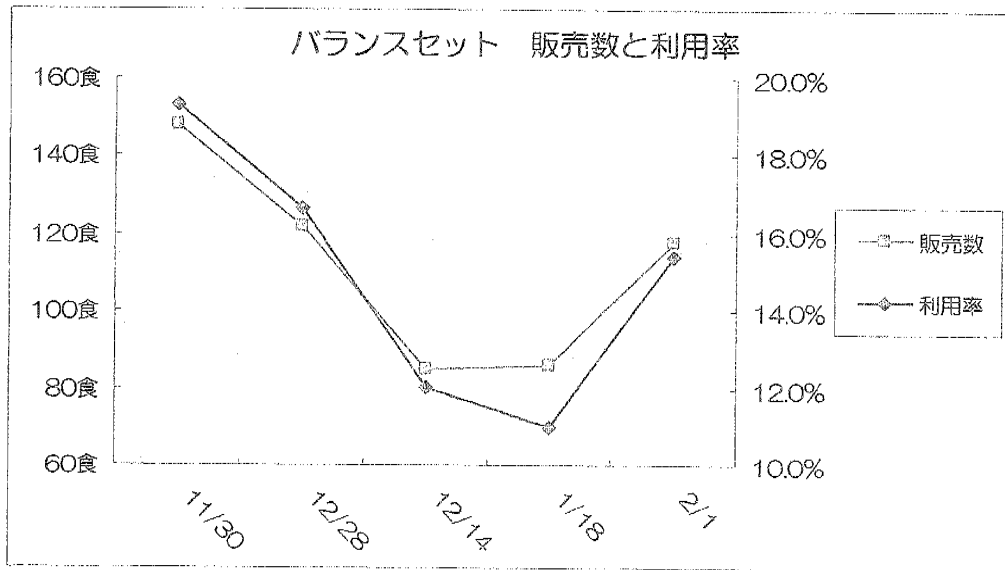
和でまとめた一皿。

ボリュームも意識した。

・五穀米を提供

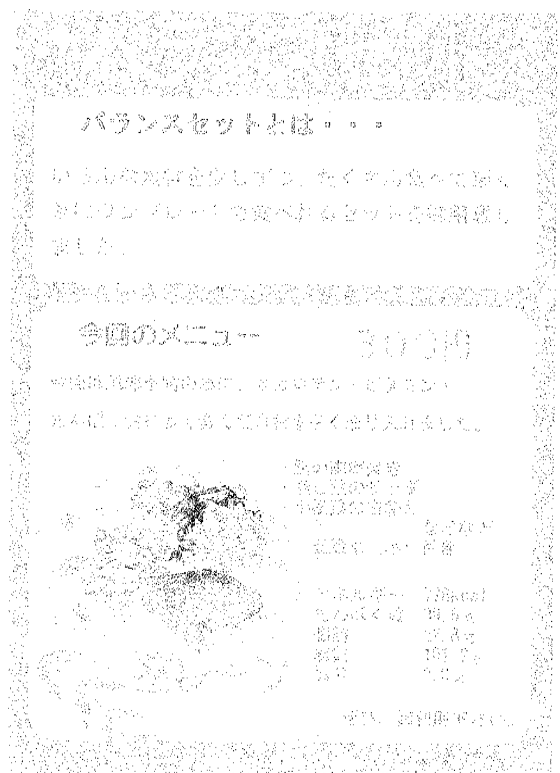
- 大豆 良質の植物性たんぱく質
- 押麦 食物繊維に富んだ大麦
- いりごま カルシウム・鉄が豊富
- 玄米 精白米の4倍のビタミンB1
- キヌア 鉄を多く含む

- ・ボリュームが多く食べきれないとの声があった。
- ・利用率は、主菜が肉の場合17.1%、魚の場合11.5%であった。

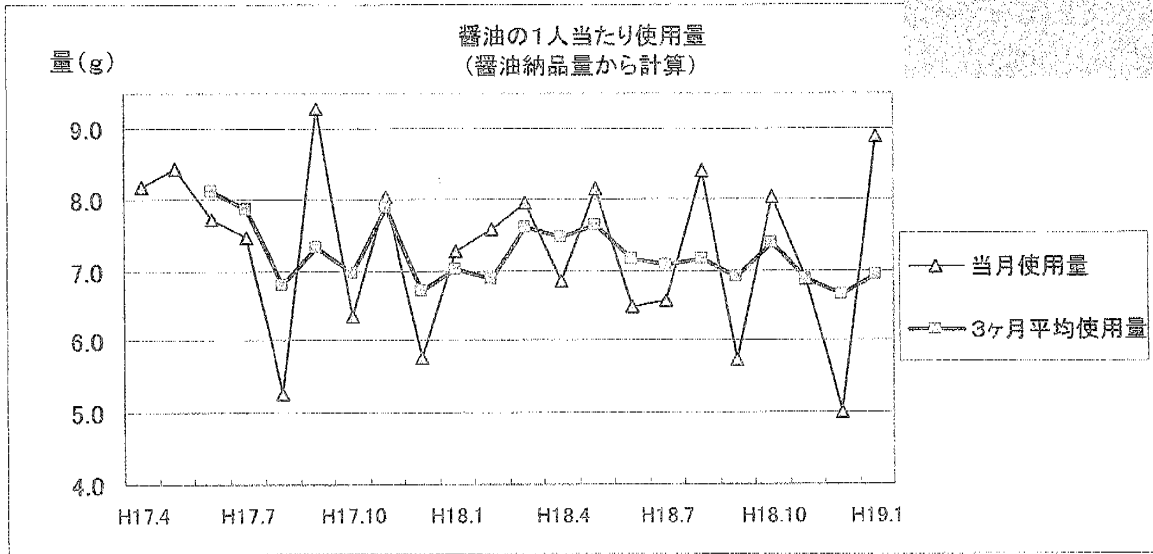
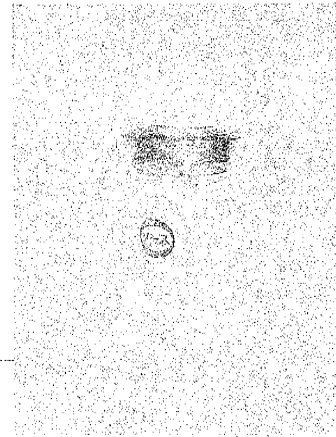


・表示物 (POP) について

ポスターを作成し、数日前より、掲示した。提供場所でのPOPや、エネルギーなどの細かな栄養表示が必要である。提供の意義などを、卓上メモの中に取り上げていきたい。



プッシュ式醤油さしについて
 全事業場に導入済み。(H18.6月頃)



- ・醤油さし使用前の平均 7.72 g
- 使用後12ヶ月 7.09 g
- 使用後計 7.12 g

若干ではあるが、使用量の減少が見られた。

【事例2】

テーマ バランスの良い食事を（野菜を摂りましょう）

給食施設名	独立行政法人 産業技術総合研究所関西センター	給食委託会社名	まる味食品株式会社
従業員数	非常勤等を含む約500人	給食形態	複数定食
目的	健康診断の結果から、生活習慣病予備群が多いことがわかった。予防対策として食育をおこなう。 まず、野菜の摂取量が少ないので、給食利用者に対し野菜についての情報提供をおこなう。また、野菜メニューが選びやすい工夫、メニューの見直しもおこなう。		
概要	<p>1実施時期 次期年度を目標</p> <p>2対象 給食利用者 約 120名</p> <p>3スタッフ 栄養士、調理師、</p> <p>4内容・方法</p> <p>①給食担当者会議の開催（2～3ヶ月に1回開催）</p> <p>②具体的な給食での取り組み案 卓上メモ、ポスターでの情報提供 ⇒野菜に含まれる栄養素等について 野菜メニューの提供 ⇒ 食べやすい野菜メニューづくり 小鉢での提供</p>		
使用した教材・参考資料など	大阪府作成の卓上メモ、ポスターを参考		
施設内での連携	健康管理部門の産業医、施設管理者、給食管理者、看護師。 委託給食会社の栄養士、調理師、本社管理栄養士。		
成果	検討会に委員として参加することで、他施設の情報が得られた。 また、食育の実施はまだできていないが、動機付けにはなった。		
今後の課題	健康管理部門と給食部門で定期的な話し合い（給食委員会）をおこない、取り組みを進める・まずは給食部門から発信していきたい。		

【事例3】

テーマ	ヘルシーメニューの提供
-----	-------------

給食施設名	第一屋製パン(株)大阪空港工場	給食委託会社名	エームサービス
従業員数	570人	給食形態	カフェテリア
目的	従業員の健康づくりに役立つメニューの提供をめざす。		
概要	<p>実施時期 3月初旬</p> <p>対象者 給食利用者 約200名</p> <p>内容・方法</p> <p>① 給食について話し合い実施 事業所と給食会社で役割分担</p> <p>② 具体的な取組み</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 事業所が実施 従業員のニーズ把握→食堂利用者アンケート実施 ・ 給食会社が実施 献立表に材料名、数量、栄養価を算出 利用者向け表示献立、カードで栄養表示（エネルギーと塩分） 野菜（根菜）メニューの提供 		
使用した教材・参考資料など			
施設内での連携	事業所給食管理者・給食利用者（職場安全委員会） 調理師、給食会社代表		
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ 給食会社がヘルシーメニューの取り組みとして、根菜を使ったメニュー提供と献立に栄養表示を実施するようになった。 ・ 給食利用者とも連携し利用者にアンケートを実施することになった。 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・ 今回の取り組みではメニューについての栄養価はわかったが、具体的に体への影響などについてはわからない。 ・ 今後は、健康情報と合わせた利用者への伝え方など、アンケート結果も見て検討していきたい。 		

食堂利用者様

食堂利用についてのアンケート

今回 食堂・食育(メタボリックシンドローム等)に関して標記アンケートを実施致します。

今後役に立っていきますので皆様のご意見をお願いいたします。

該当する項目を ○ で囲ってください。

1. 今身体で気になるところはありますか。

- ・ はい ・ いいえ
* 糖尿病 高血圧 中性脂肪 その他()

2. 野菜の料理があるときは選びますか。

- ・ はい ・ いいえ

3. メニューにカロリー表示があると気にして見ますか。

- ・ はい ・ いいえ

4. 食堂のメニューに期待する事はありますか。

- ・ はい ・ いいえ
* 味 ボリューム ヘルシー

5. サラダ等の野菜を使用した料理があったら選びますか。

- ・ はい ・ いいえ

6. メタボリックシンドロームの意味を知っていますか。

- ・ はい ・ いいえ ・ 聞いたことがある

7. 食堂で野菜を使ったメニューを増やしてほしい

- ・ はい ・ いいえ

8. 肉類を使ったメニューを増やしてほしい。

- ・ はい ・ いいえ

9. 魚を使ったメニューを増やしてほしい。

- ・ はい ・ いいえ

10. 一回あたりの利用金額はどれくらいを考えていますか

- * 270円 400円 500円 550円 600円以上

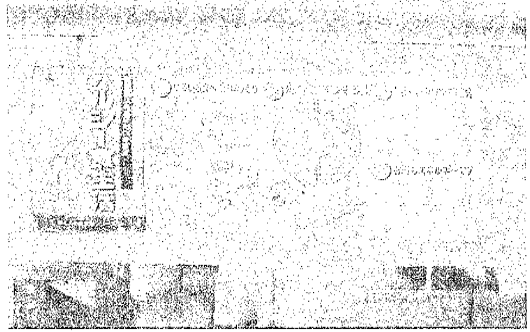
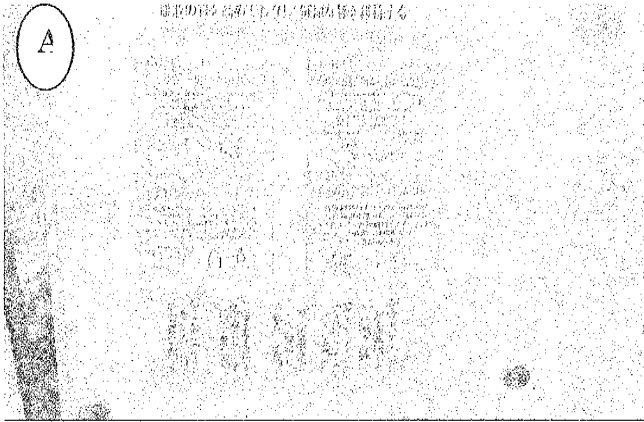
11. その他何かがご意見がありましたらお願い致します。

アンケートは以上です、ありがとうございました。

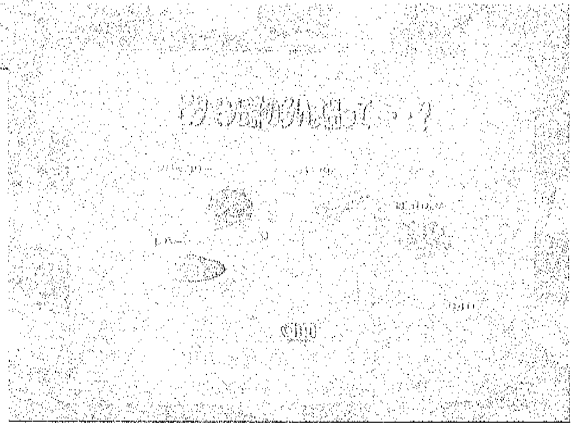
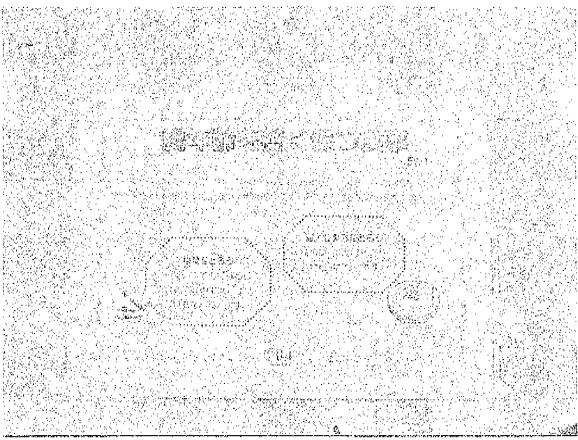
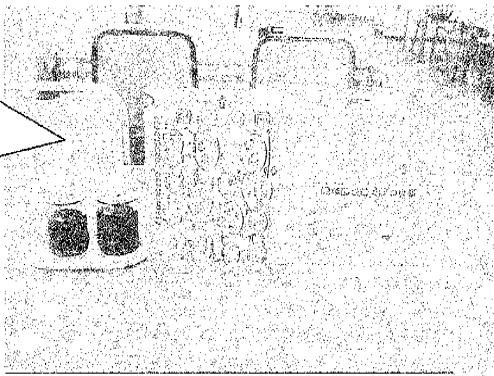
- ・ 第一屋製パン食育担当(総務課)
- ・ 第一屋製パン労働組合空港支部
- ・ E-ムサービス 第一屋製パン事業所内食堂

ポスターによる掲示

A はオリジナル作成
※他の写真や図表は、実際の様子を撮影する



卓上メモによる情報提供



ポップで栄養
 価表示

【事例4】

テーマ 健康に配慮した取り組み

給食施設名	松下電器産業（株）	給食委託会社名	中央フードサービス
従業員数	1168名	給食形態	カフェテリア
目的	<p>1. 普段、何気なく食べている給食にもっと興味を持ってもらい、健康管理に役立ててもらおう。</p> <p>2. 管理者が多いわりには、ドレッシングや漬物は自由にとれるため、とりすぎる方が多いので、改善を促す。</p>		
概要	<p>1 実施時期 平成18年10月初旬……色分けのプライスカード 平成18年11月下旬……ドレッシング容器の変更、カロリー表示</p> <p>2 対象 食堂利用者 780名</p> <p>3 スタッフ 栄養士 調理師 健康管理室 産業医、保健師</p> <p>4 内容・方法 ・プライスカードの主食、主菜、副菜ごとの色分けし、エネルギー、塩分、野菜量を記載した。 ・ドレッシング容器の変更 → 口が小さいものに。 ドレッシングコーナーに<u>エネルギー</u>の表示 →エネルギー、塩分の高いものには色をつけ注目してもらおう ・卓上しょう油は減塩しょう油を使用 ・実物サンプル横に健康メニューの組み合わせ例を掲示</p>		
使用した教材・参考資料など	ドレッシングの栄養成分表		
施設内での連携	健康管理室と話し合いのもと、表示方法（プライスカードやドレッシングの栄養価）や容器などを決定。		
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・プライスカードの変更後は、以前の比べると炭水化物同士の食べあわせが減少したように思う。 ・ドレッシングの使用量に今のところ大きな変化は見られない。高エネルギーのものほどよく売れ、まだ意識の変革には至っていない。 ・この取り組みが評価され、松下全社で取り組んでいる「健康松下21」で取り上げられインターネットで紹介された。 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスのよい食事のとり方の普及の強化 ・高エネルギードレッシングの使用量を減少させる ・定期的に開催される食堂運営委員会に参画し、食育の取り組みを進めていきたい。 		

事業場名 松下ホームアプライアンス社 三国

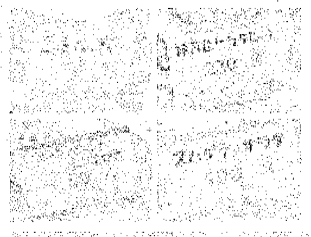
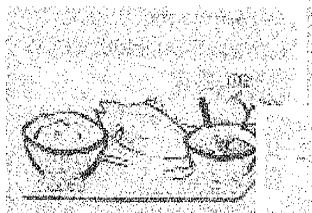
給食会社名 中央フードサービス(株)

食堂訪問日:2006/12/4

健康に配慮した献立作り

● 栄養表示

《《 毎日、全ての献立に表示 》》



主食:ピンク
主菜:イエロー
副菜(小鉢):ブルー
サラダ:グリーン
味噌汁:ベージュ

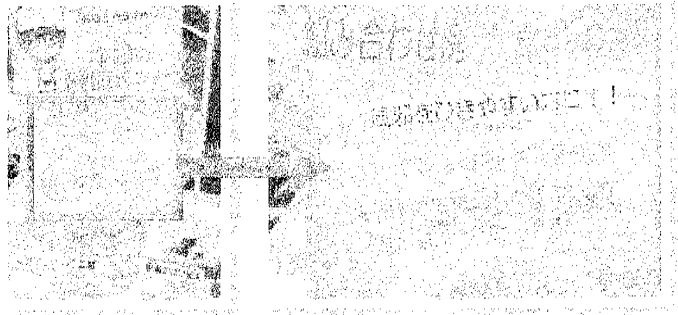
エネルギー、塩分、野菜量の表示と主食・主菜・副菜の色分けを表示



わかりやすくサンプルの他、提供場所にも表示

● 好ましい組み合わせ例の提示

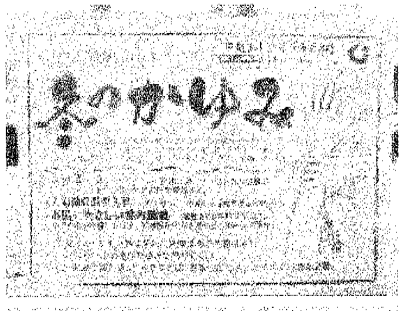
《《 栄養士のおすすめ!本日の健康メニュー 》》



ごはんと味噌汁を合わせて
エネルギー: 700kcal以下
塩分: 3.0g以下
野菜: 120g以上

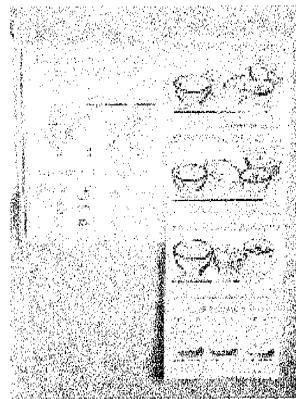
● 栄養健康情報の提供

《《 卓上メモ 》》



給食会社作成 更新: 月2回

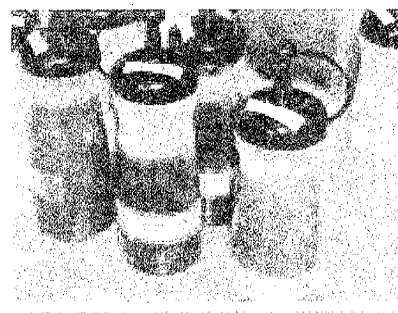
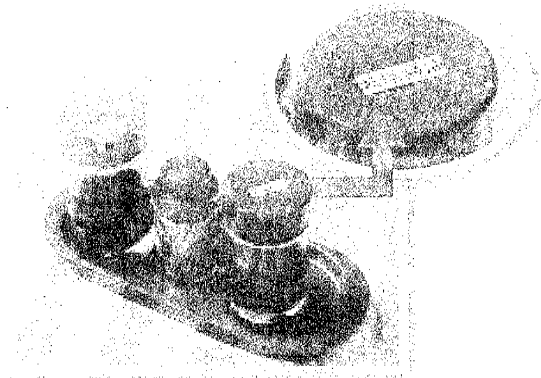
《《 ポスター 》》



バランスのよい食事のとり方

● 食材・成分の工夫

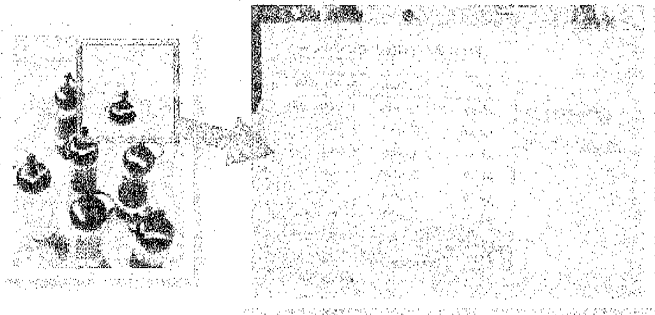
《《 調味料の工夫 》》



減塩醤油やノンオイルドレッシングを設置
塩分・エネルギーの低減を推奨

● 提供方法の工夫

《《 調味料容器の工夫 》》



エネルギー摂取低減のため、ドレッシングを注ぎ口の小さな
容器に入れ替えて提供、あわせてエネルギー量も表示

《《 献立のバリエーション 》》

四季折々の食材を使ったメニューや行事食の提供

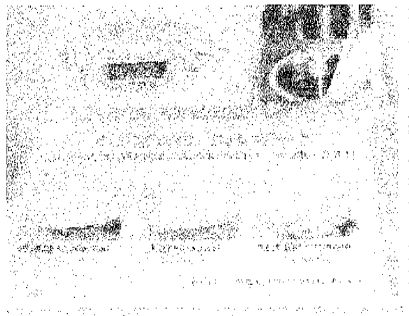
● その他の取り組み

《《 バランスのよい食事を推奨 》》



カレーライス提供場所でミニサラダ(50円)も提供

《《 ごはんのエネルギー表示 》》



普通盛り:285kcal
大盛り:356kcal
特大盛り:566kcal

自分でごはんをよそうため、ごはんの量によるエネルギーの違いを表示し、食べ過ぎ防止を啓発

食堂のこころがけポイント



- 明るい笑顔での接客
- 適時適温をこころがけています
- 新鮮な食材を使用
- 見た目の美味しさ、食べた美味しさ…五感全てで感じてもらえる食堂！
- 季節感や行事食をとり入れお客さまに喜んでいただけるメニューの提供
- 下処理済野菜の利用で生ごみの削減

利用者の声



- ◆ 小鉢の種類などメニューが増えたので選びやすくなり嬉しい。
- ◆ 組み合わせの提示も参考にしているが、サンプルのところだけでなく事前に食堂以外の場所でも見るできるようになれば良いと思う。
- ◆ 季節のごはん、週がわりのラーメンやクリスマスのデザートを提供もあり、食事の楽しみが増えた。
- ◆ 揚げ物などがもう少し温かいと嬉しい。

【事例5】

テーマ 社員食堂における体脂肪測定と体脂肪・栄養に関する情報提供

給食施設名	(株) 阪急百貨店 千里阪急	給食委託会社名	(株) キャンティンウエスト
従業員数	390名	給食形態	複数定食
目的	複数献立（2定食＋丼＋麺類＋小鉢）の食堂において、献立作成時に栄養面の配慮を行うことも重要である。喫食者の栄養摂取状況は何を選択するかにより異なってくる。そこで、食事は嗜好を満たすだけでなく、健康の維持増進のためにも重要であるということを利用者に働きかけ、関心を深めることを目的とした。		
概要	<p>1 実施時期 平成18年9月7日 11時40分～15時30分</p> <p>2 対象 社員食堂利用者（喫食者数：約300名）</p> <p>3 スタッフ 管理栄養士 3名（施設1名、委託会社2名）</p> <p>4 参加人数 42人（体脂肪測定と栄養相談：39人、体脂肪測定のみ：2名、栄養相談のみ：1名 すべて女性）</p> <p>5 内容・方法</p> <p>① 体脂肪測定：インピーダンス式の体脂肪計を用いて体脂肪測定を行い、BMIを算出する。管理栄養士がアドバイスを行う。</p> <p>② 栄養相談：食事バランスガイドを用い、当日の食事を聞き取り、それを元に栄養相談を行う。</p> <p>③ 展示：菓子・酒の実物展示とそれに相当するエネルギー量のステイックシュガーをともに展示した。</p> <p>④ 情報提供：メタボリックシンドローム、糖尿病、高脂血症、高血圧、肥満（リーフレット）</p>		
使用した教材・参考資料など	<p>使用機材 : インピーダンス式体脂肪計 4台</p> <p>栄養計算ソフト : 独楽回師</p> <p>参考資料 : 「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル（第一出版）</p>		
施設内での連携	給食委員会の設置がないため、千里阪急総務部、本店福利厚生部管理栄養士との連携の構築。アドバイスの内容や、事前告知において連携。（体脂肪測定には性別・年齢・身長・体重の情報が必要なので、予め把握しておいてもらうように卓上POPで告知した。）		
成果	<p>女性の平均のBMIは20.5、体脂肪率は26.6%であった。50・60歳代になるとBMIは22前後、体脂肪率は29%以上と隠れ肥満の傾向が見られた。この結果は1年前に体脂肪測定を行ったときの結果と酷似している。</p> <p>加齢とともに隠れ肥満の傾向が見られたことから、今回は栄養相談を取り入れた。相談を行った結果、昼食までで野菜摂取が極端に少ない人や偏った食事をしている人に食事バランスガイドのコマを使用することにより、視覚的に不足（または過剰）であることを示し、その自覚を促すことができた。</p>		
今後の課題	<p>体脂肪測定と栄養相談を定期的に行うようにしたい。</p> <p>食事バランスガイドを利用する際に役立つ資料を充実させたい。</p> <p>メタボリックシンドロームについて資料を充実させ、その予防のためにも食事と運動が大切であるということの周知に努めたい。</p>		

【添付資料】

体脂肪測定結果記入用

(表)

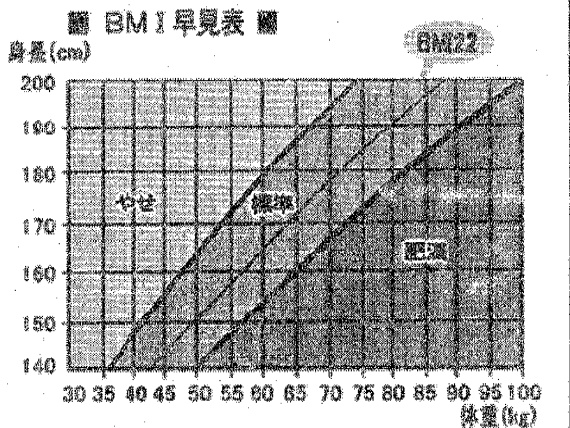
体重をコントロールしましょう

BMI (Body Mass Index) とは...
身長と体重のバランスから肥満を判定する体格指数で国際的に広く使われています。
最も疾病の少ないBMI 22を基準としています。

18.5未満... 痩せ
18.5以上25未満... 適正
25以上... 肥満

標準体重 = 身長 m × 身長 m × 22 =

自分のBMI = 体重 kg ÷ 身長 m ÷ 身長 m =

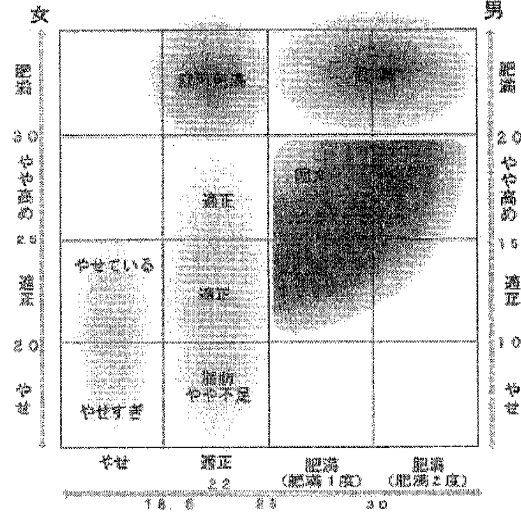


体脂肪率の値とBMIの値が交差した点があなたの体のゾーンです。

あなたの体脂肪率は？ %

体脂肪率(%)は測定値です。
体脂肪率は脂肪の量を直接測るものではなく、あくまでも推定値を算出するものです。そのため、測定姿勢や測定時間によって誤差が生じます。

体脂肪率(%)



測定日 年 月 日

BMI 判定

(裏)

メタボリックシンドロームは、動脈硬化の強力な危険因子です。

メタボリックシンドロームって、どんな病気？

メタボリックシンドロームとは、肥満、高血圧、高血糖、脂質異常症、腎臓機能低下の5つの状態が同時に起こる状態です。これらが同時に起こると、動脈硬化の危険因子となり、心臓病や脳卒中のリスクが高まります。

なぜ、内臓に脂肪が蓄積するの？

内臓脂肪は、エネルギーを蓄積する役割を果たしています。しかし、過剰に蓄積すると、ホルモンのバランスを崩し、高血圧、高血糖、脂質異常症を引き起こします。

内臓脂肪が蓄積を止めるには、生活習慣を改善する必要があります。

メタボリックシンドロームの診断基準は、メタボリックシンドロームの診断基準に基づいて行われます。

体のタイプの判定表は「松下電工ホームページ ぐらしのメモ 健康管理に役立てたい 体脂肪・BMI計」を参照した。

栄養相談に用いた用紙。

食事バランスガイドを用い、当日の食事の聞き取りを行った。

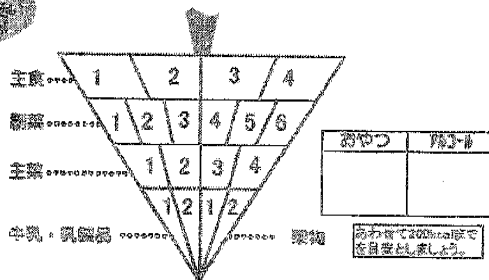
あなたの食事 バランスチェック！

あなたの食事は、グッドバランス？それともアンバランス？

食事バランスガイドを基として、今日一日の食事のバランスをチェックしましょう

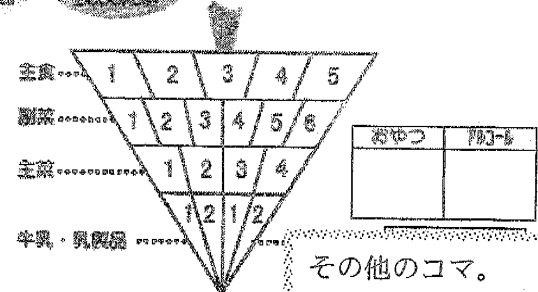
	主食	副菜	主菜	乳・乳製品	果物
朝食1	食パン1枚 1	サラダ 1	白玉焼き 1	ヨーグルト 1	バナナ 1
朝食2	ご飯 1	野菜汁 1	納豆 1		
昼・食	ご飯 1.5	お肉・お魚 2	お豆・お野菜 2		果物 1
	スシ弁当 2.5	スシ弁当 0.5	スシ弁当 1	カレーのデザート 1	カレーのデザート 1
	きつねうどん 2	野菜の炒め 1	きつねうどん 1	揚げ 0.5	揚げ 0.5
	カレーライス 2	カレーライス 1	カレーライス 1		
夕食					

6~65歳
活動レベル 低い
1800kcal

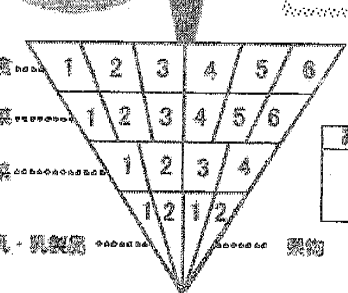


食品名	主食	副菜	主菜	乳・乳製品	果物	合計kcal
ご飯 (炊飯器く1杯)	1					168
ご飯 (茶碗1杯)	1.5					170
ご飯 (炊飯器盛り1杯)	2					262
にぎりの寿司	2		2			595
お弁当	2	1	3			865
チャーハン	2	1	2			695
ミックスサンド	1	1	1	1		545
ピザ	1	1		1		538
スパゲティ・ミートソース	2	1	2			697
チーズ・ヨーグル	2	1	1			607
焼きそば	1	2	1			538
お肉お魚	1	1	3			547
しらすとさやりのサラダ		1				50
お肉お魚の味噌汁		1				80
きゅうりとわかめのお味噌汁		1				31
野菜お肉		2				213
お肉お魚お豆腐		1				101
野菜のお味噌汁		2				134
お肉お豆腐		1				109
さのこのバター炒め		1				73
お肉のお味噌汁			2			345
揚げお豆腐		3	1			352
焼きそば		2	4			668
焼肉のお味噌汁			3			288
お肉お豆腐			3			352
ハンバーグ			3			405
お肉			2			644
ヨーグル			1	2		345
お豆腐				2		76
お肉お豆腐				2		211
お肉お豆腐お味噌汁			1	2		405
お肉			2			205
お肉お豆腐			2			150
お肉お豆腐			2			290
プロセスチーズ				1		66
牛乳				2		134
お豆腐					1	46
りんご					1	54
お豆腐					1	54
お豆腐					1	58

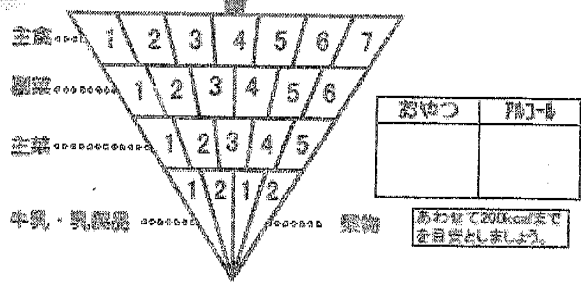
18~65歳男性
活動レベル 低い
2000kcal



18~65歳女性
活動レベル 低い
2200kcal



18~65歳男性
活動レベル 中
2400kcal



性別・年齢・身体活動強度から推定エネルギー必要量を4段階（1800、2000、2200、2400kcal）に分け、それぞれに対応した（バランスの取れた状態できちんとしたコマの形になる）コマの図を用いた。

その他のコマ。
上図のコマの部分
差し替えて用いた。

メタボリックシンドロームの診断基準を載せたリーフレット。持ち帰って利用してもらうために作成。

〈表〉

メタボリックシンドローム

あなたはメタボリックシンドロームかどうかが、まず健康診断の結果などから、次の項目に該当するものがあるかチェックしてみてください。

メタボリックシンドロームの診断基準

必須項目

内臓脂肪蓄積
ウエスト周囲径 男性≧85cm 女性≧90cm
内臓脂肪面積 男性≧120cm²程度

選択項目 これらの項目のうち3つ以上

高トリグリセリド血症 ≧150mg/dl
かつ/または
経 FIDL コレステロール血症 ≧160mg/dl

収縮期 (最大) 血圧 ≧130mmHg
かつ/または
拡張期 (最小) 血圧 ≧85mmHg

空腹血糖血症 ≧110mg/dl

※ CT スキャンなどで内臓脂肪面積を計ることがあります。

※ ウエスト周囲径はもつたまま、真く息を吐いた状態で測ります。

※ 高トリグリセリド血症、高 HDL コレステロール血症、高血圧、糖尿病に対する診断指標を参照している場合は、それぞれの項目に当てはまる。

あなたの数値

↓

○ウエスト周囲径 (へそまわり) cm

○トリグリセリド mg/dl

○HDLコレステロール mg/dl

○収縮期 (最大) 血圧 mmHg

○拡張期 (最小) 血圧 mmHg

○空腹血糖 mg/dl

あなたの数値が3つ以上該当する場合は、**メタボリックシンドローム**と診断されます。

あなたはもうどうでしたか?

〈裏〉

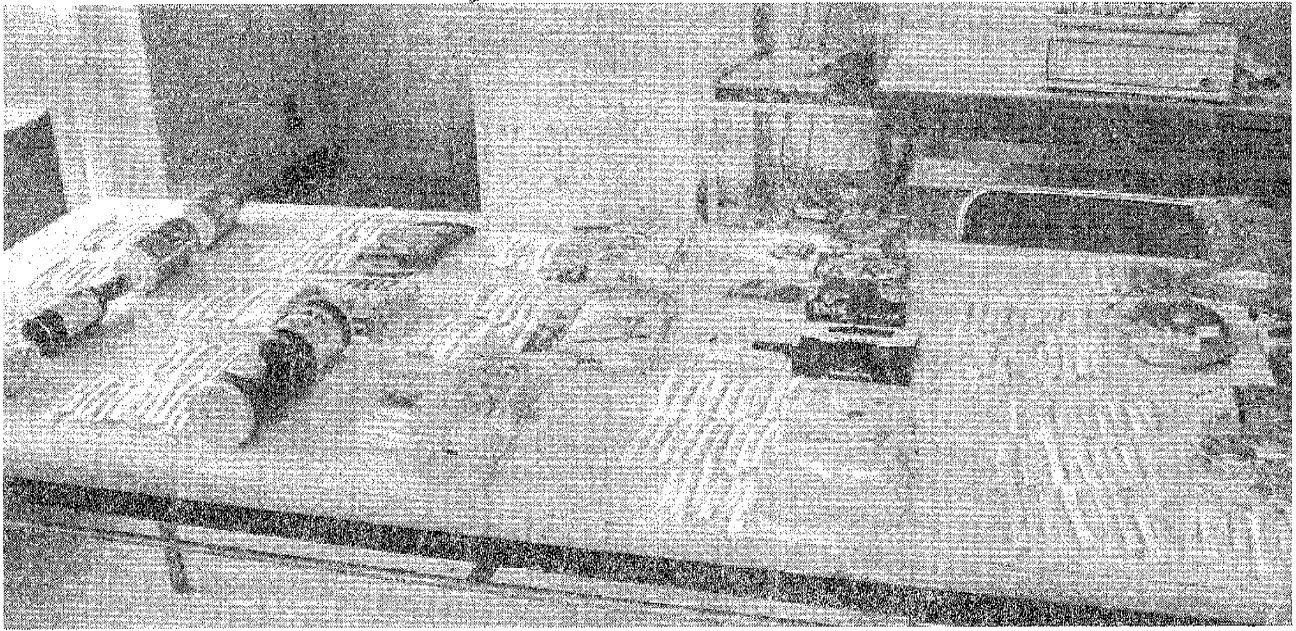
メタボリックシンドロームってなに?

肥満や高血圧、高中性脂肪血症、高コレステロール血症、高血圧、これらの危険因子が重なった状態が「メタボリックシンドローム」です。『メタボリックシンドローム』の人は、動脈硬化の危険因子である『肥満症』、『高血圧』、『糖尿病』、『高脂血症』を重複して発症している場合があります。最近の研究で、これらの危険因子の重なりにより動脈硬化のリスクが高くなることがわかってきました。危険度が高まるとさまざまな生活習慣病が発症し、場合によっては死につながることもあります。

予防の10か条

- ◆ 適正体重を維持する。
- ◆ 野菜や乳製品や豆類などをしっかりと食べ、バランスのとれた食事を摂る。
- ◆ 規則正しく食事をし、朝食を抜いたり、食べる直前に夜食を食べたりしない。
- ◆ 脂肪の摂りすぎに気を付ける。
- ◆ 塩辛い味つけは避ける。
- ◆ ジュースや缶コーヒー、糖分の多い食品を食べ過ぎない。
- ◆ ウォーキングやジョギング、水泳など毎日適度な運動をする。
- ◆ 睡眠、休養は十分に取る。
- ◆ タバコは百害あって一利なし。思いきって禁煙をする。
- ◆ お酒はほどほどにする。週末は休肝日を設ける。

菓子・酒の実物展示とそれに相当するエネルギー量のスティックシュガーの展示。



【事例6】

テーマ 「健康増進活動」を浸透させる

給食施設名	三栄源エフ・エフ・アイ（株）	給食委託会社名	（株）魚国総本社
従業員数	560名	給食形態	単一定食
目的	「健康増進活動」（魚国総本社として取り組んでいる）を通じて食事と健康を結びつけて考えてもらい、今後、展開する食育の準備をする。		
概要	<p>1 実施時期 平成18年7月から実施を強化</p> <p>2 対象 食堂利用者 560名</p> <p>3 給食部門スタッフ 管理栄養士1名 栄養士1名 調理師3名</p> <p>4 内容・方法 ○給食会議より、自分の健康に関心をむけてもらおうという視点で、「食育」に関する意識を調査することになりアンケートを作成中である。 ○他の取り組みとして ・「健康増進活動」、「週間メニュー」のポスターを掲示板と食堂入口やホールに掲示。 ・「昼食内容に関するアンケート」をまとめ、社内全体に周知する。 （従来より実施）</p>		
使用した教材・参考資料など	アンケート作成にあたって 平成17年徳島県 オープンとくしまえe-モニターアンケート 「食育」についての実態調査 を参考にした。		
施設内での連携	施設側…総務部食堂担当者、医務室看護師 委託側…管理栄養士、栄養士 開催は不定期		
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・「食育」に関するアンケートを実施予定 ・食育の一環としてサンプルケースの設置 ・脂肪控えめメニューを作るためにチームコンパクションオープンを設置検討中 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・アンケート結果より見えてきた食育に関する問題を課題とする。 ・施設側と給食委託会社側との連携の強化 <p>制約もあるができることから実施し、施設側従業員の“健康づくり”に役立つよう努力していく。</p>		

健康増進の一環としての食育への取り組みについて

生涯にわたり健康で生きがいのある人生を送るためには、健康の維持、管理が不可欠であり、多くの時間を社内で過ごす企業が健康づくりのサポートをする役割は少子高齢化社会を迎えるにあたり重要なものとなってきています。そこで、生活習慣病の予防を目的とし、健康管理部門と給食会社が連携し、栄養バランスの取れた給食の提供及び喫食者への栄養指導・情報提供等を通して正しい食生活のあり方を啓蒙し、健康増進を推進して参ります。つきましては、下記のアンケートにご協力頂き、今後の方向性を検討して参りたいと存じます。ご理解を賜りご協力の程よろしくお願い致します。

- ① あなたは、「食育」という言葉やその意味を知っていましたか
- A 言葉も意味も知っていた。
 - B 言葉は知っていたが、意味は知らなかった。
 - C 言葉も意味も知らなかった。
- ② あなたは、「食育」に関心がありますか。それとも関心がありませんか。
- A 関心があります。
 - B どちらかといえば関心がある。
 - C どちらかといえば関心がない。
 - D 関心がない。
 - E わからない。
- ③ あなたにとって「食育」とは、何を意味しますか？（複数回答可）
- A 食生活の乱れ（栄養バランスの崩れ、不規則な食事等）を正す。
 - B 生活習慣病（糖尿病、高血圧、高脂血症等）の予防に必要。
 - C 味覚の形成、発達に役立つ知識、情報を得る。
 - D BSEなど、食品の安全性確保に必要な知識を身に付ける。
 - E 伝統的な日本食（スローフード）を継承して行く。
 - F 食のスペシャリストを育成する教育。
 - H その他（理由： _____ ）

「健康増進活動ツール」・「健康増進メニュー」のご紹介

健康増進活動ツール

健康増進メニュー

ポスター (B2・A3)

卓上メモ (A5)

テーマ

旬の食材
3品の
イメージ
写真

カラダの悩み
についての
説明文

栄養成分に
ついての
説明文

配布メモ (3つ折りポケットサイズ)

旬の素材
レシピ

食材の写真
および効能

悩みの
メカニズム

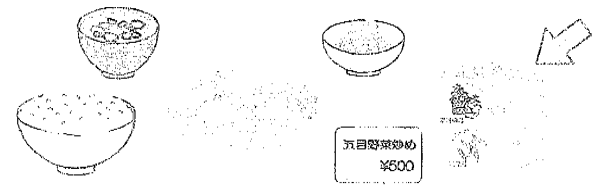
カラダの悩み
解消法など

今月のポイント
栄養成分

お客様に「健康増進メニュー」であることを知っていただくために、「健康増進メニューカード」を使用します。

健康増進
メニューカード

<使用例>



注：上記の写真およびデザインは、イメージです。実際に配布されるポスター等とは異なりますので、ご了承ください。

【事例 7】

テーマ 食事の楽しみと健康維持の一体化

給食施設名	アサヒビール(株)吹田工場	給食委託会社名	立花ケイタリングサービス(株)
従業員数	160名	給食形態	複数定食
目的	バランスのとれた食事に関心を持ち、健康維持のための食事と楽しみの食事が調理師として出来ることを考えて、選択するだけで自然に一体化できる給食を作ることを理想とする。		
概要	<p>1 実施時期 平成16年度～</p> <p>2 対象 給食利用者 (180名—関連会社も利用のため)</p> <p>3 給食部門のスタッフ 委託会社調理師</p> <p>4 内容・方法</p> <p>① 検討会で他施設の取り組みを聞いて、だしをきかせることで0.8%にしてもおいしく感じるようにした。 (味噌の量 1kg⇒750gに)</p> <p>② 施設の協力によりスチームコンベクションを導入し、調理の段階であぶらを落とす、油の使用量を減らすメニューを工夫し実行した。</p> <p>③ ノンオイルドレッシング・タレ・スープ等を手作りすることで塩分やあぶらを控える。スープ類の工夫をする。 ドレッシング容器の容量や出口を小さくした。</p> <p>④ 多量に作りおきせず、おいしさを保つ工夫をしている。</p>		
使用した教材・参考資料など	野菜たっぷりメニュー集、たれ・ドレッシング等の料理集 インターネットを利用したメニュー等		
施設内での連携	給食委員会へのオブザーバー参加 (構成員 会社・労働組合代表・委託会社) 食堂利用者へ声をかけて、意見を聞きながら実施しています。		
成果	<p>① 継続して取り組む中で施設の連携が前進し、設備の改善が図られるとともに、給食委員会への出席が出来て問題提起ができた。</p> <p>② みそ汁の塩分を減らしたが苦情も出ていない。ドレッシング等も好評。</p>		
今後の課題	さらなる事業所側との連携を図ることが大切である。 現在の取り組みを継続し、PRすることで給食利用者特に無関心な人への意識付けを図っていきたい。		

基本のたれ・だし レシピ

・八方だし

しょうゆ:みりん:酒 1 : 1 : 1	火を通しておくと冷蔵庫で1ヶ月はもつ。
-------------------------	---------------------

だしのバリエーション

- ・ 焼肉のたれは、中華だし・豆板醤、おろしにんにく、白ごまを加えて。
- ・ 2倍量弱のだしを加えて天つゆ・麺のつゆに
 - ・ 甘酢のもとを加え、だいこんおろしを加えると「おろしドレッシング」に
梅肉を加えると「梅ドレッシング」
大葉を刻んで漬けると「しそドレッシング」

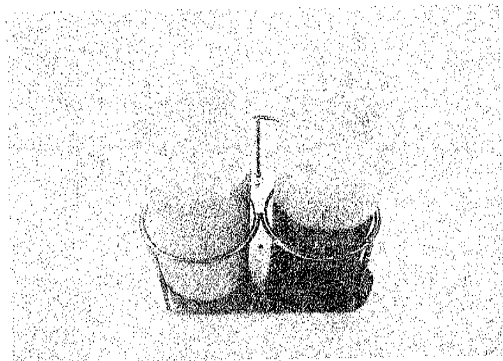
・甘酢のもと

酢 : 砂糖 : 塩 1/2カップ : 大さじ 3 : 一つまみ	さつとひと煮たちする
-------------------------------------	------------

・自家製つゆの素

酒・みりん・しょうゆ・こんぶ・けずり鰹を煮出す。煮物、麺つゆ、おひたしなどに使える

ドレッシングの容器は、2~3種類
その時のメニューによって、替わります。
口は、大きさが変わります。

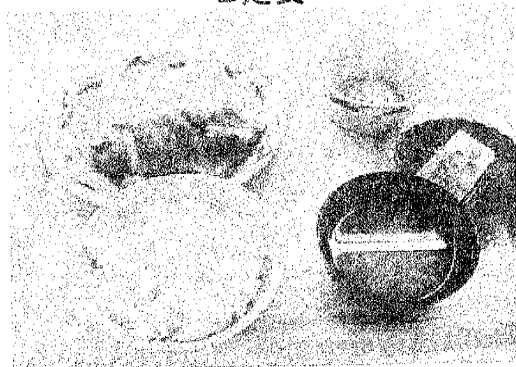


メニューの例

A定食



B定食



定食はメインが2種類から選択、小鉢は白色・青色小鉢それぞれ1種類ずつの選択となっています。

【事例 8】

テーマ 減塩意識を高める

給食施設名	大日本インキ化学工業(株)吹田工場	給食委託会社名	ウオクニ(株)
従業員数	400名	給食形態	複数定食
目的	食堂における生活習慣病予防の観点から減塩に取り組んでいる。具体例を展示することで実感・継続することの大切さを知ってもらう。		
概要	<p>1 実施時期 平成18年11月17日、24日の2日間 午前11時45分～12時45分</p> <p>2 対象 社員食堂利用者 300名</p> <p>3 給食部門のスタッフ 施設側 福利厚生担当者 委託会社 栄養士</p> <p>4 参加人数 30名(男性20名、女性10名) ※ 立ち止まって説明を聞いた人数</p> <p>5 内容・方法 ① みそ汁大・小の塩分を塩の量で展示(1杯分・1年間分) ② 「高血圧とは？」の簡単な説明 ③ リーフレット「塩分を控えるためのコツ」の配布</p>		
使用した教材・参考資料など	健康おおさか21 栄養・食生活小読本 高血圧症の食事療法(横山泉監修) -インターネット		
施設内での連携	給食委員会 健康管理部門の福利厚生担当者との連携(打ち合わせ、当日の運営等) みそ汁塩分濃度測定し安定供給への協力		
成果	みそ汁大・小2種類の提供をスタートさせて、約1年が過ぎた。提供数は、大:小=7:3の割合で安定しつつあった。しかし今回みそ汁に含まれる塩分量を、塩の実物として見てもらう事で、1日ではたいした差ではないが、1年分の差が大きいことにびっくりしている人がほとんどで、これからは小碗を選ぶという人もいた。減塩を継続する上で視覚に訴えた方法としては、一定の効果があった。また、リーフレットを手渡ししながら調味料に関する説明が出来たことは、よかった。		
今後の課題	平成19年3月中旬の健康診断に向けて、健康管理部門との連携を深め、食事に対する個人意識レベルを上げていく取り組みを進めていきたい。		

〈 大日本インキ 〉

H17年からの取り組み

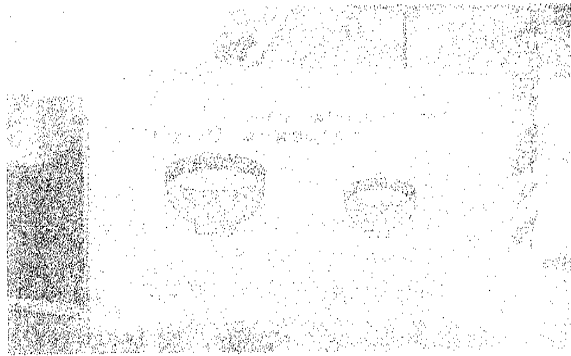
みそ汁は、大・小の2つを用意
食堂内 3ヶ所に掲示(目につくように)

・結果

小碗の利用者が20%から30%に
増加してきました。

↓
最近では、30%前後で固定化して
きました。

↓
次のステップを、健康管理部門担当者
と一緒に考えました。

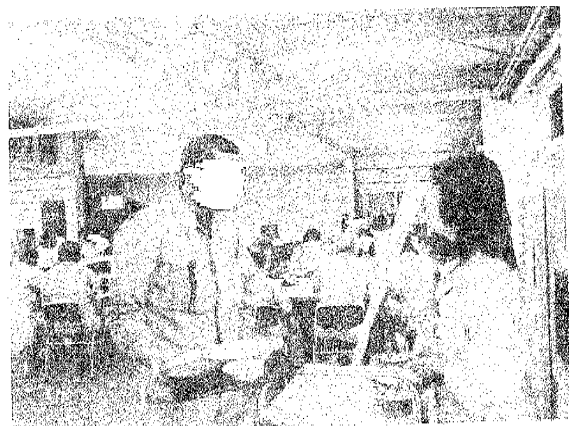


H18年度の取り組み

イベントとして食堂内での展示を実施
1杯分の塩分量の差を1年間分を実際の塩で展示



は
小碗にするという方もおられました。



塩分はひかえめに

資料一健康おおさか21「栄養・食生活小本読本」より

塩分の摂りすぎは高血圧の原因となり、脳血管障害や心臓病につながりやすくなります。また胃がんにも大きく関与しているともいわれています。これらの予防の観点から塩分の摂りすぎに留意する必要があります。

塩分を減らすコツ（1）

●うす味に慣れよう

まずは1gの減塩から

1日10g以下できれば8g以下を目標にしましょう。

●塩分の減らし方を考えてみよう

普段食べているものの塩分量を知ろう

調味料に含まれる塩分

食品	量	塩分量
食塩	小さじ1杯(5g)	5.0g
こい口しょうゆ	大さじ1杯(18g)	2.3g
うす口しょうゆ	大さじ1杯(18g)	2.6g
味噌	大さじ1杯(18g)	1.9g
ウスターソース	大さじ1杯(16g)	1.3g
トマトケチャップ	大さじ1杯(18g)	0.6g
マヨネーズ	大さじ1杯(14g)	0.3g
ドレッシング	大さじ1杯(15g)	0.5g

こんな食品や料理にこれだけの塩分が…

食品	量	塩分量
たくあん	2切れ(20g)	0.8g
梅干し	1個(10g)	2.2g
かまぼこ	1/2枚(80g)	2.0g
ウイナーソーセージ	4本(50g)	1.0g
ロースハム	1枚(20g)	0.5g
しらす干し	大さじ2杯(10g)	0.7g
塩さけ	1切れ(60g)	1.1g

料理	塩分量
みそ汁	1.8g
きつねうどん	4.0g
ラーメン	6.0g
焼そば	3.5g
焼めし	3.0g
親子丼	3.0g
盛り合わせ寿司	3.5g
焼肉定食	5.5g
とんかつ定食	4.7g
カレーライス	3.5g

【事例 9】

テーマ バランスのよい食事への取り組み

給食施設名	株式会社 日本触媒	給食委託会社名	(株)シンエイフード																				
従業員数	400名	給食形態	複数定食																				
目的	喫食者の健康増進を目的とし、まずは野菜摂取量を増やしバランスの良い食事を摂ろうとする意識の向上と実践を目指します。																						
概要	<p>1 実施時期 平成19年1月15日～</p> <p>2 対象 給食利用者 (280名)</p> <p>3 給食部門のスタッフ 給食管理者、委託会社栄養士・調理師</p> <p>4 内容・方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 定食には小鉢がついているが、定食以外に麺類やカレーライスを選択する喫食者に、そのコーナーに野菜小鉢を一品置いて販売。 ・ ポスター、卓上メモ等による野菜摂取の効用についての情報提供 ・ 定食献立(みそ汁含む)について食糧構成に野菜を130gに増量 																						
使用した教材・参考資料など	野菜たっぷりメニュー集、食事バランスガイド																						
施設内での連携	給食管理担当者を通じ、食堂利用者の聞き取りを参考にしながら試みを実施しています																						
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・ 麺類、カレーライス喫食者で小鉢をセットで選択する人が徐々に増加の傾向。 <table border="1"> <tr> <td>1/15～1/31</td> <td>麺・カレー選択</td> <td>1日平均</td> <td>40食</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>小鉢選択</td> <td>1日平均</td> <td>10個</td> <td>(25.3%)</td> </tr> <tr> <td>2/1～2/9</td> <td>麺・カレー選択</td> <td>1日平均</td> <td>33.3食</td> <td></td> </tr> <tr> <td></td> <td>小鉢選択</td> <td>1日平均</td> <td>9.1個</td> <td>(27.5%)</td> </tr> </table> ・ 給食管理担当者の理解が深まり、「野菜摂取・健康増進」に対する取り組みに期待が高まっている。 (新規に小鉢食器の購入も実現) 			1/15～1/31	麺・カレー選択	1日平均	40食			小鉢選択	1日平均	10個	(25.3%)	2/1～2/9	麺・カレー選択	1日平均	33.3食			小鉢選択	1日平均	9.1個	(27.5%)
1/15～1/31	麺・カレー選択	1日平均	40食																				
	小鉢選択	1日平均	10個	(25.3%)																			
2/1～2/9	麺・カレー選択	1日平均	33.3食																				
	小鉢選択	1日平均	9.1個	(27.5%)																			
今後の課題	現在の取り組みを継続し、利用者の野菜摂取の意識を高めながら、より良い環境を提供していきたいと考えています。																						

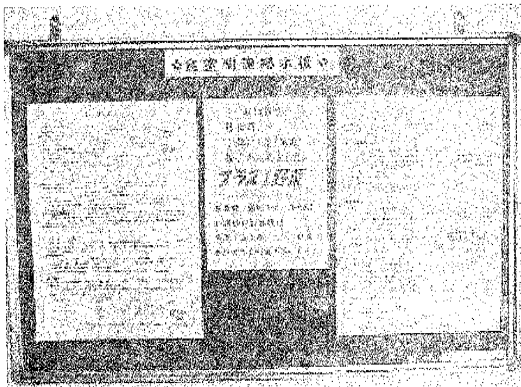
野菜小鉢の販売について

定食には、みそ汁を含めて野菜をたっぷり入れています。
定食以外には、麺類とカレーライスも販売しています。このように単品を食べる方に少しでも野菜を食べていただくために考えました。

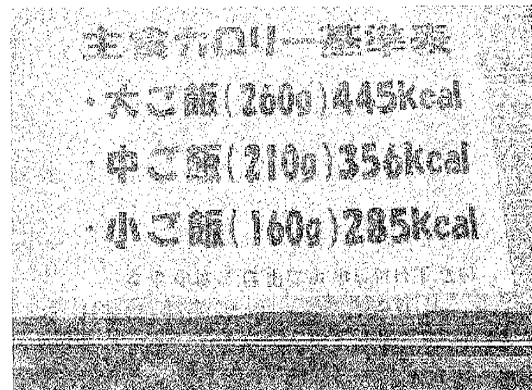
・ショーケース



・掲示もしました



・栄養情報も提供しています



・麺、カレーコーナーでは



今日の定食の小鉢の中から一品。
メニューに合うものを選んでいきます。

【事例 10】

テーマ バランスの良い食事への取り組み

給食施設名	芦森工業株式会社 大阪工場	給食委託会社名	関西給食株式会社
従業員数	900 名	給食形態	カフェテリア方式
目的	<p>昨年度は、健康診断の結果で高脂血症と高血圧症の人が多かったため、その改善策として「ヘルシーday」や「サラダバー」を行うことで試みたが今年度はそれに加え、麺類とごはん・ごはん物(丼物)のみと炭水化物ばかりを組み合わせる給食利用者が多く見られるため、野菜を食べてバランスの良い食事をするという意識を向上させることを目標にした。</p>		
概要	<p>1 実施時期 平成 18 年 10 月 6 日～</p> <p>2 対象 給食利用者 440 名 (特に麺類とごはん・ごはん物のみを摂取している給食利用者)</p> <p>3 給食部門のスタッフ 栄養士 1 名・調理師 2 名・調理補助 8 名</p> <p>4 内容・方法 【野菜摂取をしやすい環境作り】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 麺販売コーナーにショーケースを設置し、野菜の小鉢を 2～3 種類置き販売 ・ 野菜を何 g 摂取できるかをメニューごとに表示 ・ POP・ポスター・卓上メモなどによる野菜摂取と健康についての情報提供 		
使用した教材 参考資料など	食育大辞典		
施設内での連携	給食会議は行われていないが、何かあれば随時給食管理担当者と話し合っている。		
成果	<p>麺類を食べられる方(約 80～90 名)の内、野菜小鉢を利用した人が開始時は約 1/4 の 20 名程度だったのが 2 月現在では約 1/3 の 30 名と増加傾向にある。また、食堂利用者から卓上メモの内容についての質問があったり、メモをもって帰れるようにして欲しいなどの要望があったりすることを考えると POP・ポスター・卓上メモでの啓発効果があったと考えられる。そして給食管理担当者と今回の取り組みについて話し合うことによってやりたい事を理解してもらえ、協力していただいたことも良かった。</p>		
今後の課題	<p>バランスのよい食事や健康に関する意識をアンケート調査することで利用者がどういった事柄に関心があるか把握し、ニーズにあった情報提供が出来るように努める。</p> <p>現在実施している取り組みを継続し、「減塩」にも取り組んでいく。</p>		

炭水化物族!!ってなに!?

【炭水化物は大切な3大栄養素の一つ】

毎日「炭水化物」ばかり
摂取して野菜などを一切
摂らない人が
「炭水化物族」

代表的な「炭水化物」
ご飯類・炒飯・麺類

関西給食(株) バランスの良い食事を!!

「炭水化物」は大切な栄養素

【摂りすぎても不足しても良くありません
野菜など他の食材とあわせて摂取しましょう】

血糖値→増大
インスリン→働きが悪くなる
血糖値上昇→糖尿
摂りすぎ

疲労感
思考能力の低下
不足

中性脂肪→
肥満

関西給食(株) 大切なのはバランス!!

あなたは「炭水化物族」 ではありませんか!?

毎日「ご飯+麺類+漬物(塩分)」

関西給食(株) バランスの良い食事を!!

「炭水化物」は大切な栄養素 身体の主要なエネルギー源!!

脳も筋肉も炭水化物よりエネルギーを得ている

関西給食(株) 但し!!バランス良く!!

独りでは生きられない!!

ビタミンB1が不足すると
代謝もされずエネルギーも
作られない
俺は「炭水化物族」

関西給食(株)

☆だから「野菜たっぷり」シリーズ☆

「小鉢」でバランスの良い食事を!

「小鉢」なワケ!!	価格	使用されている野菜の量
小鉢 野菜メイン	¥120	120g以上
小鉢 のモノ	¥90	90g以上
	¥60	70g以上
(平均摂取量 目標値)		120g以上

※緑黄色野菜を多く取り入れてます
ビタミンB1が多く含まれているので
炭水化物をエネルギーに代えてくれます!!

独りでは生きられない!!

炭水化物をエネルギーに変えるの
にはビタミンB1
が多く必要!!

ビタミンB1を多く含む食材は
「緑黄色野菜」「ごま」等

関西給食(株)

「炭水化物」と相性の良い おすすめ小鉢

ごま和え各種
ほうれん草の菜味だれ
ほうれん草のおひたし
ほうれん草と 太もやしのカレー炒め
もやし炒め
もやしの菜味だれ
里芋の炒り煮
三度豆のピーナツ和え
他にも多数

関西給食(株)

卓上メモ

STOP!!The!!
炭水化物族!!

関西給食協

野菜足りてますか?
 そのあなた!!
 炭水化物ばかりに
 なっていませんか?
 健康のためにも
 野菜の小鉢をもう1品

POP



麺販売コーナーにショーケースを設置

お知らせ

1月より皆様が取られたメニューに野菜がどれくらい含まれているか表示致します。

1日の目標野菜摂取量 350g

✓ 昼食で野菜をどれだけ摂ったのかを知って頂き、あと、どれだけの量の野菜を摂ればいいのかの目安にして下さい。✓

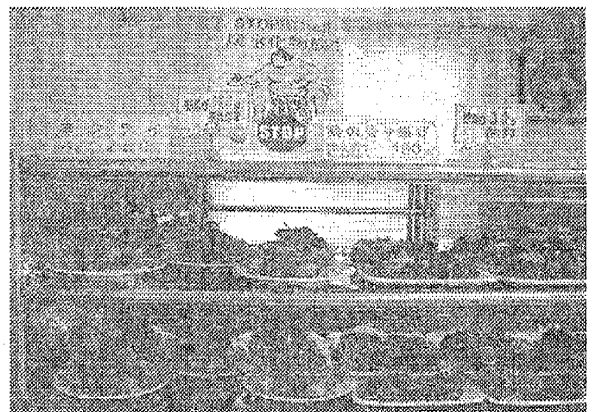
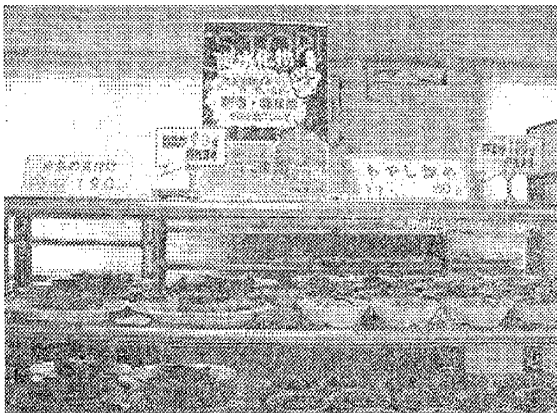
卓上メモでお知らせ

野菜が **60g**
摂れます

野菜が **70g**
摂れます

野菜摂取量表示POP

野菜が **80g**
摂れます



メニュー札の横に
表示しています。

【事例 11】

テーマ 減塩・見える化に基づいた メニューの情報提供

給食施設名	ダイキン工業(株)淀川製作所	給食委託会社名	一富士フードサービス(株)
従業員数	1500名	給食形態	カフェテリア方式
目的	減塩に導けるような環境を作る 栄養表示をすることによってメニュー選びの力をつける (見える化)		
概要	<p>1 実施時期 ・見える化に基づいたメニューの栄養表示提供 →H18年9月～ ・減塩 →H19年1月～</p> <p>2 対象 食堂利用者約1400名</p> <p>3 給食部門のスタッフ 管理栄養士2名・調理師6名・調理員20名</p> <p>4 内容・方法 ・見える化：レーンの提供場所ごとにエネルギー・脂質・たんぱく質・塩分を表示したPOPを掲示 ・減塩：食塩摂取量についてのポスターを作成し、掲示 ワンプッシュ醤油・ソースさしを導入</p>		
使用した教材・参考資料など	ワンプッシュ醤油・ソースさしについては、ダイハツ工業(株)での取り組みを聞いて		
施設内での連携	給食委員会・産業医		
成果	<ul style="list-style-type: none"> ・POPについては好評 ・醤油・ソースさしについては観察中 		
今後の課題	メニューについても、減塩を目標としたものを積極的に取り入れていきたい		

栄養表示を始めました!!



フレッシュ式醤油・ソースさしを導入しました!!

醤油・ソースさしを新しくしました

(ナチュラルワンフレッシュ醤油・ソースさし)

新しくしました【醤油さし・ソースさし】は1日に摂られた量しかできませんので、見逃しの機会が少なくてください。

フレッシュ醤油・ソースさし

醤油 約9.4g/瓶分約0.17g

ソース 約9.4g/瓶分約0.04g

(ワンプッシュでの使用)

※食塩相当量約0.4gです

減塩のためのワンプイントアドバイス

①塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

②塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

③塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

④塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑤塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑥塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑦塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑧塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑨塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑩塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

食塩摂取量について

食塩の摂取量は1日あたり10g以下(食塩相当量)が望ましいとされていますが、最近の調査により日本人1日あたり平均11~12gの食塩摂取量となっています。皆さんが食卓の盛り、調味料や肉の量などが適切な量で食卓には食塩のとり過ぎが少なすぎている可能性があります。では日頃の食生活の中で食塩の摂取量を減らすにはどうすればよいのでしょうか?

★これだけの食塩が含まれています!

①塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

②塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

③塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

④塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑤塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑥塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑦塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑧塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑨塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

⑩塩辛い調味料の量を減らすか減らさないでください。

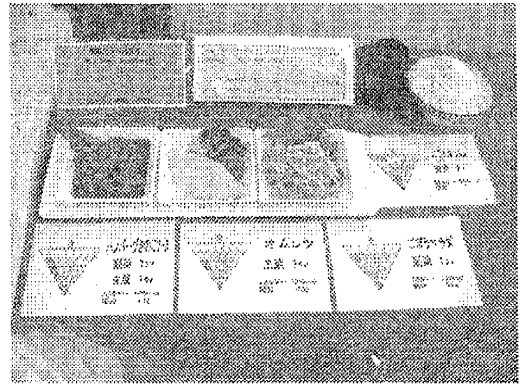
【事例 12】

テーマ 食事バランスガイドの普及をめざす

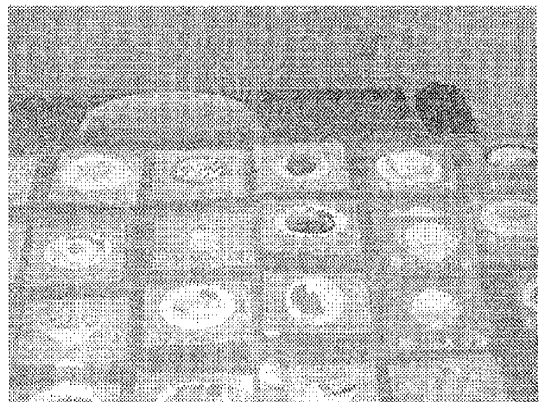
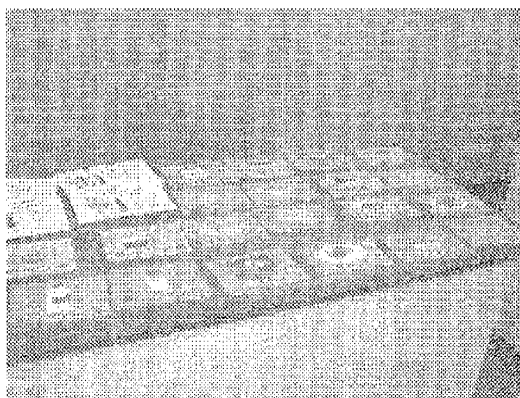
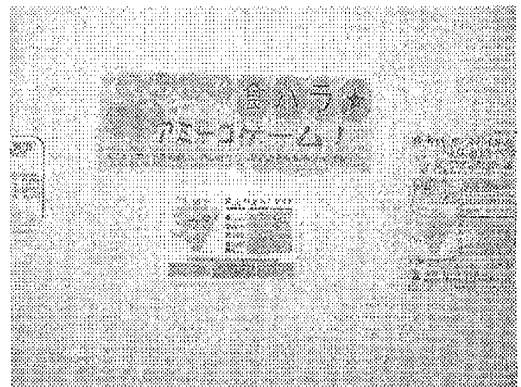
給食施設名	塩野義製薬(株)摂津工場	給食委託会社名	シダックスフードサービス(株)
従業員数	535名	給食形態	複数定食
目的	高カロリーメニューの喫食傾向が見られたため、バランスのとれた食事をするための提案として、食事バランスガイドを基本とした定食（トリプルバリューディッシュを使用）の提供と合わせ、体験型ゲームを実施することで食事バランスガイドの理解度アップを目指す。		
概要	<p>1 実施時期 2006年9月8日～9月12日</p> <p>2 対象 食堂利用者 780名（昼食・夕食の合計）</p> <p>3 給食部門のスタッフ 管理栄養士1名・調理師3名・調理員11名</p> <p>4 内容・方法</p> <ul style="list-style-type: none"> ●ポスター・チラシ・リーフレットの配布 ●食事バランスガイドのサービング表示をしたメニュー提供 ●体験型ゲームの実施。喫食者に1日の食事を料理カード（給食会社オリジナル）から選んでもらい、選んだカードを料理区分ごとに色分けしたシールを貼った。その結果をみて、1日の食事バランスがこまの形になるように指導した。（43名参加） 		
使用した教材 参考資料など	食事バランスガイドを活用した栄養教育・食育実践マニュアル 独楽回し（パソコンソフト）		
施設内での連携	特に給食委員会を設けていないが、総務担当者及び給食管理担当者と連携をとって進めている。		
成果	ゲームを実施することで食堂利用者自身が食生活の現状を把握することができたと同時に、食生活改善の意識を持つことができた。現在でも主菜が多く、副菜の摂取不足の傾向ではあるが、食事バランスガイドメニューの提供の日は、進んでそのメニューを選ぶ利用者も増え、（販売数：限定50食中、8割～完売）自ら食生活の改善を意識しているように感じる		
今後の課題	短時間での食事バランスガイドの理解は困難であるため、食事バランスガイドを基本としたメニュー提供や継続的に説明する機会を設け、更に理解を深めてもらえるようにしたい。		

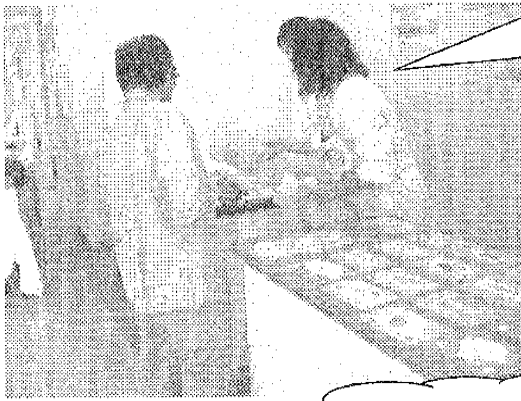


「トリプルデッシュ」メニューに「食事バランスガイド(コマ)」表示をつけました



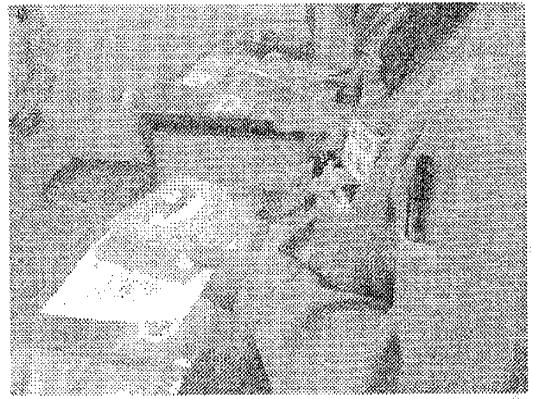
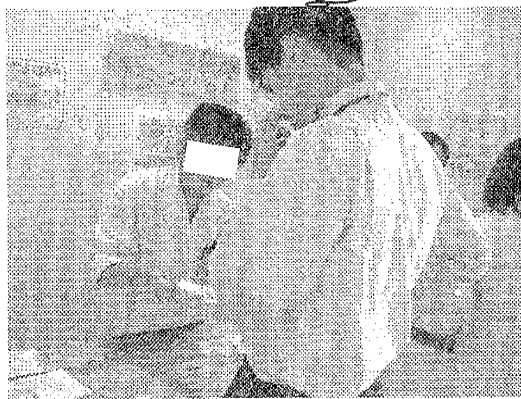
えらんで 朝バラ
アミーゴゲームに挑戦!





カードを選んで献立を立てて
ください。
私達が診断いたします。

う〜ん、むずかしいなあ



テーマ 食事バランスガイドを中心とした栄養情報の提供と快適な食空間作り

給食施設名	大日本住友製薬(株)茨木工場	給食委託会社名	一富士フードサービス(株)
従業員数	590名	給食形態	複数定食
目的	従業員の健康診断の結果高脂血症と診断された人が多かったため、改善の必要性を感じた。そのため、生活習慣病予防に対する意識向上を図ることを目的に、バランスの良い食事が選択できるよう栄養情報の提供や「食事バランスガイド」の啓蒙普及に努めた		
概要	<p>1 実施時期 平成 18 年 10 月 16 日(食堂リニューアル open)～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・栄養価表示を開始 ・「食事バランスガイド」ポスター掲示 <p>平成 19 年 1 月 5 日～</p> <ul style="list-style-type: none"> ・「食事バランスガイド」卓上メモ及び冊子設置 <p>2 対象 食堂利用者 500 名</p> <p>3 給食部門のスタッフ 栄養士 1 名・調理師 2 名・調理員 7 名</p> <p>4 内容・方法</p> <p>【栄養情報の提供】</p> <ul style="list-style-type: none"> (1)食堂入り口(お待合ボード)に「食事バランスガイド」のポスターを掲示 (2)週間献立表(お待合ボード)に全定食の栄養価(エネルギー、たんぱく質、脂質、塩分)を掲示 (3)定食の料理区分の平均摂取目安量、食事バランスガイドに関する情報を卓上メモで表示 (4)毎月健康増進にまつわるテーマを設定し、ポスターを掲示し週 1 回そのテーマに沿った「生活習慣病予防メニュー」を提供する <p>【食環境の整備】</p> <ul style="list-style-type: none"> (1)卓上の醤油さしをプッシュ式のものにした (2)ご飯を大・中・小と選べるようにした <p>【食堂リニューアルに伴い、利用しやすい食堂作りを実施】</p> <ul style="list-style-type: none"> (1)定食メニューを 1 種類増やした(3 種類→4 種類) (2)見やすいコーナーサインの設置 (3)利用しやすい導線に変更 (4)サンプルケースの変更 		
使用した教材 参考資料など	「食事バランスガイド」厚生労働省・農林水産省		
施設内での連携	給食委員会の設置はないが、給食担当者と連携をとり検討を重ねながら進めている。		

成 果	<p>卓上メモの効果があつたのか、定食が揚げ物の場合は野菜を多く含まれている小鉢や果物を取るなど健康に対する意識が高まり、良い選択ができていように思う。</p> <p>リーフレットの持ち帰りが増えたことにより、「食事バランスガイド」の普及はできていると思われる。</p> <p>醤油さしをプッシュ式に変えたことにより、消費量が半分以下になり減塩の効果がみられる。</p> <p>ご飯の量を調整できるようになったことにより、米の消費量が1ヶ月で16 kg以上減った。</p>
今後の課題	<p>今回の課題の効果を給食利用者の健康状態と照らし合わせ、健康管理部門(看護師)と一緒に検討できれば良いと思う。</p> <p>「メタボリックシンドローム」予防の食生活改善案とメニューの実施を試みる。</p>

栄養情報の提供

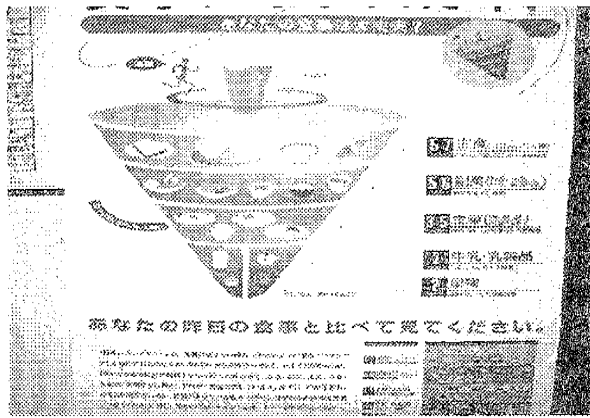
★食堂入り口のホワイトボードにメニューなどの栄養情報掲示

週間献立表を掲示。
すべてのメニューに
I値^①と塩分表示

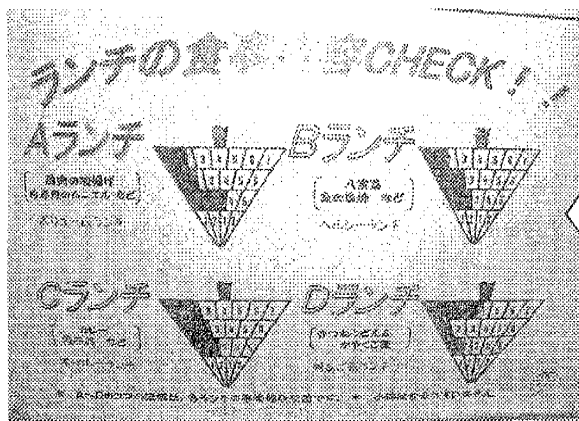
毎月健康増進にまつわる
テーマを設定し、
【健康増進ポスター】を掲示。
また、毎週テーマに沿った
メニューを提供。
今週は高脂血症予防メニュー
の豆腐卸ハンバーグを提供。

全定食の栄養価 (I値^①、たんぱく質、脂質、塩分) を表示

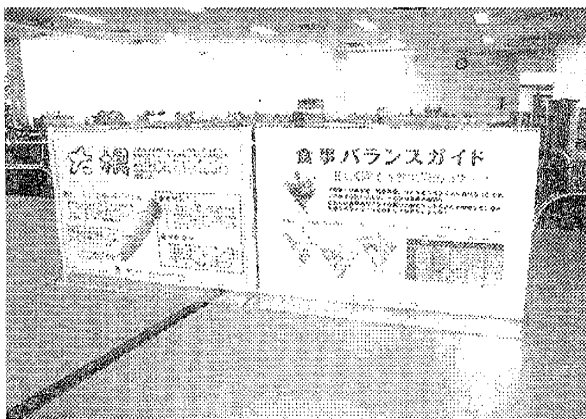
★食事バランスガイドの普及のためのポスター・卓上メモ・持ち帰りできる冊子を設置



ポスター



各定食の料理区分の平均摂取
目安量を食事バランスガイド
にあてはめて卓上メモで掲示



卓上メモ



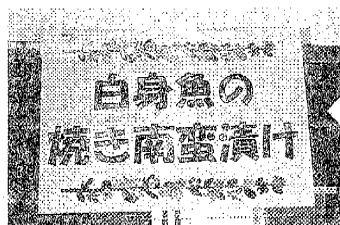
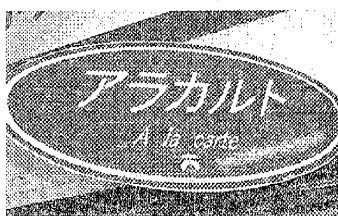
持ち帰りできる冊子

利用しやすい食堂作り(快適な食空間)

★利用しやすい導線に変更し、見やすいコーナーサインを設置



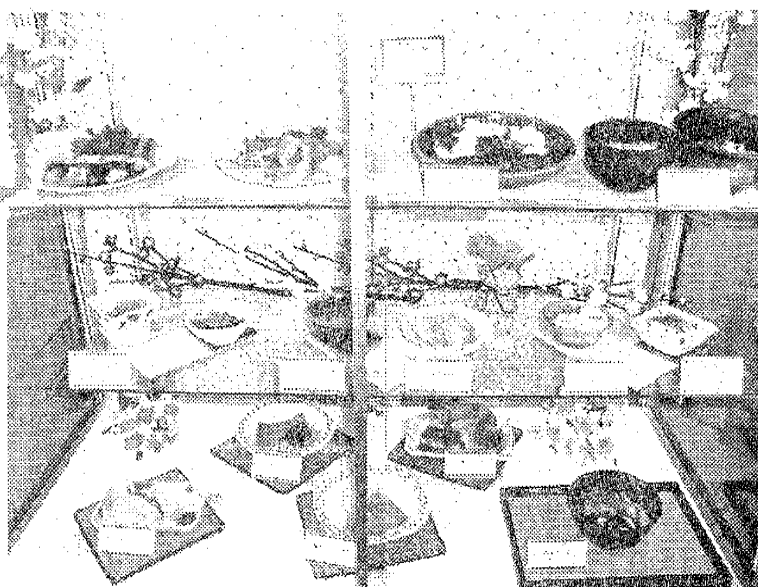
定食メニューを増やし(3種類→4種類)、利用しやすい導線に変更。
各コーナーで定食のメイン料理と御飯と汁物を取り、ワゴン棚の数種類の小鉢からお好みの小鉢を選んでもらう。



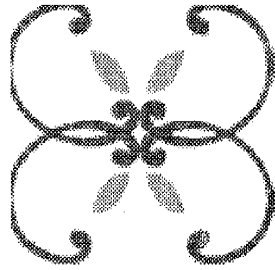
遠くから見ても見やすいコーナーサインを設置。
本日のメニュー名も一緒に掲示してわかりやすくする。

★季節感のあるサンプルケースに変更

見やすく
しました！



・小物を置くなどして、季節感があり見やすいサンプルケースを設置。



資 料

平成18年度

北ブロック事業所における食育推進検討会設置要領

1 目的

北ブロックの事業所給食では、カフェテリアや選択メニューが多く、喫食者が個々の健康状態等に合わせた適切なメニュー選択を行えることが重要である。そのためには、食に関する知識普及と、メニューを選びやすくする環境整備が必要である。

そこで、事業所内で効果的に食育を推進できる体制づくりや、具体的な手法、食環境づくりの検討を行い、事業所における食育を推進することを目的とする。

2 内容

平成16～17年度の検討会における成果を踏まえ、「食事バランスガイド」の活用を共通テーマにして取組みを検討する。

①事業所における現状を踏まえ、実施上の課題を明確にして対策の検討をしながら実施できるようにする。

②課題や対策について検討を進め「健康管理部門と連携して何ができるか?」「何に取り組まなければならないか?」などについても検討していく。

3 方法、期間、開催回数等

(1) 北ブロックの集団給食研究会と保健所が共催で行う。

(2) 期間は平成18年7月～平成19年3月までとし、開催回数は概ね2ヶ月に1回、4回程度とする（給食管理者の出席は1回程度とする）。

(3) 各集団給食研究会役員会において進捗状況を報告し、意見を検討会へ反映する。

(4) 各保健所へは、北ブロック栄養士会議を通じて報告し、意見を検討会へ反映する。

(5) 検討会で検討した内容については、講習会を開催し事業所を中心とした給食施設へ紹介する。

4 構成員

4つの集団給食研究会会員施設（事業所）から各3施設とし、それぞれの給食施設から給食管理者と栄養士各1名とする。給食を委託されている給食会社栄養士が構成員となる場合においても、事業所所属の立場での参加とする。

北ブロック保健所栄養士は、広域栄養チームの4名を構成員とする。

集団給食研究会名	構成員
池田保健所管内集団給食研究会	各3施設の給食管理者と栄養士 (計、給食管理者12名、栄養士12名)
豊中集団給食研究会	
吹田保健所管内集団給食研究会	
茨木保健所管内集団給食研究会	
北ブロック保健所	広域栄養チーム栄養士 4名

5 事務局

茨木保健所企画調整課広域栄養チーム

平成18年度北ブロック事業所における食育推進検討会検討委員一覧
 【給食施設関係者（集団給食研究会会員）】

敬称略

管内（集団給食研究会名）	施設名	検討委員名	
池田保健所 （池田保健所管内集団給食研究会）	ダイハツ工業（株）	グローバル人事部人事企画室課長 宮下 修一 （㈱魚国総本社） 庄司 利幸	
	独立行政法人産業技術総合研究所 関西センター	研究業務推進室 室長 巽 一 （まるみ食品） 鰐原 千春	
		第一屋製パン株式会社 大阪空港工場	総務課 課長 知久馬 圭司 （エームサービス） 松島 勇
	豊中保健所 （豊中集団給食研究会）	松下電器産業㈱ ランドリービジネスユニット	総 務 青木 陽 （中央フードサービス㈱） 岩瀬 美代
		阪急百貨店 千里阪急	総務部長 高濱 和夫 （キャンティーンウエスト） 出水 節子
			三栄源エフ・エフ・アイ（株）
吹田保健所 （吹田保健所管内集団給食研究会）		アサヒビール（株）吹田工場	総務部 藤原 茂一 （立花ケイタリング・サービス（株）） 村上喜美子
			大日本インキ化学（株）吹田工場
		（株）日本触媒	総務課長 木島 秀幸 （㈱シンエイフード） 桑原 徳美
	茨木保健所 （大阪府茨木保健所管内集団給食研究会）		事務部副部長 植木 盛雄 （関西給食（株）） 平野 なつ美
		ダイキン工業（株）淀川製作所	ダイキン福祉サービス㈱淀川営業所長 中川 洋二 （一富士フードサービス（株）） 北村かおり
			塩野義製薬㈱製造本部摂津工場

【茨木保健所広域栄養チーム管理栄養士】

西本 香代子	松本 洋子
王前 ならみ	川端 陽子

事業所における食育実施状況調査

<はじめに> 健康管理者と給食担当者(栄養士等)の方等で話し合ってください。

記入基準日は、平成18年5月1日現在でお願いします。

該当する()には○をし、[]には該当項目をご記入ください。

記入日[平成18年 月 日]

会社名	記入者所属	
	記入者職	
	記入者氏名	
連絡先(電話)	メールアドレス	

1. 健康管理部門の名称・所属職種、及び給食部門の職種について

健康管理部門名	担当職種	()事務職・()産業医・()看護師・ その他[]
給食部門の職種	()管理栄養士・()栄養士・()調理師・[]	

2. 施設の給食状況について

給食利用者(従業員)数	[]人	給食利用者の男女比	男：女=[]:[]
給食利用者の職種	()事務・()営業職・()工場労働者・()研究職・[]		
給食利用者の年齢	平均年齢[]才・一番多い年代[]代		
5月の平均給食数(1日) (給食利用者の実数)	朝[]食・昼[]食・夕[]食 その他[]		
給食形態	()直営 ()単一定食・()複数定食・()カフェテリア・()バイキング・ ()委託 ()その他[]		

3. 給食委員会(給食内容等について話し合う場を含む)の開催について

① 給食委員会等を開催していますか？

()はい → ②③④へ

()いいえ → (理由) []

② 開催頻度は？ → 月に[]回、年に[]回、その他[]

③ 参加職種は？ (複数回答可)

A) 会社側

()給食管理者

()健康管理者

{ ()福利厚生担当者、()看護師、()産業医

{ ()その他[]

()管理栄養士、()栄養士、()調理師

()給食利用者の代表者

()その他[]

B) 委託給食会社 :

[]

④ 給食委員会等の検討内容は？(複数回答可)

- メニューへの要望・価格について・栄養情報の提供について
- ヘルシーメニューの提供について(例:減塩メニュー・野菜たっぷりメニュー等)
- 従業員の健康づくりにつながる取り組みについて]
- その他[]

4. 給食利用者へのアンケート等の実施について

① 給食利用者に対して、実施しているアンケート等がありますか？(複数回答可)

- ある → 食生活調査・嗜好調査・満足度調査・残食調査・
その他[]
- ない → (理由): 必要性を感じない・[]

5. 従業員の健康管理に関する取り組みについて

① 施設の健康管理者と給食部門が連携した取り組みを行っていますか？

- 行っている(複数回答可)
 - ・給食利用者の健康診断の結果を、給食内容に反映させている。
 - ・給食利用者の健康診断の結果を基にして、給食に関連したイベント・講演会等を健康管理者と連携して行っている。
 - ・産業医・看護師等健康管理者から給食献立にアドバイスをもらっている。
 - ・その他の取り組み[]
- 何も行っていない → 現在計画中・今後検討・必要性を感じない・
その他[]

② ヘルシーメニューの取り組みを何か行っていますか？

- 行っている(複数回答可)
 - ・減塩[]
 - ・野菜を増やす[]
 - ・魚を食べてもらう工夫[]
 - ・油を減らす工夫[]
 - ・主食(ご飯)の量を調節する工夫[]
 - ・卓上調味料の工夫(例:ノンオイルドレッシング常備、量が少なく出る容器の用意等)
[]
 - ・モデル献立の展示 []
- 何も行っていない→ (理由)[]

6. 給食利用者への食育実施状況について

① 給食の献立の掲示を行っていますか？

- はい・いいえ(理由)[]

② 献立に栄養成分表示を行っていますか？

- 行っている(複数回答可) → エネルギー・たんぱく質・脂質・食塩
野菜量・その他[]
- 行っていない

③ 給食の献立に連動させて食事バランスガイドの表示をしていますか？

- はい・いいえ→ (理由):[]

④ 健康・栄養情報提供のために媒体を活用していますか。


- 行っている
 行っていない(理由)[

]

7. 従業員の健康管理に関する取り組みや給食利用者への食育の実施による効果について


① 給食利用者に変化はありましたか？

- あり(複数回答可) ・ なし

- 
- ・ メニューの選び方が変わった
 - ・ 漬物の消費量が減った
 - ・ 卓上調味料(しょうゆ・ソース等)の消費量が減った
 - ・ ご飯小盛りを選ぶ人が増えた
 - ・ その他

② 取り組まれた内容について、実施後の評価(効果判定)をされましたか？


- 行った ・ 行わなかった

- 
- 具体的な評価方法 (例: 給食利用者へのアンケート調査、食数変化の把握等)

8. 今後の取り組みについて

① 今後取り組んでみたいことはありますか？

- あり (複数回答可) ・ なし

- 
- ・ 給食利用者の知識や意識を高める食生活教育
 - ・ 栄養表示やモデル献立等効果的な情報提供
 - ・ 各自が選択したメニューの栄養価を提示できるシステムづくり
 - ・ メニューのヘルシー化
 - ・ 1食当りの提供量の検討
(メニューの脂肪量や野菜量等を一定(または段階的)にして選びやすくする)
 - ・ 給食利用者の参画
 - ・ 給食利用者に取り組みがどう役立つのかをPRする方法
 - ・ その他

9. まだ取り組みを始めていない事業所の方のみお答え下さい。

① 取り組めていない理由は何ですか？(複数回答可)

- 栄養士等に余力がないと思う。
- 何に取り組んだらよいか分からない。
- 効果的方法がわからない。
- 事業所としてのバックアップが足りないと思う。
- 給食会社のバックアップが足りないと思う。
- その他

[]

③ どんな条件が整えば取り組みやすいと思われますか？(複数回答可)

- 効果的な取り組み事例を知ることができる。
- すぐに使える媒体がある。
- 保健所の支援
- その他

[]

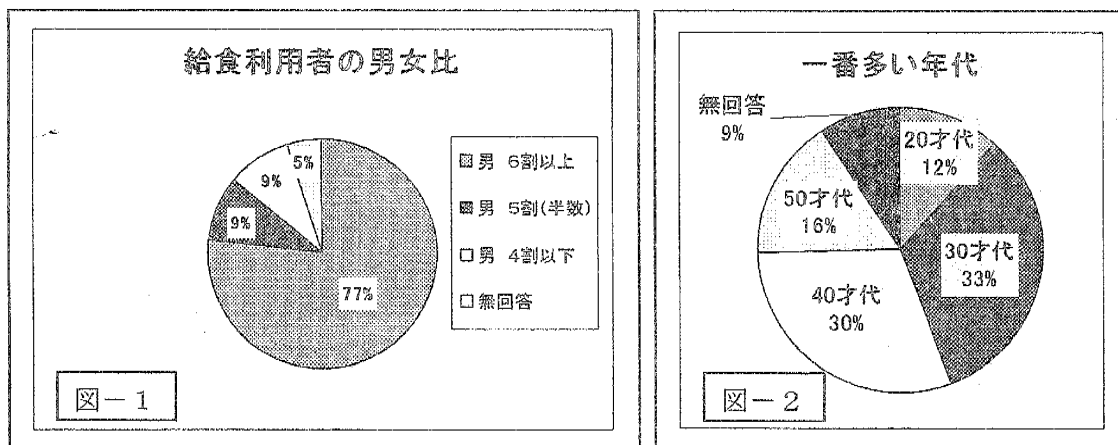
☆☆☆ ご協力誠にありがとうございました ☆☆☆

事業所における食育実施状況調査結果

1. 目的 この調査は、北ブロック（池田・豊中・吹田・茨木）保健所管内における集団給食研究会会員事業所の食育の現状と課題を把握し、事業所における食育がより効果的に推進されることを目的として実施した。
2. 対象 池田・豊中・吹田・茨木保健所管内集団給食研究会会員の50事業所
3. 回答数 43事業所（回答率86%）
4. 調査基準日 平成18年5月1日現在
5. 調査結果

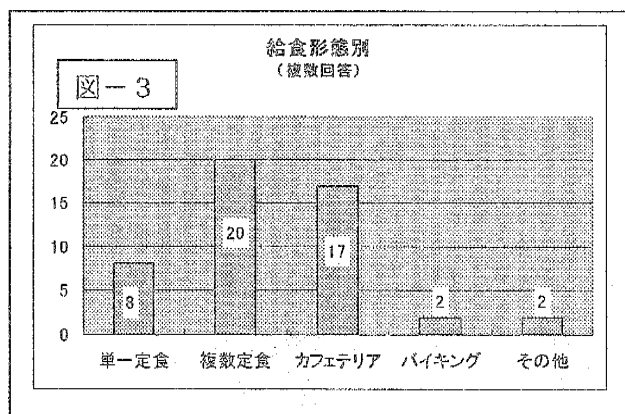
(1) 給食利用者の状況

給食利用者の男女比は、男性が6割以上を占める事業所が77%であった。（図-1）また、利用者の中で一番多い年代は、30才代が33%、40才代が30%と30～40才代が合わせて6割強を占めた。（図-2）



(2) 給食形態

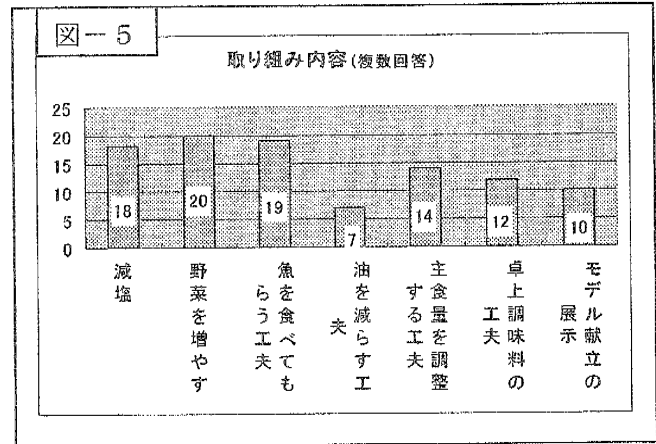
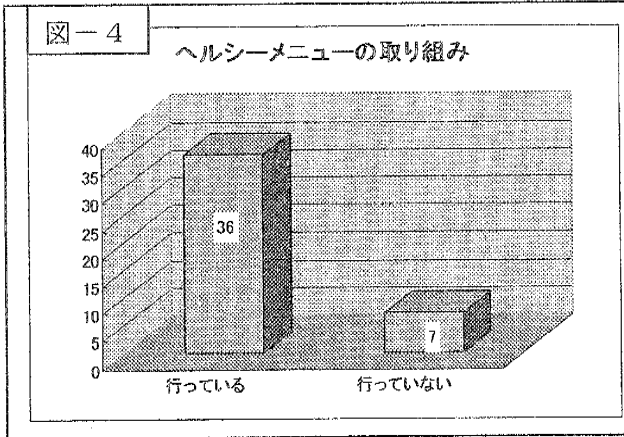
複数定食形式が20事業所、次いでカフェテリア形式が17事業所と多くを占めた。（図-3）



(3) ヘルシーメニューの取り組み

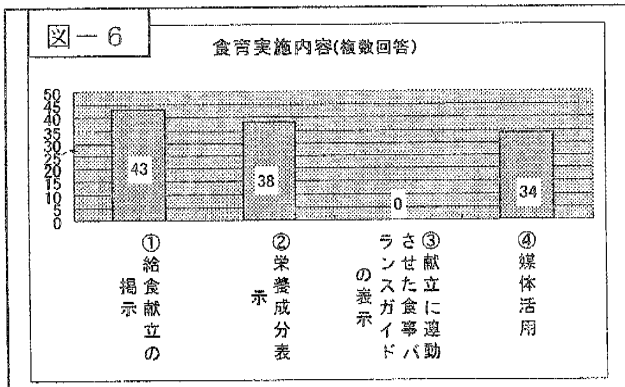
ヘルシーメニューの取り組みを行っているとは回答したのは36事業所(83.7%)であった。

(図-4) その内容(複数回答)は、「野菜を増やす」20事業所、次いで「魚を食べてもらう工夫」19事業所等、調理面での工夫が多く、「卓上調味料の工夫」や「モデル献立の展示」等、利用者に働きかける工夫を行っているところは少なかった。(図-5)



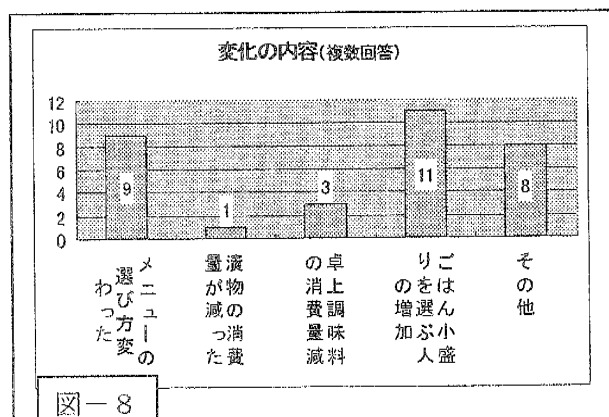
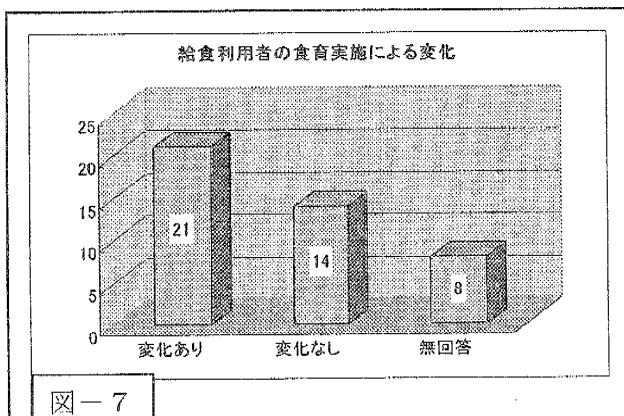
(4) 食育の実施状況

食育を実施していると回答したのは全事業所であった。その内容(複数回答)は、「給食献立の掲示」43事業所、「栄養成分表示」38事業所、「媒体活用」34事業所となり、「献立に連動させた食事バランスガイドの表示」を行っていないところはなかった。(図-6)



(5) 食育実施による給食利用者の変化

食育を実施することによって利用者に変化があったと回答したのは21事業所(48.8%)であった。(図-7) その内容(複数回答)は、「ご飯の小盛りを選ぶ人が増えた」11事業所、「メニューの選び方が変わった」9事業所などであった。(図-8)

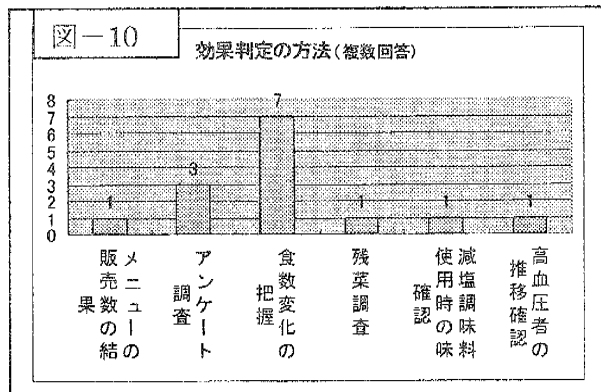
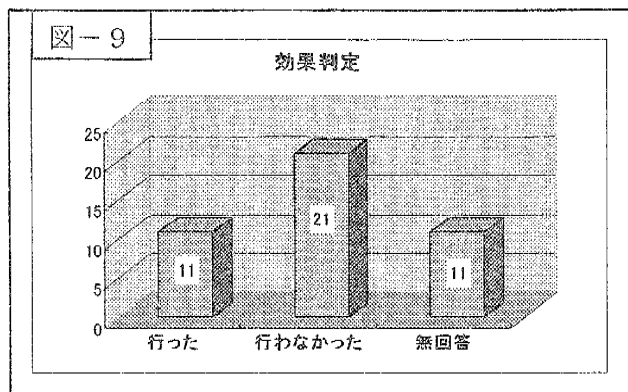


(6) 効果判定の実施

食育の実施後に効果判定を行ったのは11事業所（25.5%）であった。（図-9）

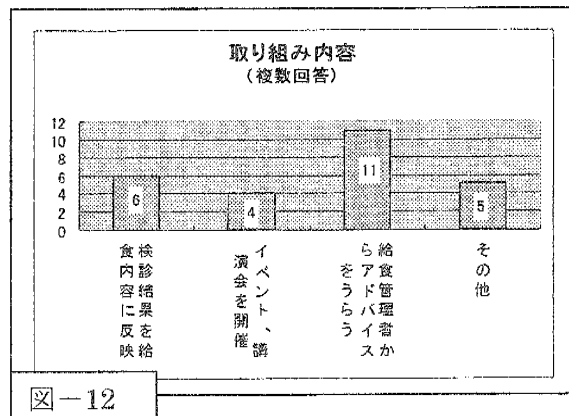
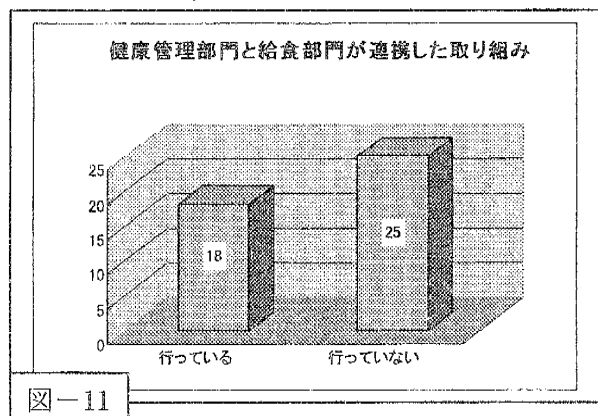
効果判定の内容（複数回答）は、「食数変化の把握」の7事業所が一番多く、次いで「アンケート調査の実施」が3事業所であった。（図-10）

食育実施後の評価を客観的に把握している事業所はまだ少数であった。



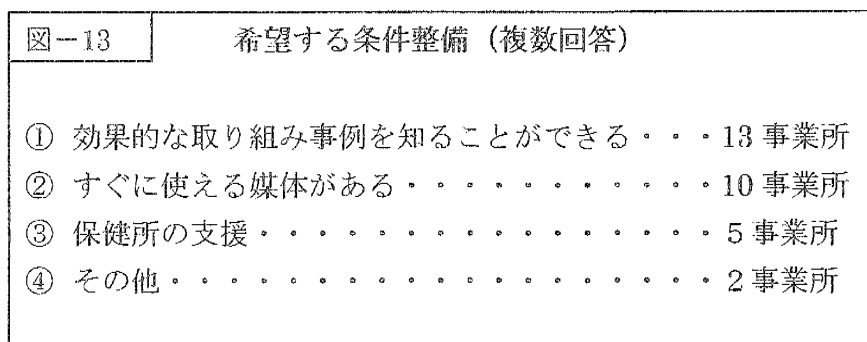
(7) 健康管理部門と給食部門が連携した取り組みとその内容

健康管理部門と給食部門が連携した取り組みを行っているとは回答したのは18事業所（41.8%）であった。（図-11）取り組み内容としては、「健康管理部門担当者からアドバイスをもらう」が11事業所で一番多く、具体的な従業員の健康管理対策に発展した取り組みを行っている事業所は少数であった。（図-12）



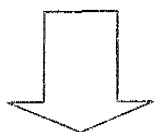
(8) 今後の取り組みについて

従業員の健康管理に関する取り組みや給食利用者への食育実施を十分できていないと感じている事業所において、どんな条件が整えば取り組みやすいかを質問したところ以下の回答（複数回答）を得た。（図-13）



6. 考 察

- 給食利用者の男女比は、男性が6割以上を占める事業所が7割強と多く、また、利用者の中で一番多い年代は30～40才代が合わせて6割強を占めている。
- 給食形態は、複数定食形式、次いでカフェテリア形式が多く半数以上を占めている。
- ヘルシーメニューの取り組みを行っている事業所は約8割であった。しかし、給食部門が調理面の工夫のみを行っている例が多く、給食利用者が自らヘルシーなメニューを選択する環境整備につながる取り組み（例「モデル献立の展示」）を行っている事業所は少なかった。
- 食育の実施状況については、給食献立の掲示、メニューの栄養成分表示、ポスターや卓上メモ等の媒体を活用している事業所は多かったが、献立に連動させた食事バランスガイドの表示を行っている事業所はなかった。
- ヘルシーメニューの取り組みや食育を実施したことによって利用者に変化があったと回答した事業所は5割弱で、半数以上の事業所が、利用者の変化なしと回答している。
- ヘルシーメニューの取り組みや食育の実施後に、客観的な効果判定を行った事業所は全体の4分の1と少なかった。内容は、食数変化の把握、次いでアンケート調査が多く行われていた。
- 健康管理部門と給食部門が連携した取り組みを行っている事業所は4割に過ぎなかった。しかし、その内容は給食管理者からアドバイスをもらうが一番多く、具体的な従業員の健康管理対策に発展した取り組みを行っているところは少なかった。
- まだ取り組みを行っていない事業所及び何らかの取り組みを行っていても十分できていないと感じている事業所においては、「効果的な取り組み事例を知ることができる」、「すぐに使える媒体がある」という条件が整えば取り組みやすいと回答したところが多かった。



<今後の展望>

調査結果より事業所における食育の実施状況が確認できた。

今後、食育推進検討会において、効果的な取り組み方法やすぐに使える媒体の開発などを進め、さらに給食管理者・健康管理部門・給食部門が連携した従業員の健康管理につながる食育が推進されるよう、講演会等で啓発をしていく予定である。

事業所における食育の取り組みを考える

どちらかに○ -【 定食制 カフェテリア式 】

【安全衛生委員会】 【給食委員会】 (利用者 健康管理 給食管理担当者 栄養士 調理師他)

ニーズ把握
(給食利用者の
現状把握)

<方法>

<例>

目標(テーマ)設定

企画

P R

<方法>

実施

<内容>

評価(効果判定)

<方法>

事業所における食育推進・評価アンケート

施設名※（ ）

※ 施設側の方がお答えください。

1. あなたの施設で今年度取り組まれた食育の内容について、具体的にどのような取り組みをされているかお書き下さい。準備中の内容もお書き下さい。

()

2. 今回の取り組みはどこが中心に行っておられますか。

(準備中の方も含めお書きください)

- ① 事業所 ② 給食会社 ③ 事業所と給食会社

③の場合→ ア どちらかという事業所が中心

イ どちらかという給食会社を中心

ウ 事業所と給食会社が同等

3. 関係部署と連携されましたか。(準備中の方も含めお書きください)

- ① 連携した ② できなかった

①の場合どこと連携されましたか

ア 給食会社 イ 健康管理部門 ウ 給食利用者〈代表者〉

エ その他 ()

4. 今回の取り組みの評価について

(1) 内容について

- ① 給食利用者のニーズに合っていましたか。

ア 合っていた イ 合っていなかった ウ どちらとも言えない

どうしてそう思われるのですか。

()

② 方法や媒体など、工夫されていたと思われる点はどんなことですか。

()

(2) 取り組みのPRについて

- ① 給食利用者へ効果的にPRできていましたか（事前、当日、後日）。
ア 効果的にPRできた イ 工夫はされていたが課題が残った
ウ 効果的とはいえない
どうしてそう思われるのですか。

()

(3) 全体的にみて、今回の取り組みが給食利用者の健康づくりに役立ったと思われませんか。

- ① おおいに役立ったと思う ② 少し役に立ったと思う
③ あまり役立たなかったと思う

5. 今後の取り組みについて（当てはまるものすべてに○を）

- ① 会社（事業所）としての取り組みにしていきたい。
② ニーズ把握（健康状態、給食利用者の知識や考え方等）をして取り組みたい。
③ この内容で継続したい。
④ 支社等関連事業所へひろげたい。
⑤ 違う切り口で行いたい。
⑥ 今回の取り組みをもっとPRしたい。
⑦ その他

()

以上です。ご協力ありがとうございました。

※2月15日（木）までにFAXで返信くださるよう、宜しくお願いいたします。

速報 1!

平成 18 年度

北ブロック事業所における食育推進検討会

発行年月：平成 18 年 10 月 発行者：大阪府茨木保健所 広域栄養チーム

<検討会開催の目的と経過>

北ブロック（池田・豊中・吹田・茨木保健所管内）の事業所給食では、カフェテリアや選択メニューが多く、喫食者が個々の健康状態に合わせて適切なメニュー選択を行えることが重要です。そのためには、食に関する知識普及とメニューを選びやすくする食環境整備が必要です。そこで、事業所内で効果的に食育を推進できる体制づくりや、具体的な手法、食環境づくりの検証を行い、事業所における食育を推進していくため、平成 16 年度から 4 保健所の集団給食研究会と保健所が共催で「北ブロック事業所における食育推進検討会」を開催しています。平成 18 年度から新たな検討委員を加え、「総務部門・健康管理部門・給食部門が連携した食育推進」をテーマに、検討を進めています。

<第 1 回検討会にご出席頂いた、(独) 国立健康栄養研究所 由田克士先生から

“医療制度改革”に関する耳寄り情報をいただきました！>

平成 20 年より健康保健組合など医療保険者に対し、40 歳以上の被保険者等加入者を対象に、メタボリックシンドロームに着目した特定健康診査（※1）並びに特定保健指導（※2）の導入が義務づけられます。このため、事業所給食は指導の機会・媒体として重要な役割を担い、給食の機会を捉えた食育は有効な指導手法となってきます。

※1 特定健康診査（必須項目）

問診、身長、体重（BMI）、腹囲☆、理学的所見、血圧、血液検査（GOT、GPT、 γ GTP、中性脂肪、HDL コレステロール、LDL コレステロール☆、空腹時血糖、HbA1c、尿酸☆、クレアチニン☆）

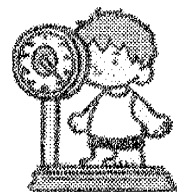
☆ 労働安全衛生法にはない項目

※2 特定保健指導

情報提供（結果通知とともに説明や資料の配布）

動機づけ支援（詳細問診、30 分以上の個別面接や集団指導、6 ヶ月後の評価）

積極的支援（詳細問診、3 ヶ月以上の小集団や個別指導等、最終評価、受診勧奨）



<食育推進検討会委員のご紹介（順不同、敬称略）>

池田保健所管内：ダイハツ工業(株)、独立行政法人産業技術総合研究所関西センター、第一屋製パン(株)

豊中保健所管内：松下電器産業(株)ノリビジ 初エト、阪急百貨店千里阪急、三栄源エフ・エフ・アイ(株)

吹田保健所管内：アサヒビール(株)吹田工場、大日本インキ化学(株)吹田工場、(株)日本触媒

茨木保健所管内：芦森工業(株)大阪工場、ダイキン工業(株)淀川製作所、塩野義製薬(株)製造本部摂津工場

<第1回食育推進検討会（7/21）の結果報告>

参加者：各委員施設の給食管理者・福利厚生担当者及び給食部門担当者（栄養士・調理師等）

内 容 ①検討会経過報告（平成16～17年度の2年間の取り組みについて）

②事業所における食育実施状況調査（H18.6）結果の報告

③グループワーク テーマ「従業員の健康管理として食を考える」

（A：給食管理者グループ、B：給食部門担当者グループの2つに分かれて実施）

★グループワークから浮かび上がった課題

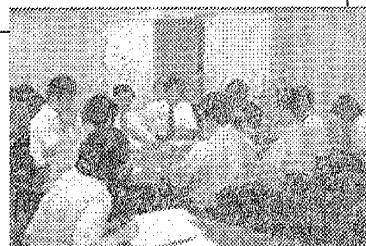
Aグループ：健康管理部門と給食部門の橋渡し

従業員の検診結果と給食の結びつけ方

健康に関心のない従業員へのアプローチ方法

Bグループ：現在の取り組みを従業員の健康管理に繋げる手法

施設側と給食部門との食育に対する温度差の解消



Aグループの様子

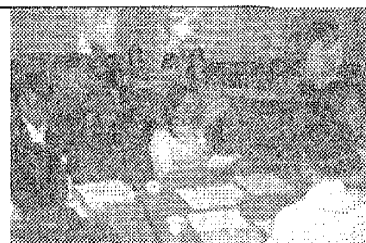
<第2回食育推進検討会（9/12）の結果報告>

参加者：各委員施設の給食部門担当者（栄養士・調理師等）

内 容：給食部門が、事業所における食育の取り組みを企画する（企画実践）

2グループに分かれて下記テーマで企画を立てた。

Aグループ「塩分、油の摂取量減少」 Bグループ「野菜の摂取量増加」



第3回（11/13）検討会において、各施設の栄養士・調理師が立てた企画を給食管理担当者・福利厚生担当者に対してプレゼンテーションを行い、連携した食育実施に向け議論を深める予定である。

<検討会の今後のスケジュール（予定）について>

- ① 11月13日（月） 第3回検討会開催
- ② 12月初旬～中旬 第4回検討会開催
- ③ 平成19年1月 食育講演会開催（成果発表）
- ④ // 3月～ 各集団給食研究会において、食育実践に向けた勉強会の開催

次号「速報2」では、検討会の経過や食育講演会の案内について、タイムリーにお知らせする予定です。お楽しみに♪

速報2!

平成 18 年度

北ブロック事業所における食育推進検討会

発行年月:平成 19 年 2 月 発行者:大阪府茨木保健所 広域栄養チーム

是非ご参加下さい

<北ブロック食育推進講習会(検討会)の開催>

とき 平成19年3月7日(水) 午後2時~5時

ところ 大阪府茨木保健所 2階 講堂

内容 講演「標準的な検診・保健指導プログラムを視野に入れた

特定給食施設などにおける取り組み」

講師 独立行政法人 国立健康・栄養研究所 由田 克士氏

事例発表とポスターによる展示

今年の取り組み事例一部紹介

「野菜小鉢をもっと
食べてほしい！」

★提供方法を
考えました・・・

食事バランスガイドは説明が難し
い!★色々考えました!

このしょうゆさし!出が
悪い!面倒だ!
★ 目指すは減塩。慣れて
ほしい!

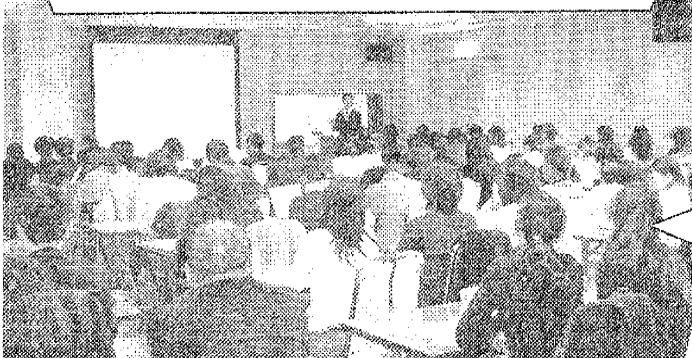
「卓上メモを置いても、見てくれな
い〜!」

★ 物語バージョンで
パワーアップ!

昨年の講習会風景

昨年も、由田先生にご講演をお願いし、
100名以上の参加がありました。
今年も、ご講演していただけることになり
ました。 新情報をゲットできる!

昨年好評!
でした



もっとお話を聞き
たかったのに、時
間がなくて残念!



<第3回食育推進検討会(11/13)開催>

参加者 給食管理者、給食担当者

内容 ①各施設における食育について
給食部門の計画を発表

②グループワーク テーマ「各施設の取り組み計画の今後について」

「毎日の業務がいそがしいけど、まず、できることから計画して・・・今後につなげよう」

★グループワークから浮かびあがった課題

Aグループ(給食管理者)

「H20年度医療制度改革」に伴う保険者責任についての具体的取り組み状況について

- ・労働安全衛生部門では「メンタルケア」の取り組みがまず優先です。
 - ・H20年からは検診と健康増進をテーマにしていかなければならないと考えています。
- など、まだ始められている事業所は少ないようです。

Bグループ(給食担当者:栄養士、調理師)

- ・各事業所での取り組みや計画を聞き、計画見直の参考になったとの声が多く聞かれました。
- ・発表された計画についての質問や、現状・課題について情報交換しました。

行動変容につながる「食育」にするには、事業所(給食管理者、健康管理者)との連携を深めて【理解・協力】がなければいけないなど、問題点を確認できました。

<第4回 食育推進検討会(12/13)開催>

参加者 給食部門担当者(栄養士・調理師等)

内容 ○阪急百貨店「食事バランスガイドを使った
取り組み」の説明、報告

○各施設の進捗状況について情報交換

- ・従業員対象食育開始準備「アンケート」の作成
- ・設備改善 野菜小鉢のショーケース設置や
油の使用減のためスチームコンベクションオーブンを導入
- ・小さい汁椀導入やプッシュ式醤油・ソースさしの導入(減塩)
- ・メニュー改善(ヘルシーセットの実施・野菜メニュー増・脂肪控えめ など)
- ・食事バランスガイドを活用した栄養表示、栄養相談など

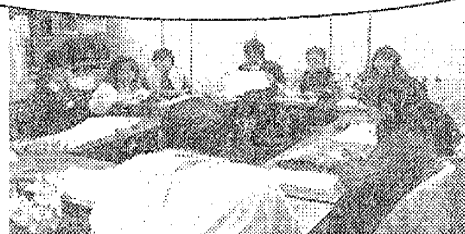
☆事業所と給食会社が話し合いを始めたけれど、今後の進め方に困っている。

此処に来てみんなのアドバイスが聞きたい!.....どうしよう.....?

私のところは.....してる。調理師だからできることを考えた!.....etc

⇒1人では後ろ向きに.....みんなのアドバイスで、また前向きになれそう

取り組みが具体的になってきました。
利用者の反応もチャリ!

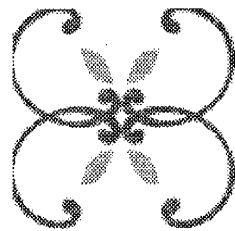


食事バランスガイドを
活用した卓上メモ。
「わかるかしらん?」

【事例】

テーマ

給食施設名		給食委託会社名	
従業員数		給食形態	
目的			
概要	<p>1 実施時期</p> <p>2 対象</p> <p>3 給食部門のスタッフ</p> <p>4 内容・方法</p>		
使用した教材 参考資料など			
施設内での連携			
成果			
今後の課題			



発行 平成 19年3月

池田保健所管内集団給食研究会

豊中集団給食研究会

吹田保健所管内集団給食研究会

茨木保健所管内集団給食研究会

大阪府茨木保健所広域栄養士一ム

