

15:45-16:00

講演 2-4

給食産業界の取り組み

シダックス株式会社
総合研究所 課長

高戸 良之

プロフィール

氏名： 高戸良之(たかと よしゆき)

所属： シダックス株式会社 総合研究所 課長

学歴：1991年 筑波大学体育研究科修了

職歴：1989年 シダックス入社(現在に至る)

主に、フードサービス事業におけるスポーツや健康と食事・栄養に関する業務を担当

2013～14年 日本人の長寿を支える「健康な食事」検討会 検討委員(厚生労働省)

2013年～ 日本給食サービス協会産学連携委員会 副委員長

2013年～ 日本給食経営管理学会 評議員(指名理事)

2014年～ 日本食育学会 代議員

2015年～ 日本フードスペシャリスト協会 理事

受賞歴：なし

主な著書：

専攻分野：スポーツ栄養、公衆栄養、フードサービスマネジメント

加入学会等：

日本給食経営管理学会、日本栄養・改善学会、日本食育学会、日本公衆衛生学会、

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

健康な食事研究シンポジウム

給食産業界の取り組み

2017年2月22日

シダックス株式会社 総合研究所
高戸良之

1

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

健康な食事とは？ — その啓発・普及のために —

1. 給食事業における「健康な食事」
 取り組みの現状
2. 「健康な食事」提供の課題

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved 2

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

事業所給食の栄養管理

特定給食施設における栄養管理基準

「利用者の身体状況、栄養状態、生活習慣等を定期的に把握し、これらに基づき、適当な熱量及び栄養素の量を満たす食事の提供及びその品質管理を行うとともに、これらの評価を行うように努めること」

栄養管理プロセス

利用者のアセスメント

栄養計画作成

実施

モニタリング

【施設側】
担当者
産業医・保健師

【行政】
保健所栄養士

【食堂側】
管理栄養士・栄養士
調理師

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved 3

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

栄養管理プロセス

利用者のアセスメント

栄養計画作成

実施

モニタリング

・人員構成をもとにした
栄養目標量、食品構成、献立作成

・身体状況にあわせた
ヘルシーメニューの作成

献立提供・栄養価表示
栄養・健康情報提供

アンケート・健診結果から評価

食環境を整える

食堂を「各々の栄養管理をする場」

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved 4

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

日本人の長寿を支える「健康な食事」の普及について : 厚生労働省 (平成27年9月)

日本人の長寿を支える「健康な食事」について、国民や社会の理解を深め、取り組みやすい環境の整備が重要であることから、厚生労働省では平成25年6月から「健康な食事」のあり方に関する検討を重ね、平成26年10月に検討会報告書としてとりまとめました。

この検討会報告書を踏まえ、今般、「『健康な食事』の普及について」及び「生活習慣病予防その他の健康増進を目的として提供する食事の目安の普及について」の通知を自治体及び関係団体宛てに発出しました。

この通知による取組は、国民健康づくり運動である「健康日本21(第二次)」に基本的な方向として掲げる健康寿命の延伸に向けて、個人の食生活の改善と社会環境の整備を推進することを目的としたものであり、今後も効果的な取組が推進されるよう、普及に努めてまいります。

<http://www.mhlw.go.jp/stf/houdou/0000096730.html>

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

「日本人の長寿を支える『健康な食事』の普及に関する通知」をもとにした取組み

認知状況	割合
知っていて取り組んでいる	17%
知っているが取り組んでいない	52%
知らなかった	31%

(日本給食サービス協会 / 日本給食経営管理学会産学連携委員会: 2017年)

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved

はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

「健康な食事」の普及

シンボルマークのデザインは、円を三分割してシンプルな線や面で、主食・主菜・副菜の3つの料理を表現し、黄色が「主食」、赤色が「主菜」、緑色が「副菜」で、主食、主菜、副菜の組合せを意味します。

	一般女性や中高年男性で、生活習慣病の予防に取り組みたい人向け 650kcal未満	一般男性や身体活動量の高い女性で、生活習慣病の予防に取り組みたい人向け 650～850kcal
主食 (料理Ⅰ) の目安	穀類由来の炭水化物は40～70g	穀類由来の炭水化物は70～95g
主菜 (料理Ⅱ) の目安	魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品由来のたんぱく質は10～17g	魚介類、肉類、卵類、大豆・大豆製品由来のたんぱく質は17～28g
副菜 (料理Ⅲ) の目安	緑黄色野菜を含む2種類以上の野菜(いも類、きのこ類・海藻類も含む)は120～200g	緑黄色野菜を含む2種類以上の野菜(いも類、きのこ類・海藻類も含む)は120～200g
牛乳・乳製品、果物の目安	牛乳・乳製品及び果物は、容器入りあるいは丸ごとで提供される場合の1回提供量を目安とする。 牛乳・乳製品: 100～200g又はml(エネルギー150kcal未満*) 果物: 100～200g(エネルギー100kcal未満*) *これらのエネルギー量は、650kcal未満、または650～850kcalに含めない。	

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved

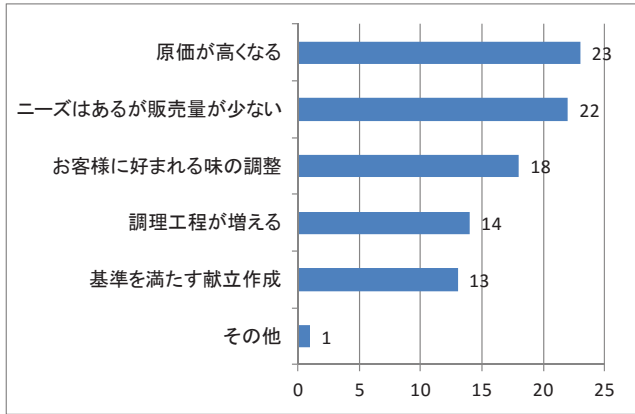
はぐくむ、大切なことすべて
SHIDAX

2. 「健康な食事」提供の課題

1. 利用者のニーズの多様化
 - 利用者の理解を促す、普及啓発の困難
2. 「健康な食事」の提供の課題
 - コスト管理
 - 栄養基準に合わせた調理
 - 嗜好に対する配慮

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved

ヘルシーメニュー提供の課題



(日本給食サービス協会／日本給食経営管理学会産学連携委員会:2017年)

© 2016, SHIDAX Corporation, All Rights Reserved