

3 栄養に関する情報の提供

給食施設は、乳幼児から高齢者までのライフステージにおいて、また病気の治療や介護が必要な人、事業所等で日頃健康に関心の薄い人など、様々な個人に対して組織(集団)単位で継続的にアプローチできる場です。

利用者に対し献立表の掲示や熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量等の主要栄養成分の表示を行うなど、健康や栄養に関する情報の提供を行います。

給食は、利用者が正しい食習慣を身に付け、より健康的な生活を送るために必要な知識を習得する良い機会であるため、各々の施設の実情に応じ利用者等に対して各種の媒体を活用することなどにより知識の普及に努めましょう。

特に、事業所給食においては、対象者が給食以外の食事と合わせて適切な自己管理ができるよう、栄養情報の提供は重要であり、内容や運用について定期的に評価する必要があります。

より効果的に取り組むには、健康管理部門との連携が重要です。利用者が給食施設で得た栄養や健康に関する情報は、利用者を介して家族や地域住民へ波及することが期待できます。

《具体的な取り組み例》

栄養指導室(健康管理室等)の設置、食に関するイベント・講演、栄養相談、ポスター、卓上メモ、パンフレット、組織内の機関紙 など

《情報の種類》

献立の内容、栄養成分表示、献立の説明、メニューの選び方、食材情報、健康に関する情報、食生活に関する情報、食品衛生に関する情報、食物アレルギーに関する情報など

北九州市では、第二次北九州市健康づくり推進プランの基本目標Ⅲ〔健康なまちづくりの推進〕「市民の健康を支える社会環境の新創」の指標のひとつに「栄養・食生活情報を提供する給食施設の割合の増加」を設定し、令和4年度までに100%(現状95.5%(H28))を目指しています。