

2 栄養管理計画のすすめ方

特定給食施設の設置者は法第 21 条第 3 項の規定により、規則第 9 条の基準(以下「栄養管理基準」)に従って適切な栄養管理を行わなければならないとされています。

また、厚生労働省通知(令和 2 年 3 月 31 日健健発 0331 号(特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援等について 別添2)に具体的に実施すべき事項が明記されています。

特定給食施設の設置者及び管理者は、適切な栄養管理がなされるよう体制を整えます。給食業務を委託している場合であっても、栄養管理の責任は施設側にあります。委託事業者の業務内容を定期的に確認し、必要な指示を行ってください。

特定給食施設における栄養管理計画は、提供する食事を中心とした計画と、対象者を中心とした計画があります。それぞれの施設の種類や目的に応じて、PDCA サイクルに沿って進めることが重要です。

健康増進法施行規則

第9条(栄養管理の基準)

- 一 当該特定給食施設を利用して食事の供給を受ける者(以下「利用者」という。)の身体の状態、栄養状態、生活習慣等(以下「身体の状態等」という。)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努めること。
- 二 食事の献立は、身体の状態等のほか、利用者の日常の食事の摂取量、嗜好等に配慮して作成するよう努めること。
- 三 献立表の掲示並びに熱量及びたんぱく質、脂質、食塩等の主な栄養成分の表示等により、利用者に対して、栄養に関する情報の提供を行うこと。
- 四 献立表その他必要な帳簿等を適正に作成し、当該施設に備え付けること。
- 五 衛生の管理については、食品衛生法(昭和二十二年法律第二百三十三号)その他関係法令の定めるところによること。

(1)食事を提供する対象者の特性の把握

- ① 食事を提供する対象者の性別・年齢階級・身体特性(身長と体重、肥満・やせなどの体格の状況等)、食事摂取状況、身体活動レベル、健康診断の結果等を把握(または推定)します(食事摂取量の把握はすべての食事を対象とします)。昼食のみなど一部の食事を提供する場合は、給食以外の食事の摂取状況を可能な範囲で把握します。

② 各個人の特性に対し、栄養管理上の目標を明確にしたうえで、給与栄養目標量を設定します。定期的に食事摂取量を把握するとともに体重や検査結果等で身体状況や栄養状況等を確認し、総合的な評価を行った上で、給与エネルギー目標量等食事計画を必要に応じて見直しましょう。



③ 給与栄養目標量が確保できるよう、献立作成基準を作成します。



④ ③に基づき、具体的な予定献立を作成します。献立は利用者の摂食機能、嗜好に配慮し、季節感や地域性を取り入れましょう。また、設備や作業手順、食材にかかる経費を考慮します。予定献立の予定給与栄養量を算出し、給与栄養目標量に見合っているか確認します。



⑤ 利用者が自ら健康管理を行えるよう、利用者へ事前に献立等栄養情報を提供(栄養成分を表示する場合は、エネルギー、たんぱく質、脂質、食塩相当量など)します。



⑥ 使用食材の入荷時に、数量や形状等に間違いがないか、異物混入の有無等を検収します。作業工程表と予定献立表に従って衛生的な取扱いに十分注意し調理します。食事の提供前に検食を実施し、量や質、経済面、嗜好面、衛生面から適当であるか評価します。
適時(夕食の配膳は18時以降が望ましい)に適温での提供とします。また、利用者の立場に立った、明るく、清潔な食環境づくりを心がけます。



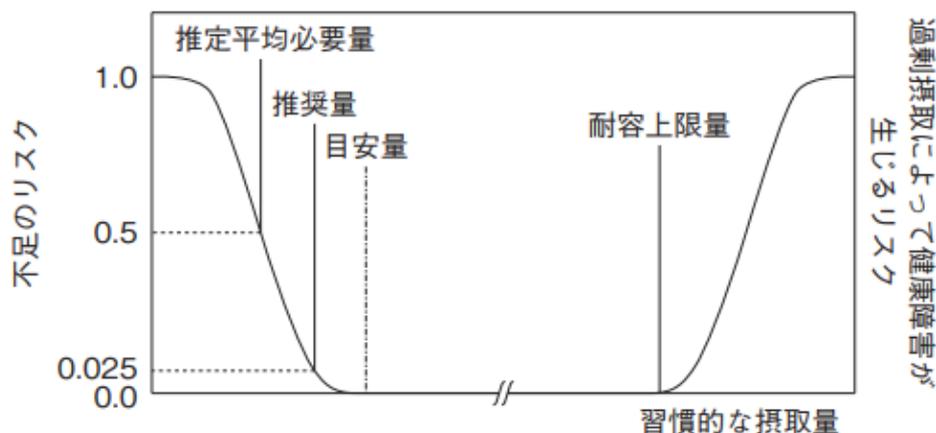
⑦ 利用者個人の喫食量や集団全体の残食量の調査を実施し、給食がどの程度摂取されたかを把握し、設定した給与栄養目標量どおりに食事が提供されたか評価します。問題があれば、改善計画を立てます。

特に児童福祉施設、学校、事業所、寄宿舎等の健康増進を目的とした施設において提供される食事のエネルギー量の過不足の評価については、肥満及びやせに該当する者の割合の変化を参考にします。

(2) 集団の食事改善を目的として食事摂取基準を活用する場合の基本事項

目的	食事摂取状況のアセスメント	食事改善の計画と実施
エネルギー摂取の過不足の評価	<ul style="list-style-type: none"> ○体重変化量を測定 ○測定された BMI の分布から、目標とする BMI の範囲を下回っている、あるいは上回っている者の割合を算出 	<ul style="list-style-type: none"> ○BMI が目標とする範囲にとどまっている者の割合を増やすことを目的として計画を立案 <留意点>一定期間(数月～少なくとも1年以内)において2回以上の評価を行い、その結果に基づいて計画を変更し、実施
栄養素の摂取不足の評価	<ul style="list-style-type: none"> ○測定された摂取量の分布と推定平均必要量から、推定平均必要量を下回る者の割合を算出 ○目安量を用いる場合は、摂取量の中央値と目安量を比較し、不足していないことを確認 	<ul style="list-style-type: none"> ○推定平均必要量では、推定平均必要量を下回って摂取している者の集団内における割合をできるだけ少なくするための計画を立案 ○目安量では、摂取量の中央値が目安量付近かそれ以上であれば、その量を維持するための計画を立案 <留意点>摂取量の中央値が目安量を下回っている場合、不足状態にあるかどうかは判断できない
栄養素の過剰摂取の評価	<ul style="list-style-type: none"> ○測定された摂取量の分布と耐容上限量から、過剰摂取の可能性を有する者の割合を算出 	<ul style="list-style-type: none"> ○集団全員の摂取量が耐容上限量未満になるための計画を立案 <留意点>耐容上限量を超えた摂取は避けるべきであり、超えて摂取している者がいることが明らかになった場合は、問題を解決するために速やかに計画を修正、実施
生活習慣病発症予防を目的とした評価	<ul style="list-style-type: none"> ○測定された摂取量の分布と目標量から、目標量の範囲を逸脱する者の割合を算出する。ただし、発症予防を目的としている生活習慣病が関連する他の栄養関連因子及び非栄養性の関連因子の存在と程度も測定し、これらを総合的に考慮した上で評価 	<ul style="list-style-type: none"> ○摂取量が目標量の範囲に入る者又は近づく者の割合を増やすことを目的とした計画を立案 <留意点>発症予防を目的としている生活習慣病が関連する他の栄養関連因子及び非栄養性の関連因子の存在とその程度を明らかにし、これらを総合的に考慮した上で、対象とする栄養素の摂取量の改善の程度を判断 また、生活習慣病の特徴から考え、長い年月にわたって実施可能な改善計画の立案と実施が望ましい

<参考> 食事摂取基準の各指標(推定平均必要量、推奨量、目安量、耐容上限量)を理解するための概念図



出典:日本人の食事摂取基準(2020)年版 図5