

社員食堂は 健康づくりへの第一歩

～ 毎日利用する社食は、健康に大きく影響します～

令和6年3月
船橋市保健所保健総務課
栄養指導員

本日の内容

はじめに

1. 健康増進法における特定給食施設

(1)健康増進法における設置者と管理者の責務

(2)「適切な栄養管理」とは？

2. 栄養管理の内容

3. 事例紹介

まとめ

はじめに

なぜ

社員食堂が
健康づくりへの第一歩となるのか？





業績向上・企業価値向上

組織の活性化

- ◆従業員の活力向上
- ◆生産性の向上
- ◆人材の定着・確保



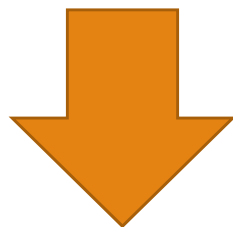
心身共に健康な従業員

- ◆食生活
- ◆運動習慣
- ◆メンタルヘルス など



社員食堂は・・・

多くの社員に継続的に食事を提供



多くの社員の健康に影響を与える

⇒会社の業績に影響を与える

社員に対して適切な栄養管理が必要

本日の研修の目的

特定給食施設に求められる役割を理解し、
今後の取り組みを考えることができる。

1. 健康増進法における特定給食施設

(1) 健康増進法における設置者と管理者の責務

<設置者>

- ◆ 特定給食施設に栄養士又は管理栄養士を配置
- ◆ 適切な栄養管理の実施
- ◆ 保健所からの必要な指導・助言、勧告・命令、立入検査等の対象

<管理者>

- ◆ 立入検査等の対象

(2)「適切な栄養管理」とは？

健康増進法施行規則

(栄養管理の基準)

第九条 法第二十一条第三項の厚生労働省令で定める基準は、次のとおりとする。

- 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。

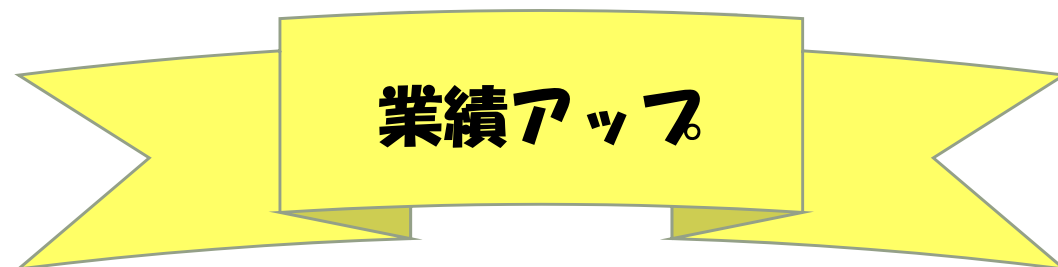
給食を食べる人の健康や嗜好に応じた食事を提供して、評価を行う。

給食業務を委託している場合でも、
栄養管理の責任は施設側にありますので、
委託業者の業務の状況を定期的に確認し、
必要な指示を行ってください。



こんな社員食堂からはもう卒業！

- ・お腹がいっぱいになれば満足
- ・好きなものさえ食べさせてくれればいい



会社が社員食堂に投資



心身共に健康な社員

参考

【特定給食施設】

◆特定多人数に対して継続的に食事を提供する施設

(健康増進法 第20条第1項(特定給食施設の届出))

◆1回100食以上又は1日250食以上

(健康増進法施行規則 第5条(特定給食施設))

【小規模給食施設】

◆1回50食以上100食未満又は1日100食以上250食未満

(健康増進法に係る給食施設に関する事務取扱要綱(船橋市))

※「小規模給食施設」の定義は船橋市で定めたもの。届出の基準や届出様式は自治体によって異なる。特定給食施設に準ずる栄養管理を実施。

2. 栄養管理の内容

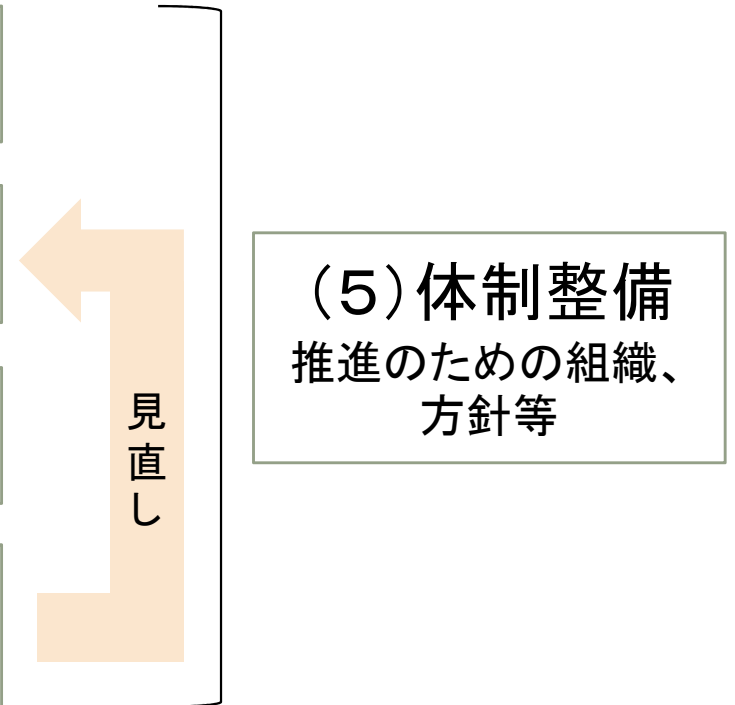
栄養管理の流れ

(1) アセスメント 利用者の状況(性・年齢など)の把握

(2) 計画 給食で摂る栄養量、献立の作成

(3) 実施 食事の提供、健康・栄養情報の提供、衛生管理

(4) 評価 残菜調査、嗜好調査、食堂利用の満足度調査、身体状況等(BMI、疾病状況等)の評価



社員の健診結果

給食のメニューを工夫



食事との関連



健康への影響



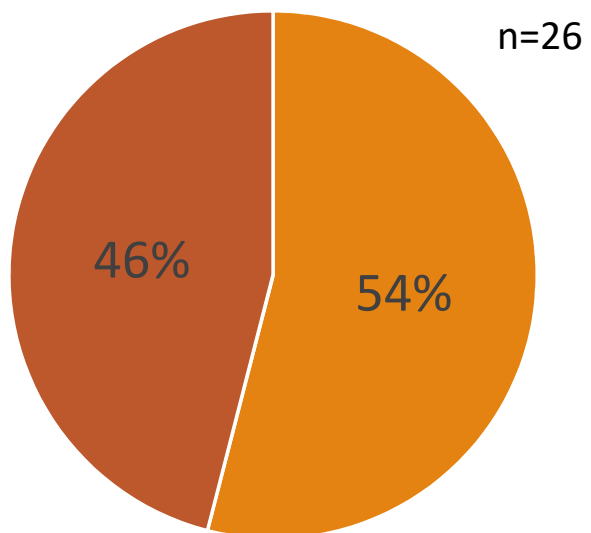
継続的に栄養管理、健康管理ができる！

社員の健康の維持・増進、生活習慣病の予防

- ◆肥満及びやせに該当する者の割合が増加していないか？
- ◆高血圧、糖尿病、脂質異常症に該当する者の割合が増加していないか？

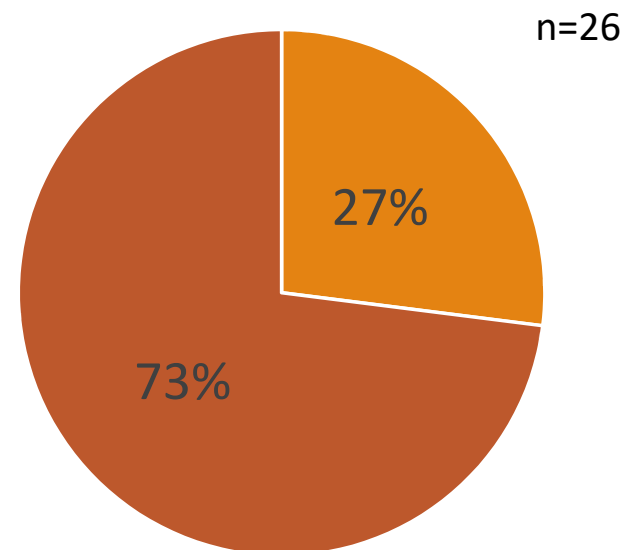
提供される食事のエネルギー量の過不足の評価については、**肥満及びやせに該当する者の割合の変化**を参考にする。(令和2年3月31日厚生労働省健康局健康課長通知)

肥満及びやせに該当する者の割合の把握状況



■ 把握している ■ 把握していない

疾病状況等の把握状況



■ 把握している ■ 把握していない

※疾病状況等：高血圧、糖尿病、脂質異常症

(令和5年度給食施設栄養管理状況等報告書)

給食施設栄養管理状況等報告書（毎年10月の状況を報告）

第7号様式IV		【事業所・自衛隊・その他】		
給食施設栄養管理状況等報告書(<input type="checkbox"/> 特定給食施設		<input type="checkbox"/> 小規模給食施設		
		年	月 日	
船橋市保健所長 宛				
設置者	住所	〒		
	設置者氏名	(法人名)	電話番号	
(職名)		(氏名)		
管理者	施設の名称		電話番号	
	所在地	〒	FAX	
	責任者	(職名) (氏名)	E-mail	
1 施設の種類の	<input type="checkbox"/> 事業所 <input type="checkbox"/> 自衛隊 <input type="checkbox"/> その他()			
2 運営方式	<input type="checkbox"/> 直営 <input type="checkbox"/> 委託	委託先	名称	
			所在地	〒
			代表者職氏名	(職名) (氏名)
			電話番号	() 内線

7 給食利用状況		利用率()%		利用者数()人		／ 全従業員数()人	
8 対象者の把握 (年 月)	身体活動レベル		～29歳(人)	30～49歳(人)	50～64歳(人)	65歳～(人)	計
	低い(I)	男					
		女					
	ふつう(II)	男					
		女					
	高い(III)	男					
		女					
	計	男					
女							
体格指数の把握 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無		体格指数(BMI) = 体重(kg) ÷ 身長(m) ² 25.0以上(肥満) _____ % 18.5未満(やせ) _____ %			疾病状況等の把握 <input type="checkbox"/> 有 <input type="checkbox"/> 無		<input type="checkbox"/> 高血圧症 () % <input type="checkbox"/> 糖尿病 () % <input type="checkbox"/> 脂質異常症 () %

給食管理部門と健康管理部門との連携

3. 事例紹介

従業員等の健康に配慮した 企業の食育推進事例集

<https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kigyo/jirei.html>

(農林水産省ホームページ)

◆ヤフー株式会社

- ・若年層の朝食欠食改善のため、朝食無料
- ・昼食の肉類の揚げ物に「揚げ物税」と称し、100円の値上げをする一方、魚料理を150円値下げし、脂肪エネルギー比の引下げに成功
- ・塩分量の非常に多いラーメンをメニューから外した
- ・食堂改善のため、社員からの「感想」を随時求めている

◆味の素株式会社

- ・自社製品を活用した健康メニューを提供（たんぱく質と野菜が摂れて低カロリー）



◆東洋インキグループ

- ・サラダバー、野菜中心の小鉢、**スマートミール※**を導入
- ・ドレッシングをノンオイルタイプに切り替え、マヨネーズを廃止
- ・ドレッシングのカロリーや食塩相当量の表示で、かける量を意識
- ・漬物を廃止、しょうゆを減塩商品に切り替え

◆トッパングループ健康保険組合

- ・製造現場などでは満腹感を求める傾向が強く、「ヘルシー」と銘打つと喫食率が下がる傾向
 - ボリュームがありそうに見えてもヘルシーなメニューを作成
 - * たっぷりの野菜にとんかつをのせた「サラダとんかつ」
 - * マンナンご飯でヨーグルトのタルタルソースをかける「チキン南蛮」など

スマートミール

<https://smartmeal.jp/smartmealkijun.html>



健康づくりに役立つ栄養バランスがとれた食事

- ・一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い、野菜たっぷりで食塩のとり過ぎにも配慮した食事
- ・厚生労働省の「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」等に基づき基準を設定
- ・「一般社団法人 健康な食事・食環境コンソーシアム」認証制度

事業所給食施設や飲食店、コンビニ、スーパーのお弁当などで提供・販売

まとめ

～ 業績向上・企業価値向上のために 社員食堂を戦略的に生かすためには ～

(1) 利用者の状況を把握する

肥満及びやせに該当する者の割合、疾病状況等、嗜好

(2) 把握した情報を栄養管理に反映させる

食事の提供、健康・栄養情報の提供

(3) 栄養管理の責任は施設側

定期的な確認と必要な指示

(4) 栄養管理の評価を行って、計画を見直し、食事を提供する◎繰り返す

給食を従業員の健康づくりの一環と捉え、給食管理部門と健康管理部門が連携した運営

アンケート

回答期間：令和6年4月30日まで

回答方法：船橋市オンライン申請・届出サービス(以下「オンライン申請サービス」)から回答してください。

URL：https://e-shinsei.city.funabashi.lg.jp/city-funabashi-u/offer/offerList_detail?tempSeq=4443



資料

健康増進法

(特定給食施設における栄養管理)

第二十一条 特定給食施設であって特別の栄養管理が必要なものとして厚生労働省令で定めるところにより都道府県知事が指定するものの設置者は、当該特定給食施設に管理栄養士を置かなければならない。

2 前項に規定する特定給食施設以外の特定給食施設の設置者は、厚生労働省令で定めるところにより、当該特定給食施設に栄養士又は管理栄養士を置くように努めなければならない。

3 特定給食施設の設置者は、前二項に定めるもののほか、厚生労働省令で定める基準に従って、適切な栄養管理を行わなければならない。

(指導及び助言)

第二十二條 都道府県知事は、特定給食施設の設置者に対し、前条第一項又は第三項の規定による栄養管理の実施を確保するため必要があると認めるときは、当該栄養管理の実施に関し必要な指導及び助言をすることができる。

(勧告及び命令)

第二十三條 都道府県知事は、第二十一条第一項の規定に違反して管理栄養士を置かず、若しくは同条第三項の規定に違反して適切な栄養管理を行わず、又は正当な理由がなくて前条の栄養管理をしない特定給食施設の設置者があるときは、当該特定給食施設の設置者に対し、管理栄養士を置き、又は適切な栄養管理を行うよう勧告をすることができる。

2 都道府県知事は、前項に規定する勧告を受けた特定給食施設の設置者が、正当な理由がなくてその勧告に係る措置をとらなかったときは、当該特定給食施設の設置者に対し、その勧告に係る措置をとるべきことを命ずることができる。

(立入検査等)

第二十四条 都道府県知事は、第二十一条第一項又は第三項の規定による栄養管理の実施を確保するため必要があると認めるときは、特定給食施設の設置者若しくは管理者に対し、その業務に関し報告をさせ、又は栄養指導員に、当該施設に立ち入り、業務の状況若しくは帳簿、書類その他の物件を検査させ、若しくは関係者に質問させることができる。

- 2 前項の規定により立入検査又は質問をする栄養指導員は、その身分を示す証明書を携帯し、関係者に提示しなければならない。
- 3 第一項の規定による権限は、犯罪捜査のために認められたものと解釈してはならない。