


健康増進法からみた 栄養管理及び給食管理について

富士・東部保健所 健康支援課



給食施設とは

- 特定かつ多数の人に対して、継続的に食事を提供する施設
- 給食施設の食事は、喫食者の栄養を確保し、健康の保持・増進を図り、かつ喫食者に対する栄養教育をはじめ、その家庭や地域社会の食生活改善を図ることができます。継続的・計画的に食事を提供・栄養教育を行うことで、県民の栄養改善に与える影響は非常に大きいです。

分類	説明	根拠法令
特定給食施設	特定かつ多数の者に対して、継続的に 1回100食以上又は1日250食以上 の食事を供給する施設	健康増進法第20条第1項
その他の給食施設	特定給食施設以外の施設で、特定かつ多数の者に対して、継続的に 1回20食以上又は1日50食以上 の食事を供給する施設	 山梨県給食施設指導要綱

給食施設の役割

○特定給食施設の設置者は、厚生労働省の定める

「栄養管理の基準」に従って、適切な栄養管理の実施が必要です。

※その他の給食施設においても、**「栄養管理の基準」**に沿った、適切な栄養管理を行うように努めることが必要です。

※給食業務を委託している場合、**栄養管理の責任は施設側にあります。**

栄養管理の基準（健康増進法第21条第3項、健康増進法施行規則第9条）

1	給食利用者（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。
2	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。
3	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。
4	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。
5	衛生の管理については、食品衛生法その他関係法令の定めるところによること。

給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

第2 特定給食施設が行う栄養管理について

1 身体の状態、栄養状態等の把握、食事の提供、品質管理及び評価について

(1) 利用者の性、年齢、身体の状態、食事の摂取状況、生活状況等を定期的に把握すること。

なお、食事の摂取状況については、可能な限り、給食以外の食事の状況も把握するよう努めること。

- 身長、体重、BMI、肥満度、疾病・障害の有無、食物アレルギー、普段の食べる様子や喫食量、活動量、健康診断の結果など
- 朝、昼、夜、おやつ類の摂取状況など

給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

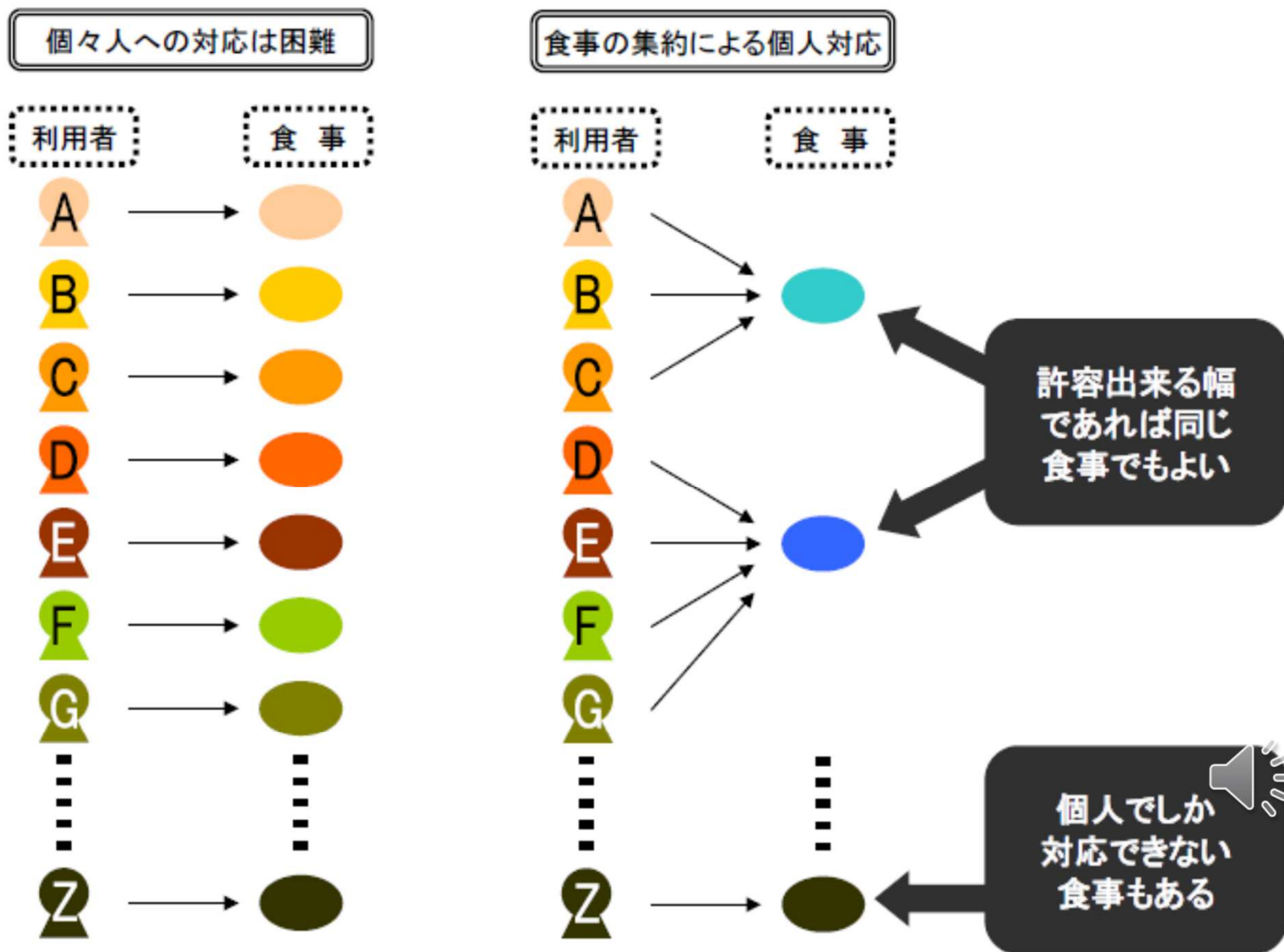
(2) (1)で把握した情報に基づき給与栄養量の目標を設定し、食事の提供に関する計画を作成すること。

なお、利用者間で必要な栄養量に差が大きい場合には、複数献立の提供や量の調整を行う等、各利用者に対して適切な選択肢が提供できるよう、工夫すること。 複数献立とする場合には、各献立に対して給与栄養量の目標を設定すること。

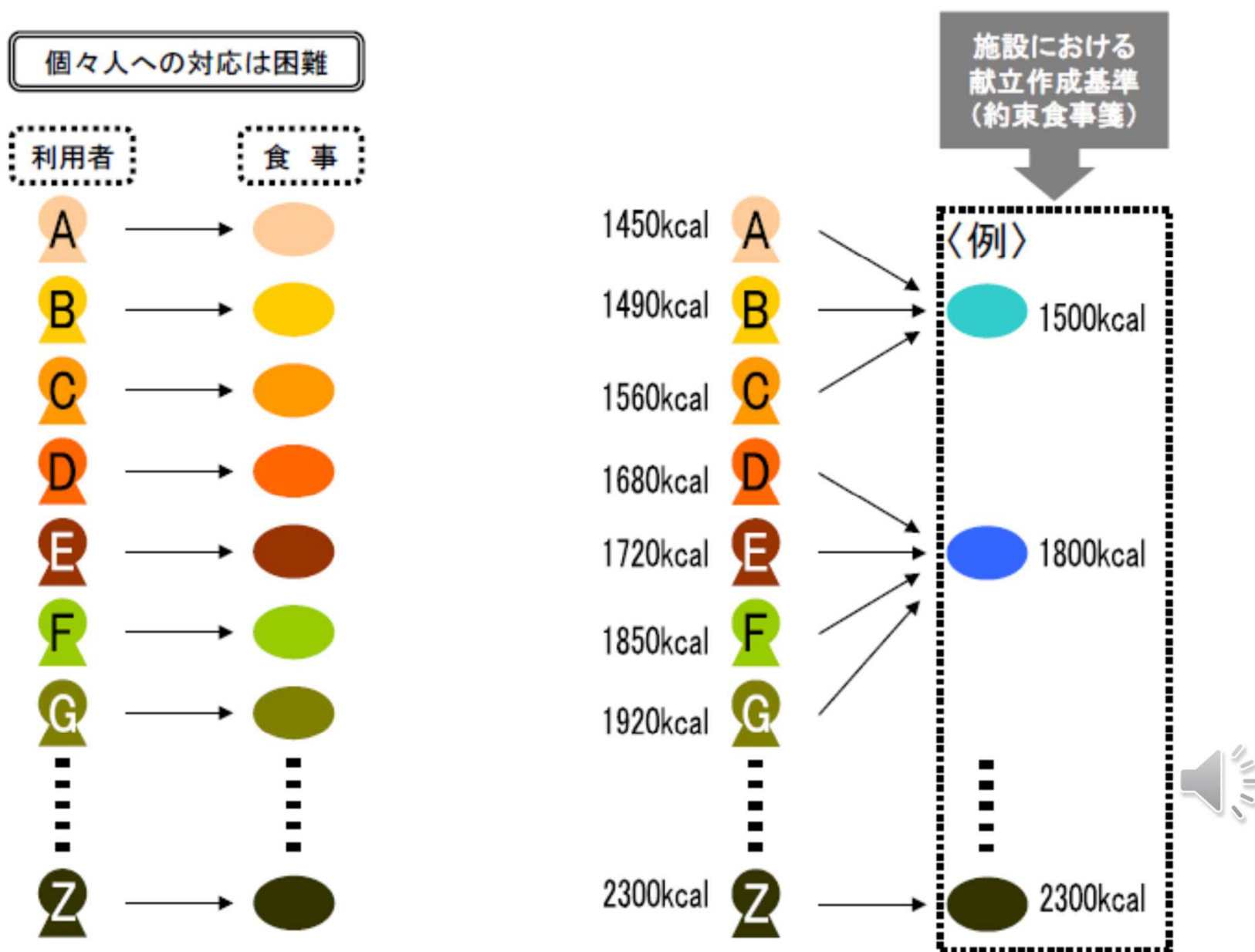
→性、年齢、身体の状態などに合わせた給与栄養目標量を設定。

(例)保育園では、未満児と以上児それぞれで目標量を設定し、目標量に応じて提供する量の調整を行う。

対象者の特性や栄養管理上考慮する項目などをグループ化して、
提供する食事の種類ごとに基準となるエネルギー量や栄養素量を設定する



対象者の特性や栄養管理上考慮する項目などをグループ化して、
提供する食事の種類ごとに基準となるエネルギー量や栄養素量を設定する



給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

(3) (2)で作成した計画に基づき、食材料の調達、調理及び提供を行うこと。

(4) (3)で提供した食事の摂取状況を定期的に把握するとともに、身体状況の変化を把握するなどし、これらの総合的な評価を行い、その結果に基づき、食事計画の改善を図ること。

(5) なお、提供エネルギー量の評価には、個々人の体重、体格の変化並びに肥満及びやせに該当する者の割合の変化を参考にすること。

ただし、より適切にエネルギー量の過不足を評価できる指標が他にある場合はこの限りではない。



→計画→実施→確認・評価→見直しを行う

→PDCAサイクルの実施

給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

2 提供する食事（給食）の献立について

- (1) 給食の献立は、**利用者の身体の状態、日常の食事の摂取量に占める給食の割合、嗜好等に配慮するとともに、料理の組合せや食品の組合せにも配慮して作成するよう努めること。**
- (2) 複数献立や選択食(カフェテリア方式)のように、**利用者の自主性により料理の選択が行われる場合には、モデル的な料理の組合せを提示するよう努めること。**

→検食簿、嗜好調査、残食量など

→複数献立や選択食等の場合、エネルギー量別に料理の組み合わせ例を示すなど



給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

3 栄養に関する情報の提供について

(1) 利用者に対し献立表の掲示や熱量、たんぱく質、脂質、食塩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うこと。

(2) 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ること。

→献立表や給食便り、リーフレットや卓上メモ、ホームページなど

→利用者本人やその家族、集団への栄養教育



給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

4 書類の整備について

(1) 献立表など食事計画に関する書類とともに、利用者の身体状況など**栄養管理の評価に必要な情報について適正に管理**すること。

(2) 委託契約を交わしている場合は、委託契約の内容が確認できるように**委託契約書等を備える**こと。

→利用者の身体状況等、給与栄養目標量、予定献立表、品質管理、摂取量等

→委託契約の場合、委託内容の確認(食事に関わる質の確保、責任分担の明確化など)

と保管

給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

5 衛生管理について

給食の運営は、衛生的かつ安全に行われること。具体的には、食品衛生法（昭和22年法律第233号）、「大規模食中毒対策等について」（平成9年3月24日付け衛食第85号生活衛生局長通知）の別添**「大量調理施設衛生管理マニュアル」**その他関係法令等の定めるところによること。



給食施設が行う栄養管理に係る留意事項

第3 災害等の備え

災害等発生時であっても栄養管理基準に沿った適切な栄養管理を行うため、平時から災害等発生時に備え、食料の備蓄や対応方法の整理など、体制の整備に努めること。

→非常食の備蓄状況(対象者に合ったものか、量は適当かなど)

→災害時対応マニュアル等が整備されているか、マニュアルに沿った訓練等が行われているか

→栄養士や調理員以外の人でも対応できるように整備



山梨県の健康増進計画

健やか山梨21（第2次）

目的

県民が、生涯にわたって健やかで心豊かな生活を送る

内容

最上位目標の「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」に向け、5つの取り組みの方向性を定めている（45項目、80の数値目標）

- 1.健康寿命の延伸と健康格差の縮小の実現
- 2.主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底
- 3.社会生活を営むために必要な機能の維持・向上
- 4.健康を支え、守るための社会環境の整備
- 5.栄養・食生活、身体活動・運動、休養、飲酒、喫煙及び歯・口腔の健康に関する生活習慣及び社会環境の改善

期間

平成25年度～令和5年度
（当初は令和4年度であったが、1年延期となった）

健康に関する計画

山梨県地域保健医療計画、山梨県医療費適正化計画、山梨県がん対策推進計画、健康長寿やまなしプラン 等

イメージ図

いきいきと健やかに暮らせる社会の実現

健康寿命の延伸・市町村間の健康格差の縮小

生活の質の向上

社会環境の質の向上

生活習慣病の
発症予防
重症化予防

社会生活機能
低下の低減

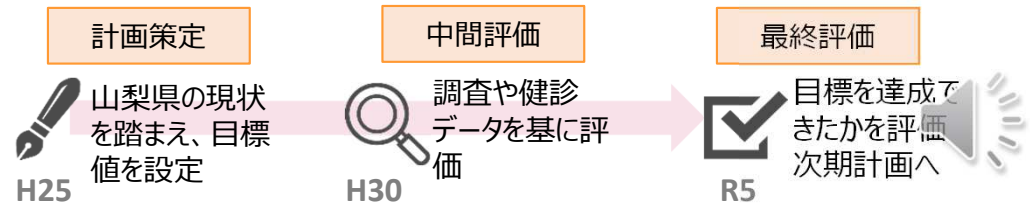
社会参加の
機会の増加

家庭・学校・地域・職場 等

生活習慣の改善

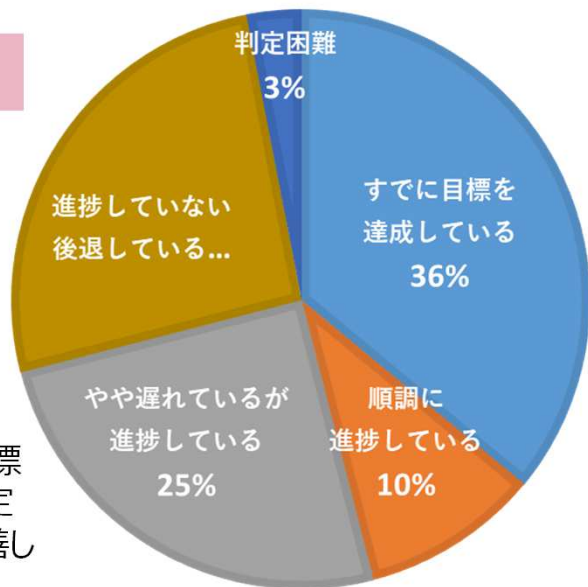
社会環境の改善

個人



健やか山梨21（第2次）の中間評価から見えてきた課題

中間評価



全体として、目標の7割が計画策定時と比較して改善している。

一方、後退している項目や判定できない項目がある。

(やや遅れている又は進捗していない項目の例)

メタボリックシンドロームの該当者及び予備群の減少(目標 18.4%以下)

計画策定時 24.6% ⇒ 直近値 24.8%

成人の喫煙率の減少(目標 13.9%)

計画策定時 21.2% ⇒ 直近値 19.6%

未成年の喫煙をなくす(目標 0%)

計画策定時	中学1年(女子)	0.0%	⇒	直近値	0.5%
	高校3年(男子)	3.6%	⇒		2.5%

適正体重の子どもの増加(目標 減少傾向へ)

計画策定時	小学校	7.9%	⇒	直近値	8.4%
	中学校	9.1%	⇒		10.3%
	高等学校	9.6%	⇒		9.9%

課題

子ども <20歳未満>



- 肥満傾向にある子どもが増加
- 運動習慣がある子どもがやや減少
- 家庭内に喫煙者がいる子どもは喫煙者がいない家庭の子どもと比べて喫煙率が高い

将来「生活習慣病」になる可能性が高い

<共通する課題>

**肥満
運動不足
喫煙**

大人 <20歳以上>

- メタボ該当者及び予備群者が増加
- 年代を問わず、運動習慣のある県民が減少
- 血糖コントロール不良者が増加
- 男性の喫煙率が高い



心疾患・脳血管疾患・糖尿病、人工透析などのリスク



健やか山梨21(第2次)の中間評価から見えてきた課題～食塩摂取～

食塩摂取量の目標(1日当たり)

健やか山梨21(第2次)
目標

8g未満

「日本人の食事摂取基準(2020年版)」
目標量

男性
7.5
g未満

女性
6.5
g未満

高血圧・CKDの重症化予防を
目的とした量

6g未満

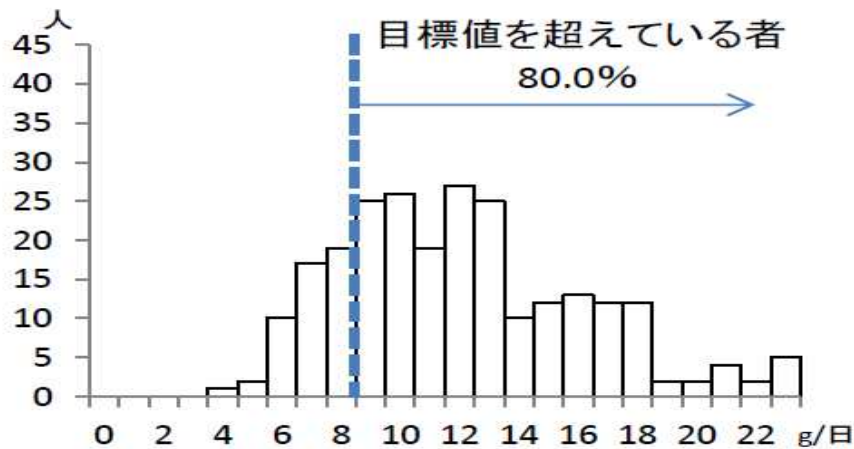
食塩摂取量の平均

(平成26年度県民栄養調査)

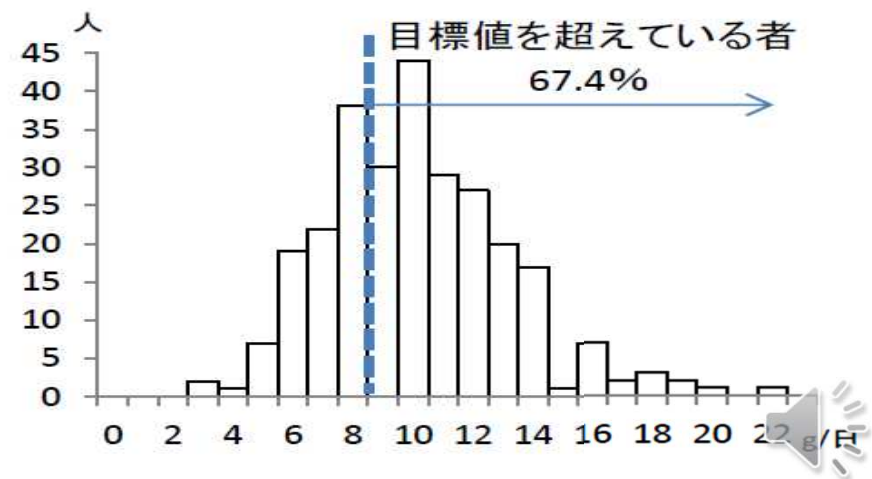
男性 **11.5g** 女性 **9.5g**

図1-2 食塩の習慣的摂取量の分布(20歳以上)

男性



女性



継続した減塩への取り組みが必要

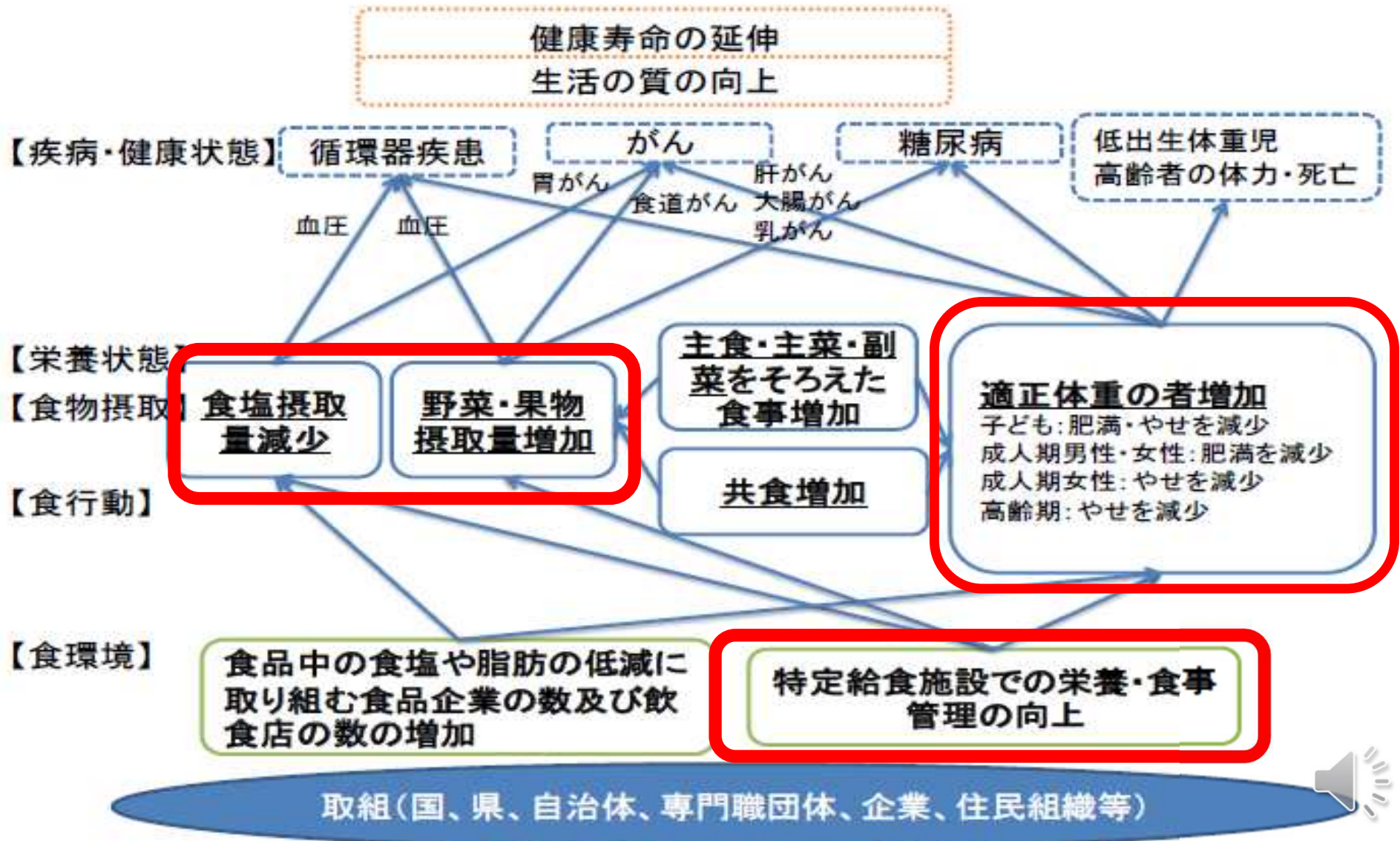
健やか山梨21（第2次）の栄養・食生活分野の目標値

20歳以上	適切な量と質の食事をする人の増加 (生活習慣病予防のために目指したい栄養量)	
食塩摂取量	8.0g未満/日	(1食あたり2.5g未満目安) 食事摂取基準2020年版⇒男性7.5g未満、女性6.5g未満
野菜摂取量	350g以上/日	(1食あたり120g以上目安) カリウム、ビタミンC、食物繊維等の適量摂取が期待される量として設定
果物摂取量	100g以上/日	100g未満の者の割合を減らす 摂取量が低いとがんのリスクが高くなるが、多いほどリスクが低下するものでもないため、摂取量の少ない人を減らす

【参考】

20歳未満	日本人の食事摂取基準2020年版				
	3～5歳	6～7歳	8～9歳	10～11歳	12～14歳
食塩相当量	3.5g未満/日	4.5g未満/日	5.0g未満/日	6.0g未満/日	男7.0g未満/日 女6.5g未満/日

栄養・食生活の目標設定の関連



← 研究報告あり

富士・東部保健所管内

特定給食施設等栄養管理状況

～令和4年度給食施設状況調査票及び栄養管理報告書のまとめ～



管理栄養士・栄養士・調理師の配置状況

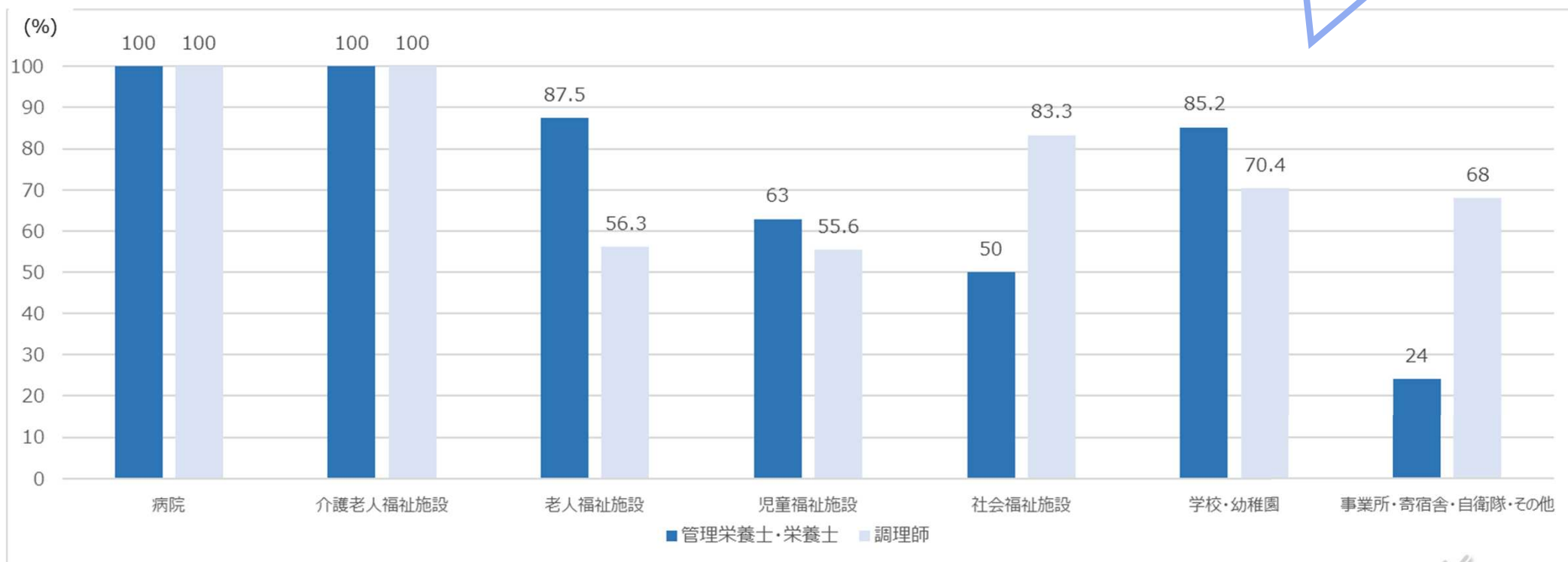
富士・東部保健所管内の給食施設数(R5.4現在)

特定給食施設 : 75施設

その他の給食施設 : 67施設

合計 : 142施設

常勤のみ

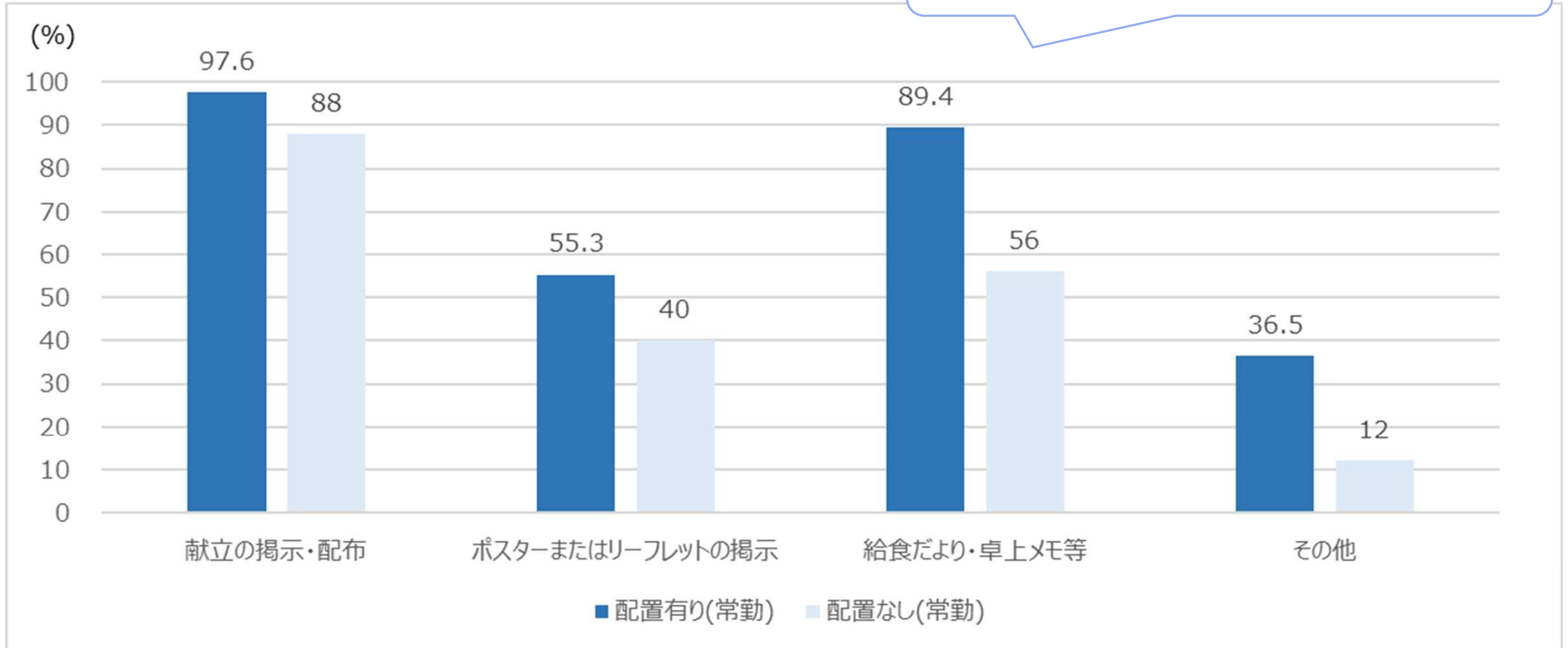


○正規職員の管理栄養士・栄養士、調理師は、病院、介護老人福祉施設で100%配置されている。

○児童福祉施設、社会福祉施設、事業所等における**管理栄養士・栄養士の配置は50%程度**であった。

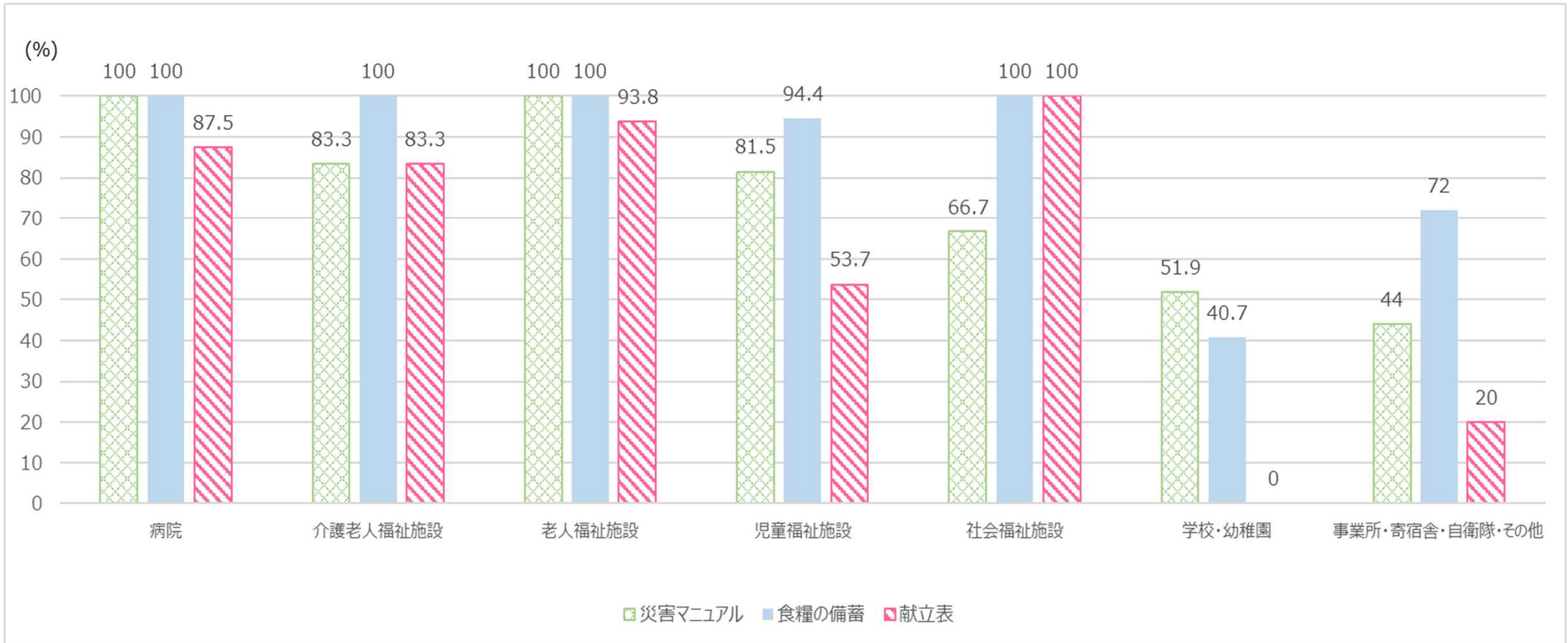
健康・栄養情報の提供状況

管理栄養士・栄養士配置有無別



- 健康・栄養情報の提供については、**献立の掲示・配布**や**給食だより・卓上メモ**を実施している施設の割合が**高い**状況。
- 管理栄養士・栄養士配置施設**が、未配置施設と比較して、**健康・栄養情報の提供**をしている割合が**やや高い**状況。

非常時の危機管理対策状況

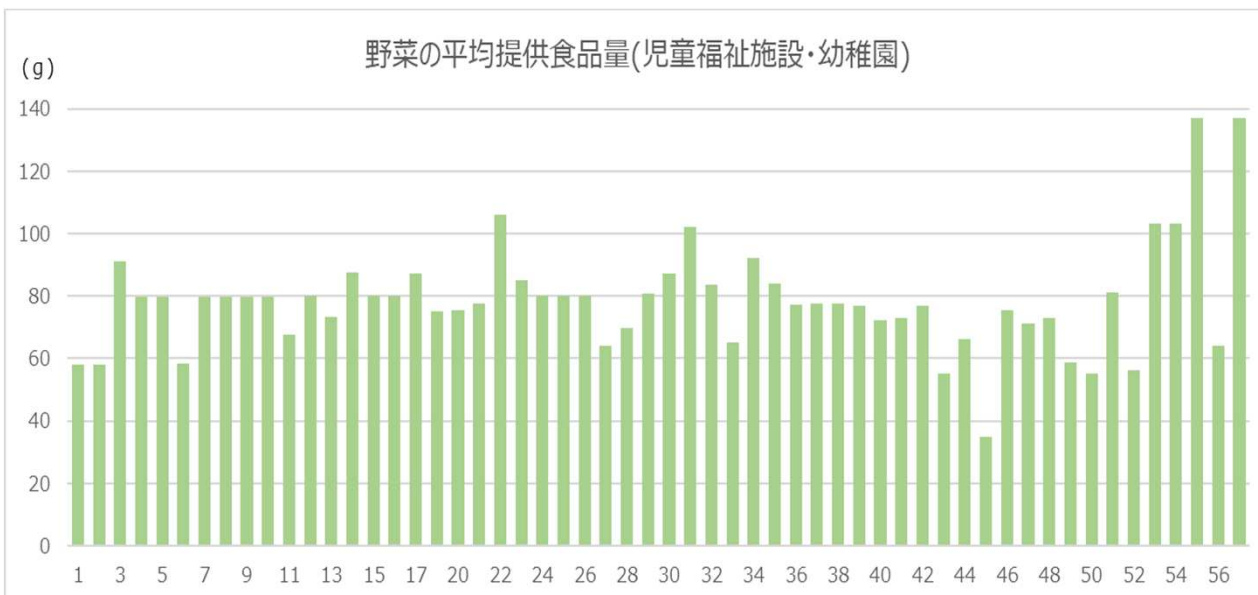
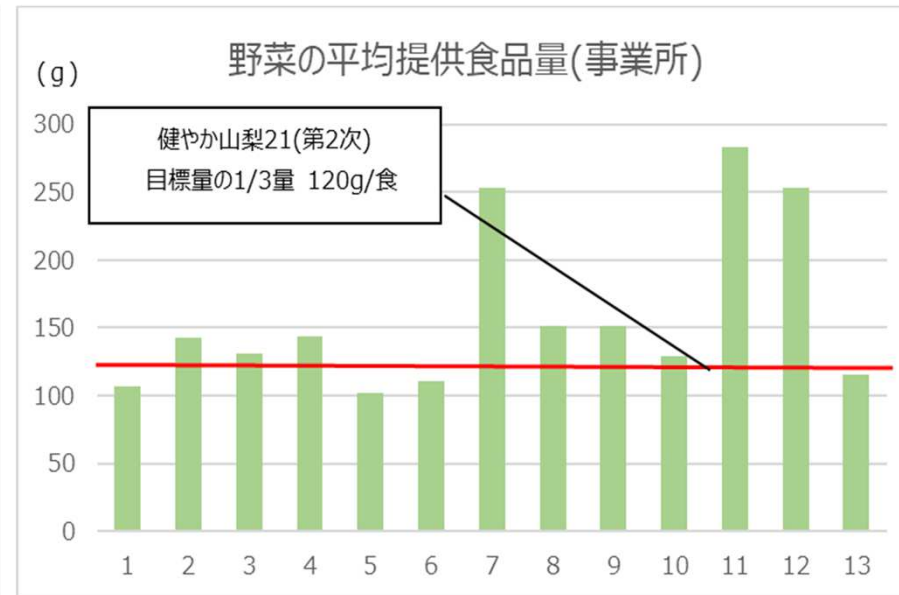
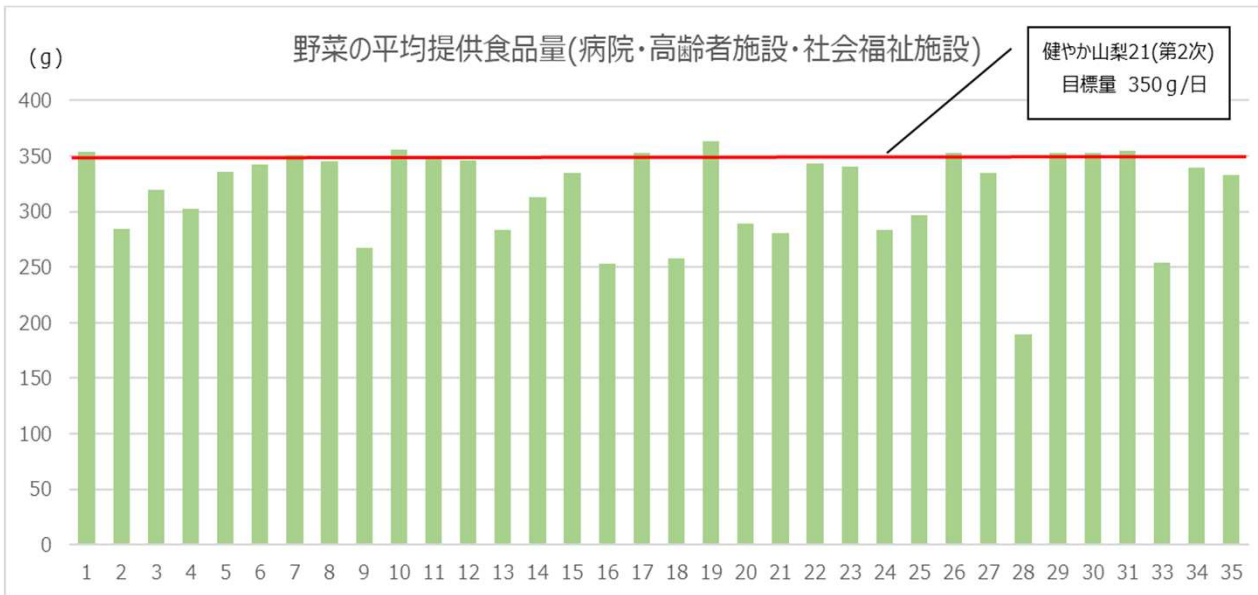


- 災害マニュアルについては、**学校・幼稚園、事業所等で策定があまり進んでいない**状況。
- 食糧の備蓄については、**多くの施設で対策がされている**状況。
- 備蓄に応じた**献立表の作成**については、**児童福祉施設、学校・幼稚園、事業所等で対策が進んでいない**状況。



→**平常時からの**危機管理体制の確保に努めることが必要

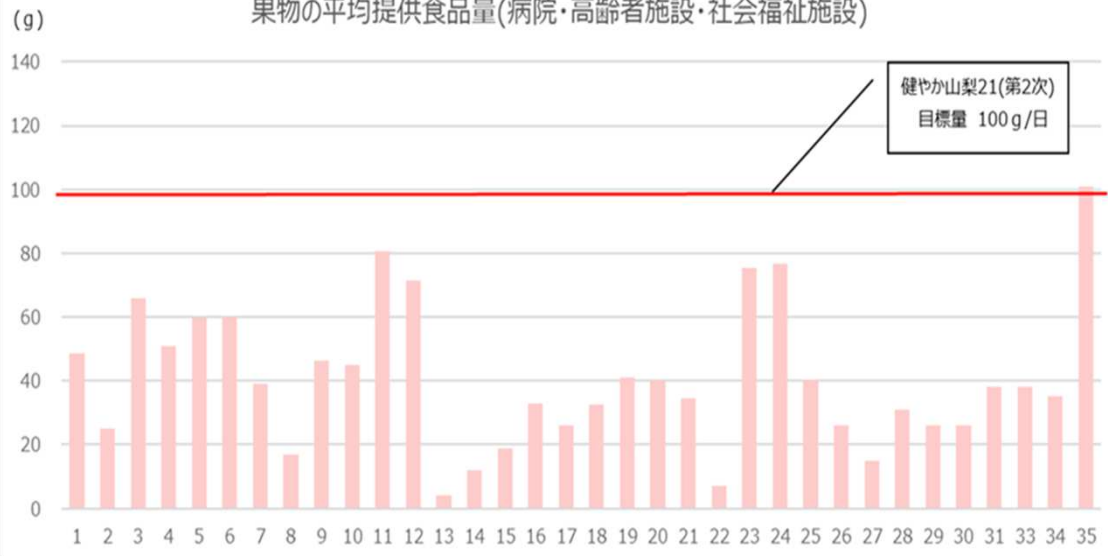
野菜の平均提供食品量



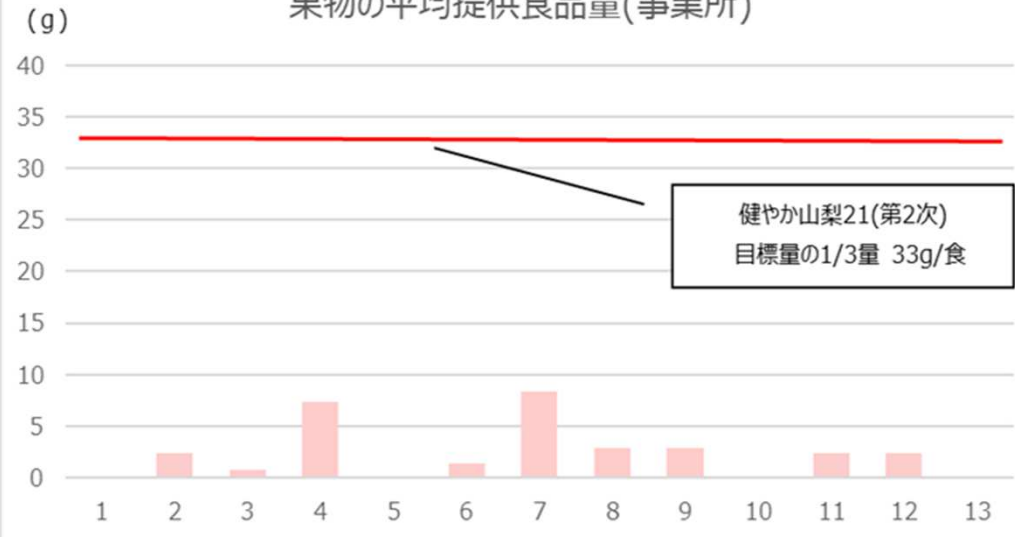
- 病院・高齢者施設等(3食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量(350g/日)に達している施設は**約2割**であった。
- 事業所(1食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量の1/3量(120g/食)に達している施設は**約7割**であった。

果物の平均提供食品量

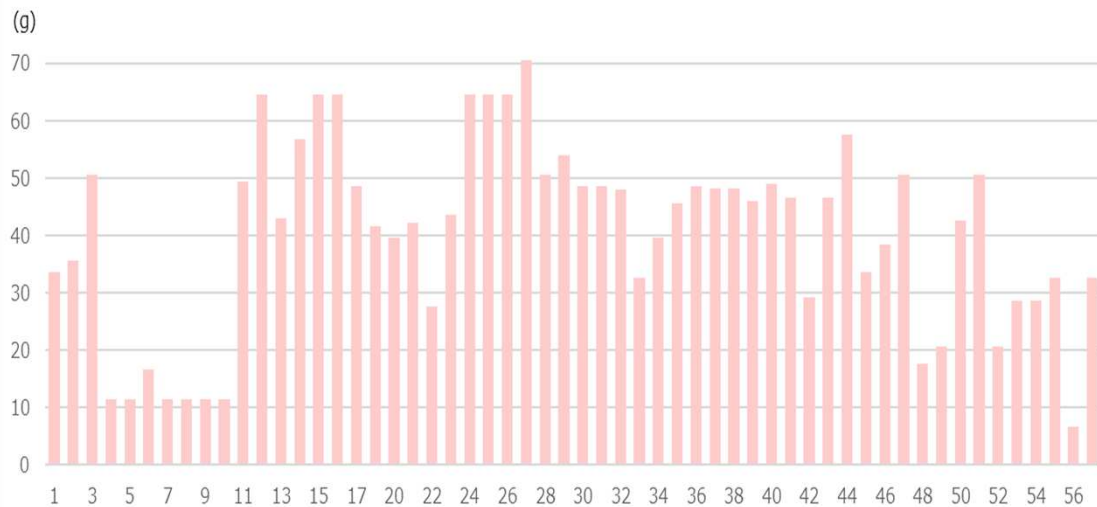
果物の平均提供食品量(病院・高齢者施設・社会福祉施設)



果物の平均提供食品量(事業所)



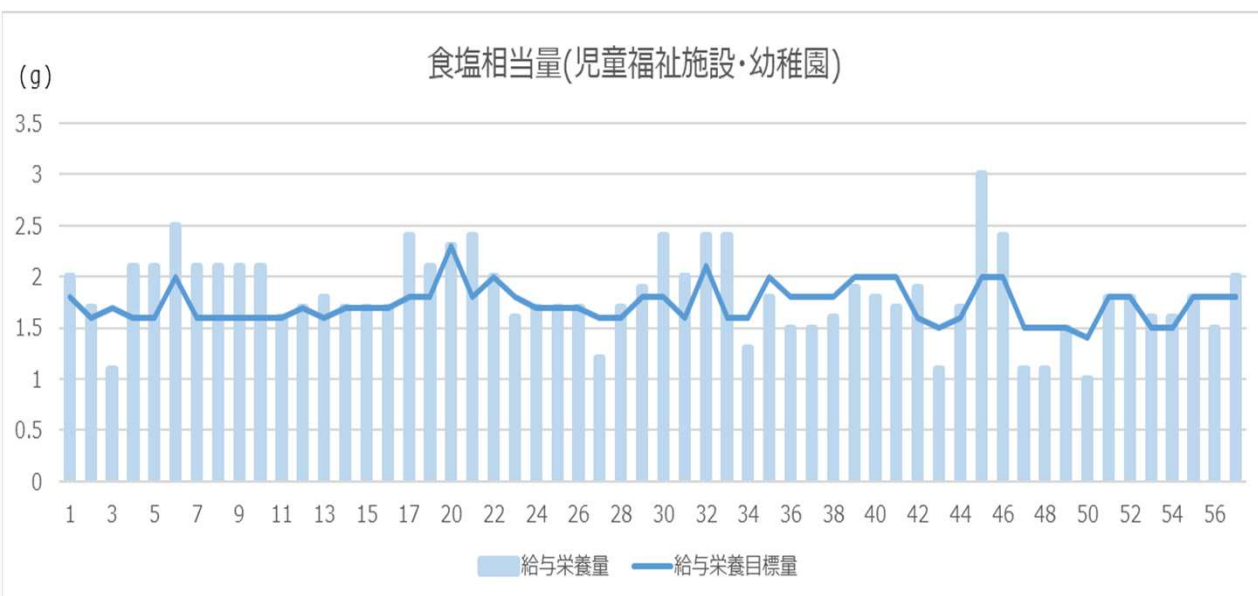
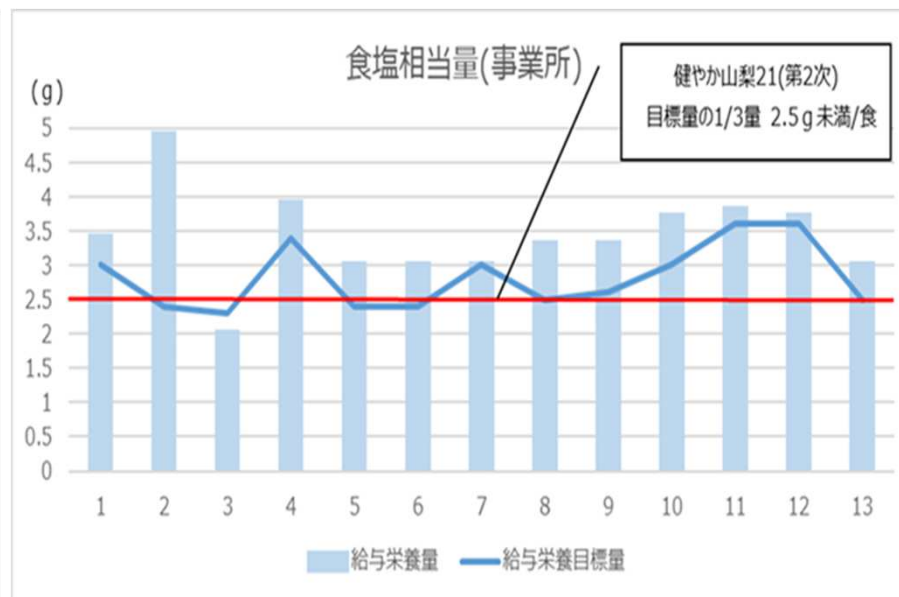
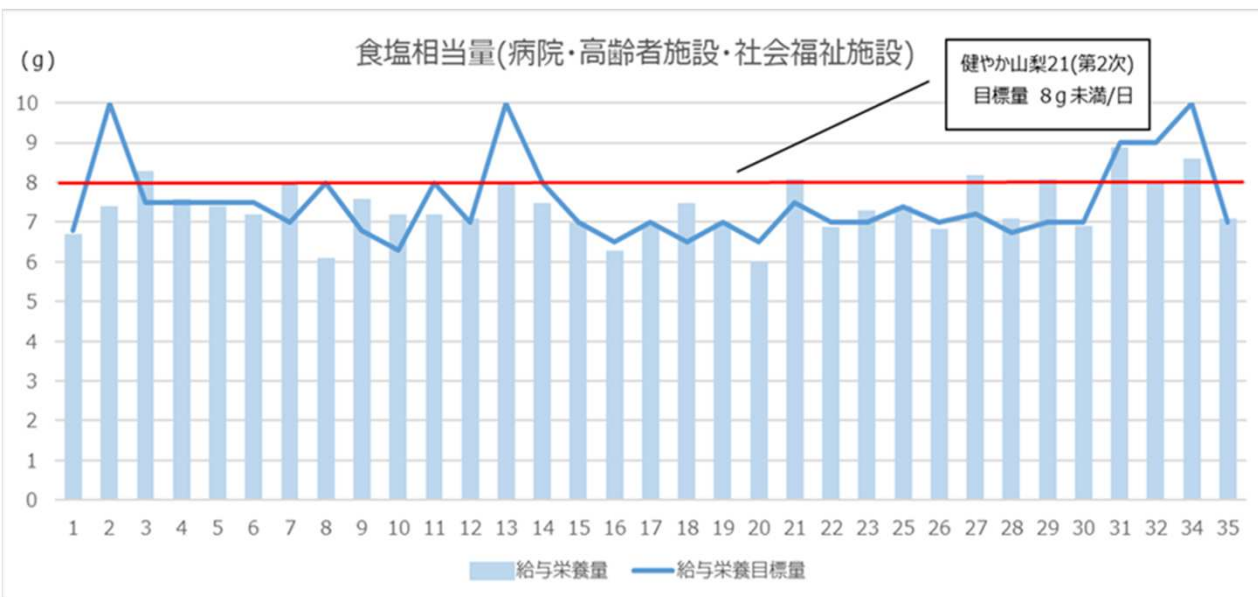
果物の平均提供食品量(児童福祉施設・幼稚園)



- 全施設において、果物の提供量に差がある。
 - 病院・高齢者施設等(3食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量(100g/日)に達している施設はほとんどなかった。
 - 事業所(1食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量の1/3量(100g/食)を提供している施設はなく、**果物自体の提供をしていない施設もあった。**
- 施設での提供とともに朝・夕での摂取を促す取り組みも必要である。



食塩相当量



○病院・高齢者施設等(3食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量(8g未満/日)を超えている施設は**約2割**であった。

○事業所(1食提供)では、「健やか山梨21(第2次)」の目標量の1/3量(2.5g未満/食)を超えている施設が**ほとんど**であった。

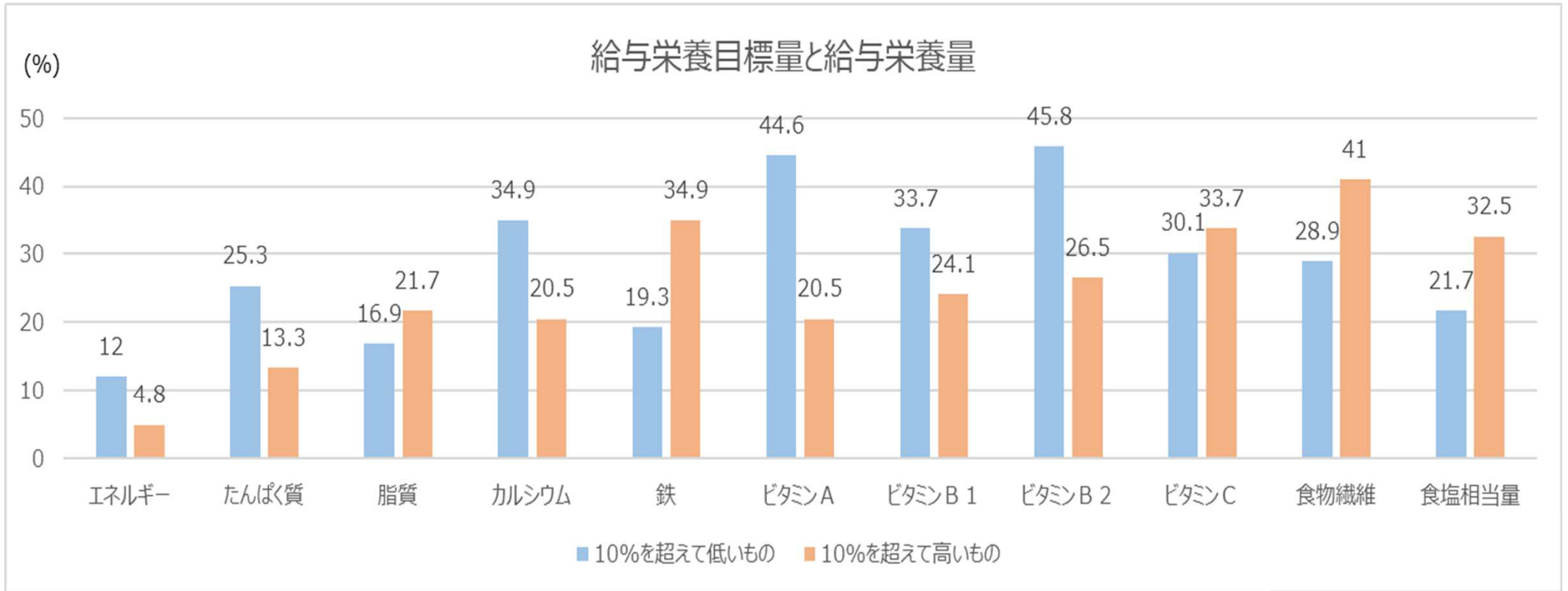


○児童福祉施設等(1食提供)では、施設の給与栄養目標量を上回っている施設が**約5割**であった。

給与栄養目標量と給与栄養量

※目標量より給与栄養量が、10%を超えて高いものと低いもの

※欠損値、一定値ではなく幅表示している施設は除く



○目標量より給与栄養量が下回る栄養素は、食物繊維やカルシウム、ビタミン類などが挙げられる。

○目標量より給与栄養量が上回る栄養素は、食塩相当量や脂質、食物繊維、鉄などが挙げられる。

→給与栄養量が目標量に近づくよう**献立を工夫**しましょう。




まとめ

○**栄養管理報告書を活用**してください。

施設の給食管理状況を振り返り、次年度は一步進んだ栄養・給食管理ができるよう取り組みをお願いします。喫食者の身体状況・生活状況を把握し、健康管理部門と給食部門が連携し、健康づくりに取り組んでください。

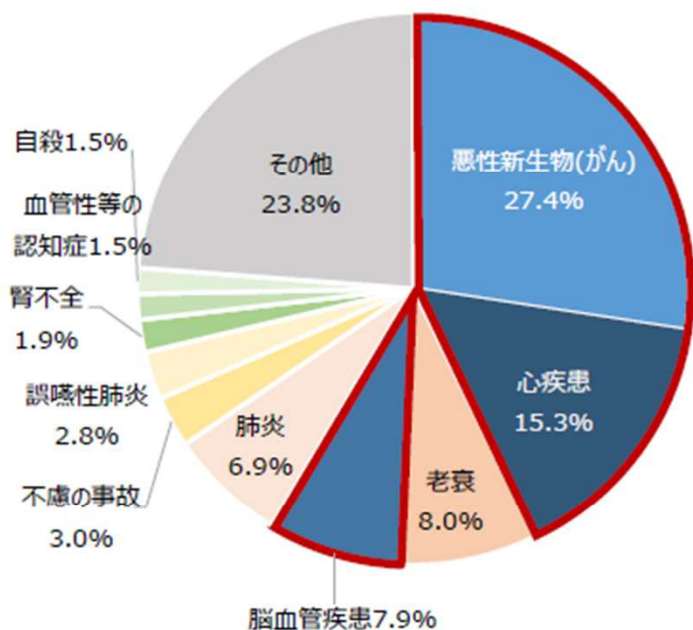
○**給与栄養目標量に対する給与栄養量・推定摂取量の確認及び評価の実施**をお願いします。

対象者への適切な量の食事提供は、栄養状態を改善し、健康の保持・増進を図るために重要です。

食塩の過剰摂取 ～日本人の非感染性疾患の状況～

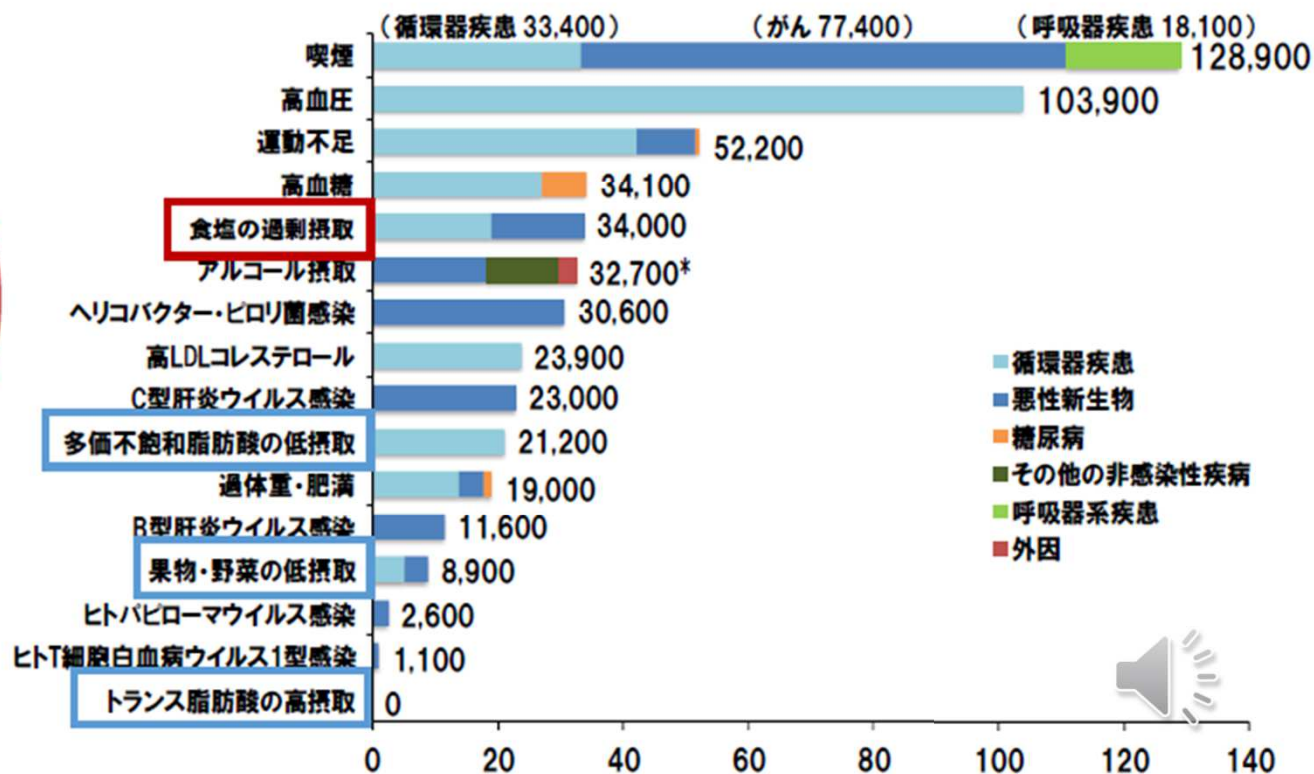
- 人口動態統計によると、日本の死因の50%以上は悪性新生物(がん)、心疾患、脳血管疾患等の非感染症疾患(NCDs)。
- 日本における「予防可能な危険因子」を比較評価した研究報告によると、2007年のNCDs・外傷による死亡の決定因子(単一因子)は、喫煙が最も高く、次いで高血圧。**食事因子では、食塩の過剰摂取が最も高く**、研究対象となった死亡約96万人のうち、34,000人に関連。

図 日本人の死因内訳(2018年)
















(出典) 厚生労働省「2018年人口動態調査」

図 日本における危険因子別の関連死亡者数(2007年)



(出典) Ikeda N, et al: PLoS Med. 2012; 9(1): e 1001160.

生活習慣病(NCDs)と生活習慣との関係

	禁煙	健康な食事	身体活動の増加	リスクを高める 飲酒の減少
がん				
循環器疾患				
糖尿病				
COPD*				

*COPD・・・Chronic Obstructive Pulmonary Disease：慢性閉塞性肺疾患

出典：健康づくりポータルサイト(<https://healthy-life21.com>)

→ **食事、運動、飲酒、喫煙**である程度予防できる

さいごに

1. 喫食者の栄養を確保し、**健康の保持・増進を**
図ることができる。
2. 喫食者に対する栄養教育を行うことで、**その家**
庭や地域社会の食生活改善を図ることができる。
→ 継続的・計画的に食事を提供・栄養教育を行う
ことで、**県民の栄養改善に与える影響はととても**
大きい。



お知らせ



次にあてはまる場合、**保健所へ届出**をお願いします

	特定給食施設 健康増進法第二十条第一項	その他の給食施設 山梨県給食施設指導要綱
開始または再開	様式第1号	様式第8号
届出事項 の変更	様式第2号	様式第9号
休止または廃止	様式第3号	様式第10号

【届出事項】 ※1~6に変更があった場合、変更届の提出が必要です。

1. 給食施設の名称及び所在地
2. 給食施設の設置者の氏名及び住所（法人にあっては、給食施設の設置者の名称、主たる事務所の所在地及び代表者の氏名）
3. 給食施設の種類
4. 給食の開始日又は開始予定日
5. **一日の予定給食数及び各食ごとの予定給食数**
6. 管理栄養士及び栄養士の数

届出様式は、山梨県のホームページからダウンロードできます！！

【5. 予定給食数の考え方】

- 学校・給食センター：**予定給食数(教職員除く)**
- 病院・診療所：**許可病床数**
- 介護老人保健施設・老人福祉施設・児童福祉施設・社会福祉施設：**入所定員数**
- 事業所・寄宿舎・矯正施設・自衛隊等：**予定給食数**



お知らせ

○給食施設状況調査

○特定給食施設等栄養管理報告書

(公立学校を除く)

→**現在見直し**を行っております。

※提出時期および様式など詳細につきましては、

令和6年3月頃に**富士・東部保健所ホーム**

ページに掲載予定です。