

事業所給食施設の栄養管理、健康教育の実態調査

飯澤裕美、青木敦子、矢崎真樹子、
多田志織、小松 仁
長野県松本保健所

A study on the nutritional management and health education to workers at a dining room in work place

Hiromi IZAWA, Atsuko AOKI, Makiko YAZAKI, Shiori TADA, Hitoshi KOMATSU
Nagano Prefectural Matsumoto Public Health Center

目的: 松本保健所管内事業所内の特定給食施設等における、従業員に対する栄養管理及び健康教育の実態を把握し、特定給食施設等を健康づくりの推進をするための社会資源の一つとして活用するための支援の仕方について検討した。

方法: 平成18年12月から平成19年3月の期間に、松本保健所に届出のある特定給食施設等のうち、事業所、寄宿舎等の給食施設運営者37施設を対象とし、郵送法でアンケート調査を行った。調査項目は、従業員(寄宿舎入所者)の健康に関する情報の把握状況、健康増進を考慮した食事提供、健康情報の提供、食事バランスガイドの活用、健康増進法第21条の認知等の項目である。

結果: 給食利用者の健康状態を把握している施設は全体の45.9%であった。利用者の栄養状態に基づいた給与栄養目標量の設定をしている施設は51.4%であった。施設の規模別にみると、規模の小さい準特定給食施設では、25.0%の施設が給食の給与栄養目標量の設定をしているのみであった。健康情報の提供は全体の89.2%で実施していた。具体的な健康教育については29.7%で実施をしていたが、準特定給食施設では実施している施設はなかった。特定給食施設を規定している健康増進法の内容を知っていると答えた施設は73.0%であった。

結論: 松本保健所管内の特定給食施設及び準特定給食施設を、従業員に対する栄養管理、健康教育の場として活用するためには、まず特定給食施設の役割を自覚して、給食運営を実施できるような、研修会などの集団的な介入による啓発と施設の実態に即した具体的な個別支援が必要であると考えた。

Key words: 給食施設 (food service facility)、栄養管理 (food management)、健康教育 (health education)

I. はじめに

健康日本21では、栄養・食生活分野の目標として、最終目標達成のために「栄養状態」をより良くするための「適正な栄養素(食物)摂取」、適正な栄養素

(食物)摂取のための「行動変容」、及び個人の行動変容を支援するための「環境づくり」の三ステップを達成のための主な段階として設定している¹⁾。こうした目的を達成するための具体的な方法として、食物情報や健康情報へのアクセスといった食環境面での整備が有効とされており、職域のキャフェテリアや外食産業への介入(ヘルシーメニューの提供など)などについての大規模な介入研究では、効果が見られるという報告がある¹⁾。

このような中、平成15年に施行された健康増進法で

(2009年1月19日受付, 2009年3月4日受理)
別刷り請求先: 飯澤裕美
〒390-0852 長野県松本市島立1020
長野県松本保健所健康づくり支援課
TEL 0263-40-1938, FAX 0263-47-9293
E-mail: iizawa-hiromi@pref.nagano.jp

は、特定給食施設等を特定の利用者が繰り返し食事を行なう施設として定義し、利用者の健康状態等に配慮し、健康の維持・増進を希求した給食を提供および管理する施設であることの意味合いを強くしている²⁾。

そこで、今回、特に健康づくり実施へのアプローチが難しい若年層の利用が多い事業所、寄宿舎に設置された特定給食施設等に対し、給食を健康づくり推進のための社会資源の一つとして活用できるよう支援を行う目的で、松本保健所管内の給食施設の栄養管理及び健康教育の実態について把握し、従事者や設備の充実に影響すると思われる施設規模別及び管理栄養士あるいは栄養士の配置の有無別にも検討をしたので報告する。

II. 方 法

A 調査対象

松本保健所に届出のある管内の特定給食施設等のうち、事業所あるいは寄宿舎等の給食施設運営者37施設を対象とした。

B 調査の実施方法

調査は、郵送法により、アンケート方式で行った。調査時期は、平成18年12月から平成19年3月の4か月間である。なお、未回答項目や後に必要となった追加項目については、平成19年度に対象全施設の給食施設指導実施時に、直接聞き取り調査を行い、検討に用いた。

C 調査内容

参考資料1に調査用紙を示した。調査したアンケートの項目は、施設規模（特定給食施設、準特定給食施設）、栄養士の配置の有無、従業員（寄宿舎入所者）の健康に関する情報の把握状況の有無、健康増進を考慮した食事提供の有無、健康情報の提供の有無、食事バランスガイドの活用の有無、及び健康増進法第21条についての認知状況の11項目である。

また、追加項目として、給食施設利用者の健康増進のための給食提供方法、給食の効果の評価方法、健康情報（栄養情報）の提供方法の項目も調査した。

D 解析方法

検討にあたって、調査した37の給食施設を、施設の規模により健康増進法で規定する特定給食施設（1回100食以上又は1日250食以上の特定かつ多数のものに対して継続的に食事を提供する施設。）と、長野県条例で規定する準特定給食施設（1回50食以上100食未満又は1日100以上250食未満の特定かつ多数のものに

対して継続的に食事を提供する施設。）の2群に分け比較を行った。また、施設の規模にかかわらず、給食施設を管理栄養士あるいは栄養士の有無により2群に分け比較を行った。なお、統計的有意性の検討にはFisherの直接法を用いた。

III. 結 果

今回、調査対象とした37給食施設全てから回答が得られた。表1に今回対象とした給食施設の種類の状況を示した。事業所等に付随する給食施設が34施設（91.9%）で、寄宿舎の給食施設は3施設であった。特定給食施設は、25施設（67.6%）、準特定給食施設は12施設（32.4%）であった。運営状況を見ると、直営で運営されているのは特定給食施設、準特定給食施設それぞれ1施設であり、他の給食施設は全て委託運営されていた。

表2に示したように、管理栄養士もしくは栄養士が配置されている給食施設は、全体では31施設（83.8%）であった。施設規模別には、特定給食施設は92.0%、準特定給食施設は66.7%であり、両者間に有意な差はみられなかった。

給食施設利用者の健康に関する情報を把握している施設は、全体で45.9%であった。施設規模で比較すると、特定給食施設では52%と準特定給食施設に比べて割合は高かったが、統計学的な有意性はみられなかった。

利用者の健康増進のための給食提供の状況についてみると、給食施設利用者の健康増進のための給食提供をしていると答えた施設は全体の91.9%であった。その内容をみると、味や季節感など心の満足感を得る食事の提供と答えた施設が94.1%と多かったものの、利用者の身体状況に基づいた栄養量を満たす食事の提供をしている施設は14.7%にとどまっていた。その他の取り組みとして減塩食やヘルシー弁当の提供を行っている施設がみられた。特定給食施設と準特定給食施設の間で、統計学的に有意な差はみられなかった。

表1 解析対象とした施設の種類の状況

施設種類	施設数	規模別内訳	
		特定給食施設	24 (うち直営1)
事業所等	34	準特定給食施設	10 (うち直営1)
		寄宿舎	3
合計	37	特定給食施設	1
		準特定給食施設	2
		特定給食施設	25
		準特定給食施設	12

表2 施設の規模（食数）別にみた栄養管理、健康教育実施状況（% カッコ内実数）

	全体	特定施設	準特定施設	p value
管理栄養士または栄養士の配置あり	83.8 (31)	92.0 (23)	66.7 (8)	0.073
利用者の健康状態の把握をしている	45.9 (17)	52.0 (13)	33.3 (4)	0.319
利用者の健康増進のための給食提供をしている	91.9 (34)	92.0 (23)	91.7 (11)	1.000
利用者に対応した給与栄養目標量の設定している	51.4 (19)	64.0 (16)	25.0 (3)	0.038
提供した給食について効果の把握をしている	59.5 (22)	56.0 (14)	66.7 (8)	0.724
利用者へ健康（栄養）情報の提供をしている	89.2 (33)	88.0 (22)	91.7 (11)	1.000
給食施設で健康（栄養）教育を実施している	29.7 (11)	44.0 (11)	0.0 (0)	0.007
給食施設等で食事バランスガイドを利用している	13.5 (5)	12.0 (3)	16.7 (2)	1.000
利用者に対して嗜好調査の実施ができる	86.5 (32)	96.0 (24)	66.7 (8)	0.030
健康増進法第21条の内容を知っている	73.0 (27)	76.0 (19)	66.7 (8)	0.696

表3 管理栄養士（栄養士）の配置の有無別にみた栄養管理、健康教育実施状況（% カッコ内実数）

	全体	配置有り	配置無し	p value
利用者の健康状態の把握をしている	45.9 (17)	45.2 (14)	50.0 (3)	1.000
利用者の健康増進のための給食提供をしている	91.9 (34)	90.3 (28)	100.0 (6)	1.000
利用者に対応した給与栄養目標量の設定している	51.4 (19)	58.1 (18)	16.7 (1)	0.090
提供した給食について効果の把握をしている	59.5 (22)	58.1 (18)	66.7 (4)	1.000
利用者へ健康（栄養）情報の提供をしている	89.2 (33)	87.1 (27)	100.0 (6)	1.000
給食施設で健康（栄養）教育を実施している	29.7 (11)	29.0 (9)	33.3 (2)	1.000
給食施設等で食事バランスガイドを利用している	13.5 (5)	12.9 (4)	16.7 (1)	1.000
利用者に対して嗜好調査の実施ができる	86.5 (32)	93.5 (29)	50.0 (3)	0.022
健康増進法第21条の内容を知っている	73.0 (27)	71.0 (22)	83.3 (5)	1.000

給食献立を作成するにあたり、利用者の性、年齢、栄養状態に基づき給与栄養の目標の設定を行っている施設は、全体の51.4%であった。施設規模別にみると特定給食施設では64.0%であり、準特定給食施設の25.0%に比べ有意に高いという結果であった（ $p<0.05$ ）。

提供した給食の効果の把握をしている施設は全体の59.5%であった。特定給食施設及び準特定給食施設間で有意な差はみられなかった。その効果の評価方法をみると、残食調査が72.7%であり、嗜好調査は50.0%であった。他にはアンケートの設置などがみられた。特定給食施設及び準特定給食施設間で有意な差はみられなかった。

利用者に対して健康情報（栄養情報）の提供をしている施設は、全体の89.2%であった。特定給食施設及

び準特定給食施設の間で、有意な差はみられなかった。なお健康情報提供の主なものは、献立表の掲示が93.9%と多く、次いで栄養成分表示が63.6%であった。また喫食者に対する健康や栄養に関する情報提供としてポスター等の掲示は51.5%、卓上メモ等は21.2%であった。

給食施設の中で健康教育（栄養教育）を実施している施設は、全体の29.7%にとどまっておらず、その内訳は特定給食施設が44.0%で、準特定給食施設での実施施設はなかった（ $p<0.01$ ）。特定給食施設での健康教育の提供方法は、健康メニューの設置が72.7%であり、その他に食生活相談、キャンペーンなどを行っている施設もみられた。

給食施設等での食事バランスガイドの利用状況についてみると、利用している施設は全体の13.5%にとど

事業所給食施設の栄養管理、健康教育（食育）の実態調査について

事業所名
 長野県松本保健所
 記入者名 (所属)
 連絡先電話番号
 給食部門 直営 委託 (委託先)

《特定（準特定）給食施設を運営している方にお聞きします。》

※ 給食部門を業務委託している場合は、委託先の方がお答えください。
 このアンケートは、特定給食施設等における栄養管理向上に資する指導助言の基礎資料に使用します。
 アンケートのご回答は、質問各項目の指示に従って該当する番号に○、数字の記入、ご意見や必要事項の記載をお願いします。平成18年11月1日現在の実態でご回答ください。

- 1 喫食者の健康に関する情報を把握していますか。
 ① している
 ② していない
 ③ していない理由：a 必要がない
 b 事業所側から情報の提供が得られない
 理由：b-1 給食部門が委託なので
 b-2 個人情報にかかわるので
 b-3 その他 (具体的に：)
 c その他 (具体的に：)
- 2 喫食者の健康増進のために給食の提供をされていますか。
 ① している
 ② していない理由：a 給食部門は業務委託のため提供できない (しにくい)
 b 従業員の要望がない
 c 提供の必要性を感じない
 d その他 (具体的に：)

裏に続く

- 3 喫食者の性、年齢、栄養状態に基づき給食と栄養の目標が設定されていますか。
 ① されている (いつ作成したものですか：)
 ② されていない
- 4 提供した給食について効果の把握はしていますか。
 ① している (なにを： 残食調査 嗜好調査
 その他 (具体的に：))
 ② していない
- 5 喫食者に対して健康情報 (栄養情報) の提供はしていますか。
 ① している
 ② していない
 ③ していない理由：a 献立表の掲示 b 栄養成分 (熱量、たんぱく質等) の表示
 c 健康や栄養に関する情報の壁面を利用した掲示 (ポスター等)
 d 健康や栄養に関する情報提供 (卓上メモ等)
 e 健康づくりに関するイベントの開催
 f その他 (具体的に：)
- 6 給食施設場で健康教育 (栄養教育) を実施していますか。
 ① している (健康メモの設置
 その他：具体的に)
 ② していない
- 7 給食施設等で「食事バランスガイド」は利用していますか。
 ① している (どのように：)
 ② していない
- 8 喫食者に対して嗜好調査をすることができですか。
 ① できる
 ② できない (理由)
- 9 喫食者に関する健康に関する情報について、どんな情報が必要ですか。
 ① 従業員の統計情報 (性、年齢等の人数比等)
 ② 従業員の健康状態の統計情報 (BMI 別人数比、生活習慣病の罹患率等)
 ③ 個人情報 (従業員の検診結果等)
 ④ その他 (具体的に：)
- 10 健康増進法の中に特定給食施設における栄養管理 (第21条) について定められていることをご存知ですか。
 ① 内容を知っている ② 健康増進法の名前だけ知っている ③ 知らない
 ④ 協力ありがとうございます

まっていた。特定給食施設及び準特定給食施設とも同程度であった。

利用者に対して嗜好調査ができるかと答えた施設は、特定給食施設では96.0%と高率であったが、準特定給食施設では66.7%と有意に低率であった ($p < 0.05$)。

健康増進法第21条において特定給食施設における栄養管理について定められていて内容を知っていると答えた施設は全体の73.0%であり、施設の規模別に差はみられなかった。

表3に管理栄養士または栄養士が配置されている給食施設と配置されていない給食施設での比較を示した。利用者に対して嗜好調査ができるかどうかの項目で、管理栄養士または栄養士が配置されている施設では93.6%で、配置されていない給食施設に比べて有意に高いという結果であった ($p < 0.05$)。他の8項目は、二つの施設間で統計的に有意な差はみられなかった。

Ⅳ. 考 察

これまで特定給食施設における栄養管理のシステム等が具体的に示されてきている³が、栄養管理及び健康教育の実施について施設規模別及び管理栄養士等の配置の有無などの環境により評価した研究は国内では医学中央雑誌による文献検索でも見当たらなかった。

今回の調査は、保健所が行う給食施設指導業務に合わせて行ったものである。そのため対象とした全ての給食施設から回答が得られており、また施設指導という行政的な施策に伴って調査する場合には、調査結果がやや良い方向に偏る危険性が多い。今回の調査は優劣を決めるものではなく当該施設における栄養管理向上に資する指導助言の資料に使用するための実態把握である旨を依頼時に明記し口頭でも伝えたのであるが、全体の結果は実態よりも良い結果として出ている可能性は否定できない。しかし、今回の調査では記述式アンケートで得られた回答をその後給食施設指導で施設に出向いたときに実際に確認をしていることから偏りは大きくないものと考えられる。また、今回比較した施設規模（特定給食施設、準特定給食施設）及び管理栄養士または栄養士の設置の有無によって、偏りの度合いが異なっている可能性は少ないと考えている。

地域住民を対象に健康づくりを行うとき、対象として把握することが難しいのは若者層である。こうした困難さを克服する方法の一つの手段として、厚生労働省は平成20年度から特定健診・特定保健指導を政策として開始した⁴。この政策の目的を事業所で達成する

手段の一つとして、企業内の給食施設を活用することは十分に考えられる。また、地域住民として把握することが困難な大学生のように、寄宿舎生活を送っている対象者を、効率的に把握するためにも、給食施設の活用は有用である。今回は、若者の健康づくりを効率的に行う場としての、給食施設の栄養管理と健康教育の実態について検討を行った。

健康増進法の中で特定給食施設は、利用者の健康状態等に配慮し、健康の維持・増進を希求する給食の提供及び管理する施設として、遵守すべき栄養管理基準の規定が設けられている⁵。今回の結果をみると、調査した給食施設ではこの理念がまだ十分に理解されていないことがうかがわれる結果であった。特に施設の場合での健康教育（栄養教育）の実施率や、食生活の指標として策定されている食事バランスガイドの利用率が全体に低いこと、また健康増進のための給食提供に努めてはいるが内訳は心の満足感を満たすことが主であること、健康情報の提供に努めてはいるが内容は献立表の掲示が主であるなど健康増進法の目指すところの取り組みがまだ少ない現状であり、給食施設に対して具体的な取り組みについて研修会等で啓発することが必要であると痛感した。

今回の結果では、特定給食施設に比べ、施設の規模が小さい準特定給食施設で、いくつかの項目で栄養管理、健康教育に差があるという結果であった。今回の結果は、今後給食施設を地域の若者の健康づくりの場として活用するためには、給食施設に対するレベルアップのための研修を、準特定給食施設に厚くする必要性が高いことを示唆した結果であると考えられる。更に、栄養士が設置されている給食施設かどうかによる結果の差は大きくなかったため、給食施設の運営者を対象に研修を行うことも重要であると考えられる。

また、利用者の集団の嗜好の特性を分析し給食の品質管理のために実施する嗜好調査については栄養士の配置の有無により差がみられた。これは、今後栄養士未設置施設を対象に、保健所栄養指導員等により具体的な支援を行うことが必要であることを示している結果と思われる。

今回の調査対象施設はほとんどが業者委託をしていたが委託業者の運営方針により栄養士業務の内容や各給食現場での取り組みにも反映していることも考えられた。広域的な運営展開している業者も多く、運営業者に対する研修等を並行して行うことも各施設における取り組みの支援に必要であると考えられる。

今後、健康増進法の趣旨に沿った支援を給食施設に対して行なうためには、栄養管理の水準の向上を妨げる可能性のある要因を検討し、より効果的な給食運営が実施できるための研修会などの支援、及び給食施設への個別支援などが必要であると考ええる。

給食は利用者の健康状態、栄養状態の維持、改善を支援し、同時に提供した食事は教育媒体としての価値を持ち、給食施設は望ましい食事の体験の場、正しい栄養情報提供の場でもある⁵⁾。しかし、社員食堂の設置率の高い大規模事業所でも従業員の健康づくり支援施設として具体的に活用する割合が低いという報告もある⁶⁾。事業所の給食施設を活用した具体的な健康づくりの取り組みとしては、産業医と事業所給食施設管理栄養士との連携によるヘルシーメニュー、効能メニューへの取り組みや⁷⁾、特定保健指導の継続支援を見据えた食堂環境の整備への取り組み⁸⁾など、忙しい働き盛りの世代に負担をかけない事業所ぐるみでの健康づくりを支援する取り組みも報告されている。「食事バランスガイド」による料理への表示は、カフェテリア形式の料理の選択時の参考の基準としても活用できる⁹⁾など工夫次第で利用の幅が広がるものと考ええる。また、健康情報（栄養情報）の提供のための卓上メモは、業務の妨げにならない休憩（食事）時間を活用する集団全体に対する積極的な取り組み（population strategy）として有効という報告もある¹⁰⁾。

このことから給食施設を設置している企業側にも従業員の健康づくりという観点からの意識啓発を図り、

委託業者や栄養士と連携して職域保健活動に給食施設を活用するなどの具体的な取り組みを提案する、施設で活用できそうな卓上メモを共同で作成するなどの具体的な支援や、ポスターリーフレット等、対象とする施設や対象集団の特性に合わせた健康づくりの方法を支援することで、給食施設を健康づくりの場として有効活用できるものと考ええる。

V. ま と め

今回の検討から、給食施設は、地域の健康づくりを行う場として活用できることが示唆された。しかしながら、施設規模などによって栄養管理、健康教育の実態が異なることも明らかになった。

今後、従業員に対する栄養管理、健康教育の場として活用するためには保健所の栄養指導員が中心となり、まず特定給食施設の役割を自覚して給食運営を実施できるような、研修会などの集団的な介入による啓発と施設の実態に即した具体的な個別支援が必要であると考ええる。

謝 辞

調査にご協力いただきました事業所給食施設の設置者と給食施設運営者の皆様に厚く御礼を申し上げます。また、まとめるに当たり、適切にご指導をいただきました信州大学医学部衛生学公衆衛生学講座野見山哲生教授に、心より感謝申し上げます。

文 献

- 1) 健康日本21企画検討会，健康日本21計画策定検討会：21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）について報告書：付-5，平成12年2月。
- 2) 健康増進法・健康日本21研究会監修：健康増進法実務者必携，P85-91，社会保険研究所，平成15年。
- 3) 石田裕美，村山伸子，由田克士：特定給食施設における栄養管理の高度化ガイド・事例集，P38-57，第一出版，2007。
- 4) 標準的な健診・保健指導プログラム（確定版）：厚生労働省 健康局 平成19年4月。
- 5) 石田裕美：特定給食施設における栄養管理，臨床栄養 Vol.103 No.1，P41，2003。7。
- 6) 李 延秀，川久保清，川村勇人：職場における健康づくり支援環境評価に関する調査研究，産業衛生学雑誌：45：57-66：2003。
- 7) 井上公二：働く人の栄養と食生活—食事を通しての社員の健康づくり，予防医学第44号，43-46，2002：12。
- 8) 川上洋子：松下グループにおける管理栄養士の役割—特定保健指導に向けての展望，臨床栄養 Vol.112 No.4，410-415，2008。4。
- 9) 武見ゆかり，吉池信男編：「食事バランスガイド」を活用した栄養教育・食育実践マニュアル，P108-111，第一出版，2006。
- 10) 由田克士，木村律子，任田和子，他：職域における基礎的な栄養教育媒体の有効性に関する予備的検討，北陸公衛誌第29巻第2号：52-57，2003。