

# 給食事業者向け食育実践活動推進マニュアル

これから給食事業の充実と企業イメージの向上を目指す企業の皆様へのご提案



ホームページの作成例がありますので、是非、ご覧ください。

## はじめに

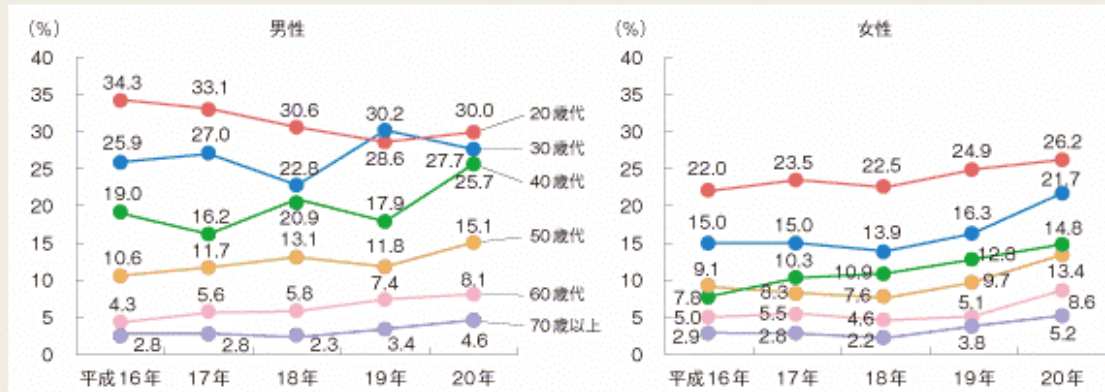
今、朝食をとらなかつたり過剰なダイエットにより栄養不足に陥っている若年層やメタボが問題となっている中高年層(男性)などに対する食生活改善の指導が必要となっています。

多くの大学や企業の食堂においては給食が提供されていますが、このような場で食育を勧めることによって上記の日常的な課題に対応できると思われます。

また、食事のメニューやその提供方法を工夫することにより、食事をされる人々の食生活への意識向上とともに給食事業者のイメージアップも図ることができるのです。

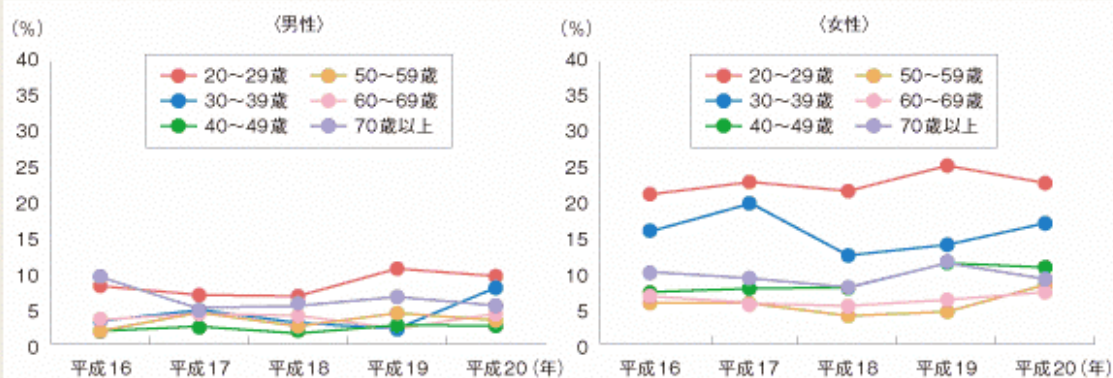
このマニュアルは、これから給食事業の充実と企業イメージの向上を目指す企業の皆様へ食育推進の観点からのご提案として作成しています。

## 朝食の欠食率の年次推移 (20歳以上)



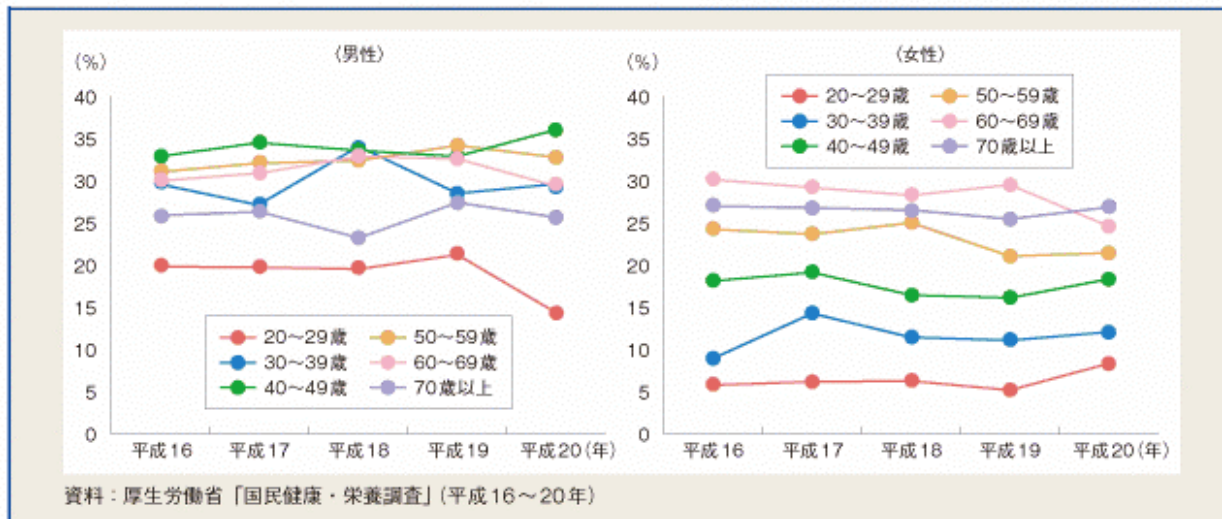
資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」(平成16～20年)

## 痩身(低体重)の者(BMI < 18.5)の割合の年次推移(20歳以上)



資料：厚生労働省「国民健康・栄養調査」(平成16～20年)

## 肥満者（BMI ≥ 25）の割合の年次推移（20歳以上）



（出典：内閣府 平成22年版食育白書）

### 給食事業に求められるもの

では、給食事業に求められるあるいは必要なことはなんなのでしょうか。そのいくつかを挙げてみましょう。

1. 不規則となっている食生活を是正しやすいバランスのとれた定食メニュー
2. 不足しがちな食品群を補う単品メニューなどの品目構成
3. 朝食抜きを補完する朝の食事提供とそのインセンティブ
4. 気分転換などに対応した間食など昼食時以外の食の場の提供
5. 対象者の食事摂取量に応じたサービスサイズ
6. 不規則になった食生活の昼食による是正方法の提案

### どのように情報提供するか

栄養成分、エネルギー、塩分等の表示、「食事バランスガイド」を活用した表示、メニュー構成のコンセプトなどを個々の展示メニューに表示することや施設内のモニター画像や企業のホームページ等の活用により、食堂施設内外で効果的な給食メニューの活用方法を提案するとともに、食生活改善に大きな働きが期待される給食の重要性をアピールします。

### ホームページの作成

ここでは、ホームページ上での情報提供の事例を紹介します。

一般の企業の皆様でも簡単にできるホームページを作成してみましょう。

本事例（「学生食堂・社員食堂の上手な活用」）は、食育にこわしい主婦、働き盛りの中年男性の夫、働き始めたOLの娘、大学生の息子の4人家族を設定しました。一家団樂の夕食の席で、各年代で生じやすい食生活の課題について家庭内だけでなく、勤務先の食堂や学生食堂で提供される給食を活用して対応することができること、また主婦が家族各々に食生活改善のアドバイスをすることで給食事業に求められる食育活動とその実践方法を表現してみました。

この事例は、食育実践活動推進事業の一環として試みに作成したものです。地域や食材、販売対象者によってその内容は異なってきます。本事例の構成にとらわれずいろいろ工夫を加えてお作りください。

# 学生食堂・社員食堂の上手な活用

