

A 栄養・食事管理の概要

1 栄養・食事管理の意義と目的

栄養・食事管理は、継続して食事をする特定多数の人たち（給食対象者、利用者）の健康の維持・増進、生活の質（QOL）の向上、心身の健全な発育・発達、疾病の予防や治療をはかり、さらに、給食を通じて食事や食生活についての正しい理解と望ましい習慣の形成をはたすことを目的としている。

特定給食施設の栄養管理は、健康増進法に栄養管理の基準が示され、より徹底したものが求められるようになった。日本人の食生活は、国民健康・栄養調査による栄養素等の摂取レベルでは、平均的には著しく向上したといわれているが、ひとりひとりの食生活には過食、少食、偏食などの問題もうかがえる。このような現状をみると、「特定給食施設」における栄養・食事管理は、ポピュレーションアプローチに加えて、ハイリスクアプローチの視点も必要となっており、社会的にも大変重要であるといえる。

2 栄養・食事管理システム

栄養・食事管理システムの構築にあたっては、各種の業務内容を標準化、体系化していくことが大切である。

栄養・食事管理は、栄養アセスメントに基づいた栄養・食事計画による食事と栄養情報を提供し、食後の残菜調査等により喫食状況を把握するとともに、給食満足度や個々の栄養状態を評価し、その結果を再び計画へフィードバックさせるシステムづくりが重要であり、Plan（計画）－Do（実施）－Check（評価）－Action（改善）を繰り返すことによって、利用者への栄養管理がより適切なものとなる。

栄養・食事管理は、給食経営管理の中心的な業務であるが、ほかの章で学ぶ各種の管理と有機的に連携しあって、はじめて効果的に実施されることになる。

3 給食と栄養教育

給食を通じて、利用者が食事や食生活についての正しい理解と望ましい習慣を形成できるように、教育・援助することが必要である。そのためには、利用者の健康状態や食生活がどのような状態であるかを知ることが基本である。そこから問題点を抽出

し、これに対する教育方針を見いだすことになる。

なお、最近の特定給食における栄養教育は、利用者全般に対する教育に加えて個人に視点を当てた教育も重要になってきている。

(1) 教育内容

a 健康人を対象とした場合

保育所・幼稚園の給食：手洗いの習慣、食事のしつけ、規則正しい食事のあり方、間食のとり方に関すること。

小・中学校の給食(学校給食)：食品、栄養、衛生に関する正しい知識、望ましい食習慣の形成に関すること。

学生食堂：望ましい食生活のあり方、食事に対する価値観の位置づけ、ダイエット、飲酒上の注意など。

社員食堂(事業所給食)：若い女性の貧血対策、中高年社員の生活習慣病予防の食生活、望ましい食生活のあり方、誤った情報の是正など。

寮食堂(独身者、単身赴任者)：朝食の重要性、食生活に関する正しい知識、外食の選択方法など。

b 特殊な状況の人を対象とした場合

妊産婦、授乳婦：妊娠時の食事のとり方、妊娠時におけるつわりや妊娠高血圧症候群などへの対応および予防、授乳期の食事のとり方など。

乳・幼児(乳児院、病院)：望ましい食習慣の形成、食事のしつけなど。

高齢者(福祉施設給食：老人ホーム)：誤った食習慣の是正、状況に応じた食事のとり方(寝たきりの場合、咀嚼障害・嚥下障害のある場合)、生活習慣病予防の食生活など。

c 病気の人を対象とした場合(病院給食)

入院患者：病気と食生活に関する知識、治療食の意義、治療のための食事のとり方など。

(2) 教育方法

利用者を教育する方法として、面接や講習会などの言語による表現、ポスターやパンフレットなどの視覚に訴える表現、ビデオなどの視覚や聴覚に訴える表現などがある。次に、いくつかの具体例を述べる。

a 献立内容の紹介

週間、月間の予定献立表は前もって配布したり掲示したりするが、当日の献立は食堂の入り口にサンプルケースを設け、実物を展示する。その場合、献立名を書いた札をわかりやすい位置に置き、エネルギー、たんぱく質、脂質などの栄養素量を明記する。さらに献立を紹介するコメントや栄養メモも書いておくとよい。

b 栄養相談

栄養相談室を設置し、健康診断などの結果によって、食事に注意を要する利用者に対して個別に指導する。利用者（相談者）が勤務時間中に相談に来る場合は、上司の許可を得なければならないので、栄養士もこの点に配慮した時間の調整を行う。