

図 2-1 食事摂取基準の活用と PDCA マネジメントサイクル (厚生労働省:日本人の食事摂取基準(2020年版) 策定検討会報告書, 2019)

本書では、特定給食施設などにおける給食管理の現状に鑑み、広義の栄養・食事管理を模索しつつ、狭義の栄養管理を主体に記述することにした。

給食における栄養管理には、①円滑に給食を運営するための計画の立案(Plan)、②給食の調製作業などの実施(Do)、③給食の調製作業および利用者の身体状況の変化などの評価(検証)(Check)、④評価に基づく計画の改善と新たな計画の策定および実行(Action)の4つの段階がある。特定給食施設などでは、この PDCA(マネジメントサイクル)を回転させることで給食運営の改善をはかり、効率的・効果的に給食サービスを向上させるとともに、栄養・食事管理の目的を達成するための取り組みが展開されている(図 2-1)。

一方、栄養・食事管理では、栄養管理の PDCA サイクルに加え、評価の段階で利用者の身体状況の変化や問題となる食行動などの課題が確認されたときに、課題を解決または軽減するための栄養指導がプラスされる。栄養指導は、栄養士・管理栄養士業務の根幹をなすものであり、PDCA サイクルに栄養指導が加えられることによって、利用者を対象とした栄養・食事管理はかたちづくられる。経済優先での給食運営が主流となっている現状では、特定給食施設などにおける栄養士・管理栄養士の主要な業務に栄養指導を据えることは容易ではないが、給食管理には欠くことのできない視点である。

2 食事摂取基準の活用

現在,特定給食施設などにおける栄養・食事管理に用いられている食事摂取基準は,「日本人の食事摂取基準(2020年版)」(以下,「食事摂取基準2020」)である.

「食事摂取基準 2020」には、その活用の基本的な考え方が示されている。そこには「健康な個人又は集団を対象として、健康の保持・増進、生活習慣病の発症予防及び重症化予防のための食事改善に、食事摂取基準を活用する場合は、PDCA サイクルに基づく活用を基本とする(図 2-1 参照)。まず、食事摂取状況のアセスメントにより、エネルギー・栄養素の摂取量が適当かどうかを評価する。食事評価に基づき、食事改善計画の立案、食事改善を実施し、それらの検証を行う。検証を行う際には、食事評価を行う。検証結果を踏まえ、計画や実施の内容を改善する」と記述されている。

「食事摂取基準 2020」は、健康な個人ならびに集団を対象として、国民の健康の保持・増進、生活習慣病の発症予防と重症化予防のために参照するエネルギーおよび栄養素の摂取量の基準を示すものである。また、その策定は、健康増進法第 16 条の 2 にあるとおり、「厚生労働大臣は、生涯にわたる国民の栄養摂取の改善に向けた自主的な努力を促進するため、国民健康・栄養調査その他の健康の保持増進に関する調査及び研究の成果を分析し、その分析の結果を踏まえ、食事による栄養摂取量の基準(食事摂取基準)を定める」ことになっている(第 1 章、p.12).

a 「食事摂取基 準 2020」の 策定 「食事摂取基準 2020」は、高齢化の進展や糖尿病など患者数の増加をふまえ、平成 25 年度に開始された「健康日本 21 (第二次)」において、主要な生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底をはかることが基本的方向として掲げられている。健康の保持・増進、生活習慣病の発症予防および重症化予防に加え、高齢者の低栄養予防やフレイル予防も視野に入れて策定が行われている。

b 「食事摂取基 準 2020」の 使用期間と策 定指標 2020 年 4 月 (令和 2 年度) から 2025 年 3 月 (令和 6 年度) までの 5 年間に適用される. また, 策定指標は, 食事摂取基準 (Dietary Reference Intakes) として以下のエネルギー 1 種類, 栄養素 5 種類である.

▶エネルギーの指標

① 推定エネルギー必要量 (EER; Estimated Energy Requirement): 成人 (18 歳以上で妊婦および授乳婦を除く) の推定エネルギー必要量は、次の計算式で算出される.

推定エネルギー必要量(kcal/日)

=基礎代謝基準値 (kcal/kg 体重/日)×参照体重 (kg)×身体活動レベルただし、乳児、小児、妊婦および授乳婦では、これに成長や妊娠継続、授乳に必要なエネルギーを付加し、推定エネルギー必要量とする.

一方、成人(18歳以上で妊婦および授乳婦を除く)で短期間に体重が

第2章 給食の栄養・食事管理 A 給食施設における栄養・食事管理 25