

## 管内給食施設における給与栄養目標量及び実施給与栄養量について ～食塩相当量・食物繊維～

千葉県松戸健康福祉センター（保健所）  
地域保健課 栄養指導員

千葉県民の食生活の課題として、平成 30 年 3 月に公表された「健康ちば 21（第二次）中間評価」において、千葉県では、全国と比べ食塩摂取量が多く、さらなる「減塩」を推進することが掲げられています。また、平成 27 年県民健康栄養調査の結果でも、「食塩摂取量が多い」「野菜不足」であることがわかっています。

地域の課題を踏まえ、よりよい食事提供のため、各給食施設で提供されている食事の「食塩相当量」「食物繊維」について 27・28・29 年度の栄養管理状況報告から集計・比較した内容をお伝えします。

### 集計方法

- 平成 27～29 年度の栄養管理状況報告書から、「栄養計画『給与栄養目標量』『実施給与栄養量』の記載がある施設について、食塩相当量・食物繊維を集計。
- 各成分は 1 日分として集計。日ごとの給食提供回数が 1 日でない施設については、『給与エネルギー目標量の設定方法』に記載された 1 日に対する給食提供割合をもとに 1 日分の栄養量として換算した。給食提供割合の記載がない施設は、給食での提供割合を仮定したうえで換算した。学校 33%、児童福祉施設 45%、事業所等 37.5%
- 対象者の年齢階級は、『食種』に記載された年齢階級、「『性・年齢・身体活動レベル別人員構成』で最も多い年齢階級」、「施設種別」の順に優先付けて、対象者の年齢階級として仮定した。

## 1 平成 29 年度集計結果概要 ※下線部は日本人の食事摂取基準 2015 年版を満たさない値

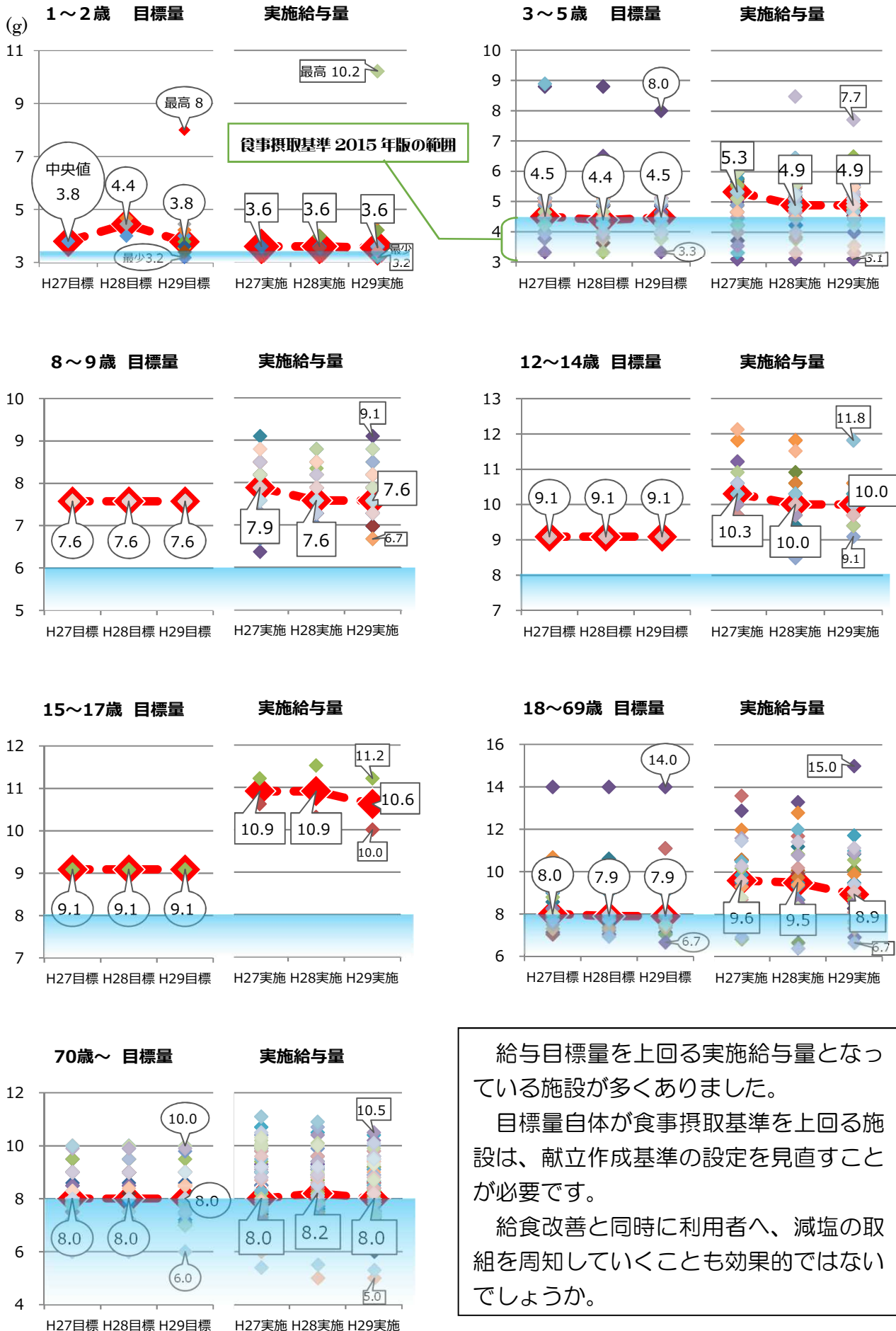
	食塩相当量				食物繊維			
	集計中央値 (単位 g)		日本人の食事摂取基準 2015 年版 目標量 (1 日あたり g)		集計中央値 (単位 g)		日本人の食事摂取基準 2015 年版 目標量 (1 日あたり g)	
年齢階級	目標	実施	男性	女性	目標	実施	男性	女性
1～2 歳	<u>3.8</u>	<u>3.6</u>	3.0 未満	3.5 未満	8.2	7.3	—	—
3～5 歳	4.5	<u>4.9</u>	4.0 未満	4.5 未満	10.4	9.8	—	—
8～9 歳	<u>7.6</u>	<u>7.6</u>	5.5 未満	6.0 未満	15.2	15.5	12 以上	12 以上
12～14 歳	<u>9.1</u>	<u>10.0</u>	8.0 未満	7.0 未満	19.7	21.5	17 以上	16 以上
15～17 歳	<u>9.1</u>	<u>10.6</u>			21.7	20.0	19 以上	17 以上
18～69 歳	7.9	<u>8.9</u>			18.4	<u>15.3</u>	20 以上	18 以上
70 歳以上	8.0	8.0			17.0	<u>13.8</u>	19 以上	17 以上

食塩相当量・食物繊維ともに「日本人の食事摂取基準 2015 年版」に沿った目標設定となっていない施設が多数ありました。対象者の健康状態等に特別な配慮が必要な場合を除いて、食事摂取基準に合わせた給与栄養目標量の設定を行うことが適切と言えるでしょう。

あなたの施設の献立作成基準は望ましい栄養管理を行うための適切な設定となっていますか？定期的な見直しを行うようお願いいたします。

## 2 食塩相当量の推移

◆大きいマークは各年度の中央値、小さいマークは各施設の値です

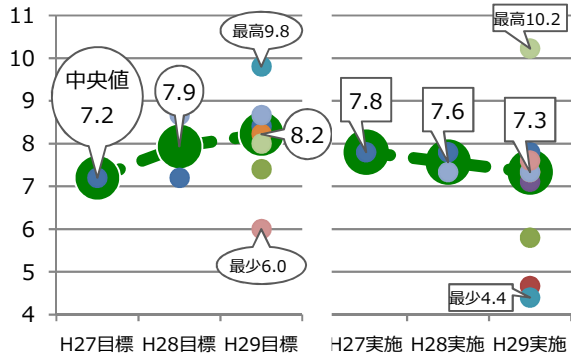


給与目標量を上回る実施給与量となっている施設が多くありました。  
 目標量自体が食事摂取基準を上回る施設は、献立作成基準の設定を見直すことが必要です。  
 給食改善と同時に利用者へ、減塩の取組を周知していくことも効果的ではないでしょうか。

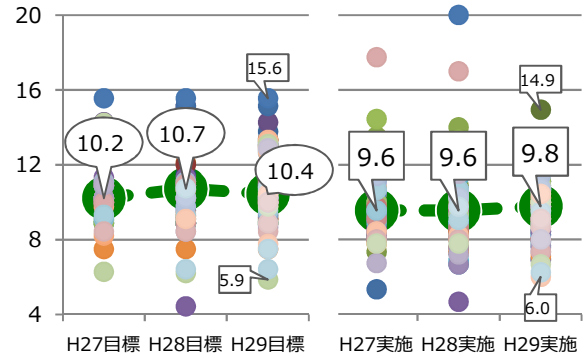
### 3 食物繊維の推移

●大きいマークは各年度の中央値、小さいマークは各施設の値です

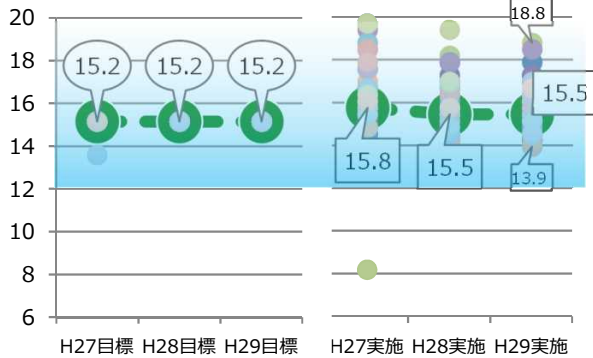
(g) 1～2歳 目標量



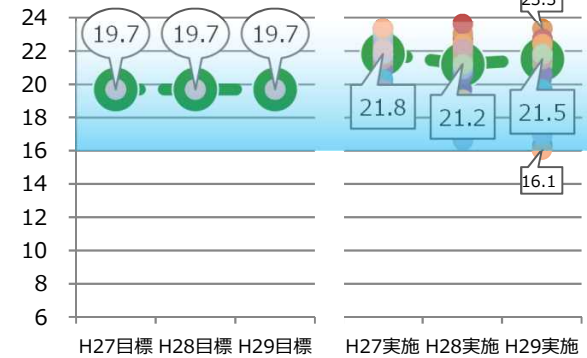
3～5歳 目標量



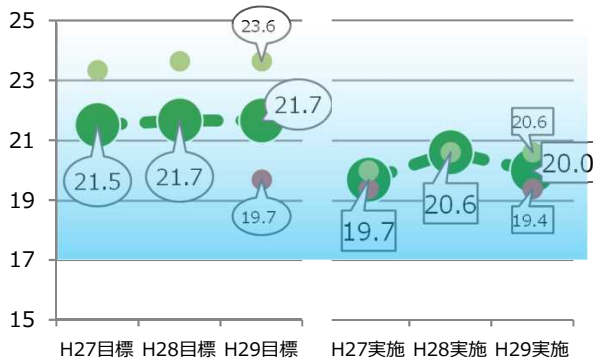
8～9歳 目標量



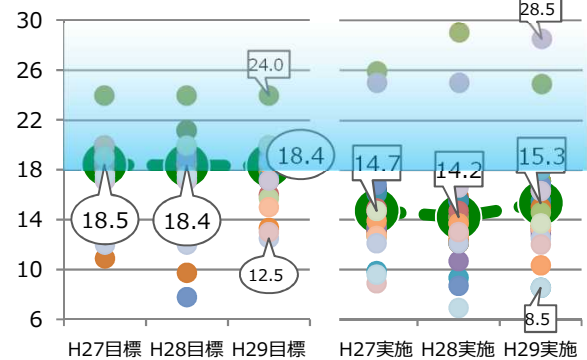
12～14歳 目標量



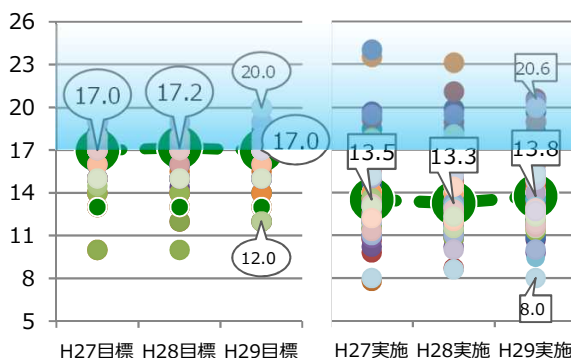
15～17歳 目標量



18～69歳 目標量



70歳～ 目標量



子どもを対象とした施設では、十分に食物繊維を給与できている施設が多い一方、成人を主な対象とした施設では、食事摂取基準を満たす給与量の施設はごく一部となりました。

使用食材の検討を含め、施設管理者や利用者や給食の方針について、今一度見直してはいかがでしょうか。