

食事計画の決定 その1

- 対象特性に基づき、食事摂取基準を用いて、食事計画を決定する。
- 三食提供か、昼のみなど一部提供か
- エネルギー給与量の決定 平均値だけでなく分布を
 - 性・年齢階級・身体活動レベル別の分布から推定エネルギー必要量を算出
 - BMI や体重変化量の評価結果も活用
- 栄養素摂取不足からの回避を目的
 - 推定平均必要量を下回る者がほとんどいなくなる、
 - 目安量未達の者ができるだけ少なくなるように献立計画

37

食事計画決定その2 具体的な献立は

- 推奨量または目安量に近い摂取量になるような献立である
 - 上記よりも摂取量が少なくなる場合は、推奨量または目安量をめざした献立を計画する
- 推奨量付近またはそれ以上か 目安量付近またはそれ以上の摂取が可能なら その計画を実施
 - 困難な場合でも、推定平均必要量は下回らないように留意
- 対象者全員が推奨量や目安量を満たす必要はない。

38

食事計画決定その3 具体的な献立は

- 目標量がある栄養素
 - 目標量を逸脱した摂取量の者をできるだけ少なくできるような献立を計画する。
 - 具体的には、摂取量が目標量の範囲内の献立
- 予防目的の生活習慣病 vs 関連栄養関連/非栄養性因子があれば・・・
 - その関連の有無・関連の強さ程度を考慮し総合的対応
- 長い年月にわたって 摂取可能な献立案が望ましい

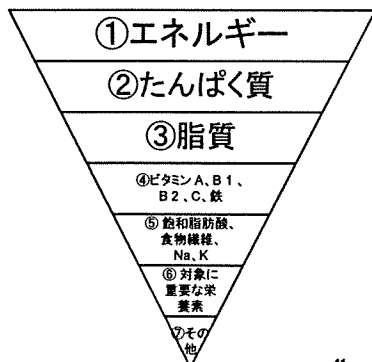
39

補足1: 給与エネルギーの決定

- 対象特性が食事摂取基準の階級の2つ以上になる場合 性・年齢階級・身体活動レベル
 - エネルギー及び栄養素の給与量の目標が異なる。
 - 給与エネルギーの階級別に献立作成
 - しかし、事実上困難な場合は・・・
 - 対象者1人ずつの推定エネルギー必要量を算出
 - 複数の推定エネルギー必要量に適した、
 - 近似する推定エネルギー必要量の範囲にまとめて、ひとつの集団として扱う(例: 約200 kcal/日ごとに喫食者をまとめる)
 - まとめる範囲は実施可能性を考慮し、柔軟に設定する
- 上記を単位集団として、食事計画(給与栄養量)し献立作成し、給食提供

40

エネルギー及び栄養素の優先順位



41

エネルギー及び栄養素の優先順位

- ①喫食者全員が推定エネルギー必要量の±10%程度の範囲に入るようにする。
困難な対象者は、可能な限り、個人対応する
- ②全員が摂取不足でも過剰でもない状態を保つ
- ③、④、⑤は可能な限り対応することが望ましい。
- ⑥は集団特性を十分に理解する。
給食の積極的に活用、健康の維持・増進、生活習慣病の一次予防
- ⑦摂取量が算定できるならば食事摂取基準で定期的に確認しよう。

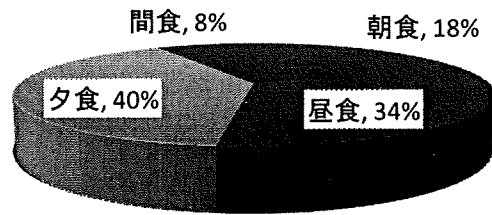
42

6-5-3. 一部の食事を提供する場合

- 食事提供集団のエネルギー及び栄養素摂取量を把握
 - そのうちで給食が与する割合を決定
 - エネルギーと主要な栄養素
 - それを満たすことを目的として食事計画を決定
- 把握が困難な場合
 - 類似の特性を有する別集団で得られた結果を参考にしてもよい。
 - しかし、この場合は、対象者特性の差異を十分に理解し、結果の解釈について慎重に対応する。

43

首都圏在住の既婚勤労男性の一日のエネルギー摂取量の配分の実態
エネルギー摂取量(平日)



健康な成人男性 153 人

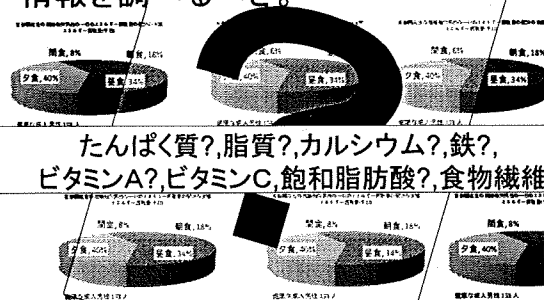
高橋孝子ら、日本栄養・食糧学会誌
2008; 61: 273-283

44

- 朝食、昼食、夕食、間食のうちの一つの食事だけを提供する場合
 - 調査結果を参考にする
 - さらに、与しない食事の量と質を考慮
 - 個人差
- エネルギーの摂取不足ならびに過剰摂取からの回避
- 主要栄養素の摂取不足ならびに過剰摂取からの回避を考慮した
- エネルギー及び栄養素量を与することが望まれる。

45

エネルギーだけでなく他の栄養素も情報を調べるべき。



46

6-6 注意事項

- 食事摂取基準は、対象の特性を考慮して、提供量の調節や工夫して活用しよう。
- 食事計画に基づく献立であっても、摂取されなければ、“正しい食事摂取基準の活用”ではない
 - 食事摂取基準: [摂取量の基準] ≠ [与量の基準]
 - 食事摂取基準は柔軟かつ現実的に活用しよう。
 - 給食は全量摂取が理想。
 - 残菜が出ないよう工夫
 - 積極的に摂取されるように工夫

47

例: 食事摂取基準からの給与量設定

名古屋市保育課指導係

◇ 食事摂取基準からの給与量目標の設定

エネルギー	たんぱく質	脂肪質	鉄分	鉄	VA	VB1	VB2	VC	食塩相当量	摂取目標
kcal	g	g	mg	mg	μg	mg	mg	mg	g	g
3歳未満	500	20	17	225	2	125	0.25	0.3	20	3
平均 kcal	13~25	11~17			上限 300				g以上	g以下
供給	食事摂取基準の平均の50% 調査を行っていないため推定	エネルギーの10~20%の給与 上乗せの必要はない	エネルギー不足に比べてはこれの50%の給与	鉄分不足に比べてはこれの50%の給与	子どもの推定平均必要量の50%	推奨量の50%	推奨量の50%	推奨量の50%	これ以上の献立から確保できない	男子目標量の50%

◆ 今後の課題と食事計画 ◆

- ・たんぱく質の摂取増加にともない、脂質は過剰傾向になるので、注意する。
- ・鉄は推定平均必要量のため、推奨量に近づける。 ← OK
- ・食塩量は目標量に近づける。
- ・子どもの発育・発達状況、食事摂取状況等の実態調査をする。

48

7. 高齢者及び障害者等への活用上の留意点

- 推定エネルギー必要量や栄養素等必要量が同年齢の健常者と異なる可能性がある集団
 - 要支援・要介護高齢者
 - 障害者等(身体障害者, 知的障害者)
 - いくつかの研究によって示唆
 - その実態ならびに対策は知見が十分でない
- 健常者を想定して策定された値をどのように活用するののかについては不明な点が多い。
- したがって、対象者を注意深く観察し、個々の状況に即した食事摂取基準の活用をしよう。

49

知的障害者の栄養状態と栄養管理

栄養学雑誌 Vol. 67 No. 2 第1巻 (60%)

田中 健 監修

知的障害者の栄養状態と栄養管理

大和田 浩子

茨城キリスト教大学生活科学部食物栄養学専攻

	男			女			
	施設数	平均値	標準偏差	施設数	平均値	標準偏差	
平均年齢 36.3±8.9歳							
肥満	978	16.7	13.1	969	25.1	15.9	
やせ	979	13.3	10.3	955	10.1	9.5	
自分の施設の参考値を得るならば 国民健康・栄養調査? 知的障害者の論文?	国民健康・栄養調査H19 30-39歳						
	肥満	26.7			14.3		
	やせ	5.1			20.0		

50

対照群に比べて・・・

- 知的障害者は、肥満とやせの頻度が高い。
- 女性の肥満者割合が高い。
- 除脂肪体重が低い
- 骨塩量は低い
- 貧血の頻度が高い
- 男性41.1%, 女性4.2%
- 正球性正色素性貧血が多かった。

- 知的障害者は運動のエネルギーコストが高かった。
 - 座位、立位、分速30m, 50m歩行時
- 基礎代謝、臥位時エネルギーコストは差がなかった
- 最大酸素摂取量は有意に低かった。

施設入所者では低アルブミン症は予想外に少なかった

以上を根拠に食事計画立案

食事摂取基準

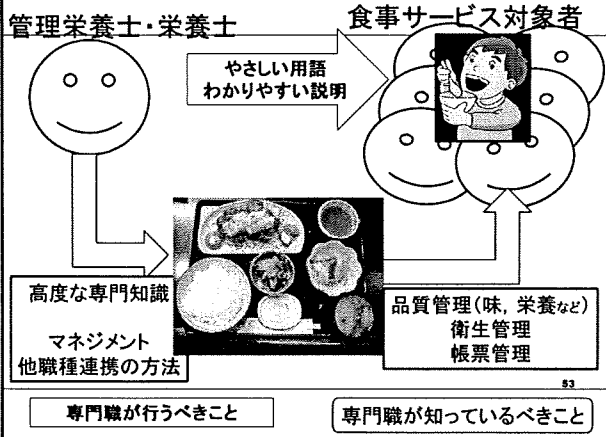
中山 健夫: 障害者のエネルギー必要量に関する実験的・疫学的研究 2008

51

まとめ ■ 食事摂取基準2010の改訂ポイント

- 前述スライド参照(概要版変更点)
- 食事摂取基準は人間栄養学と確率論が根拠
- 2010年版は「ライフステージの特徴や改善」と「食事摂取基準の活用」を追加
- エネルギー1種, 栄養素5種の指標の考え方を理解したPDCAサイクルの給食管理を強調
- 食事摂取基準は栄養素等の必要量*を示す。
- 食事の提供量は給食管理者が設定する。
- 食事の摂取量は、**食べる人が決める。**
- → 専門家として適切なアセスメントをしよう。

52



53

グループワーク

- 15:20~15:50 ミーティング
 - 1. 『食事摂取基準』を活用するメリットと障壁(今後の課題)を整理
 - 2. 『食事摂取基準の活用』を栄養管理のPlan-Do-Seeサイクルととらえて、
 - 現在よりも、食事摂取基準を活用する可能性を検討する
 - ①何に対して(喫食者?、保護者?、献立?)
 - ②どのような機会に(PDCA)
 - ③どのように活用・・・
- 15:50~16:20 各班3分発表 1分意見交換
 - 全部のグループが発表

54

特定給食施設等における栄養管理状況調査(H15年実施)

2. 特定給食施設等における栄養管理の実施状況調査結果から

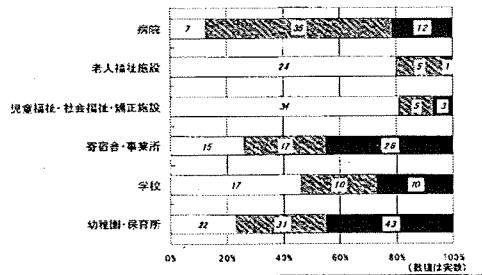


図1 給食を計画するため利用者に対し何らかのアセスメントを行っていますか 55

給与栄養量の決定方法

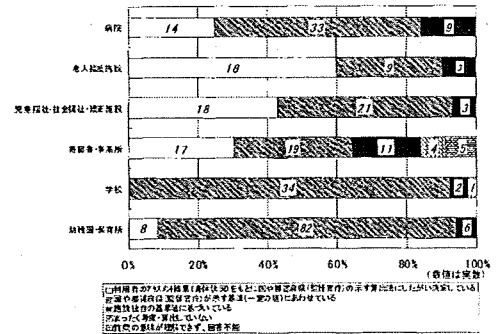


図2 施設における給与栄養量の算出と決定 56

食事摂取基準 (2010年版)

A ターゲットの決定 年齢 才 (男子 女子)の場合

B 食事摂取基準を調べよう

		略号⇒						
指標	栄養素	単位	推定エネルギー必要量	推定平均必要量	推奨量	目安量	目標量	耐容上限量
1	エネルギー							
2	脂質		X					
3	たんぱく質		X					
4	ビタミンA		X					
5	ビタミンB1		X					
6	ビタミンB2		X					
7	葉酸		X					
8	ビタミンC		X					
	ビタミンE		X					
9	カルシウム		X					
10	鉄		X					
11	ビタミンE		X					
12	食塩相当量		X					
13	食物繊維		X					

C 各指標の意味を学ぼう

D 摂取量を評価してみよう

	1食分	1日分	充足している確率は低い	充足している確率は	ほぼ充足している		不足している確率は非常に		生活習慣病のリスクは	過剰摂取による健康障害			
エネルギー	721	1,921									679	762	
脂質	19.8	52.7									23.2	16.3	66%
たんぱく質	23.2	61.7									22	24.3	
ビタミンA	119	317									179	59	
ビタミンB1	0.3	0.7									0.29	0.26	
ビタミンB2	0.3	0.7									0.29	0.21	
葉酸	99	263									72	125	
ビタミンC	31	83									52	26	
カルシウム	107	284									49	164	
鉄	2.6	6.9									2.4	2.8	
マグネシウム													
食塩相当量	4	10.7									3.6	4.4	
食物繊維	5	13.5									6.3	3.8	
エネルギー													

E これからの栄養計画をたてよう

策定項目							
指標		栄養素	推定平均 必要量	推奨量	目安量	耐用上限量	目標量
			EAR	RDA	AI	UL	DG
1	Prot	たんぱく質	○	○	-	-	-
1	Fat	脂質	-	-	-	-	○
2	SFA	飽和脂肪酸	-	-	-	-	○
3	n6PUFA	n-6 系脂肪酸	-	-	○	-	○
4	n3PUFA	n-3 系脂肪酸	-	-	○	-	○
5	chol	コレステロール	-	-	-	-	○
6	Carbo	炭水化物	-	-	-	-	○
7	TDF	食物繊維	-	-	-	-	○
8	A	ビタミン A	○	○	-	○	-
9	D	ビタミン D	-	-	○	○	-
10	E	ビタミン E	-	-	○	○	-
11	K	ビタミン K	-	-	○	-	-
12	B1	ビタミン B1	○	○	-	-	-
13	B2	ビタミン B2	○	○	-	-	-
14	niacin	ナイアシン	○	○	-	○	-
15	B6	ビタミン B6	○	○	-	○	-
16	B12	ビタミン B12	○	○	-	-	-
17	folate	葉酸	○	○	-	○	-
18		パントテン酸	-	-	○	-	-
19		ビオチン	-	-	○	-	-
20	C	ビタミン C	○	○	-	-	-
21	Na	ナトリウム	○	-	-	-	○
22	K	カリウム	-	-	○	-	○
23	Ca	カルシウム	○	○	-	○	-
24	Mg	マグネシウム	○	○	-	○	-
25	P	リン	-	-	○	○	-
26	Fe	鉄	○	○	-	○	-
27	Zn	亜鉛	○	○	-	○	-
28	Cu	銅	○	○	-	○	-
29	Mn	マンガン	-	-	○	○	-
30	I	ヨウ素	○	○	-	○	-
31	Se	セレン	○	○	-	○	-
32	Cr	クロム	○	○	-	-	-
33	Mo	モリブデン	○	○	-	○	-

次の11人について、靴のサイズの標準偏差を求めよう

平均 22.0 cm
 標準偏差 2.7 cm
 変動係数% = 標準偏差 ÷ 平均 12%

NO	靴サイズ	平均との差	差の2乗		
1	23.0				
2	20.0				
3	18.0				
4	23.0				
5	22.0				
6	26.0				
7	23.0				
8	23.0				
9	17.0				
10	25.0				
11	22.0				
データ合計	242.0			← ((差の2乗)の合計) ÷ (n-1)	← ((差の2乗)の合計) ÷ (n-1)のルート√を求め
					★

標準偏差の求め方

- ① データの平均を求める
- ② 各データと平均の差を求める
- ③ ②を2乗する
- ④ ③の総合計を求める
- ⑤ ④を(n-1)で割る。
- ⑥ ⑤の平方根が標準偏差である。

★印:標準偏差

	√
5.76	2.4
6.25	2.5
6.76	2.6
7.29	2.7
7.84	2.8
8.41	2.9
9.00	3.0

教材としての留意点

ねらい SDの概念を、手計算を体験することで理解する
電卓は必要ない

特徴

- 1 最小値17cm, 26cmの靴をはく人の年齢や身長を類推してみる。
- 2 小学生の低学年から成人男性のサイズであることを気がつく。

求められた変動係数, 12%の見当をつける。

参考:たんぱく質のRDAを決定するときのCV%12.5%

参考:Vit.B1.B2のRDAを決定するときのCV% 10 %

目標

- 1 次の概念の理解を、徹底しよう。

標準偏差は、バラツキの大きさをあらわす指標

標準偏差は、各データと平均との差を、平均したようなイメージ

偏差平方和を(n)でなく、(n-1)で割ってから、正の平方根を求める。

- 2 食事摂取基準の栄養素必要量が想定している個人差は、大きいことを理解する。
推定平均必要量の不足リスクは、50%、
推定量の不足リスクは、2-3%であることを理解する。

○ グループ討議の目的

- ・ どのようにすれば食事摂取基準（2010年版）が今よりも活用できるか、
- ・ 各グループのフィールドにわかれて、
- ・ 『食事摂取基準（2010年版）活用』のメリットと障壁（課題）を整理し、具体的な活用方策案を作成してみる。

1. 『食事摂取基準（2010年版）』を活用するメリットと障壁（課題）を整理
（グレーの付箋）（時間目安：（8分×2））

メリット 8分（メリットには緑青系のマジックペンで強調印をつける）
障壁(課題) 8分（障害には赤橙系のマジックペンで強調印をつける）

下線や☆印を書くことによって、意見が集約できるように努める。

発言は各自で付箋に記録。

同じ意見でもよい

全員が各2件以上書く。

メリットと障壁(課題)は別の紙に書く。

模造紙に貼る。

(1) 『食事摂取基準（2010年版）活用』のメリット 1人2枚

以下はあくまで例。自由に意見を出してもらう

- ・ 栄養管理ができる。 ・ 献立作成の根拠になる
- ・ エネルギーおよび栄養素の適量がわかる ・ ヒトの栄養学が理解できる。
- ・ 栄養素の必要量が個別にわかる。 ・ 食事量のめやすになる、など

(2) 『食事摂取基準（2010年版）活用』での障壁(課題)

活用するときの今後の課題，困っていること

- 例えば・実際の給食では個別対応ができない。 ・ 個別対応には人手不足。
- ・ 1食分の給食での食事摂取量がわからない。
- ・ 指標がわかりにくい。 ・ 基準の一覧表がほしい
- ・ 美味しさに直接関係がない， など

2. 『食事摂取基準（2010年版）の活用』を栄養管理の Plan・Do・See サイクルととらえて、これからの可能性を検討する。（時間目安：15:35～15:50（15分））
各フィールドで、今よりも食事摂取基準（2010年版）を活用するとしたら、

①何に対して（喫食者？、保護者？、献立？）

②どのような機会に（PDCA

③どのように活用・・・

という可能性を考えてみる。

各自が1つ以上考えて、付箋（黄色）に自分で記入、模造紙に貼る。自分の施設でできない事でも、希望事項を提案しましょう

⇒ グループ発表へ（15:50～16:20）

（各グループ発表3-4分+質疑応答と意見交換2-3分？×グループ5-6班）

研修スタッフは各班を巡回し参加者の発言を促す。タイムキーパー役もする。

食事摂取基準の活用に関するグループワーク

2009/12/11

対象 A市内の児童福祉, 障害福祉, 保育園の管理栄養士等

グループワークの方法: 別紙PDFのとおり, 各班7-12人程度 × 6班に編成

班	メリット 件数	障壁 件数	想定される 活用例
1 保育園 NO1	5	11	1
2 保育園 NO2	7	13	4
3 保育園 NO3	20	21	10
4 乳児院および児童養護施設	13	13	13
5 障害児施設 (通園施設を含む)	9	11	11
6 障害	9	9	11
合計	63	78	50

食事摂取基準の活用に関するグループワーク 2009 DEC

行 班 種別	NO	メリット	障壁
1 4 児童養護	1	栄養素の必要量の目安となる	年齢差が大きいのであくまでも平均値になってしまう
2 4 児童養護	2	ざっくりとした目安の数値となる	数値にとられるかも
3 4 児童養護	3	献立作成の指標となる	指標が分かりにくい
4 4 児童養護	4	献立作成の指標となる	実際には個別対応ができない
5 4 児童養護	5	献立作成するうえで必要量の目安になる	個人の食事に対応しにくい
6 4 児童養護	6	献立作成するうえで基準値の目安の参考になる	集団なので男女比、の割合で女子が少なく男子がおおいと全体的に平均値としての基準値が多くなる。女子にとっては多くなってしまふ。
7 4 児童養護	7	献立作成の際に参考になる(立てやすい)	味・嗜好に問題がでる
8 4 児童養護	8	栄養素等の適量がわかる	人員不足のため対応できない
9 4 児童養護	9	正しく使えば栄養管理	嗜好品(おやつ)の指標としてない
10 4 児童養護	10	栄養管理の目安になる	個別対応が難しい
11 4 児童養護	11	集団として見た場合の栄養素の基準となる	年齢層があり個別対応ができない
12 4 児童養護	12	エネルギーおよび栄養素の適量がわかる。	栄養計算ソフトがないと目標にしやすい
13 4 児童養護	13	根拠が明確で対象者に説明しやすい	他の職員にうまく伝えられない
行 班 種別	NO	メリット	障壁
14 5 障害	1	個別に必要な量がわかるので良い	1食だけなので、1日合計の食事量・内容が把握しやすい。1食分はどうしたらよいのか
15 5 障害	2	食事量のめやすになる	すべてにあてはめるのは難しい
16 5 障害	3	個々の基準は目安としてだせるので、個別計画としては良い	年齢差があるので、1食分の量がわかりにくい
17 5 障害	4	献立作成の根拠になる	重心から自閉症、体格にも差があり、障害の程度の幅が広すぎて、対応が難しい
18 5 障害	5	献立のおよその目安になる	個別対応が難しい、どの程度する必要があるのか疑問
19 5 障害	6	献立や食事量の目安になり、概ねの基準がわかる	とられると献立作成が難しく感じてしまう
20 5 障害	7	栄養素の必要量がわかりやすいので、献立を立てるときに必要	栄養素の必要量を、どこに設定してよいかわからない
21 5 障害	8	目安があると安心	バランスよく食べるのも大切ですが、食べる意欲や楽しさを優先すべきである。

22	5 障害	9	型紙として活用する	実際の献立を立てるときにはあまり重要視できない
23	5 障害	10		日常的に感じられない
24	5 障害	11		美味しさには直接関係ない
行 班 種別	NO		メリット	障壁
25	6 障害	1	栄養ケアプランを作成するとき、数値をだせるとわかりやすい	年齢幅が広いので個人対応に限界がある
26	6 障害	2	栄養ケアマネジメントをしていれば、個人対応として充分活用できる	服用している薬によって貧血が多いが、必要な基準が健常者と同じでよいのか
27	6 障害	3	個人対応しやすい	食塩摂取量7.5gは無理
28	6 障害	4	個人対応できる	健常者と異なるので活用ににくい
29	6 障害	5	個人の管理はしやすい	わかりにくい
30	6 障害	6	少人数施設では、個別対応するときに活用しやすいだろう	1食分給食の場合、どうしてよいか分かりづらい
31	6 障害	7	個人にあった適切な栄養管理ができる	対象人数が多い場合、アセスメントや参考となる結果をどうして良いのかわからない
32	6 障害	8	献立作成の参考になる	給食では個別対応が、米飯と副食の量くらいしか対応できない
33	6 障害	9	入所年齢が様々などで、必要な栄養量がわかりよい	障害者の食事摂取基準がわかりにくい、どこに基準値をもっていけばよいか
行 班 種別	NO		メリット	障壁
34	1 保育園	1	個人を計算するのは大変だが、集団として考えられるので作業ははかどる	アレルギーの除去食の子どもの栄養管理は難しい
35	1 保育園	2	基準があるから、守っていれば栄養素は確保される	何に使っていいのかわからない、具体的な使用方法がわからない
36	1 保育園	3	栄養の偏りを防げる	施設全体での摂取量把握が必要だと思うが、保育との連携が現状では難しい
37	1 保育園	4	保護者の献立が基準に則しているという安心材料になっている	目安という言葉は、人それぞれの判断が難しい
38	1 保育園	5	基準を満たすために、家庭ではあまり使わないような食材も摂取することができる	調理業務に時間がかかりアセスメントを行うのが難しい
39	1 保育園	6		実際にできあがった給食の内容を見たま目、バランス、いろいろ大変で、特に単価を考えると食費面が大きく影響する
40	1 保育園	7		3歳の3月と2歳の4月は、産まれは1ヶ月しか違わないが「3歳未満食」「3歳以上食」になってしまう
41	1 保育園	8		家庭での喫食状況が確認しづらい
42	1 保育園	9		給食の残食量がわかりづらい
43	1 保育園	10		どの位摂取できているか把握できないのに、基準は必要何のだろうか

44	1	保育園	11		個人個人が、どのくらい摂取できているか、把握しづらい
行 班 種別	NO			メリット	障壁
45	2	保育園	1	必要量や目安量があることで、柔軟に考えられる。(これだけの量をとらなくてはではなくて、個々の様子を見ながら考える)	食事摂取基準の活用の仕方が分かっていれば活用できる
46	2	保育園	2	食事摂取基準を満たすために、献立をたてようとしたらいろんな食材を使うことになるから、子どもの食材の幅が広がり、いろんなものが食べられるようになる	食事摂取基準を使ったことがないので、活用方法がわからない
47	2	保育園	3	市の献立をそのまま活用しているので、基準はあまり考えてないが、今後は月報など1月1度は活用できると思う	実際に、食事摂取基準を普段使っていないから、具体的な活用方法がわからない
48	2	保育園	4	保護者の食育に活用できる	食事摂取基準、自体がわからない
49	2	保育園	5	どのくらい摂取すればよいか、目安があることは大事	現在、食事摂取基準を活用していないので、活用の仕方がわからない
50	2	保育園	6	食育や栄養指導、毎月の献立表にプラスして伝えることが出来そう	希望としては、活用したいが、今の仕事内容では使えない
51	2	保育園	7	食事摂取基準が大切なのはよく分かる	個人差が大きく、盛り付けはクラス単位であり、与えられた量を残さず食べるという指導はしていない
52	2	保育園	8		対象集団の特性把握が困難
53	2	保育園	9		現状の献立作成過程で、どのように活用したらよいか不明
54	2	保育園	10		使える食材に限りがあるので、推奨量、目安量を満たそうと思うと献立作成が困難
55	2	保育園	11		実際にこの食事摂取基準でメニュー作成するのはすごく難しい
56	2	保育園	12		子どもの相手になると、味が重要なので、食事摂取基準を利用できない気がする
57	2	保育園	13		基準を活用しても、お代わりをする子、残す子がいるから意味があるのか疑問
行 班 種別	NO			メリット	障壁
58	3	保育園	1	各年齢、ライフステージに応じたエネルギー栄養素量の目安がわかる	美味しさには直接関係ない
59	3	保育園	2	献立作成において指標となる	美味しさには関係がない
60	3	保育園	3	献立作成の根拠となる	数値を決められても実際に活用するのは難しい
61	3	保育園	4	献立作成の目安となる	個別対応が難しい
62	3	保育園	5	栄養素の目安がわかりやすい	個別対応が難しい
63	3	保育園	6	エネルギーおよび栄養素の適量がわかる	個別対応が難しい、困難
64	3	保育園	7	エネルギーおよび栄養素の適量がわかる	個別対応が難しい
65	3	保育園	8	栄養管理の基準が数値で分かる	個別対応は人出不足

66	3	保育園	9	栄養素の必要量がわかりやすい	個別対応は人出不足
67	3	保育園	10	安心できる給食提供につながる	対象者に異なるので、人出不足
68	3	保育園	11	特別メニューを作るときの目安になる	数値にこだわると物足りない
69	3	保育園	12	食事量の目安になる	現時点では、把握の困難さがある
70	3	保育園	13	個別に対応できる	1食当たりの個別摂取量がわからない
71	3	保育園	14	年齢別の対応ができる	1食分の給食での摂取量がわからない
72	3	保育園	15	栄養管理ができる	目標は目標で立派だが、現実の作業工程を考えると非現実的
73	3	保育園	16	栄養管理を理解すれば活用できる	栄養士の数が足りない
74	3	保育園	17	年齢区分が細かくなったことで、より個人に沿った栄養管理がしやすくなった	こんなことを言うならば栄養士の必置義務が必要
75	3	保育園	18	栄養管理ができ健康につながる	栄養素の数値が複雑でわかりにくい
76	3	保育園	19	目標量があることで達成しやすくなる	では、数値目標は必要ないのではないか
77	3	保育園	20	献立作成の基本となる	子どもの数が多くて、個別対応できない
78	3	保育園	21		基準値にいろいろあってわかりにくい

行 班 種 別	件 誰 に対 して	対 して どん な と き に	ど の よ う に 活 用 し た い か
1 4 児 童 養 護	1 保 育 士 等 に	対 して 給 食 会 議 で 献 立 の 意 図 を 語 る	
2 4 児 童 養 護	2 食 事 中 に 好 き な も の ば か り 食 べ た い と い う	対 して 目 安 量 を 設 け る こ と が で き る	
3 4 児 童 養 護	3 職 員	対 して 食 べ 過 ぎ も 子 子 ど も 同 様 に 防 げ る	
4 4 児 童 養 護	4 喫 食 者	対 して 個 別 対 応 す る 時	実 際 の 数 値 を 示 し な が ら 説 明 で き る と 良 い
5 4 児 童 養 護	5 肥 満 等, 一 部 の 問 題 の あ る 子 子 ど も に なら ば,	対 して 個 別 対 応, 指 導 で き る	
6 4 児 童 養 護	6 個 別 対 応 の 求 め ら れ た 時	対 して 目 安 の 数 値 を 伝 え る こ と が で き 数 値 を 見 せ る こ と で 相 手 も 安 心 で き る	
7 4 児 童 養 護	7 ダ イ エ ッ ト に 悩 む 女 子 高 校 生 に	対 して 必 要 な エ ネ ル ギ ー 量 等 食 事 摂 取 基 準 を 説 明 し, 給 食 と お や つ 等 食 べ て い る も の の 書 き 出 し, 体 重 測 定 に, 目 標 設 定 し 健 康 に 適 正 な 体 重 管 理 を す る。	
8 4 児 童 養 護	8 個 々 の 担 当 者 に	対 して 発 達 相 談 の 時	提 案 事 項 の 根 拠 に で き る
9 4 児 童 養 護	9 高 校 生	対 して 定 期 的 に 実 施 し て い る 食 事 に つ い て の 話 し 合 い の 機 会 に	ど の ぐ ら い 食 べ た ら よ く 説 明 す る 資 料 と し て 活 用 す る
10 4 児 童 養 護	10 た く さ ん 食 べ た い と い う 子 ど も	対 して 説 明 す る 時	参 考 と し て, 食 事 量 を 理 解 し て も ら う
11 4 児 童 養 護	11 子 子 ど も	対 して 実 際 の 食 事 提 供 で	男 の 子 用, 女 の 子 用 の 量 が 分 け ら れ れ ば 分 け て い き た い,

行	班	種別	件	誰に対して	対して	どんなときに	どのように活用したいか
19	5	障害	1	親子で	対して	クッキングをするとき	子どもの興味や関心を広げ、食べることの楽しさを伝える
20	5	障害	2	(献立)	対して	自分の立てた献立が、「1週間サンプル」として見直した時に	基準値に近いものであるよう活用したい
21	5	障害	3	保護者	対して		日々の食事の栄養量の目安を知らせていきたい
22	5	障害	4	保護者	対して	懇談会、保護者使い	メニュー紹介や調理実習をする
23	5	障害	5	保護者	対して		数字的にも、実際の料理の組み合わせ的にも納得のいくように活用したい
24	5	障害	6	(献立)	対して	時折	確認の意味で活用
25	5	障害	7	作業所内に	対して	給食便りや達成率を通して	通知するときに活用
26	5	障害	8	(献立)	対して	おたよりで	掲示する
27	5	障害	9	保護者	対して	アンケート等を行い、カウンセリングの時に	(食事摂取基準の評価)の結果を話す
28	5	障害	10	保護者	対して		食生活の大切さを伝える1つの手段として活用
29	5	障害	11	(献立・処遇)	対して	いろいろな年齢や障害にあわせて個別対応して	活用

行 班 種 別	件 誰 対 して	対 して どん な とき に	ど の よう に 活 用 し た い か
12 6 障 害	1 支 援 員	対 して 入 所 者 の 食 事 量 を 説 明 す る と き	活 用 で き る
13 6 障 害	2 喫 食 者	対 して 栄 養 ア セ ス メ ン ト を す る と き	献 立 に い か す
14 6 障 害	3 園 児	対 して 地 域 等 を バ ラ バ ラ に ア セ ス メ ン ト を 行 い	食 事 計 画 を た て る ☆ 肯 定 的 な 意 味
15 6 障 害	4 サ プ リ メ ン ト を 頼 り が ち な 利 用 者 ・ 保 護 者 に	対 して ケ ア プ ラ ン を 説 明 す る と き	上 限 な ど を 説 明 で き る
16 6 障 害	5 栄 養 士 自 身 が	対 して 献 立 を 作 成 す る と き に	活 用 で き れ ば ベ ス ト か な
17 6 障 害	6 喫 食 者	対 して 献 立 を 作 成 す る と き に	説 明 で き れ ば ベ ス ト か な
18 6 障 害	7 保 護 者 (家 族)	対 して 説 明 す る と き に	活 用 で き る
30 1 保 育 園	1 保 護 者 会 な ど で	対 して 子 ど も が 食 べ て い る 料 理 を レ シ ピ に し て , そ こ で 保 護 者 に 伝 え る	
31 2 保 育 園	1 子 ど も た ち	対 して 給 食 の 時 に	食 べ る 大 切 さ を 伝 え て い く 。 と り あ え ず 食 べ て も ら う こ と に 意 味 が あ る と 思 う か ら 。 (食 事 摂 取 基 準 を 伝 え る わ け で は な さ ぞ う)
32 2 保 育 園	2 保 護 者 や 調 理 を す る 人	対 して 給 食 の 参 観 日	家 庭 で 協 力 し て も ら い 1 日 の バ ラ ン ス の 良 い 食 事
33 2 保 育 園	3 家 庭 に	対 して 保 育 園 給 食 で 摂 取 し き れ な い 栄 養 素 を 家 庭 で 意 識 し て も ら う と か で , 食 事 摂 取 基 準 を 活 用 す (う ち は 卵 ・ 牛 乳 な ど)	

行 班 種 別	件 誰 対 対 して	対 して どん な と き に	ど の よ う に 活 用 し た い か
34 2 保育園	4 保護者に	対して 給食試食会で	難しくない簡単な紙芝居の形で食事摂取基準を伝えられるとよい
35 3 保育園	1 保護者	対して 毎月の給食日より	読みやすい内容で食事摂取基準を活用する
36 3 保育園	2 保護者	対して 園たよりや食事を開く	
37 3 保育園	3 保護者	対して 給食たより等	情報提供を行う
38 3 保育園	4 子ども	対して 食育のお話の時に	画用紙に絵を描いて発表する
39 3 保育園	5 保護者	対して 給食メモや給食参観	理想の一日の食事メニューを味を伝える
40 3 保育園	6 保護者	対して 試食会などの機会に	数値などの気にしないで、まず知ってもらおう
41 3 保育園	7 保護者	対して 給食便りで	1日の食事献立を具体的に示してみる
42 3 保育園	8 保育士に	対して 子どもと給食を食べるときに	給食の中に含まれているものを話をする
43 3 保育園	9 5歳児	対して 食育の時間に	自分が理解でなければ伝わらないので理解に努める
44 3 保育園	10 子育て支援の保護者に	対して	話をしたい

参 考 资 料