

## 講演「特定給食施設における献立作成の基本と実際」

講師 大阪樟蔭女子大学  
赤尾 正先生

給食施設において、利用者の栄養改善や、健康の保持・増進を図ることの役割は非常に大きい。

献立とは、栄養基準量や、食品の配分など各食事の目的にそってつくられる食事計画書である。献立表は食事療養の中心であり、すべての調理作業は献立表に基づいて展開される。

栄養管理の手順として、①アセスメントにより、利用者の性・年齢・身体状況・食事の摂取状況・生活状況等を定期的に把握する。

②把握した情報に基づき、給与栄養量の目標を設定し、食事の提供に関する計画を作成する(献立作成)。

③作成した計画に基づき、食材量の調達・調理及び提供を行う。

④提供した食事の摂取状況を定期的に把握するとともに、身体状況の変化を把握し、総合的な評価から、食事計画の改善を図る。

⑤喫食量や残菜量、検食の実施、体重の変化等により、評価を行う。

このように、Plan(計画)、Do(実施)、Check(検証)、Act(改善)を繰り返し行い、給食運営や栄養管理についての課題を明確にし、改善方法を検討し、対策を講じる。

計画の段階で必要となる帳票類が、献立作成基準の作成である。朝食・昼食・夕食の配分率や、献立サイクルの設定、提供する料理の主食、主菜、副菜、汁物、果物等の種類を設定するものである。また、利用者の給与栄養量が確保できるように、食品構成表を作成する。どのような食品をどの程度提供すればよいかを食品群別に提供量の目安を示したものである。

給与食品検討表とは、常食予定献立表の給与量と食事箋規約の目標量とを食品群別に比較・検討する場合に活用する。その施設の特徴に応じて目標量を設定することが大切である。検討後、見直しや改善が必要な場合は、内容を変更し、実施献立表を作成する。

改善の段階で必要となる帳票類が、給与栄養量である。把握した喫食量から給与栄養量を算出し、設定した給与栄養目標量通りに食事提供がされたかを評価する。また、残菜の理由を検討するにあたって、嗜好に合わない、量が多い、義歯が合わない、体調不良等、色々な要因が挙げられるが、食環境の事も考慮する必要がある。栄養士の、病棟配置が今後ますます重要となってくる。

(文責 福祉 K・E)

## 「スキルアップ研修会」に参加して

医療 Y・R

大阪府栄養士会のスキルアップ研修会に参加させていただきました。栄養士・管理栄養士が今後どのように活躍できるか、またそのために、日本栄養士会をはじめ、各地の栄養士会がどのように働きかけを行っているかを学びました。

「特定給食施設における献立作成の基本と実際」のご講演では、本当に基礎の基礎からおさらいでき、学校を卒業して忘れてしまっていた献立の基本を再確認できました。さらに、自分一人では気付かなかったであろうことも学び得ました。その中でも、献立作成基準を設定するにあたり、数年かけて目標値に近づける取り組みを行っている施設もある、というお話には目からうろこでした。

日本人の食事摂取基準に則った約束食事箋や献立作成基準を作ることが当たり前で、そうでなければいけないと思っていましたが、施設ごとに違った特色があり、利用者の状態も様々です。勿論、食事摂取基準や病態に応じた目標量にピッタリ合わせるのが理想ではあっても、実際食べてもらえないと意味がありません。では、食べてもらうにはどうすれば良いか？ここから先が、管理栄養士・栄養士の真の仕事じゃないかと思いました。

利用者やその地域の特性などを考え、まずは段階を踏んで時間をかけて少しずつ目標に近づける。これは、施設規模に限った話ではなく、個々の利用者、患者にも言えることだと改めて感じました。喫食者一人一人と向き合った食事提供、栄養管理を心掛けたいと思いました。

最後の各部会の相談会の中で、日々疑問に思っていたこと、一人職場で誰にも相談できず悩んでいたことを聞いていただき、たくさんのヒントをいただきました。また、同部会の他の施設で働く方々の悩みも聞き、「ああ、自分には思いつかなかったなあ。」と管理栄養士として働く中での新たな気付きも得ることが出来ました。他の方がどのような職場でどんな悩みを抱え、どんな考え方で働かれているのか、自分にはない気付きや経験を聞くことができました。管理栄養士・栄養士は各施設に一人の設置という事が多く、このような会で横の繋がりができることが大変嬉しく思いました。今後も栄養士会や他の勉強会・研修会に積極的に参加し、そこで得た知識と経験を現場に活かせるよう研鑽したく思います。