

第13回 日本給食経営管理学会 学術総会 発表要旨

タイトル 社会福祉法人施設における配食弁当の内容と栄養価の調査

発表者 工藤美奈子<sup>1)</sup>、色川木綿子<sup>2)</sup>、城田直子<sup>3)</sup>、峯木眞知子<sup>2)</sup>

1) 東京家政大学大学院、2) 東京家政大学、3) 東京家政学院大学

本文

目的：超高齢社会の進展で高齢者の配食弁当に対する需要が高まっている。配食事業は「地域高齢者等の健康支援を推進する配食事業の栄養管理に関するガイドライン」により、栄養面の整備が進められている。本研究では高齢者の食生活を把握する目安になると考え、実際の配食弁当の内容と栄養価を検討した。

方法：対象とした弁当は、社会福祉法人2施設で提供しているエネルギー調整食の配食弁当15食（昼食10食、夕食5食）で、1食当たり3個の弁当を調査した。弁当を料理毎に分けて計量し、エクセル栄養君 Ver.8 を用いて栄養価計算（計算値）を行った。またカロリーアンサーによる栄養量（測定値）を測定し、施設献立表の栄養価と比較した。

結果：弁当（15食）の献立内容は、昼食は汁物付1汁4菜で、夕食は3菜であった。昼・夕食の食品数は $16 \pm 4$ 品、総重量は $377.0 \pm 79.4\text{g}$ 、夕食の総重量は $310.6\text{g}$  で有意に低かった。献立表の栄養価は、熱量で昼 $556\text{kcal}$  夕 $462\text{kcal}$ 、たんぱく質量は昼 $23.4\text{g}$  夕 $13.0\text{g}$ 、脂質量は昼 $15.0\text{g}$  夕 $11.0\text{g}$ 、塩分量は昼 $3.0\text{g}$  夕 $2.0\text{g}$  であった。計算値より求めたエネルギー産生栄養素バランスは、たんぱく質 $14\%E$ 、脂質 $20\%E$ 、炭水化物 $62\%E$  で、日本人の食事摂取基準の目標量を満たしていた。献立の栄養表示は計算値とは有意差はなかったが、測定値とはたんぱく質と塩分で有意差がみられた。

考察：夕食の食事量が少ないのは、デイサービスとの関連があると考えられる。また献立による栄養価計算と実際の弁当に含まれる栄養量が異なっていた。この結果より配食弁当1食あたりの塩分の過多が懸念される。