

3. 食事摂取基準の理論を理解し活用するための教育の重要性について

食事摂取基準の活用を進めていくためには、管理栄養士等の専門職種がその養成課程や卒後教育において、食事摂取基準の策定や活用の理論を理解することが必要である。

こうした理論に関する理解を深めるため、食事摂取基準の総論として、前回 2005 年版では、策定方針の特徴や基本的な考え方、活用に関する基本的考え方を記述した。さらに今回の 2010 年版では、「策定の基礎理論」と「活用の基礎理論」を新たに項立てし、記述を行った。理論とは、個々の事実や認識を統一的に説明することのできる普遍性をもつ体系的な知識のことである。

食事摂取基準を理解し、活用するためには、指標や数値に関する断片的な知識ではなく、エネルギーや栄養素の代謝やその生理的意義、必要量を決定するための科学的根拠、食事摂取基準の概念や特徴、さらに食事改善や給食管理を目的とした適用など、栄養学の基礎から応用・実践までを、体系的に教え、学ぶ仕組みづくりが重要となる。

例えば、管理栄養士養成課程においては、“食事摂取基準の策定や活用の理論を理解する”という観点から、関連するそれぞれの教育内容の講義内容に連動性をもたせ、「食事摂取基準」を体系的に教え、学ぶことが必要となることから、図 22 に教育体系の一つの例を示した。

今後は、管理栄養士等の養成課程や卒後教育において、食事摂取基準の策定や活用の理論の理解を深め、活用を進めるため、創意工夫のある教育方法の展開が求められる。

◆食事摂取基準を体系的に教え、学ぶことの意義とは

「食事」は、健康を維持・増進し、疾病を予防するための基本となるものである。人は、食べ物を摂取し、消化・吸収、代謝等によって利用し、成長・発育し、健全な生活活動を営んでおり、この営みや状態が「栄養」である。栄養状態は、食材・食品、それを加工・調理した「食事」の内容や「食事」のとり方によって異なってくる。

「食事摂取基準」は、人々がより良い栄養状態を維持するために必要なエネルギー及び各栄養素の摂取量の基準を示したものである。したがって、食事摂取基準の策定や活用の理論を理解するには、より良い栄養状態と食事の双方を管理することに必要とされる専門的知識を統合的に習得することが求められる。

「食事摂取基準」を体系的に教えるためには各専門分野の教育担当者同士の連携が必要であり、体系的に学ぶことを目的とした教育体系を考えることは、多様な教育内容を連動させ、栄養学の基礎から応用・実践までを統合する形で必要な専門的知識を習得させるシステムを考えることでもある。「食事摂取基準」は、各専門分野横断型での知識の習得を可能にさせるテーマの一つといえる。

図 22 管理栄養士養成施設での「食事摂取基準」の教育体系（例）

