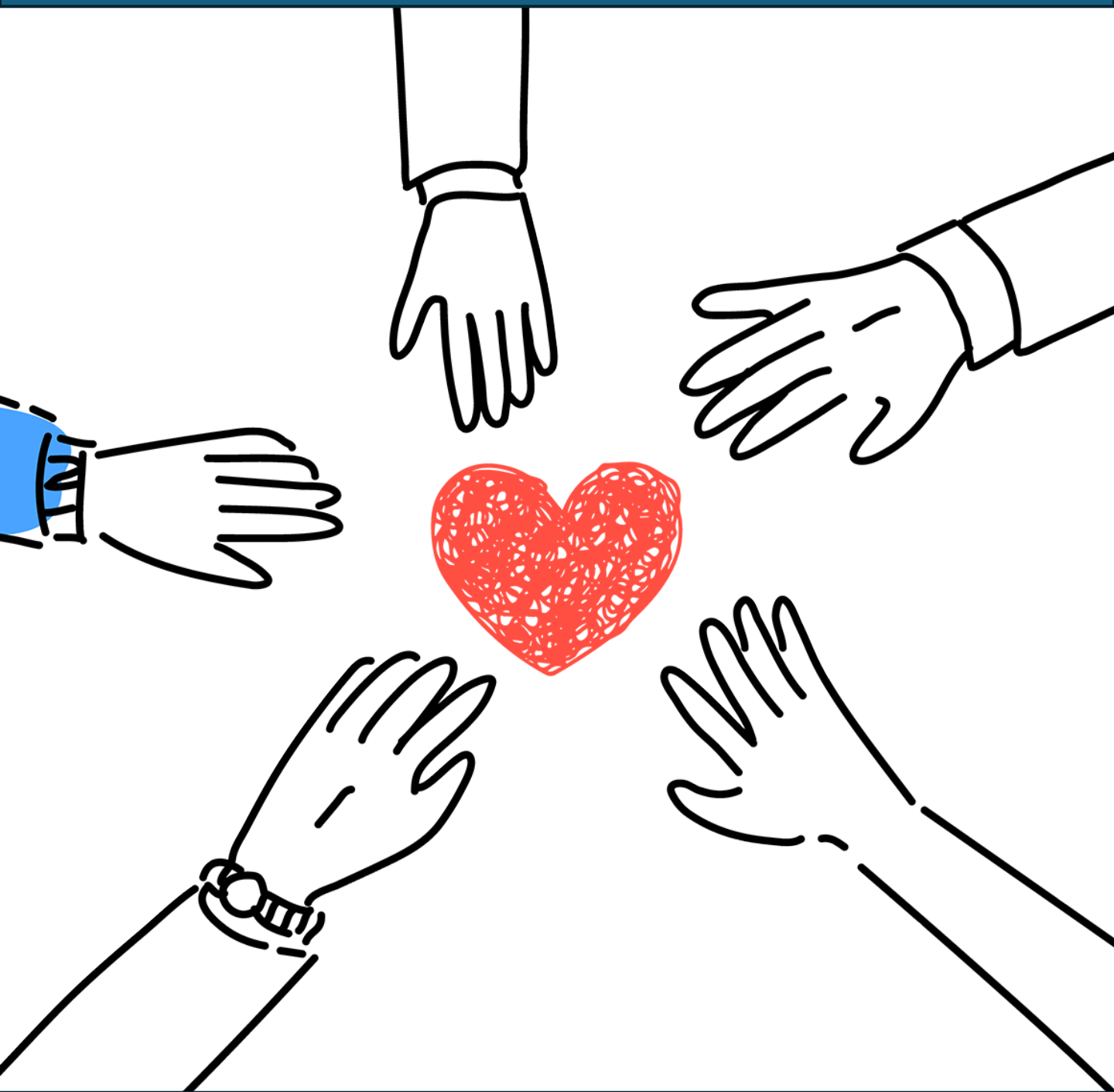


「みんなで連携」ハンドブック ～事業所給食から始める働く世代の健康づくり～



事業所編

目 次

はじめに	1
1. 事業所給食の社会的役割	
1) 企業の健康経営、地域の持続可能性と事業所給食施設の社会的役割	2
2) 今後、事業所給食施設に期待される具体的アクション	5
2. 事業所給食施設における給食を活用した健康増進の取組み(手順)	
1) 健康増進の取組みのPDCAサイクルとポイント	6
Point 1 方針の提示	7
Point 2 組織化	8
Point 3 アセスメント	9
Point 4 食事提供、食環境整備	10
Point 5 評価・改善	11
2) 関係者間の連携のポイント	12
3. 事業所給食施設を活用した健康増進活動 導入ポイント	13
4. 参考事例	14
健康な食事・食環境認証制度「スマートミール」	22

はじめに(「みんなで連携ハンドブック〈事業所編〉」発行にあたって)

人々がより健康的な食生活を送れるよう、人々の**食品***への**アクセス**と**情報へのアクセス**の両方を相互に関連させていく場を「**食環境**」と呼びます。事業所給食(社員食堂)は、利用者(従業員)にとって重要な食環境の1つです。従業員の皆さまが健康で元気に働くことのできる食環境をつくることは、企業の利益にもつながります。

*ここでいう「食品」には、料理や食事が該当します。

令和6年度厚生労働科学研究費補助金の研究班(研究代表者:市川陽子)では、全国から6つの自治体にご協力いただき、事業所給食施設から提供された栄養管理報告書のデータを解析しました。併せて、全国の4分の1程度にあたる事業所給食施設に対して、施設側(健康管理部門、給食担当部門、保険管理組合、労働組合など)、受託側(給食会社の店舗責任者、管理栄養士・栄養士、エリアマネージャーなど)が**連携した**食環境づくりや栄養管理の状況、管理栄養士・栄養士の配置状況について、アンケートによる実態調査を行いました。また、令和7年度は、すでに関係者が連携して食環境の整備を行っている7つの事業所の施設側関係者、受託側関係者に、それぞれインタビューを行い、事例を収集しました。

こうしたなか、社員食堂を活用した従業員の栄養管理・健康管理に関しては、「施設側と受託側の関係者が互いに協力すれば良い方向に進むかも知れないが、**具体的な方法がわからない。**」「忙しそうで**コミュニケーションの取り方がわからない。**」「関係者が異動で代わってしまうと**継続できない。**」などの声が聞かれました。

本ハンドブック〈事業所編〉は、このような現場のお悩みを解決するため、**どのような立場の人達が、どのような流れや方法で「連携」を行えばよいか、できるだけわかりやすく、事例を紹介しながら解説しています。**

職域における食環境整備、栄養管理・健康管理の推進に、これから取り組む事業所の皆さまにとって、本ハンドブックがその一助となれば幸いです。



1.事業所給食の社会的役割

1)企業の健康経営、地域の持続可能性と事業所給食の社会的役割

事業所給食は、安価で安心な食事の提供による福利厚生面の、従業員同士のコミュニケーションや、リフレッシュメントの場の提供の面で、その役割を果たしてきました。職場で提供される食事を含めた**食環境の改善**は、従業員の健康づくりだけでなく、経営面からも重要です。こうした中、近年、事業所給食は**健康経営**の推進にも関与し、「健康増進の場」としても注目されています。**適切に栄養管理・調理された食事の提供と、従業員のニーズに合わせた健康情報の提供は、従業員の健康意識や仕事へのモチベーション、作業効率を高め、生産性の向上を図るうえでも重要です。**従業員のwell-being、健康寿命の延伸を実現するものとして、また、従業員の心身の健康を管理し業績の向上に直結するものとして、事業所給食施設の果たす役割はさらに大きくなっているといえます。

しかし、栄養管理の専門職である栄養士又は管理栄養士の事業所給食施設への配置率は48.1%、管理栄養士では29.7%にとどまり、特定給食施設における総平均(76.5%)と比較して極めて低い状況¹⁾です。また、嗜好や健康意識の定期的な調査を実施したり、給食会議を開催したりしている施設は、全体の約5割と低い²⁾ことがわかりました。事業所給食では給食管理業務の委託率が9割を超えています。**施設側と受託側の関係者、保険者、当事者である従業員、さらに自治体も含めた各関係者(ステークホルダー)が連携し、それぞれの役割によって従業員が健康になる食環境の整備を図り、従業員の栄養管理、健康管理につなげることが効果的と考えられます(p.6参照)。**

1) 令和6(2024)年度衛生行政報告例

2) 令和6年度厚生労働科学研究費補助金 総括・分担研究報告書(研究代表者:市川陽子)

また、「健康日本21（第三次）」では、冒頭の基本的な方針において、「誰一人取り残さない健康づくり」の効果的な展開には、行政だけでなく地域の関係者や民間部門の協力が必要であることが示され、**企業の関係者も連携・協力に加わるべき**であることが明記されています。さらに、内閣府の「地方創生2.0」では、生産年齢人口の減少や高齢化率の増加をふまえ、働き世代、女性、高齢者のいずれもが元気に働けることこそ、「**地域の持続可能性**」につながるとされました。これに続く「地域未来戦略」においても、地域産業のエコシステム形成の要因の一つとして、**地域一体での人材育成・確保**が掲げられています。

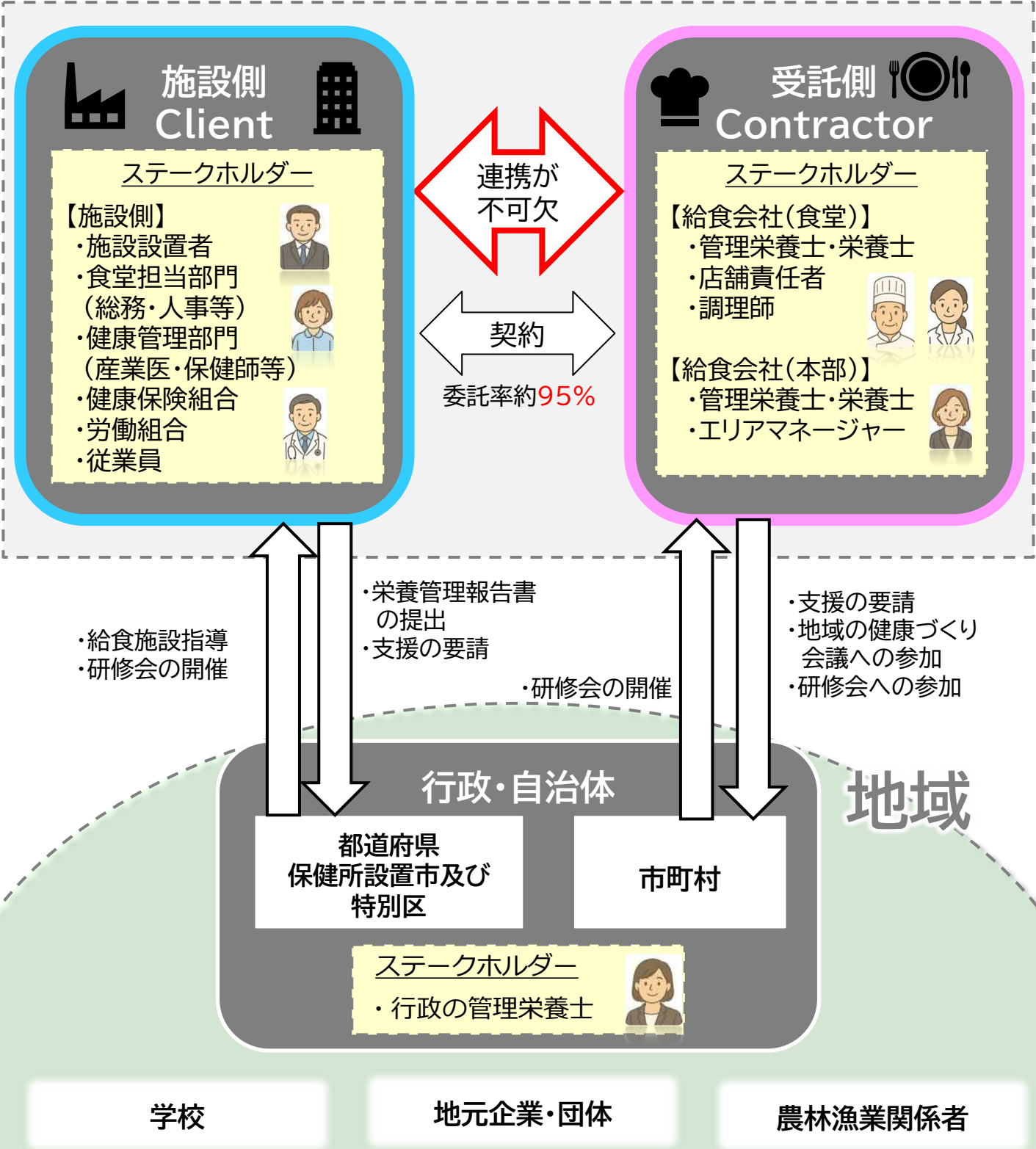
わが国の生産年齢人口を支え、地域の持続可能性を高める目的において、**食を通じた健康管理、働き世代に選ばれる元気な職場づくり**が、今、大いに期待されています！



2) 今後、事業所給食施設に期待される具体的アクション

ポイントは、施設側・受託側・自治体の連携です！

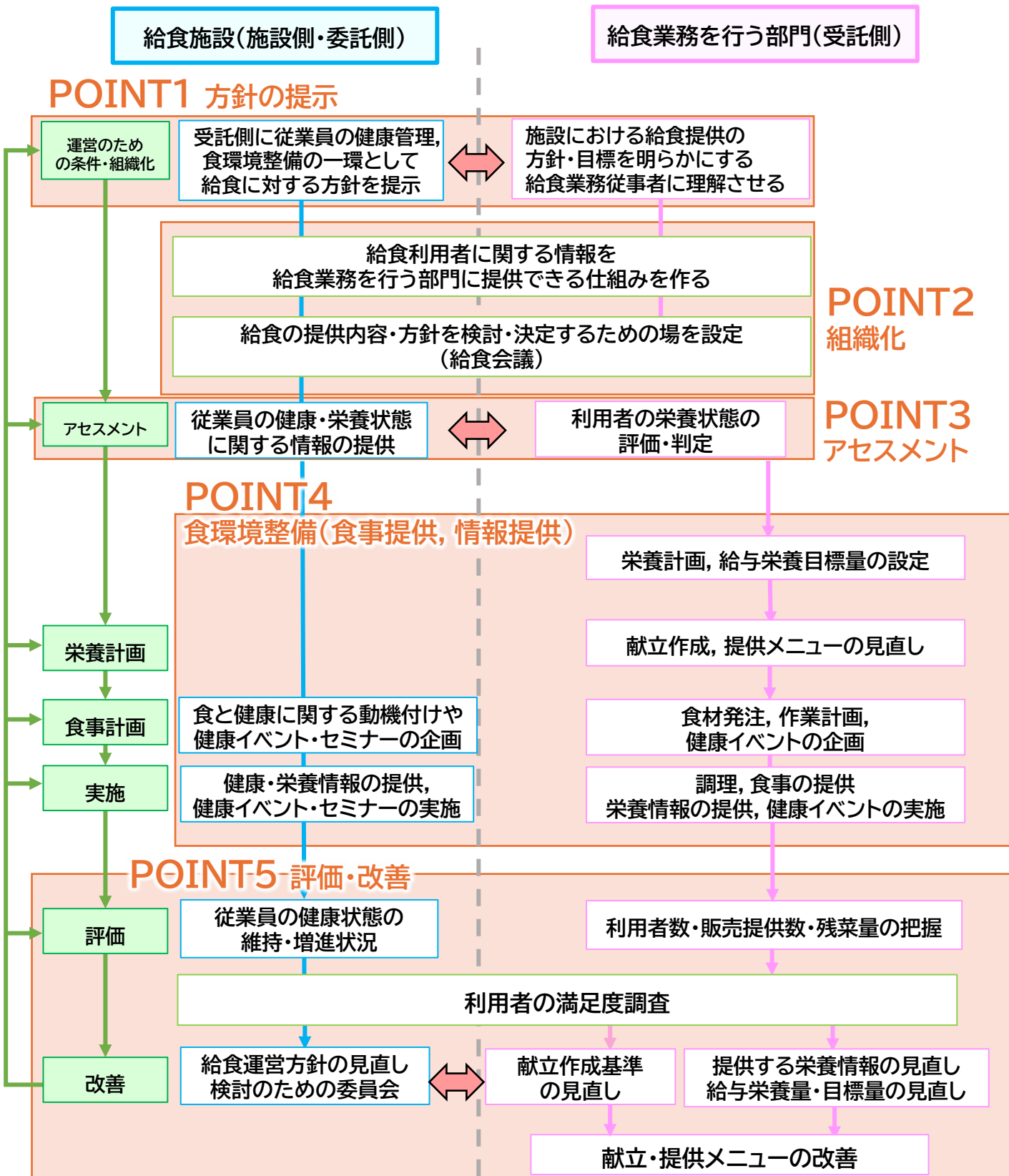
施設側・受託側・自治体のステークホルダーが連携することで、事業所給食施設を通じた、栄養管理がよりよいものとなり、働く世代の健康増進につながります。



2. 事業所給食施設における給食を活用した健康増進の取組み(手順)

1)健康増進の取組みのPDCAサイクルとポイント

給食を利用した健康増進の取組みをPDCAサイクルに沿って、確認しましょう。
本ハンドブックでは5つのポイントに絞って、健康増進に向けた取組みの事例や
ノウハウを紹介していきます。



Point1 食堂(給食)を利用した健康増進の方針の提示

**施設側が、食堂を健康増進の場として捉え、
受託側にその方針を明確に伝えることが重要です。**

施設側は、食を通した従業員の健康増進およびQOL向上に対する方針を受託側に示すことが求められます。

受託側は示された方針に基づいて、給食を利用した取組みを実践します。
また、受託側からも施設側に対して提案できることが望ましいです。

いま、社員食堂に求められるもの

福利厚生の場

従業員同士が楽しい時間を過ごす
福利厚生の場として、食堂は非常に重要



リフレッシュの場

心身をリフレッシュし、
次の仕事へのモチベーションを高める場として



エンゲージメントを高める場

従業員と会社の絆を深める場として



従業員の健康増進の場

- ・ **健康経営**(コラム参照)を進めるうえで、食を生かした社員の健康づくりを行う場
- ・ 栄養補給に加えて、健康意識を高められる貴重な場
- ・ 健康行動が増えるような教育の場



食堂を従業員の健康増進の場として捉える企業が増えています！



健康経営優良法人
KENKO Investment for Health
大規模法人部門
ホワイト500

健康経営とは・・・？

「健康経営」とは、従業員等の健康管理を経営的な視点で考え、戦略的に実践することです。従業員等への健康投資を行うことは、従業員の活力向上や生産性の向上等の組織の活性化をもたらします。『健康経営優良法人』の認定要件には「食生活の改善に向けた取組み」の項目もあり、食堂を利用した取組みも評価の対象となります。

Point2 健康増進の取組みに向けた組織化

健康増進を進めていくためには、施設側と受託側が連携し、相互に意見を交わすことが必要です。そのためにも、利用者也交えた給食全般についての話し合いの場、給食会議を持つことが重要です。

健康増進を促進する場として給食会議を活用しましょう！

① 給食会議の参加者は？ (例えば)

施設側

受託側



② 頻度は？(インタビューの結果より)

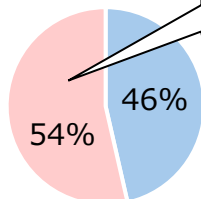
→多くの施設が月に1回程度

③ 給食会議の議題の例

- 献立・メニューについて
- イベントについて
- 栄養情報の提供について
- 利用者の健康支援について

施設側と受託側の連携を図るポイントQ&A

連携の有無



皆さん、連携に
難しさを感じています!!

- 連携している
- 連携していない

令和6年度厚生労働科学研究費補助金
総括・分担研究報告書(研究代表者:市川陽子)より引用

Q. どのような連携が必要かわかりません..

→A.『事業所給食施設を活用した健康増進活動 導入ポイント(p.13)』が参考になります！

Q. 何をしたら連携が進むのかわかりません

→A.栄養管理報告書を、受託側の協力を得て作成するのも1つです。それも難しい場合は、まずは立ち話から始めましょう。

Q. 個人情報の共有が難しいです..

→A. 個別の情報は分からなくても、集団としての肥満ややせの割合、生活習慣病罹患者の割合などが分かれば、健康課題が見えてきます！

Point3 従業員の健康・栄養状態のアセスメント

提供している食事は、従業員の健康の増進にとって適切ですか？

食堂を利用する従業員に合った食事の提供、健康増進の取組みを実施するためには従業員の健康・栄養状態のアセスメントをすることが重要です。

従業員のアセスメントをもとに健康増進の取組みを行います。
そのためにも、従業員の健康・栄養状態に関わる情報を施設側と受託側で共有することが大切です。

事業所給食施設で必要なアセスメント項目

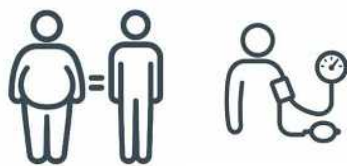
性・年齢別 人員構成



身長・体重の分布



肥満・やせの者の割合 ※生活習慣病リスク者の割合



給与栄養目標量の決定、情報提供・イベント実施内容の考案

食堂利用者の体格の状況や肥満ややせの割合、疾患の状況の情報はどこの施設でも、活用できていないのが現状です。

まずは施設側の健康管理部門と受託側の管理栄養士等が、従業員の健康状態（全体の分布や割合）に関する情報を共有することが重要です。

給食会議に、産業医や保健師が参画している施設では、利用者の健康・栄養状態のアセスメントがなされ、利用者の健康増進に、より結び付き食事の提供ができていました！

Point4

従業員が健康になる食環境整備

～食事提供、栄養情報の提供やイベント開催等～

従業員が健康になる食環境整備における取組み事例

計画に基づき、食事や栄養に関する情報の提供を行います。
ここでは健康増進に向けた食事提供、情報提供における取組み事例を紹介します！

食事提供では・・

- ・スマートミールの提供 詳しくはp.22へ。
- ・健康診断や健康イベントに合わせ、ヘルシーメニューを提供。
ex. 野菜たっぷりメニュー、適塩メニューなど。
- ・ご飯の量を調整あるいは選択できるようにする。
- ・卓上調味料を置かない。
- ・調味料コーナーには減塩調味料を置く。
- ・売店や自販機に置かれる商品を健康に配慮した品揃えにする。



情報提供では・・

- ・提供している食事の栄養成分を表示する。
- ・健康に配慮した、おすすめの料理の組合せ例を提示する。
- ・食堂アプリを通じて、健康情報を配信する。
- ・提供トレイに食事バランスガイドを印字する。

イベントの開催は、従業員に食堂へ来てもらうのに効果的です！
また、健康に関心を持つ機運が高まります。

イベントでは・・

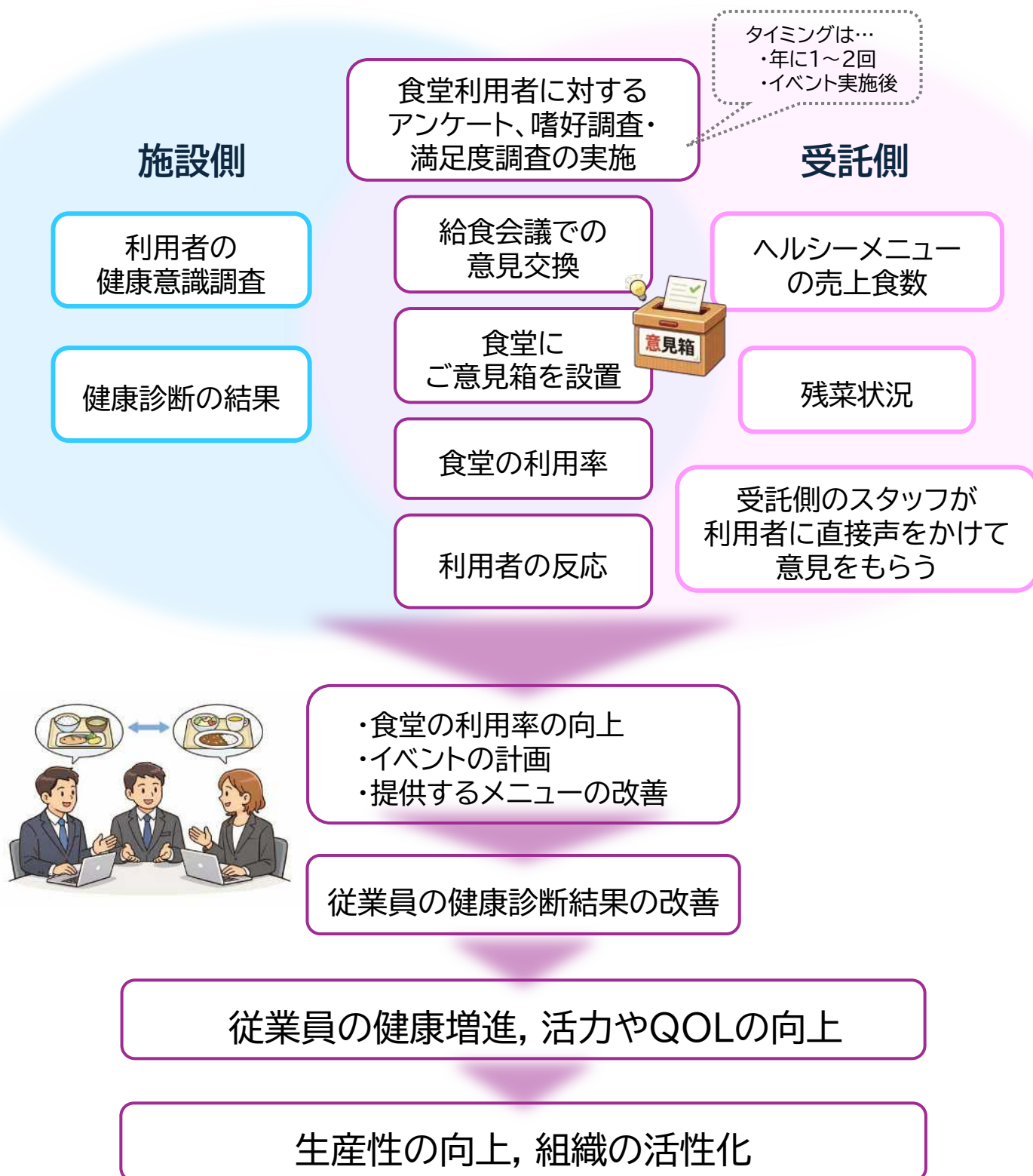
- ・健康イベントを開催する。
- ・機器を用いた測定会を実施する。
ex. 血管年齢測定、骨強度測定など。



Point5 健康増進の取組みに対する評価・改善

施設側と受託側がそれぞれで評価した内容を共有し、改善に役立てましょう。

評価方法にはどのようなものがあるか？



2)関係者間の連携のポイント

主体は？

施設側と受託側の共同体制	施設側	受託側
健康増進の方針の提示・提案	◎	○
健康増進の取組みに向けた組織化	○	○
従業員の健康・栄養状態のアセスメント	◎	○
健康増進を推進する食環境整備(食事提供, 情報提供)	○	◎
健康増進の取組みに対する評価・改善	○	○
「栄養管理報告書」の記載	◎	○

それぞれの「あなた」にしかできないこと

	施設側						受託側				
	施設設置者	食堂担当部門	健康管理部門	労働組合	従業員	健康保険組合	給食会社(食堂)		給食会社(本部)		
		総務・人事等	産業医・保健師等	労働組合員			管理栄養士・栄養士	店舗責任者	調理師	管理栄養士・栄養士	エリアマネージャー
方針の提示・提案	◎	◎	◎	◎	○		○	○			○
組織化	○	○	○					○			○
アセスメント		○	◎			◎	○	○	○	○	○
食環境整備		○	○				◎	◎	◎	◎	◎
評価・改善	○	○	○	○	○		○	○	○	○	○

健康増進活動への支援について、ご連絡をお待ちしています！



行政
管理栄養士



健康づくりで困ったら、ぜひ相談を！
巡回時に施設側の管理部門や健康部門との橋渡しなどを支援します。
媒体(ポスターやチラシ)の提供、ミニ講義など健康づくりのイベントもお手伝いします。
研修会を企画・開催していますので、ぜひご参加下さい。

3. 事業所給食施設を活用した健康増進活動 導入ポイント

できることからスタート！
健康増進活動が動き始めます。



保健師

何か1つ始めると、
それがきっかけになります。

栄養管理報告書の作成時にやせ、
肥満の割合を給食会社と共有して
います。

健康増進活動の開始

- 健康増進活動に関心を持つ
- 従業員の**健康の現状を把握**
- 企業**の**健康方針**を確認
- 組織**をつくる

取組みを継続する

- 取組みのバージョンアップ
- 行政と連携**する
- 研修会**に参加する

共に、健康増進活動を
進めましょう！
気楽にご連絡ください。



行政
管理栄養士

研修会のお知らせは、
施設側、受託側で共有
してください。



産業医

取組みの効果を、
健康診断結果の経過から
評価していきたい。

年間計画の作成

- 具体的な目標を決める
- 年間計画**を作成する

実施計画の作成

取組みを具体化する

具体的な取組み
p.15~p.21

実施計画の実施

取組みを実施する

クライアントの目標にそって、
ポスター、イベント用献立、
測定機器の活用など提案します。
別途費用がかかる場合もあります。



エリアマネジャー
(給食会社)

取組みの評価

- 給食会議**の開催
- 食堂の満足度は？
- 従業員の食堂利用率は？
- 健康診断の結果の推移は？

給食会議に
ついて p.8

給食会社さんは、独自で
健康イベントや健康メニューなど
をもっているので、
相談すると協力してもらえます。



食堂担当部門

従業員の代表として、
食堂やメニューの意見を
給食会議で伝えています。



労働組合

クライアントの意見や希望を
理解して、給食会社として貢献
できることを実践しています。



管理栄養士
(給食会社)



お互いに気を遣わずに何でも話せます。
会議だけではなく、立ち話で話が進むことも！

参考事例

健康経営優良法人

給食会議

健康増進に向けた
連携

嗜好や健康意識
の調査

健康メニュー

健康イベント

肥満・やせの把握

行政との連携

三位一体で、食堂に'健康'と'楽しい'のバランスを！

A社 & a 給食会社

p.15

事務系
500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり

全員がキーパーソン 連携の基盤はできている。

B社 & b 給食会社

p.16

事務系 & 工場系
500食未満
管理栄養士・栄養士配置あり

何かあればすぐに話ができる関係性、楽しい時間を過ごせる食堂をめざして！

C社 & c 給食会社

p.17

事務系
500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり

検診結果を共有し、ヘルシーメニュー提供の食堂運営

D社 & d 給食会社

p.18

事務系
500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり

健康を考え続け、できることをやっていこう！コミュニケーションをとろう。

E社 & e 給食会社

p.19

工場系
500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり

互いの強みを活かして協力！健保との共催イベントも実施

F社 & f 給食会社

p.20

事務系 & 工場系
500食未満
管理栄養士・栄養士配置あり

企業側の強いリーダーシップと給食会社の実践力

g 給食会社

p.21

事務系 & 工場系
500食未満
管理栄養士・栄養士配置あり

三位一体で、食堂に'健康'と'楽しい'のバランスを！

A社 & a 給食会社
事務系 500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり

● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

1回/月開催。

喫食数やメニューの売れ行き、スマートミールの販売数などを話し合う。

今後、給食会議に給食会社の管理栄養士が参加予定。

● 健康増進に向けた連携

〈事業所側〉年間のイベントや啓発のスケジュールの作成。

肥満・やせ、生活習慣病の割合等は、毎年健康診断から経年変化を見ているが、給食会社と共有はしていない。肥満と食習慣の関係について、評価を始めたところである。

食堂の利用の有無や頻度と健康データの関係について、評価していきたい。

〈給食会社〉メニュー内容の計画、スマートミールの提供。

● 嗜好や健康意識の調査

1年に1回実施する食堂全体のアンケートの中で、嗜好調査を実施。味付けや好きなメニュー、食堂の利用頻度を確認し、嗜好調査の結果は次の献立作成に活かしている。

● 健康メニュー

スマートミールは星3つの認証。

卓上には減塩醤油を置き、主食の盛付けは3種類としている。



自己評価
10点満点中

食環境整備の
満足度

スマートミールのことは、
給食会社を入れ替える際のコンペ
で知った。導入したかったので、
給食会社さんに相談。
給食会社さん主導で認証に
至りました。

ヘルシーメニューの提供を行って
いる点では、管理栄養士のいる
意味を感じているが、もう少し栄
養士・管理栄養士がいる強みを
活かして踏み込んだ提案を行っ
ていくべき。

まだ a 給食会社と共有できて
いない情報や課題がある。



食堂担当部門

施設側
8点



管理栄養士
(給食会社)

受託側
6点

社員食堂の存在価値はリフレッシュや次の仕事へのモチベーション、エンゲージメント(従業員と会社の強い絆)を高めることと考えられており、会社理念と同じ方向を向いている。

ワクワクしたり、生き生きとしたエンゲージメントにフォーカスした健康経営宣言があり、ウェルビーイングを高めていこうとしている。

大切なのは、**健康メニューと、楽しいイベントやウキウキするメニューがちょうど並走しており、「いいバランス」で動いてくれている食堂**であること。楽しみながらというところが一番大きいと感じている。**給食会社の管理栄養士には、実際に社員を見て、社員の動きや食事の好み、人気を取り入れて、満足できる量かつエネルギーの抑えられたメニューの提案を期待している。**

健康経営は、A事業所、総務の窓口、a給食会社の三位一体となって取り組むのが良い。

A社は、社員に対する健康管理に関心があると感じており、社員も食事に対して気を付けている人が多い印象。A社は社員食堂を福利厚生のもととして考えており、a給食会社も社員のニーズに応えるように食事のおいしさ、楽しさを提供するという**方向性は一致**している。

社員食堂は社員同士のコミュニケーションの場。それを含めた食環境整備として、**栄養士、管理栄養士がいる強みをより活かしていきたい。**

社員食堂に行くとバランスよく安心して食べられるということを、利用者に伝える取組みが重要。

連携体制の構築には、**日常のコミュニケーション**が大切。立ち話等、頻繁にコミュニケーションはとれていて、遠慮はあまり感じていない。成功のポイントは、A事業所の**様々な立場の人を巻き込んで**、食事に関する話をどこまで上げられるかだと考えている。

全員がキーパーソン 連携の準備はできている。

B社 & b 給食会社
事務系&工場系 500食未満
管理栄養士・栄養士配置あり



● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

1回/月開催。10~15年ほど続いている。

● 健康増進に向けた連携

〈事業所側〉肥満・やせの割合は、栄養管理報告書の作成時に共有している。

〈給食会社〉血圧が高い従業員が多いという話を聞いている。

● 健康メニュー

4~5回/週提供

● 健康イベント

野菜摂取量の増加のイベント、魚イベント、減塩適塩のイベント、おすすめセットイベントなどを実施。健康イベントに関する希望を給食会社に伝えている。

健康イベントは、給食会社から発案することが多いが、B事業所や行政からの場合もある。

● 行政との連携

朝食の食育イベントを計画中。

市の管理栄養士にセミナーの依頼をかけている。

自己評価
10点満点中

食環境整備の
満足度

従業員の満足度が非常に高い。
b給食会社がメニューを考案して
いて、社員の満足度を上げるよう
に一生懸命やっている。
10点を継続していきたい。

健康管理室ともう少し深く関係を持ち、
社員の健康について数値で評価するなど、
まだいろいろできると思う。
社員の健康に貢献できるように、食事や
栄養に関する情報を、POPやお知らせで
周知していきたい。



食堂担当部門

施設側
10点



店舗責任者
(給食会社)

受託側
5~6点



食堂利用率60~80%である理由として、食事のおいしさ、従業員・派遣社員に向けた**金銭的な補助**があること。

食堂のイベントは**お昼の楽しみ**として**リフレッシュや気持ちの切り替え**に役立っている。

具体的に従業員が食堂で食べているものが、どう検診の結果に反映されているかはまだ見えていない。専門的なことは保健師やb給食会社に任せて、実際に食事をとっている従業員の声を給食会議で伝えている。
キーパーソンは全員で、関係者全員が給食について自分事として考えて、提案をしている。**話しやすく、お互いに話をちゃんとできる関係性**を築けている。

献立やメニューはb給食会社が考えていて、**年間でスケジュール**を立てている。

今月の給食会議でも先月の減塩イベントについて評価し、栄養士と相談して、今月末から通常メニューに取り入れている。

すぐ連携がとりやすい状態であり、b給食会社からも何でも話しやすいので、すぐ様々なことに連携が取れてスムーズに物事が進む。

キーパーソンは全員。

給食会議の連携はうまくいっていると感じているが、**もう少し社員の健康状態等に踏み込んで**聞いても良いという気持ちがある。



エリア
マネージャー
(給食会社)

行政との関わりは、「野菜摂取量の増加」イベントがきっかけ。**行政の協力は、付加価値**としてクライアントに好印象。**給食会社が中継して行政が関わり、現場の健康増進活動を実現する流れ**は現実的である。実施にはコストがかかるため、**補助金**があると給食会社として取り組みやすい。

長期的な視野について企業の経営陣に理解してもらい、**企業の健康意識、給食会社の管理栄養士、補助金の3点セット**が絶対に不可欠。

何かあればすぐに話ができる関係性 楽しい時間を過ごせる食堂をめざして！

C社 & c 給食会社
事務系 500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり



● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

1回/月開催。休館日や困りごとの情報交換や、売上食数、平均来客者数、平均客単価について情報共有している。
スマートミールの提供も、この会議から始まった。

● 健康増進に向けた連携

〈事業所側〉スマートミールが同じ献立をくりかえしていたので、新しいメニューの導入を依頼し、実現した。何かあればすぐに対面で話ができるので、頻繁に情報共有している。
〈給食会社〉一番利用してくれる利用者の生の声の大切ということから、事業所側になんでも相談している。

● 健康メニュー

スマートミールは毎日提供しており、提供時のトレーに栄養情報を掲載している。
それに加え、月に1回程度、イベントとしてもヘルシーメニューを提供している。
通常メニューでも、健康米や減塩の味噌汁を選択できるようにしている。

自己評価
10点満点中

食環境整備の 満足度

健康に配慮した小鉢料理などを提供してほしいので、期待している。従業員への効果が見えてくればより良い。

情報提供やマンネリ化しないメニュー作りなど、スマートミールの利用者をもう少し増やす。まだ伸びしろはある。



食堂担当部門

施設側
7点



管理栄養士
(給食会社)

受託側
7点

従業員食堂に求めるものは、安全な給食の提供が第一。とくに従業員同士で楽しい時間を過ごせる場で、会社としても福利厚生のもと非常に重要なものである。

給食会議がなくなった時期があったが、情報共有をしないとお互いに分からないということで、給食会議を月1回で再開した。事業所と給食会社では何かあれば**すぐに対話**ができる、**頻繁に情報共有**を行うといった**関係性を構築**し、人事異動があってもその**関係性を継続**できるようにしておくことが大切。給食会議では前月の食数の集計報告をすることから、毎月中旬に開催。

健康管理のキーパーソンは、C事業所では人事部の者、c給食会社側は食堂責任者。今後は、**c給食会社の管理栄養士を巻き込んだ打ち合わせ**が必要になる。取り組んだ結果が数値で見えるといいと思っている。

利用者に楽しんでもらえる食事を提供し、利用者の食環境を整えることで健康の保持・増進に寄与していくことができるのが従業員食堂である。

C事業所の窓口となっている人事部の方はキーパーソンであり、なんでも相談している。食堂での下膳時や廊下ですれ違った時など、**様々なタイミングでコミュニケーション**をとっている。c給食会社の**キーパーソンは、メニュー担当のマネージャー**である。**管理栄養士は、利用者が食堂にある料理で自然に健康を増進していけるようなメニューの提案や、食環境を整えることに貢献**できると考えている。

健康米や減塩の味噌汁を選択している健康意識の高い利用者層には、今以上の取組みができる可能性がある。健康に関心がない層に対してもアクションを起こしていきたい。



● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

月に1回開催。保健師から健康診断結果を共有してもらい、健康課題改善のための月間テーマを決定している。

● 健康増進に向けた連携

〈事業所側〉給食会議とは別に健康メニューに関する会議を、総務の担当者、保健師、d給食会社の管理栄養士と一緒に毎月1回定例会を開催している。保健師は非常勤の産業医と密に連絡をとっている。保健師が年に4回健康と食堂のメニューに関する情報を瓦版として、従業員の目につきやすいところに掲示している。

〈給食会社〉月間の健康メニューや特化した栄養素のPOPやポスターを作って掲示したり、週間メニューに管理栄養士からの栄養情報を月に1回掲示している。

● 嗜好や健康意識の調査

食堂の満足度アンケートを、d給食会社が毎年、年末に実施しているが、回答率が低いことが課題である。

● 健康メニュー

スマートミールの基準に沿ったヘルシーメニューを提供している。

● 肥満・やせの把握

保健師が健診結果から把握し、給食会議及び栄養管理報告書の提出時期にd給食会社とも情報を共有している。

自己評価
10点満点中

食環境整備の
満足度

d給食会社からの提案も多く、助かっている。理想を言えば朝食も提供していきたいが、人手や費用の面で現時点では難しい。

利用者の喫食率が高く継続できていることは、満足してもらえていると考えられる。しかし、以前やっていた健康イベントを再開できると良い。



食堂担当部門

施設側
8点



管理栄養士
(給食会社)

受託側
8点

定期健康診断の結果で、健康管理室の方で個人を判断している。食堂の満足度のアンケートはd給食会社が毎年している。日々の食事の評価や改善等については、d給食会社とD事業所の担当で、**食堂で見かけたときに声掛け**をしている。

個人の健康課題については健康管理室から個別指導が入っており、食堂では様々なメニューの選択ができるように工夫している。D事業所の総務と健康管理室、d給食会社の3者が同じ方向を見て取り組んでいることが連携の秘訣。**コミュニケーションを常に取っておく**ことが成功の秘訣と考えている。

健康診断結果の情報を共有していただけるので、課題を汲み取って、しっかりアプローチしていきたい。

利用者の健康に寄与することが役割である。脂質を減らすために揚げ物を制限するばかりでなく、**野菜を増やす方面からアプローチして、楽しく食べられるよう、満足度と健康を両立**する工夫を考えている。

また落ち着ける、リフレッシュできる環境の提供、食事のスムーズかつバリエーション豊富な提供ができるよう運営していきたい。

健康を考え続け、できることをやっていこう！ コミュニケーションをとろう。

E社 & e 給食会社
工場系 500食以上
管理栄養士・栄養士配置あり



● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

1回/月開催で45分間/回。

献立について労働組合や健康管理室からリクエストをすることもある。

● 健康増進に向けた連携

〈事業所側〉給食会議に福利厚生担当者も参加し、議事録を上司にも確認してもらい、情報を共有している。給食会議では様々な声が出て、新たな気付きや新しいイベントの開催の流れを生むことができ、従業員も声を出すことの意義を感じている。その結果、従業員の声を直接聞ける重要な場となっている。あえて連携を意識せずとも、皆で一つのことをやろうという姿勢が自然に連携につながっている。

〈給食会社〉食堂担当者とは食堂に来た時や書類を届けた時にコミュニケーションをとっている。食堂を利用した健康増進には、管理栄養士が一番かかわっている。計画時は健康管理室に健康イベントや取りまとめをしてくれる方がいるので、その方と主に話している。

● 嗜好や健康意識の調査

月1回、特別な食事(通常より豪華なメニュー)の提供時に、E社主体で嗜好調査(満足度と今後食べたいメニューの自由記述)を実施している。

● 健康メニュー

スマートミールを取り入れており、年に2～5回、大学とのコラボメニューを提供。また4～6月の健康診断期間中に健康メニューを提供し、低エネルギー、減塩、バジマーク付き175g/食以上野菜の摂れるメニュー等を提供。減塩ドレッシングの提供やご飯の大小等選択可能。

● 健康イベント

健康メニューのテーマに合わせて血管年齢や野菜摂取量等の測定機器を用いた健康イベントを開催している。

自己評価
10点満点中

食環境整備の 満足度

取組み自体はがんばってやっているが、利用者の肥満度、BMIに結果として表れていない。イベントには常連ができてきたが、無関心層には刺さっていない。

スマートミール認証のきっかけは、E社の健康経営推進の一貫として、全社的に一括申請したこと。

積極的にすすめているが、食堂に栄養士がいることの周知が不十分。スマートミールの提供が昼食時のみであることと、食塩相当量の多い食事を好む利用者が多いことが課題。



保健師

施設側
8点



管理栄養士
(給食会社)

受託側
8点

健康を考え続けて、できることをやっていこうという会社の方針がある。連携の秘訣はとにかく顔を合わせる。気軽に話せる環境が大事であり、担当者たちの壁を取り払い労使含めてなんでも話せる空気づくりが一番大事。最初のきっかけ作りは食堂でのコラボイベントを事業所側から給食会社側に依頼すると良い。給食会社の立場からすると、日々の雑談からキーパーソンを見つけて、健康課題に対して給食会社ができることをアピールすると良い。

密に連携するためにコミュニケーションをとる場は貴重だと思っている。イベントの試食会の時に、給食会議のメンバー以外の他の職場の人ともコミュニケーションをとっている。健康管理室をはじめとしてE社の要望に合わせた健康支援イベントを、イベントメニューや献立を用いて実施している。今後もイベントは継続していく予定。新たな取組みとして、通常メニューでも少しずつ食塩相当量やエネルギーを抑えても、おいしいと感じてもらえるような取組みを行いたい。

互いの強みを活かして協力！ 健保との共催イベントも実施

F社 & f 給食会社
事務系&工場系 500食未満
管理栄養士・栄養士配置あり

● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 健康増進に向けた連携

イベントの計画は双方から提案する。

社員の健康状態の傾向を把握しているF社の産業医、保健師から、食育イベントの提案がある。f給食会社は、イベントに沿った食事を提供するなど協力している。

減塩の味噌汁、調味料などの導入、関連企業などとのコラボ企画は、f給食会社が主導している。

● 嗜好や健康意識の調査

嗜好調査:年1回、顧客満足度調査をf給食会社が実施。普段の食事やイベントメニューだけでなく、食堂環境や運営(スピーディーさ)も含め、全般的に調査。各工場での要望を聞き、すぐに改善できるところは改善。メニューも調整。結果や改善内容は資料にまとめ、総務の担当者に報告後、利用者にも共有している。

● 健康メニュー

食育イベント(2か月間)では、スマートミール基準を満たした食事の提供を行っている。主食量を大、中、小、ミニ盛りから選択できるようにしている。

● 健康イベント

食育イベントやセミナーを実施。テーマは生活習慣病に関するものが多い。栄養情報は、毎月おすすめ食材やレシピを配信。健保組合と会社の両方から予算を支出し、共催の健康イベントを実施している。

● 肥満・やせの把握

F社は、利用者集団の肥満・やせの分布、健康診断の結果や変化についての情報を把握している。f給食会社とは、栄養情報報告書作成時に情報を共有している。健康イベント開催に関する提案とともに社員の健康の傾向を伝えることはあるが、具体的な数値までは伝えていない。



自己評価
10点満点中

食環境整備の
満足度

昼食でしっかり栄養がとれる。
安くておいしくて健康にも良い。
現場で体力を使う方も多いが、
栄養と食事としての魅力を考え
た取り組みができています。

イベント以外にも
コミュニケーションを
取るにはしているが、
もっとやりたいこともある。
F社とf給食会社が共同で
頑張っていることを
もっとアピールしたい。

施設側
8～9点

受託側
8点

会社の経営陣が健康経営を大事にしている。社員の健康が一番、体が資本。社員食堂は、**リフレッシュの場**。朝来てまずメニューを見るなど楽しみにしている人も多い。仕事の疲れを切り替える、それでいて健康にも貢献できる。**1日3食のうちの1食を担っている重要性**として、栄養と楽しみを選択できるバラエティーさが大切。**自然に健康になれる**ことをアピールして、**気づきの場**としても重要な場所だと思う。**f給食会社を信頼**している。**定期的に話をする機会**があり、普段からコミュニケーションはとれている。

食事やイベントの話については、**保健師等と話し合い**をする。F社の食堂担当者は、毎日食堂に来てくださるので、挨拶に加えてその日のメニューについて話す。本社のカフェで話し合うこともあり、**冗談も言えるような関係。連携はできている**と思う。イベントメニューや新しい定食メニューは、**食堂担当者に試食**をしてもらい、アドバイスや感想をもらう。

ヘルシーメニューはあまり手にとってもらえないが、**保健師と連携**してイベントとして提供すれば興味をもってもらえる。大事なことはメニュー提案だけでなく、わかりやすい表示や商品サンプルの作成など、利用者に**興味をもってもらえるようなことを同時にやること**。

食育イベントでは、f給食会社の**エリアマネージャーのアイデア**を取り入れたり、**f給食会社のポスターや資料**なども活用している。

提供するスープ量を減らすために
ラーメンどんぶりをスリムなものに
しました。食器を買い替えるときに、
施設側と委託側で意見を出し合
いました。



保健師 食堂担当
部門



● 健康経営優良法人

健康経営優良法人大規模法人部門(ホワイト500)

● 給食会議

数回/年開催。G社の担当者(健康推進部、保健師)から、給食会社に対して遠隔会議システムを使った年間計画の周知と、実施したイベントについての情報が共有される。

● 健康増進に向けた連携

イベントの計画の主体はG社。献立は年間計画に合わせてg給食会社が作成。給食会社の共通献立ではなく、配置されている栄養士が、利用者に合わせて献立作成しているところが強み。利用者の声を反映しやすい。

● 嗜好や健康意識の調査

G社による嗜好調査で食事の評価、健康メニューやイベントの評価を5段階で示し、情報をg給食会社に共有。

● 健康メニュー

スマートミールの提供

野菜摂取量増加、適塩、代謝や満腹感、調子を整える、睡眠・喫煙・ストレスなどに働きかける食事の提供。

● 健康イベント

野菜の摂取量増加イベント。

● 肥満・やせの把握

体格の評価はG社が実施し、g給食会社には1回/年情報共有。

● 行政との連携

G社企画のイベントとは別に、g給食会社と行政が連携した「野菜の摂取量増加」イベントを実施。



みんなが頑張っている。お客様の嗜好も取り入れながら、野菜なども食べてもらえる工夫をしている。しかし、新メニューの開発など、まだ改善すべきことがある。



G社との連携はできていると思う。G社が給食会社に対して、**提案をわかりやすく丁寧に示してくれる**ので、連携しやすい。**クライアント側のリーダーシップ**が良い。従って、連携のキーパーソンは、G社の健康推進部。

給食会社は、**体調管理(コンディション)や仕事に対するモチベーションに食事を通して貢献**したい。食べたいと思って選択した食事が、栄養バランスの良い食事であるように提供。**家庭や外食時にも野菜や塩分などの栄養情報を活用してもらえるよう情報提供**できればよい。

クライアントに、**従業員の健康が後の費用削減など会社へのメリット**につながることを理解してもらう。企業の給食施設を活用した健康増進への意識の高まりにつながる。

行政との関わり

- ・栄養管理報告書(年1回)はg給食会社で記入し、G社の承認を得て提出。
- ・巡回指導は2回/年。衛生的な内容が主であるため、g給食会社で対応しており、G社は同席しない。
- ・研修会等の案内は有り、参加もする。給食施設の衛生管理についてなどの内容だった。

行政に期待すること

- ・健康に対する取組みを共有したい。
- ・健康に対する取組みについて、利用者への周知をお願いしたい。



管理栄養士
(給食会社)

「健康な食事・食環境」認証制度 スマートミール



外食・中食・事業所給食で、健康に資する可能性のある栄養バランスのとれた食事である「スマートミール®（略称スマミル）」を、**継続的に、健康的な空間**（栄養情報の提供や受動喫煙防止等に取り組んでいる環境）で提供している店舗や事業所を認証する制度。

栄養バランスのとれた食事とは

一食の中で、主食・主菜・副菜が揃い、野菜がたっぷり、食塩のとり過ぎにも配慮した食事。



保健師

働く世代には、自分の健康のために、栄養バランスの良いランチを楽しんでほしいです。



食堂担当部門

スマートミールの認証は、施設側が受ける※2のですね。
健康経営優良法人や食育実践優良法人の認定にも活かれますね※3。
認証を受けるには、何から始めればよいのだろう？



管理栄養士
（給食会社）

スマートミールは、基準に基づいて第三者によって評価※1された栄養バランスのとれた食事です。
自信をもってお勧めします！



エリア
マネージャー
（給食会社）

すでに提供している定食をアレンジしてスマートミールに調整することもできます。

給食会社はスマートミール認証までのノウハウを持っていますので、ぜひご相談ください。

※1：健康な食事・食環境コンソーシアムにより認証されます。

※2：認証は、事業所（社員食堂）に対して行われます。

※3：健康経営優良法人や食育実践優良法人の申請項目には、「食生活改善に向けた取り組み」があります。

詳しくはこちらへ

健康日本21（第三次）

https://www.mhlw.go.jp/stf/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryoku/kenkou/kenkounippon21_00006.html

地方創生2.0

https://www.cas.go.jp/jp/seisaku/chihousousei2_0/index.html

地域未来戦略

https://www.soumu.go.jp/main_content/001052329.pdf

「健康な食事・食環境」認証制度スマートミール

<https://smartmeal.jp/>

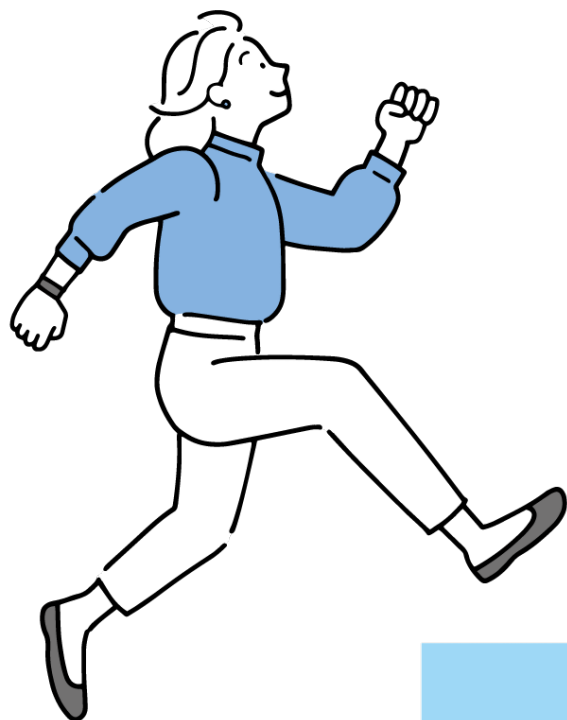
健康経営優良法人認証制度

https://www.meti.go.jp/policy/mono_info_service/healthcare/kenkoukeiei_yuryouhouzin.html

食育実践優良法人

https://www.maff.go.jp/j/syokuiku/kensyo/kensyo_top.html

できることからスタート!



本書は、令和7年度厚生労働科学研究費補助金（循環器疾患・糖尿病等生活習慣病対策総合研究事業）「事業所給食施設における関係者間の連携による栄養管理の推進に向けた研究」の助成を受け、研究代表者：市川陽子の研究班より刊行した。

- | | |
|--------|---|
| 研究代表者 | 市川 陽子（静岡県立大学食品栄養科学部 教授） |
| 研究分担者 | 高橋 孝子（大阪公立大学生生活科学部 准教授） |
| | 田丸 淳子（神戸学院大学栄養学部 准教授） |
| | 山中 沙紀（女子栄養大学栄養学部 助教） |
| 研究協力者 | 秋元 直美（エームサービス株式会社 IDSセンター ニュートリション室） |
| | 佐藤 愛香（コンパスグループ・ジャパン株式会社 営業開発クリエイティブラボ） |
| | 品川 喜代美（シダックス・コントラクトフードサービス株式会社 総合研究チーム） |
| | 田中 さや香（フジ産業株式会社 事業推進部 商品栄養企画グループ） |
| | 望月 ひとみ（株式会社グリーンハウス 健康経営推進室・管理栄養士高度化研究室） |
| | 内田 菜月（神戸学院大学大学院栄養学研究科 修士課程1年） |
| | 米倉 嶺（静岡県立大学大学院薬食生命科学総合学府 修士課程2年） |
| | 若山 桜（大阪公立大学大学院生活科学研究科 修士課程2年） |
| その他協力者 | 赤堀 摩弥（静岡県東部健康福祉センター 健康増進課） |
| | 宇津木志のぶ（静岡県賀茂健康福祉センター 健康増進課） |
| | 辻井 博美（静岡県西部健康福祉センター 健康増進課） |
| | 中村 美穂（静岡県立大学大学院薬食生命科学総合学府 フードマネジメント研究室） |

「みんなで連携」ハンドブック ～事業所給食から始める働く世代の健康づくり～ 事業所編

2026年（令和8年）3月発行

静岡県公立大学法人静岡県立大学 食品栄養科学部
市川 陽子（研究代表者）

〒422-8526 静岡県静岡市駿河区谷田52-1
TEL/FAX 054-264-5512（フードマネジメント研究室）