



MEALS ON WHEELS JAPAN  
一般社団法人  
**全国老人給食協力会**

**配食事業に関するヒアリング**  
**－住民参加による食事サービスの事例－**

平野 覚治

1985年 設立

2013年 一般社団法人

コミュニティに暮らす人自らが参加して行う  
地域の高齢者等のための食生活支援活動を、  
高齢社会に対応できる食事サービスとして  
育てていくことを目的に、全国各地で活動する  
団体や個人がつくる連絡組織です。

【会員数】 121団体・個人



# 会員団体の事例・団体S（国立市）

## ■栄養管理の状況

- 献立作成者  
管理栄養士、調理師、介護職
- 1食あたりの栄養価の設定  
基準の野菜摂取量（1食150g～200gを目標に野菜を盛り込む）を超える献立を作成
- 献立栄養価のばらつきの管理  
三大栄養素の数値を参照する（熱量500kcal前後・たんぱく質20g・脂質14.5g）。
- メニューサイクル  
四季を考慮し、その時期でなければ市場に出回らない旬の食材を利用した季節を感じる献立を作成している。

# 会員団体の事例・団体S（国立市）

## ■利用者の状況把握について

- 注文時の適合性の確認

配食コーディネーター

〈奏功例〉アレルギー、禁食など細やかなニーズに対応

- 適合性のフォローアップ

手渡し時のやり取りで現在の様子を確認し、食形態など内容の変更を実施する。

〈奏功例〉身体状況に沿った内容の食事。不測の事態には配達者と介護職が連携し速やかな対応をとる。

# 会員団体の事例・団体S（国立市）

- 注文時対応や利用後のフォローアップで留意すべき点  
咀嚼や嚥下の状況確認。摂食状況を確認し健康状態を把握。
- 健康支援のために取り組んでいること  
細やかな声掛けにより外部との関わりを維持する。  
水分補給の声掛け。医療機関での定期的または早期受診を促す。

## ■その他

- 受託によるサービス面の変化  
食事の内容は変わらないが、利用価格に変動あり  
＝利用者の負担軽減

# 会員団体の事例・団体Ⅰ（高槻市）

## ■栄養管理の状況

- 献立作成者  
栄養士のアドバイスを受け、調理経験者と在職年数の長い者が作成。
- 1食あたりの栄養価の設定  
行政の委託基準（1食540～680kcal、たんぱく質20g、脂質20以上25未満(%エネルギー)、炭水化物50以上70未満(%エネルギー)、カルシウム243mg、塩分3.2g未満）に沿いながら変化に富んだ、野菜豊富な献立作りを心がけている。
- 献立栄養価のばらつきの管理  
週1回～6回と利用回数は様々であるため、1週1回の献立で上記基準をクリアすること、曜日ごとに1か月間の献立で上記基準をクリアするように作成。
- メニューサイクル  
季節感のある食材を取り入れたメニューを組み合わせながら、2か月程度のサイクルで曜日を替えて作成。

# 会員団体の事例・団体Ⅰ（高槻市）

## ■利用者の状況把握について

- 注文時の適合性の確認

コーディネーターが利用者宅を訪問して、医療上の禁忌食品など食べられない食品を確認し、代替りの食品に変えて提供。

〈奏功例〉アレルギーやストーマ装着などにおける食材について聞き取り、栄養バランスを考慮した献立を提案

- 適合性のフォローアップ

利用者の状態に変化について、本人、家族、ケアマネージャーより連絡を受け、適切に対応する。

# 会員団体の事例・団体Ⅰ（高槻市）

- 注文時対応や利用後のフォローアップで留意すべき点
  - ①利用者個々の状態にきめ細かく対応することが大切。
  - ②完食できていない、届け時に元気がなかった等を家族や関係機関に通知する。
- 健康支援のために取り組んでいること

毎週、届けている献立表に食事バランスや季節ごとの注意事項予防を促す記事（ノロウィルス、熱中症、インフルエンザ）を掲載している。

## ■その他

- 受託によるサービス面の変化

受託を受けている場合〉運営が安定し、安否の確認が確実にできる。  
⇒安否確認を嫌がる利用者もいるので、配食の条件ですと言える

受けていない場合〉安価志向が強いので、栄養バランスを満たせる食事の提供が難しい。

# 会員団体の事例・団体T（奈良市）

## ■栄養管理の状況

- 献立作成者  
管理栄養士
- 1食あたりの栄養価の設定  
1日に必要な栄養素量の3/8  
（「日本人の食事摂取基準」2015年版 にもとづいてエネルギー・たんぱく質・食塩相当量から計算）
- 献立栄養価のばらつきの管理  
月平均で、エネルギーは550～600kcal  
食塩相当量は、2.5g以下
- メニューサイクル  
1年間のサイクルとしている。和食を中心に、飽きのこないメニューを心がけている。その中で、時々、新しいメニューを入れている。



# 会員団体の事例・団体T（奈良市）

## ■利用者の状況把握について

- 注文時の適合性の確認

管理栄養士が、必要であれば本人またはその家族と確認をとっている。

- 適合性のフォローアップ

契約の時点で、配食コーディネーターが、本人または家族と直接話し合い、特に健康上必要であれば、管理栄養士と直接話してもらうようにしている。

〈奏功例〉減塩対応・青魚などのアレルギー対応・刻み・おかゆ対応・多少の好き嫌い対応等。

# 会員団体の事例・団体T（奈良市）

- 注文時対応や利用後のフォローアップで留意すべき点  
 確実に弁当を食べているかの確認を配達スタッフがおこない、  
 残食が多ければ、担当ケアマネージャーもしくは家族に連絡。
- 健康支援のために取り組んでいること  
 気持ちの落ち込みの激しい方には、特に周辺の関係者との連携  
 を密にしている。

## ■その他

- 受託によるサービス面の変化  
 利用金額の変化＝利用者負担の軽減

# 会員団体の事例・団体C（調布市）

## ■栄養管理の状況

- 献立作成者  
管理栄養士、栄養士
- 1食あたりの栄養価の設定  
国の摂取基準を元に利用者の年齢、性別を考慮の上、栄養価を設定。
- 献立栄養価のばらつきの管理  
ばらつきが大きい時は昼夕2食分の合計で概ね基準値に近づくように調整。
- メニューサイクル  
月単位で、1年前の献立を参考にし、行事食や季節の食材を取り入れ、組み合わせを工夫。1週間単位、同じ曜日で同じような献立にならないようチェックしている。タンパク質源の肉、魚が交互になるように組み合わせている。

# 会員団体の事例・団体C（調布市）

## ■利用者の状況把握について

- 注文時の適合性の確認

地区担当相談員（社会福祉士、看護師等）

〈奏功例〉

摂取しやすい食形態の確認を行うことで、残食を少なくすることができる。

- 適合性のフォローアップ

地区担当相談員（社会福祉士、看護師等）、必要時、栄養士が行う。

食事サービス利用開始直後に確認し、その後は利用者の状況に応じて

2～3カ月に1回など電話や訪問にて確認している。

〈奏功例〉

「鯖のメニューが出たときは、アレルギーのため廃棄している」という利用者に対し、タンパク摂取が低下しないよう個別の代替メニュー（カレー）で対応。

# 会員団体の事例・団体C（調布市）

- 注文時対応や利用後のフォローアップで留意すべき点  
必要な栄養を適切に摂取して頂くための啓蒙活動や、現状調査を行い、利用者の現状の摂取量と提供量の差が大きくなならないよう献立に反映させる。
- 健康支援のために取り組んでいること  
栄養価（カロリー、塩分、たんぱく質、脂質）の記載された献立表を提供し、利用者または家族からかかりつけ医への情報提供等で活用してもらう。  
また、利用者等が自分で調理できるよう広報誌でレシピを公開している。

## ■その他

- 受託によるサービス面の変化  
受託していない場合は、人件費の不足のため有償ボランティアの参加に基づいた手作りの「質」が維持できない。

# 会員団体の事例・団体F（大阪市）

## ■栄養管理の状況

- 献立作成者  
管理栄養士、介護福祉士、地域ボランティア
- メニューサイクル  
ひと月ごとにメニューを作成。

## ■利用者の状況把握について

- 注文時の適合性の確認  
ケアマネジャー、配食コーディネーターが行う。
- 適合性のフォローアップ  
ケアマネジャー、配食コーディネーターが1年に1回および必要にあわせて随時行う。

## 会員団体の事例・団体F（大阪市）

- 注文時対応や利用後のフォローアップで留意すべき点  
利用者や家族、ケアマネジャー、ヘルパーとコミュニケーションを取り、栄養バランスのとれた食事を継続し、生活がポジティブになるように工夫することが必要。
- 健康支援のために取り組んでいること  
介護サービス担当者会議への出席・情報提供