

「笑って」「食べる」を提供する人の会誌

しょう しょく かい ぜん 笑 食 快 膳

もつと経験を積んで、
いい仕事をしたいです。

「表紙の人インタビュー」
株式会社デリックちくま 管理栄養士 小林 明日香さん

2018
No.164

10
月号

[特集] 『第13回治療食等献立・調理技術コンテスト』 開催される 2

■ 巻 頭 言	1
■ 協会だより	9
■ 栄養士委員会 支部別研修会一覧	12
■ 研修報告	14
■ 受託責任者を訪ねて	15
■ 市場情報	16

■ 会員企業紹介	20
■ 耳寄り情報	26
■ 厨房機器のメンテナンス	28
■ 第40回フード・ケータリングショー開催のご案内	30
■ おもしろ雑学!	33

表紙の人 インタビュー

(株) デリクックちくまで管理栄養士として働く
小林さんは、入社以来、受託責任者を務めている。

「子どもが好きで、子どもに関われる仕事がしたかったんです。その中で『給食のおばちゃん』というか、そういうイメージが頭に浮かんで、栄養士になろうと思いました。」



最初は保育園や学校など、子どものいる施設で働きたいと思っていたんですが、勉強していくうちにだんだんと医療分野にも興味が湧いてきて、今の職場に就職してからはずっとメディカル給食に携わっています。患者様たちとのふれあう中でこの仕事をより面白く感じるようになって、今はもっと経験を積んでいきたいと思うようになりました。」

長野県の栄養改善学会で最優秀賞の『学会賞』を受賞されたとか。

「4年ほど前ですが、当時リハ病棟に勤務しており、高齢者の方々の食欲不振に対する取り組みをまとめて学会で発表しました。」

例えば、手がうまく動かせず食事が億劫になっている患者さんには三角形のおにぎりから小さな俵型に変え、摂食機能の弱い患者さんには海苔に穴を空けて…

など、食べやすくする工夫を重ねた記録の集大成ですね。」

仕事をしていてよかったことは？

「リハ病棟では、自分の工夫で患者様が食事を食べてくれたのが嬉しかったです。今も食札にメッセージを書いて戻してくれることもあって、そういうふれあいは嬉しいですね。」

それから、いくつかの現場を経験してきたことで対応力が上がっているなあと感じられるようになってきました。」

どんなことを心がけていますか？

「コミュニケーションの中で、自分の意見をきちんと伝えることですね。ほかの従業員たちと話し合いを重ねて、良い現場を一緒につくっていきけるようにしています。」

その中でも最近、特に意識しているのが新人教育です。これまでは『言い聞かせる』みたいな指導が苦手だったんですけど、自分なりに考えて経験の浅いスタッフをちゃんと育てていかなきゃなあと思っています。」

株式会社デリクックちくま
管理栄養士

こばやし あすか
小林 明日香 さん(入社7年目)



業界安定の一助に

公益社団法人日本メデイカル給食協会副会長
総務・公益・広報委員会委員長

中村 勝彦



平成30年度第二回理事会において当協会副会長 兼 総務・公益・広報委員会委員長に選任いただきました富士産業株式会社の中村でございます。業界及び協会に対し、私の立場で出来得る貢献は何かをしつかり考え行動して参りたいと存じます。何卒宜しくお願い申し上げます。

現在、当業界で喫緊の課題は人手不足の解消であると言つて間違いないように思います。当社も同様ですが、現場の職員のやり繰りに毎日四苦八苦しているというのが実情ではないでしょうか？ 待遇を上げて人もが集まらない、せつかく入社いただいても定着させることが出来ない。程度の差こそあれ、どの会社であつても同じような経験をしているものと思います。但し、逆にこの状

況は一つのチャンスであると解することもできます。雇用の問題が解決すれば我々の業界にはまだまだ成長の余地が残されていると考えられるからです。国が働き方改革を推進していく中で、今後我々の業界も雇用形態の見直しや新たな考え方を導入していくことが必要不可欠であると考えます。

既に政府は今年6月の「経済財政運営の基本方針」いわゆる「骨太の方針」の中で外国人労働者に対する新たな在留資格を設けるとして、単純労働者について流入拡大を認める方針を打ち出しました。これまで日本の外国人受け入れ政策としては、技能実習制度がありました。これも滞在期間の3年から5年への延長が決定するなど、受け入れ拡大路線

の大きな証拠であると感じられます。業界としても外国人労働者を人手不足の穴埋めとしてだけ捉えるのではなく、日本の進んだ医療給食のノウハウを海外に紹介する、もしくは海外へ進出する際の人財を育成すると認識をしつかり持ち、受け入れ準備を進めていくべきなのでしょう。

人手不足の課題に対して、雇用の面からアプローチするのか、調理済み食品や機器類のオートメーションのような省力化からアプローチするのかは各社・各経営者にお考えのありとところでしょうが、総務・公益・広報委員会としては、まずはしっかりと会員各社の状況を確認し、ニーズの取りまとめを行なつて参りたいと考えております。集約したご意見を協会の要望として関係各所に働き

かけ、当協会だけでなく業界全体にとつてより良き未来を創ることに貢献できたら、これに勝る喜びはありません。

業界を取り巻く諸環境は年々厳しさを増してきております。上記で述べた人手不足はもちろん、自然災害及び為替や石油価格等によつて変動する食材料費、消費増税における軽減税率の適用範囲並びに医療政策の方向性等々医療に係る食事提供業務には常に不確定な要素が存在します。日本メデイカル給食協会は山本会長の下、業界の安定のためにこれらの課題に積極的に取り組んでいくこととしております。微力ながら協会の発展に寄与できるよう努力を続けて参りますのでご指導・ご鞭撻の程、宜しく申し上げます。

『第13回治療食等献立・調理技術コンテスト』開催される



第13回治療食等献立・調理技術コンテストが、「新記録」とか「過去最高」という言葉が飛び交う異常気象で酷暑と呼ばれるなかの8月24日に、入谷の寺町通りや鬼子母神、またJR鷺谷駅前に校舎を構え歴史のある学校法人華学園華栄養専門学校のご協力により開催されました。

華学園には、協会の記念すべき第1回開催、また協会設立10周年の第4回、更には20周年の第9回、そして今回の第13回は30周年の記念年にあたり記念行事の時に世話になっているというご縁のある学校です。

当日の開催に向け、今回担当する関東信越支部の実行委員の皆さんは、2年前の福岡で開催された大会直後から準備に入り、当日参加する各社の選手が練習を積んできた実力を100%発揮できるような会場の環境を整え、また、関東信越支部の各社から当日の応援スタッフを派遣



して頂く手配を組み込むなど、全員がこの大会を運営し成功させるという意気込みが強く感じられました。このすばらしい大会運営にあたっては、実行委員・部会の皆さんは東京都内在勤と勤務条件が優位に感じられる中、昨年末から毎週といえるほど実行委員長の本社や表彰式会場に集合し、前回資料を再三確認しながら、議論を重ねてきました。

大会前日の24日から諸準備（調理食材の確認、調理器具の準備）等が始まり、競技に参加される各選手は緊張の二日間の始まりとなりました。

今回は西日本支部からの参加がございませんでしたが、第一次書類審査を経て選抜された20（社）チーム（治療食部門10チーム、一般食部門5チーム、行事食部門5チーム）が、互いの調理技術を競いました。

コンテスト当日の24日、朝7時には実行運営関係者が、続いて出場チーム選手がコンテスト開催入口に集合し慌ただしい一日が始まりました。

参加選手は受付後、各社を代表する素敵なユニホームに着替え10階の開会式会場に集合し、審査委員、協

会関係者、選手、応援者等約150人が着席する会場で9時に開会式が始まりました。

まず大会実行委員長の落合 順支部長（協会副会長）が関東信越支部での開催となったことへの歓迎と大会の成功への思いを込めた挨拶の後、新会長となり初めての開催挨拶を山日本メデイカル給食協会会長から頂きました。続いて坂本 克雄学校法人華学園理事長から上野界隈の名所旧跡や郷土食の紹介を含めたご挨拶と、選手達に対し、日頃の実力を遺憾なく発揮するよう熱い激励の言葉を頂きました。

コンテストは1号館、5号館のいずれも5階という平面使用で計画され治療食が501号室、一般食が507号室、行事食が508号室と3調理室で10時一斉に無事開始されました。

今回も調理選手の動きを優先している関係から、各教室ごとの調理状況を廊下から見学できないため、見学者・応援者のために控え室となった10階と7階マルチホールに設置したTVモニターで、自社の調理状況を熱心に見守っていました。

今回は一般職と行事食は、治療食



部門より30分早く終了、その後12時半過ぎには全ての作品が6階の展示室・プレゼン室に揃いました。各チームがこの日のために用意した食事が部屋一面を彩り、治療食としての役割を果たしながらも食べる人の気持ちに寄り添った素晴らしい作品の数々を前に、審査員たちも真剣なまなざしで審査にあたります。

そして、いよいよ選手たちによるプレゼンテーションです。どのチームも、緊張を隠せない表情ながら堂々と発表している姿が印象的でした。10階と7階マルチホールに設置した控え室では、TVモニターに映し出される各社代表選手の説明を固唾を飲んで見守っていました。

表彰式、懇親会、閉会式は会場を竹橋のKKRホテル東京へと移動し、全員バス移動して開式を待ちました。集計も終わり表彰式の準備も整った会場（瑞宝の間）には今が遅しと待ちわびた選手、関係者約300人が集まり、落合実行委員長の開会挨拶で始まり、中村康彦審査委員長の審査総評、厚生労働省川畑 測久室長の来賓ご挨拶の後、奈良岡 和夫医療関連サービス振興会常務理事の乾杯で懇親会が開催されました。競

技終了で各社の選手の方々も気持ちがほぐれた表彰式となり、和気あいあいとした雰囲気の中、今年から表彰の順番を変更し、日本病院会会長賞が始めに発表されました。

治療食部門の「東住吉マルタマフーズ」の名が読み上げられると大きな歓声が沸き起りました。出場選手4名が壇上へと上がり、中村康彦審査委員長から表彰状を授与され、その場で記念写真を撮影しました。

続いて一般職部門、行食部門と受賞各社が次々に読み上げられ、日本メデイカル給食協会会長賞として行食部門のシダックスフードサービス株式会社が受賞したところで途中休憩となりました。

終演間近、治療食部門の10チームから1チームだけが選ばれる厚生労働大臣賞の発表にあたって、深浦審査部会長から司会者に手渡された封書が開封されます。司会者の間をおいた進行に一瞬、場が静まりかえったのち、「厚生労働大臣賞は、株式会社ニッコトラスト」と読み上げられると「ワーーー」とこの日一番の大きな歓声が起りました。

名前を呼ばれた株式会社ニッコトラストの選手たちは全員が満面笑



顔でステージに上がりますが、厚生労働省医政局地域医療計画課の川畑医療関連サービス室室長から賞状と優勝盾を受け取り、受賞の感想を求められたところで感極まってこられない涙を落とす様子も伺えました。

喜びを抑えきれないのは選手たちだけではなく、当日出席していた全社員が壇上に上がり選手たちと感動を分かち合っていました。

続いて、厚生労働省医政局長賞、日本医師会会長賞の賞状、盾を各社の選手全員で受け取り、その都度、会場から拍手と歓声があがり大変盛り上がりました。

会場全体は、大きな一つの仕事を成し遂げた充実感に溢れておりましたが、各チームが競い合っており良い食事を作り上げることは大変意義があると改めて感じました。チームにはチームワークが求められ、個人にとっても技術・知識を常に啓発していくことが必要であり、コンテストはその集大成の場であるということを再認識し、また次回開催への想いを新たにしました。

なお、各賞の受賞結果は次のとおりです。

部門別及び受賞チーム名

受賞名	治療食部門	一般食部門	行事食部門
厚生労働大臣賞	(株)ニッコトラスト	—	—
厚生労働省医政局長賞	(株)LEOC	富士産業(株)	(株)ニチダン
日本医師会会長賞	日本ゼネラルフード(株)	フジ産業(株)	(株)日総
日本病院会会長賞	東住吉マルタマフーズ(株)	—	—
全日本病院協会会長賞	(株)南テスティバル	(株)メフォス	(株)ベネミール
日本医療法人協会会長賞	メーキュー(株)	—	—
医療関連サービス振興会理事長賞	日清医療食品(株)	(株)トモ	(株)津山商店
日本病院調理師協会会長賞	ハーベスト(株)	—	—
日本メディカル給食協会会長賞	(株)馬淵商事 (株)エム・エム・ピー	(株)グリーンハウス	シダックスフードサービス(株)

受賞を受けて

第13回治療食等献立・調理技術コンテストにおいて参加された各企業のうち、「厚生労働大臣賞」「厚生労働省医政局長賞」「日本医師会会長賞」を受賞された企業より、受賞の感想やコンテストに向けて取り組んできたことなど、コメントをいただきました。



左から順に、廣瀬 成美氏、
土屋 光氏、熊谷 美織氏、
八重森 学氏

厚生労働大臣賞

治療食部門

(株)ニッコトラスト

第13回治療食等献立・調理技術コンテストに出場させて頂きありがとうございました。テーマに沿って献立を作成するには、見た目の華やかさなども考慮しながら試行錯誤で行いました。一次審査を通過し、選手に選ばれてからの日々は長いようであっという間でした。

普段は違う環境で働く4人で一つの作品を作り上げることはとても難しいことでしたが、貴重な経験となりました。献立作成時の思いを限られた条件やルールの中で形にしていくために、何度も練習を重ね、時には焦りも感じながらチームワークを築くのにも時間が必要でした。

始めは各自が自分の作業をこなすのに精一杯でしたが、徐々に周りの作業を見ることができるようになり、声を掛け合って進めることがより効率的であると学びました。作品の見た目と時間内で終了することだけでなく、いかにきめ細やかで丁寧な作業をするか、衛生的で安全な食事を作ることも、重要な課題として練習に取り組みました。限られた調理スペースでの作業でも、作業導線をしっかりと作することは、日常業務の人手不足にも対応して安全な食事の提供をしていく上でとても大切なことだと改めて感じました。

当日まで悔いの残らないものにしたい、ご指導頂いた先輩たちの励ましにこたえたい、という4人の思いを一つにして取り組むことができました。

ほどよい緊張感の中で、慌てることなく楽しく調理ができ時間内に終了したことと、作品が練習以上の出来栄に完成したことにホッとした思いとやりきった思いがあふれてきました。

多くの先輩方に温かいご指導を頂き、最高の結果につながったことに感謝する思いを忘れずに、この経験を今後の業務に生かしてさらに精進していきたいと思います。

最後になりましたが、コンテスト運営実行委員会・スタッフの皆様にご心から感謝申し上げます。ありがとうございました。



厚生労働省医政局長賞

治療食部門

(株)LEOC

鈴木：症例を見て、食べたいと思いき長く続けられるもの…と考え献立を作成しました。私たちは全員20代の若いチームでしたが、どこよりも団結し一つの目標に向かって一つのものを作り上げられました。この経験は一生の財産になると思います。

柴田：試作を繰り返し、全員で考え最終的には自信を持って本番を迎えられました。このコンテストを通じて、日々の業務を見直し、最後のひと手間まで惜しまずより良いお食事を提供したいと思いました。

宇野：コンテストに参加できたこと、厚生労働省医政局長賞を頂けたこと、とても嬉しく思います。今回の結果は、今後の自信に繋がるとともに、普段の業務でも身が締まります。

坂野：表彰式直後、このコンテスト出場で得られたものが自分が思っていた以上に大きいと思いました。個人的な技術力ではなく、メンバー全員で一つのものを目指すこのチーム力が今回の結果に繋がったと強く感じます。



一般食部門

富士産業(株)

今回、コンテストに出場して本当に良かったと思っています。

一次審査の献立を作成している時点では、まさか一次審査を通過できると夢にも思っていませんでした。結果を聞いた時はすごく驚きました。しかし、通過したなら一番良い賞を取りにいくつもりで頑張ろうとチームになった4人でその目標に向かって練習をし始めました。

事業部の方々も非常に協力して下さい、練習場に何度も足を運んで下さいました。ただ、メンバーが県をまたいで離れているため、すぐに会って練習することも難しく、シフト調整、また人材不足の中の勤務、コンテストで全力を出せるよう仕事の合間を縫っての個人練習、どうすれば良いものができるか試行錯誤の日々でした。その切磋琢磨の中、盛付に行き詰まったり言葉をうまく選べなかったり、正直なところ、途中で何度も心が折れそうになりプレッシャーからか体調管理が上手くできず、せっかくの練習の時間を棒に振ってしまい迷惑をかけたことも、プレゼンの言葉を上手くまとめられず言葉を無くしてしまったこともあり。しかし、その度にメンバーや事業部の方々が無言で待って下さり、知恵を下さり、励まして下さり、またその優しさに触れ、共に歩いて下さりました。そうしてチームが一つになっていったように思います。何度も何度も練習をし、改良を重ね本番に挑みました。一人ひとりやるべきことはやってきた。後は全力を尽くすだけだと、また、このチームでできるのはこれが最後だからこそ最高のものを作りたいと思えるまでやってこれました。

今回のコンテストで賞を得るための日々でしたが、結果、もっとたくさんのものでしたと思っています。このような機会を与えて下さった会社と温かく見守り支えて下さったすべての方々に感謝の思いで胸がいっぱいです。本当にありがとうございます。



行事食部門

(株)ニチダン

10カ月前、メニュー考案から始まり、普段は各店舗で店長や栄養士として働いている4人が集まり、コンテストに向けて準備を開始しました。

「献立作成」、「コンセプトやアピールポイント」、「献立名」、「使用食器」を3テーマ分考えました。その中から行事食部門に出場が決定し、実技練習を始めました。限られた時間とスペースの中で最初は、バラバラでチームとして連携がとれておらず、仕上げることに苦労しました。しかし、練習を積み重ねていく中で、個々のスピード・技量が明らかに向上していくのを感じ、また、問題点が見つかるたびにメンバー同士の意見交換や声を掛け合い、一つひとつ修正することでチームワークが深まりました。時間の短縮、料理のクオリティーが上がっていくとともにチームのモチベーションも上がり、本番間近には他社に負けないものに仕上がっていると確信できました。

本番は、いつもと勝手が違い戸惑いや緊張がありましたが「落ち着いて」というチームメンバーからの声掛けでとても落ち着くことができ、チームプレーの良さを実感しました。そしてその結果、良い成績を頂くことができ、とても満足しております。大変なこともありましたが、それ以上に達成感や良い経験ができて良かった！という思いです。このような機会を頂けたことに感謝します。

この貴重な経験を各店舗に持ち帰り、現場の仲間に伝え、具現化することでお客様に今よりさらに安全かつ安心、美味しく感じて頂ける料理を提供しています。

最後にコンテスト参加メンバーはもちろんですが、コンテストに携わっていただいた多くの方々にも感謝致します。本当にありがとうございました。



日本医師会会長賞

治療食部門

日本ゼネラルフード(株)

この度、第13回治療食等献立・調理技術コンテストに参加させて頂き、誠にありがとうございました。大変貴重な経験をさせて頂き、とても感謝しています。普段の業務の中ではなかなか交流できない人達と、厚生労働大臣賞を取るという目標に向かって取り組み、チーム一丸となって無事にコンテストを終えることができました。

会社の代表として、同コンテストの選手に選んで頂き、「脂質異常症」の食事について、チームでどのようにしたら制限内で患者様においしい料理を食べ頂けるか考えたことにより、自分達がなぜ調理師・栄養士として働きたかったのかという初心を思い出しました。今回の経験を活かし、より食べる人のことを考えた食事の提供ができるよう、日々の業務に取り組んで参りたいと思います。誠にありがとうございました。



一般食部門

フジ産業(株)

第13回治療食等献立・調理技術コンテストに参加し、日本医師会会長賞を受賞することができました。誠にありがとうございました。

献立作成から試行錯誤の連続。何度も行った練習の集大成としてコンテスト当日に臨み、会場の雰囲気や圧迫される緊張の中、無事に時間内に調理完了しプレゼンをやり遂げ、頂いたこの賞を参加者一同、嬉しさと、更なる高みを目指していた者からは悔し涙もありました。皆このような機会を与えてもらったことに感謝し、テーマにもある効率化をより意識し、この経験を現場作業へ活かせるようにしていきたいと思えます。

運営・実行までに携わった関係各位に厚く御礼申し上げます。



行事食部門

(株)日総

この度、大変貴重な経験をさせて頂いたことに感謝申し上げます。

また、「日本医師会会長賞」という大変名誉な賞を受賞できたことを心から嬉しく思います。私達は所属事業所が違う栄養士・調理師でありながら、献立のコンセプトを理解し、同じ完成形を思い描くまでに要する時間がとても短く、メンバーの相性やバランスの良さを序盤から感じていました。サポートの方々からの助言・支援も大きな力となり、最高のチームで競技に挑めたことに感謝の言葉しかありません。制限時間内に終了できなかったことなど、良い点・悪い点全てを含めさまざまな経験をさせて頂き、コンテストが終了した今も会場で感じた熱気と興奮は冷めず、ルーティン化しがちな日々の業務にも良い影響を与えています。給食における献立作成・調理の基本は何か、楽しく食事を召し上がって頂くための工夫を凝らしているか、もう一度初心に戻る契機となりました。

最後に、大きな飛躍のチャンスを与えて下さった関係者の皆様、ここまで全力で私達を支えて下さったたくさんの方々に心からお礼申し上げます。ありがとうございました。



退任挨拶

公益社団法人日本メディカル給食協会（元）事務局長 田村 修一

このたび、平成30年6月30日をもちまして公益社団法人日本メディカル給食協会を退職いたしました。平成23年5月から7年2ヶ月間に渡り、第6代西協会長、第7代吉田会長をはじめ役員、会員各社並びに支部事務局の皆様方にご指導、ご支援を賜り大過なく協会事業等を遂行することができ、かつ、公私にわたり大変お世話になりましたことを心から深く感謝申し上げます。

当協会は平成24年4月に諸先輩の方々のご尽力により公益社団法人へ移行し、今年で7年目を迎えることになりました。当協会の公益事業は、①食の提供に対する調査研究・技術開発・普及開発のための広報活動に関する事業（コンテスト、フード・ケータリングショー、海外視察調査事業等）、②人材育成、安全安心な食の提供体制の確保に関する事業（講習会、研修会、医療関連サービスマーク、代行保証）、③障がい者雇用促進及び災害時における被災者の支援事業（東日本大震災、熊本地震等に対する義援金）の3本柱となっております。

これらに事業につきましては、各支部長並びに副支部長のもと、会員各社・賛助会員の皆様方の積極的なご理解とご協力により、各事業計画を達成することができました。

また、講習会や研修会等につきましても、各支部事務局の方々に受付業務を支援していただいたことによって連絡調整をスムーズに行うことができ、支部間の交流が深まったと感じております。このような一つ一つの積み重ねが協会運営に非常に重要なことであり、重ねてお礼申し上げます。

平成24・27年の9月には海外視察調査に参加し、会員各社の幹部の方々と共に約10日間、海外における病院等給食の現場視察という貴重な体験をさせていただきました。日本において病院の厨房の設備投資は費用対効果の観点から後回しになりがちであり、特に食器洗浄の部門は高温多湿のイメージがあります。しかし、今回視察調査した欧州の国々では、国によって違いはあるものの、全自動食器洗浄機の導入など働く従業員の労働環境の改善が重視されており、大変感心いたしました。見学後には病院関係者との積極的な意見交換も行われ、日々の業務に活かすことができる内容が非常に多く得られたのではないかと考えております。また、この調査で行動を共にして多くの方と知り合うことができたことは、これからメディカルで仕事を行っていく上で大きな財産になったと参加された皆様が感じていることだと思います。

本年8月には第13回治療食等献立・調理技術コンテストが華学園で開催されました。私自身、第10回から第12回まで計3回、協会事務局としての経験がありますが、今大会も治療食・一般食・行事食の全3部門、どの作品も甲乙つけがたい素晴らしい作品ばかりでした。協会が積み重ねてきたこのコンテストは美味しい食事の患者様への提供を目指すものですが、それが患者様の口コミによって医療機関等の増収に繋がり、ひいては医療体制や設備の充実といった食事以外の面での医療の充実をももたらすことを期待しております。

新任挨拶

公益社団法人日本メディカル給食協会 事務局長 新井 秀一

はじめまして、笑食快膳をご覧になられている日本メディカル給食協会会員の皆さま、平成30年7月1日から事務局長としてお世話になっております新井秀一です。

私の職歴は旧厚生省の地方医務局、旧国立病院・国立療養所の数カ所において、特に終盤9年間は3カ所の国立病院機構大規模病院の中で慢性期医療を行う病院、急性期・高度急性期医療を行う病院、最後は横浜医療センターにて勤務し、平成30年3月定年退職するまで一筋に医療業務・病院運営に事務職として関わってまいりました。

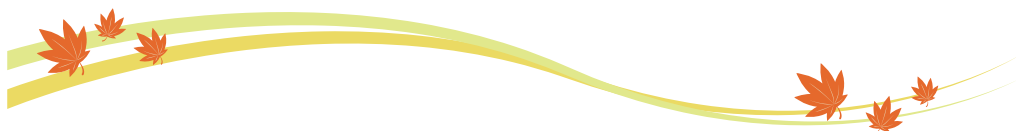
ここで改めて振り返ってみると、今まで意外にも給食との関わりがあったことに気づきました。はじめて採用された旧国立療養所では、栄養管理室に配属され食材料の発注、納品検収等を行いました。その後は、それぞれの病院での『栄養管理委員会』へ出席することで、どうすれば診療報酬上の食事単価と実行単価の差を経営面に反映させられるかや、調理業務の業者委託を検討し実施しました。さらに、病院経営するうえで給食における食材調達や厨房機器費、人件費等経費削減の実践を図るとともに、安

全性を保つため厨房設備の管理や毎月必ず検食を行うことで患者給食の質についても興味を持ち、栄養管理室の調理師、管理栄養士と意見交換を行いました。

一方、協会業務では【患者給食受託責任者資格認定講習会】や、【新規採用栄養士、調理師、食品衛生総括責任者等の研修】を行っておりますが、かつて研修・講習会については病院（約50ヶ所）職員に対する人事・労務・医療等に関わる各種会議や研修会を開催してまいりました。この経験も役立たせていきたいと思います。

このように現在の業務と関係することを多少行っていたかもしれませんが、いざ業務に直面してみると特に研修会や支部会議は、全国各地の会場を利用する行動範囲の広さ、また奥深さに驚くばかりの毎日です。

今まで公益社団法人との関わりはほとんどなかった私なので、ご迷惑をお掛けすると思いますが、僅かな経験も生かし日本メディカル給食協会事務局長として、協会が発展できますよう努力してまいりたいと思いますので、皆さまよろしくお願いいたします。



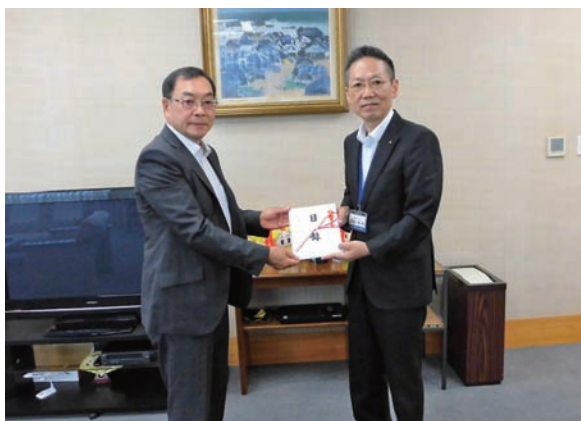
西日本豪雨～被災県に義援金を持参～

6月28日から7月8日にかけて広島県、岡山県、愛媛県等西日本を中心に中部地方など広い範囲で記録された台風7号及び梅雨前線等の影響による集中豪雨で被災され、今日でも避難所生活が続いている方々がいらっしゃる現状から、当協会としても、被災された影響が大きい広島県、岡山県、愛媛県に対し災害見舞金として8月29日(木)に山本会長が広島県東京事務所、岡山県東京事務所、愛媛県東京事務所を訪ね50万円ずつ寄託しました。これは当協会の大きな事業の一つとしている「【3】災害時における被災者の支援事業」として取り組んでいるもので、東

日本大震災、熊本地震に続く支援となりました。山本会長と各県の事務所長との会話でも「想像を絶する雨量であり、一瞬にして2階建てが水没するほどの勢いで町中を流れ、我が身を守るだけの状況でした。」「現状からの生活を元へ戻すにも時間がかかり、仮設住宅での生活が長期化となり、多くの皆さんからの温かい義援金を、被災された方々に有効に使用して頂く。」などの話になりました。当協会会員会社も各県で営業していることを踏まえ、今後も協力すること、前を向いて進むことを約束し被災地の皆さんにエールを送りました。



広島県 三田利江子 所長（左）



岡山県 槇尾俊之 所長（右）



愛媛県 小坂泰起 所長（右）

平成30年度 第1回
(公社)日本メディカル給食協会(栄養士委員会)
支部別研修会一覧

支部名 北日本

平成30年6月18日(月) TKPガーデンシティ仙台

講演 ①

『糖尿病に関する食事療法
～治療目的から糖尿病食を再考する～』

神奈川県立保健福祉大学 栄養学科
准教授 藤谷 朝実 先生



申込人数

95名

出席人数

87名

支部名 関東信越

平成30年6月15日(金) 12:50～17:00 国立オリンピック記念青少年総合センター国際交流棟国際会議室

講演 ①

『糖尿病に対する食事療法
～治療目的から糖尿病食を再考する～』

神奈川県立保健福祉大学 栄養学科
准教授 藤谷 朝実 先生



講演 ②

『医療と介護のクロスロード
～同時改定のポイントと食事栄養～』

国際医療福祉大学大学院
国際医療福祉総合研究所 教授 武藤 正樹 先生



申込人数

153名

出席人数

155名

支部名 東海北陸

平成30年6月11日(月) 13:00～17:00 名古屋IMYビル 4階 大会議室

講演 ①

『糖尿病に対する食事療法 ～治療目的から糖尿病食を再考する～』

神奈川県立保健福祉大学 栄養科
准教授 藤谷 朝実 先生



講演 ②

『相手に伝わるコミュニケーション術』

東京工芸大学芸術学部 基礎教育
教授 大島 武 先生



申込人数 143名

出席人数 134名

支部名 近畿

平成30年6月29日(金) 13:00～17:00 大阪国際交流センター

講義 ①

『糖尿病に対する食事療法～治療目的から糖尿病食を再考する～』

神奈川県立保健福祉大学 栄養科
准教授 藤谷 朝実 先生

講義 ②

『ほめ達流コミュニケーション 虎の巻 ～ピンチをチャンスに転換する 心の栄養補給～』

一般社団法人 日本ほめる達人協会
竹内 朝子 先生



申込人数 172名

出席人数 154名

支部名 西日本

平成30年6月8日(金) 13:20～16:50 国際ホテル松山 3F

講演 ①

『糖尿病に対する食事療法～治療目的から糖尿病食を考える～』

神奈川県立保健福祉大学 栄養学科
准教授 藤谷 朝実 先生

講演 ②

『病院厨房のトレンド』

株式会社 フジマック
執行役員 営業本部 市場開発部 第二部 部長 山谷 幸一 先生
営業本部 市場開発部 第二部 主任 西川 早苗 先生



申込人数 78名

出席人数 71名

研 修 報 告

平成30年度 研修会等実績状況

◆ 患者給食受託責任者資格認定講習会

当協会の平成30年度講習会・研修会の計画に沿い、患者給食受託責任者資格認定講習会が講習会のトップとして、6月13～14日の東京会場（ベルサール汐留B1ホール）に791名が参加し開催されました。その後、札幌会場、大阪会場と移動しながら、最後となる25～26日の福岡会場（福岡国際会議場メインホール）に237名が参加し、各会場二日間の講習会が無事終了しました。初日の講義は午後からの開始であったため、早朝の仕事を終えてからの参加者も多く、睡魔とも戦い90分間の講師の早口に負けじと、必死に分厚いテキストにマーカーする受講生の姿でした。二日間、計4人の講師からの説明と、その後は自己研修から演習問題への解答と移り、2ヶ月間での義務期間の答案用紙の提出に向け、受講生たちは真剣なまなざしで話を聞いていました。

全会場ごとの参加人数は次のとおりです。

札幌会場（北海道自治労会館）	128名
東京会場（ベルサール汐留B1ホール）	791名
大阪会場（大阪国際交流センター）	515名
福岡会場（福岡国際会議場）	237名



◆ 新規採用栄養士研修会

新規採用栄養士研修会は、協会の栄養士委員会の協力を得て各支部の幹事長の方々に講師となっていただきました。また、賛助会員でもある(株)サラヤにもご協力を得て全会場に講師を派遣していただきました。各社に採用となって三ヶ月が経過し、周囲を見渡せる余裕が出てきているこの時期に、「衛生管理」、「受託会社の管理栄養士、栄養士のスキル」のテーマで半日間の講義を真剣にメモをとる姿はフレッシュさでいっぱいでした。

また、新卒者でもある受講生は、お互いに異なる会社就職後の顔合わせのためか、旧交を温めている姿に感動も感じられました。

全会場ごとの参加人数は次のとおりです。

札幌会場（北海道自治労会館）	47名
東京会場（国立オリンピック記念青少年総合センター）	191名
名古屋会場（名古屋IMYビル）	156名
大阪会場（大阪国際交流センター）	181名
福岡会場（福岡国際会議場）	73名



受託責任者を訪ねて。

no.18



■株式会社南テステイバル
医療法人共栄会 名手病院
いわつほ
岩坪佑美さん

Q1 この事業所ではいつから受託責任者を務めていますか？

平成30年2月からです。

Q2 事業所の従業員数は何名ですか？

栄養士2名、調理師2名、調理補助5名の計9名です。

Q3 職場での業務内容や、どのように人員等の管理を行っているかを聞かせてください。

食札の作成、納品、配膳チェックなどの日常業務のほか、献立作成や厨房業務の補助、従業員への指導を行っています。

Q4 仕事をしていて、大変なことは何ですか？

世代、価値観の違う従業員にわかりやすく、理解してもらええるような説明をし、日々の業務を安全で円滑に行うことです。わからないことや気付いたことがあればすぐに声に出して確認し合い、尋ねてもらえる雰囲気作りを心掛けています。

Q5 受託責任者の仕事はどんなものですか？

従業員が仕事を円滑に行うことができるように指示、体制を作り、その上で病院、患者様の要望を反映させることです。

Q6 仕事をする上で、どのような心構えをお持ちですか？

安全で安心できる食事を提供するには、時には厳しく言わないといけない時もあるので、嫌われてもいい！という心構えを持っておくこと仕事がいやいやすくなるかなと思います。

Q7 委託先の責任者、または担当者とのようにコミュニケーションをとっていますか？

委託先の管理栄養士様と同室で仕事をさせていただいているので、疑問点があればすぐに何うようにしています。些細な事でも報告し、こちらからの意見や献立の相談にも乗っていただいています。

Q8 社内、病院との連絡体制はできていますか？

本社、事業部員と小まめに連絡をとるようにしています。社内では栄養士部会と栄養士会議があり、他事業所と情報交換を行っています。

病院側とは月に1度給食会議を行っています。

Q9 現場で気を遣うことはどんなことですか？

患者様に安全で正しい献立が提供され、喫食し満足していただくには、禁止食や誤配膳、異物混入がないか、食欲が湧くような盛り付け、彩りになっているかなど気を使うことはたくさんあります。

Q10 受託責任者には相当の経験、知識が必要ですが、特にどんな知識が必要ですか？

食中毒を出さないために、大量調理マニュアルやHACCPなどの衛生面、個々の患者様に適した食事を提供するために、病気、治療食、アレルギーなどの栄養面の知識が必要だと思います。

Q11 自分が責任者になって変わったことは何ですか？

自分の作業だけではなく全体の動きを見るようになりました。

全てのミスは自分に繋がっていると考え、伝え方やメモの仕方、声掛けなど、相手の気持ちに立って物事を考え行動するように心がけています。

Q12 現場スタッフや同じ受託責任者の方々へのエールをお願いします。

私はまだ経験が浅く、日々学ぶことがたくさんあり、助けてもらうことも多いです。関わる全ての人に感謝の気持ちを忘れず、コミュニケーションをとり、お互い支え合うことが大切だと思っています。安全で安心して満足していただける食事を提供し続けられるように頑張りますよ。

メデイカル給食市場の展望

株式会社 矢野経済研究所
フーズサイエンスユニット ユニット長 加藤 肇
理事研究員

1 病院給食、高齢者施設給食の現状

「早い、冷たい、不味い」と言われた病院給食、高齢者施設給食が改善されて久しい。給食の外部委託化が進み、特別管理加算なども相まって、「温かいものは温かく、冷たいものは冷たく、早すぎない時間帯に」提供できるようになった。医療や介護の現場における「食」への配慮は、入院患者や入所高齢者のQOL向上に大いに役立っている。

時代の要請から、市場拡大が続けてきた病院給食と高齢者施設給食であるが、前者は病院数と病床数の減少で微減傾向が続き、後者は施設の新設や改装で拡大が続いている。

〈病院給食〉

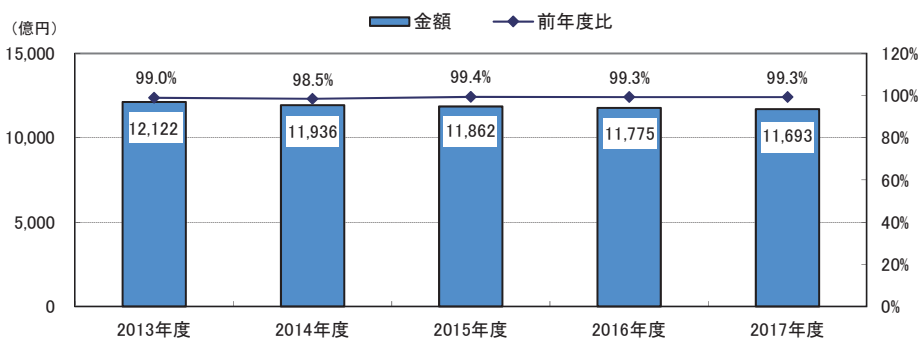
病院給食は、病院数や病床数が減少し、病床稼働率も低下傾向にあるものの、病院側の固定費削減の思惑や、入院患者のQOL向上への取組もあり、外部委託率は依然上昇している。

受託事業者にとっては委託率の上昇は期待を抱かせるものがあるが、1病院あたりの病床数あるいは病床稼働率の減少は運営効率を低下させており、病院給食は伸びるとの考えのもと低価格や赤字受託を受け入れてきたが、現在は収益を圧迫する状況となり、不採算や赤字受託を解約し、受託単価を見直す動きもあり、病院側でも直営に切り替える施設も出てきている。

矢野経済研究所の推定では、直営（非委託）と委託を入り合わせた2017年度の病院給食市場は、前年比99・3%の1兆1693億円となった。ここ数年は病床数の減少から微減傾向が続いている。

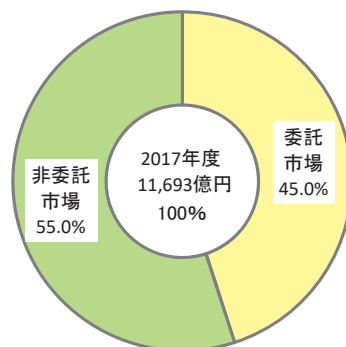
このうち、病院給食の委託市場はここ数年微増傾向にあり、2017年度は45・0%（有床診療所含む）の委託率となっている。前述の通り、委託の背景には病院経営の効率化と患者給食の質的向上というニーズがある。なお、直営からの切り替え、委託業者変更のためのコンペも増えているが、給食サービス事業者における栄養士や調理スタッフの不足を背景に、コンペへの参加見送りや、赤字事業所からの撤退も目立っている。その結果、委託率の伸びは鈍化している。

〈病院給食の市場規模推移（2013～2017年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

〈病院給食における委託市場（2017年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

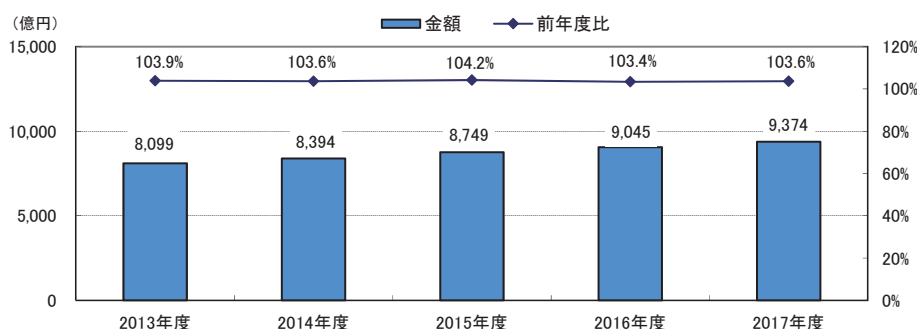
〈高齢者施設給食〉

高齢者施設給食の市場規模は、以前の年率10%程度の伸びと比べやや鈍化している。高齢者施設給食は、特養、老健の新設が減少傾向にあるものの、比較的単価のとれる有料老人ホームの受託が活発である。

矢野経済研究所の推定では、直営（非委託）と委託を合わせた2017年度の高齢者施設給食は、前年比103.6%、9,374億円となった。市場規模は増加傾向が続いており、施設数の増加に比例して堅調な伸びとなっている。

このうち、高齢者施設給食の委託市場も増加傾向にあり、2017年度は66.6%の委託率となっている。

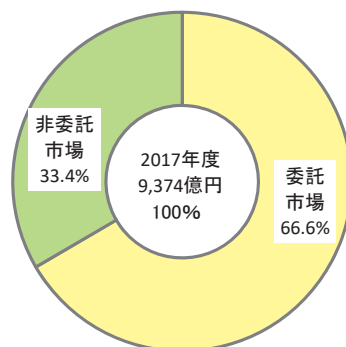
〈高齢者施設給食の市場規模推移（2013～2017年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

前述の通り、委託の背景には高齢者施設経営の効率化と入所者給食の質的向上というニーズがある。しかし病院給食と同様、栄養士や調理スタッフの不足を背景に、都市部や地方を問わず、コンペへの参加見送りや、赤字事業所からの撤退が目立つようになっている。

〈高齢者施設給食における委託市場（2017年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

2

病院給食、高齢者施設給食における人材の重要性

〈病院給食〉

病院給食における外部委託の本来あるべき姿は、専門領域の分担による質、量（栄養摂取量、適正カロリーなど）共に充実した食事の提供により、患者のQOLを高め、以って早期治癒を目指すものである。

病院経営合理化を目的としたアウトソーシングも集中と選択の思想に則り、「餅は餅屋に」、患者給食を専門家である給食サービス事業者任せ、病院側は本来の医業の充実に努める考えが浸透している。

病院給食の委託率が2017年度に45.0%となる中、受託競争の激化で受注単価が低下する時期もあったが、ここ数年は、一時的な安値受注は影をひそめ、合理的価格へと収斂してきている。

病院給食といえども、競争原理の埒外にはないが、価格偏重から、給食サービス全体のクオリティを委託の基準にする傾向は強まっている。ただ、土気の高い管理栄養士やパートの採用環境悪化による人件費増加は避けられない状況にある。

病院側管理栄養士はともかく、給食サービス事業者の管理栄養士不足は深刻である。病院では、給食サービス事業者に対し、受託条件に管理栄養士の配置を必須とするところが多く、管理栄養士の配置は受託の必要条件となっている。病院給食提供は365日、3食配膳の為、病院給食従事者は変則勤務を強いられる。そこでは高いモチベーションの持ち主が求められる。

一方、管理栄養士の就業先は、食品製造業、外食業、病院、高齢者施設、学校、フードコーディネーターなど、様々な職種に広がっており、給食サービス事業者を希望する管理栄養士

（候補）の絶対数が不足している。

制度変更により、短大など2年間の教育課程を終えた栄養士の管理栄養士受験資格が2年の実務経験から3年へと延長されたことにより、実務の技術は向上しても、受験内容に対する習熟時間が取れないのが現状で、勢い4年制教育課程を終えた栄養士を管理栄養士候補として採用する争いとなる。

パートタイマーも同様で、特に朝食準備時間帯の早朝勤務に人が集まらない。最低賃金の上昇に象徴される様に、人手不足は人件費高騰に直結し、病院給食の現場に影を落としている。

〈高齢者施設給食〉

高齢者施設給食では、2005年まで継続した「ゴールドプラン21」などの介護福祉制度の後押しにより、高齢者施設数は大幅に増加し、様々な業界から高齢者施設の経営に参加する事業者が現れた。医療法人、社会福祉法人の設立というハードルはあるものの、一定の要件を満たせば参入できたことから、施設のありようは玉石混交であった。また、高齢者施設給食市場に参入する事業者も

給食サービス事業者だけではなく外食業や介護福祉業などもあり、施設側、給食受託側双方に価格重視の考え方が強まった。

高齢者施設における最も重要な課題は、いかに入所者のQOLを高めるかである。そのためにはどのような食の提供が必要で、「人」としての交わり方が重要となる。

病院給食以上に喫食者と接しながら食を提供する立場にある高齢者施設給食の従事者は高齢者との接し方、常に高齢者の声に耳を傾ける姿勢など、正に人間力が試される。

高齢者施設給食を受託する事業者にとっては、他の給食事業に比べ、より高度な従業員の教育体系を整えることが課題である。

高齢者施設では、入居年数が延びるにつれ、要介護度も上がり、嚥下・咀嚼困難度も上がる。喫食の世話も高度になる。また、認知症の度合いも進むことから、調理の手間や、喫食の世話など、作業効率が悪くなる。これらへの対処方法も課題である。

病院給食と同様、高齢者施設給食の事業者における人手不足は如何ともしがたく、入所者数が少ない小規模施設ではより深刻である。

3 病院給食、高齢者施設給食の市場見通し

〈病院給食〉

病院給食市場は微減推移しており、今後と同じ傾向が続くものと見られる。

超高齢社会にあつて、厚生労働省は医療費の削減を最優先に考え、長期療養病床の削減、平均在院日数の短縮など、病院経営にとっては厳しい施策が採られている。今後も、病院数、病床数の減少から、病院給食市場の縮小が予想されるが、その中であつて委託市場は今後も徐々に拡大するものと思われる。

病院経営の効率化と給食の質的向上は、一見背反するように見えるが、この課題をクリアすることが不変の命題で、この課題を解く鍵は外部の専門家への委託、つまり有能な給食サービス事業者に給食を委託することである。

給食サービス事業者側でも何が何でも病院給食を受託しようという動きから、比較的採算性の良い案件を受託しようという動きに変わっており、価格一辺倒ではなくなっている。

現在、病院給食の委託率は受託金額ベースで45・0%となっているが、

委託は徐々に進んでおり、2022年の委託率は50%近くまで高まる見通しである。

〈高齢者施設給食〉

高齢者施設給食は、ここ数年の推移を見る限り、伸び率が鈍化したとはいえ、今後4～5年は年率3%前後のペースで増加すると推定される。

その中では、比較的外部委託率の低い特養が、その潜在市場の大きさから期待でき、新設が予測される有料老人ホームも期待される。

高齢者施設給食の外部委託率は66・6%と推定されるが、今後も新規施設の設立当初からの委託と既存施設での委託化が進むものと考えられる。その結果、今後数年で高齢者施設給食の外部委託率は70・0%に近づくことが予想される。

人手不足と人件費高騰から、中小規模の高齢者施設の給食受託は人件費倒れになる恐れもあり、委託よりも、専用食品事業者から完調品を購入し、自前で調理する施設も増えている。そうした専用食品事業者は1年365日3食のメニューを商品展開し、かつイベント食にも対応している。施設側では、365日3食調

〈病院給食〉

4

病院給食、高齢者施設給食の市場規模予測

病院給食については、委託給食先進国である米国を見ると、外部委託率は50%超が限界数値であり、また、

理することは負担であり、とりわけ朝食への人員配置には各施設とも苦勞している。給食サービス事業者にとって朝食要員の確保と調理時の省力化は大きな課題である。景気回復とともに人手不足と賃金上昇が顕著で、賃金のみならず、処遇、待遇まで踏み込んだ労務政策を打ち出す必要がある。また、完調品の使用から真空調理の導入まで、あらゆる省力化対応が必要である。

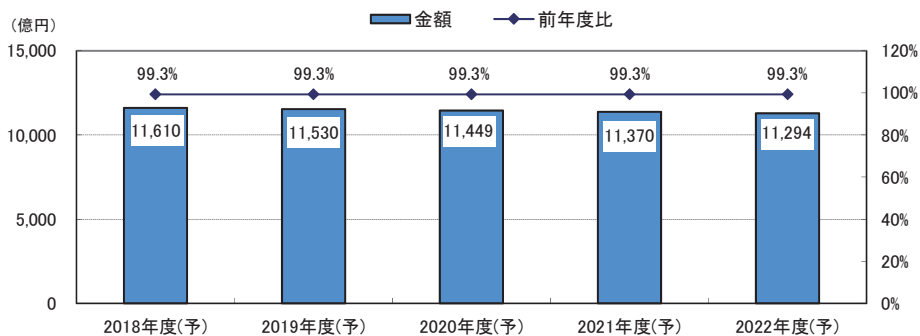
今後は家族を含む利用者に、施設はサービス内容で選ばれる時代となり、質の高い楽しい食事サービスの提供が必須条件となるであろう。

高齢者施設での食費が個人負担となったが、入所者が喫食しなくなる訳ではなく、食数が減る訳でもない。要は個人負担に耐えるだけの充実した食事提供がなされれば、今後ともマーケットの拡大トレンドに変わりはない。

国内においても国公立病院、大学病院などの大規模病院は職員の雇用保障の問題があり、外部委託も部分委託から始めており、委託化の進展は漸進的である。

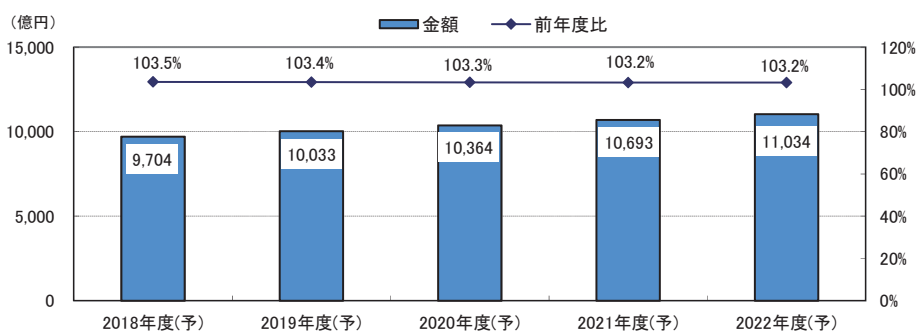
ここ数年、専業、総合を問わず給食サービス事業者の病院給食への営業注力は低下しており、一時期の伸びはないが、今後も病院給食の受託

〈病院給食の市場規模予測（2018～2022年度）〉



(出所：矢野経済研究所推定)

〈高齢者施設給食の市場規模予測（2018～2022年度）〉



(出所：矢野経済研究所推定)

〈高齢者施設給食〉

高齢者施設給食については、介護保険制度の変更なども予測されるが、今後も市場拡大が予測され、2022年の高齢者施設の給食市場は11034億円となり、病院給食市場と肩を並べると予測される。

は増えるものと思われる。

会員企業
紹介
no.017



株式会社デリックちくま

食事を、一番楽しみな時間に。

「今、ちょうど全国の高校生が集まる全国総合文化祭（総文祭）がここ長野県で開催されていて、現場はかなり慌ただしい状態なんです。生徒たちが大会期間中に食べる2万食という量のお弁当をつくっているものだから。」

株式会社デリックちくま代表取締役社長の北澤氏は、窓の外に見える大きなセントラルキッチンに目をやりながら、そう話した。

「今回の総文祭のように、イベント開催に合わせたお弁当のご注文はよくあるんです。会議・公演、学習塾の合宿、スポーツ関連の大会なども多いですね。」

弊社は、全体で8つの事業を運営しています。中でも主軸となっているのが、売上全体の半分強を占めているメデイカル給食事業です。メデイカル以外にも、幼稚園や学校の給食、社員食堂などを受託しており、それらを含めると全体の8割ほどになります。平成元年、日本メデイカル給食協会への加入と合わせて委託給食事業に新規参入し、それ以来、堅調に成長を続けています。」

転換期にある給食ビジネスモデル

「弊社は長野県内で90分以内に食事をお届けできる範囲でしか受注しない、ということを決めています。美味しさはもちろん、安全管理の徹底のためです。ISO22000（ISO9001とHACCPを組み合わせた総合的な食品安全マネジメントシステム）認証取得による高い品質、衛生管理が弊社の大きな強みです。」

◎給食事業



長野県立信州医療センター

患者向け給食のほか、レストランの運営も。また、自社職員に向けた弁当の配送も行っており、一括配送で効率化されている。



◎セントラルキッチン

本社第1工場



配送センター



本社第2工場

本社はセントラルキッチンを兼ねており、米飯で1時間当たり7,200食、弁当で4,000食の生産力を備えている。
給食、弁当のほかパン工房、米飯の配送車など自社で保有する機能は多岐にわたる。



災害時における食料等の供給
及び運搬に関する協定調印式
株式会社デリックちくま・長野県





「食事を一番楽しみな時間としていただけるよう、しっかりと地に足つけた事業運営を進めていきます。」と話す代表取締役社長の北澤さん。

今でこそ、県内最大級の生産力と設備を備えたセントラルキッチンを保有し、県内のほぼ全域にわたってお客様にお食事をお届けする体制ができております。しかし新工場ができた当初、いよいよスタートという直前にリーマンショックが起これば、一気に売上の見通しが立たなくなるといふ、非常に困難な状況からの立ち上げだったのです。もし我々が、その生産力だけに頼った計画を立てていたならば、今のようには事業を育て上げることはできなかったかもしれません。

レベルの高い品質、衛生管理を追求することが、ありがたいことに、多くのお客様から評価をいただくことにつながりました。安心して弊社の食事を食べていただけるように、その維持と改善は常に継続しています。」

一方、その高評価ゆえに需要の増加に追いついていない歯がゆさもあるのだという。

「全国どこでもそうだと聞きますが、人材確保が難しいというのが一番の要因です。我々の仕事は365日、無休で食事を提供し続けることであり、それは同時に社会的な責務

を負っているということです。特に弊社のように大規模な生産を行う事業者がサービスを継続できなくなったら、代わりはいません。その中で、少ない人員で無理に回そうとすると、残業の増加、モチベーションの低下による離職という悪循環が生まれ、最悪、食事の提供ができなくなる可能性もある。受託を引き受けるときには、確実に食事を提供し続けられる体制が不可欠なのです。」

人材不足を補うためには、人の手がかからない仕組みづくりが急務だという。

「本年度の新卒採用も大変厳しい結果でした。もちろん技能実習生の採用も進めています。メデイカルの現場ではまだ外国人の勤務が制限されています。徐々に規制は変わっていくでしょうが、それをただ待っているわけにもいきません。」

また、人件費や食材費の上昇スピードが上がっている点も大きな課題です。委託契約の期間内での増加分を吸収し切れず、自らの利益を削ることなどでなんとか維持しているという状態です。

今まさに、給食業務を支える人的基盤が揺らいでおり、『働く人を数



多く集めて食事を提供する』という従来型の給食のビジネスモデルが転換期を迎えていると認識しています。これからは従来の延長上の事業展開だけではなく、新しいビジネスモデルも構築していかなければなりません。つまり、人の手を前提にしない食事提供のあり方です。」

カギはクックチルなどの調理技術向上

「我々が目下取り組んでいることの一つは、省力化です。事務系の話で言えば、新基幹システムの導入。ネットワークを駆使して発注や勤怠、献立管理などの事務作業を網羅的にシステム化し、効率化によって人的な負担を軽減していく。これは弊社にとっての働き方改革の一環であるとも言えますね。」

現場に関しては、ロスの削減です。従来から、このセントラルキッチンを中心として、本社内で調理を完結させることを目標に省力化を進めてきました。カット野菜など調理済み食品の使用であったり、それらのアセンブリであったり、さまざまな手法で試行錯誤を繰り返しながら、今では常備菜などをはじめ数多くの食材

をセントラルキッチンで調理し、各施設へ届けることができるようになりました。現場での調理行程の削減に寄与できるほか、全ての食材を一度に届けられるので、検収にかかる時間のロスも少なくて済みます。

そしてもう一つ、カギを握るのがクックチルとクックフリーズです。導入が進めば、従業員の負担やシフトの柔軟性が大きく改善します。

クックチルについては約5年前から、本格的にスタートしました。以前、交通の便が悪く従業員の出勤も難しい施設でクックチルを導入した結果、想像以上に高い評価をいただくことができ、我々にとって大きな自信になりました。これからクックチルによる提供が主体になると考えていますので、セントラルキッチンを持っていることがより大きな強みになります。

現在、500床ほどの総合病院の立ち上げを準備しているのですが、総合病院でクックチルを導入するのは弊社として初めてのことです。ここでさらに良い評価が得られるよう、これまでの知識や経験を総動員しているところです。

そのほか、お客様がクックチルを



事業一覧

受託給食事業	弁当給食事業
配食事業	炊飯事業
パン事業	特別料理事業
観光事業	食品加工その他

8つの事業が互いに支え合うことで、難局を乗り越えながら増収を続けてきた。



左：企画開発課課長 藤田 信之
中：メディカル事業部長 横山 厚
右：運営管理課長 岡田 美紀（管理栄養士）

知る機会をもっとご提供したいということ、自社主催でセミナーを開催しているんですよ。クックチルの考え方、仕組み、メリットなどについて説明したり、再加熱カートを使って実際に試食をしていただいたり、毎回好評です。この取り組みによってクックチルの認知そのものが底上げできれば、受託のお話をさせていたいただく際に、非常にスムーズにやりとりができるんですね。少しずつ、クックチルに対する抵抗感や不安感を取り払っていきたいです。そうすればその先に、お客様のフードサービスに対する想いによって、クックサーブで提供するか、クックチルを活用するか、その選択肢をもつことができるようになります。

精鋭を育てる社内環境

これからは、お客様に我々の状況を丁寧に説明しながらご理解をいただき、お互いに協力し合ってより良い食事の提供を実現するという形になっていくだろうと考えています。」

人材難に直面しているからこそ、従業員への教育に対する意識は非常に高い。

「新規採用が難しい分、一人ひと

りの従業員を大切にしています。弊社では本年度、既卒者で管理栄養士の資格を取った者が4名、フードアナリスト1級の資格取得者が1名おります。彼らのうち3名は、資格取得を社内研修によってサポートしました。もちろん自主的なものなので参加は各自の自由ですが、多くの従業員が積極的に参加し結果を出しています。

従業員の自主性を引き出すための工夫もあります。例えば新商品の開発においては、従業員の中から委員を選任し、月一回の企画会議を開催しています。私も参加しますが、どの委員も積極的にアイデアを出し合い、活発に運営されています。」

その中で生まれる新商品には、スポーツ栄養学に基づいた『アスリート弁当』などユニークなものも多い。さまざまな障壁を超え、止まることなく進み続ける。

食に携わる喜びと感謝、そして責任

「おかげさまで、13期連続で増収を続けています。その間、厳しい時期もありましたが、8つの事業が互いにカバーしながらここまで歩んで



くることができました。事業を複数
持っているというのは、面白いです
よ。デイサービスや高齢者向け宅配
弁当だって、まだまだ私たちの知ら
ない需要があるんです。利用者は高
齢者の方がほとんどだと思います
いたのですが、日が出ている間はず
っと仕事をしている農家の方や、お
子さんを出産されたご家庭などから
のご注文も、かなり多いんですよ。

そういう発見があるから、現場を見
るのは楽しいですね。いろいろな出
会がありますから。それが好きな
んでしょう。

弊社はサッカーJ3『AC長野パ
ルセイロ』というチームのスポンサ
ーをしているのですが、スポーツ栄
養の観点から管理栄養士が食事面で
選手のサポートも行っています。ま
た、弊社は年中無休、24時間工場が
稼働しています。

現在、長野県と災害協定を締結し
非常時にいつでも炊き出し対応でき
る体制を構築しています。食を生業
としている事業者として、県民の『食
のライフライン』を維持するのも企
業の社会的責任（CSR）と考えて
います。

私はもともと給食とは異なる業界
の出身でしたが、この世界に入って
気づいたのは、食という日常生活で
欠かせない営み、その大切さ。そし
てそれを仕事にさせていただけるこ
とに、喜びと感謝を感じています。
これからも毎日に充実感を感じなが
ら、自らの責任を果たしていきたい
と考えています。」

株式会社デリックくちくま

【本社】

〒388-8003

長野市篠ノ井小森428

電話 0120-97-1986

総従業員数 702名（男119名・女583名）

※平成30年8月末日現在





お豆腐の規格基準が改正された話



この夏、食品について3件の規格基準改正がありました。

2018年7月13日	ミネラルウォーターの規格基準（清涼飲料水の製造規格の改正を含む） 【食品、添加物等の規格基準（昭和34年厚生省告示第370号）】
2018年7月13日	豆腐の規格基準 【食品、添加物等の規格基準（昭和34年厚生省告示第370号）】
2018年8月8日	乳児用液体ミルク（調製液状乳）の規格基準 【乳及び乳製品の成分規格等に関する省令（昭和二十六年厚生省令第五十二号）】

今回は、この中の「豆腐の規格基準」に注目してみたいと思います。

無菌充填豆腐について常温流通が可能に

今回、無菌充填技術を用いた豆腐（無菌充填豆腐）について、常温保存が可能であることが確認されたため「食品、添加物等の規格基準」が改正され、常温での保存・流通・販売が可能になりました



成分規格（新設）： 常温で保存する豆腐について、発育し得る微生物が陰性であること

製造基準 ： （略）※無菌充填豆腐に関する製造基準あり

保存基準 ：

- （1）豆腐は、冷蔵するか、又は十分に洗浄し、かつ、殺菌した水槽内において、冷水（食品製造用水に限る。）で絶えず換水をしながら保存しなければならない。ただし、移動販売に係る豆腐、成型した後水さらしをしないで直ちに販売の用に供されることが通常である豆腐及び**無菌充填豆腐**にあっては、この限りでない。
- （2）（略）

豆腐は細菌が増えやすい？！

もともと「豆腐」については、「食品、添加物等の規格基準」において製造基準及び保存基準が定められていました。豆腐は細菌が「増えやすい」食品なので、製造工程で細菌汚染をできるだけ少なくするための製造基準と、急激な細菌増殖を防ぐための低温管理をもとめる保存基準が作られました。

このような規格基準のもとで、現在に至るまで一般的に流通している豆腐は、基本的に冷蔵での保存が必要とされていました。



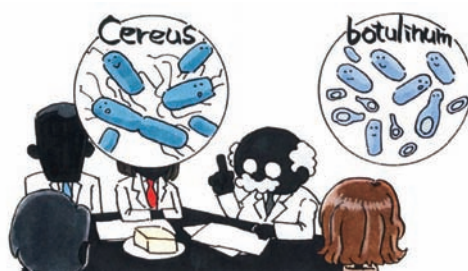
しかし、設定から40年以上が経過し、製造技術や衛生環境が格段に向上しました。

また、豆乳を連続流動式の加熱殺菌機で殺菌し、殺菌・除菌した凝固剤を添加することで、無菌的に充填した「無菌充填豆腐」というものは、実はすでに1986年（昭和61年）から、製造されていました。そして海外にむけての輸出品として、また現地製造品として、無菌充填豆腐が常温流通していて、これまでに食中毒の報告もないとされています。

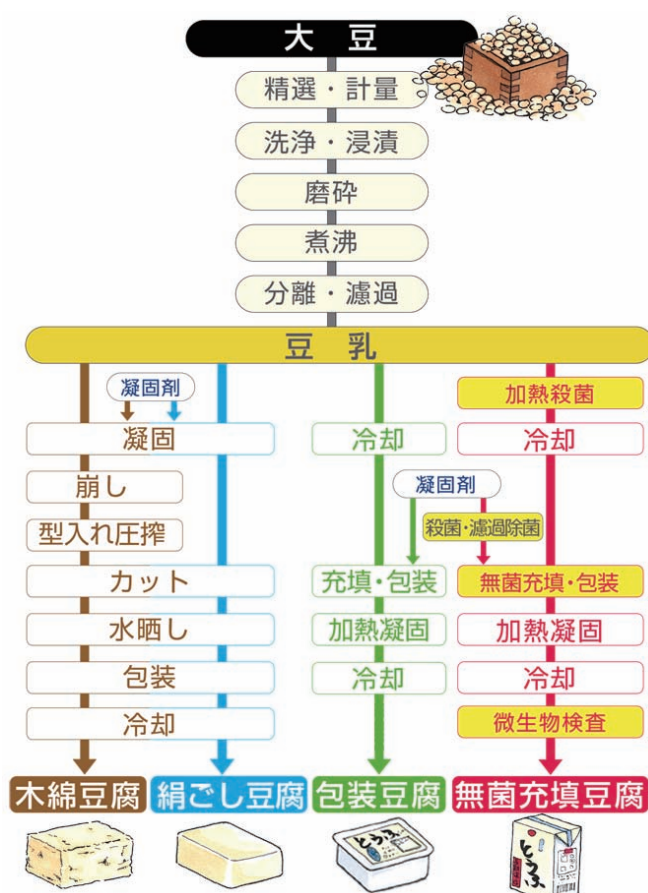
改正に向けて

厚生労働省は業界団体の要望を受け、常温流通を検討するにあたり、食品安全委員会によるリスク評価を依頼しました。

そして、無菌充填豆腐が人に健康被害を与える可能性のあるハザードとして、セレウス菌とボツリヌス菌が挙げられました。セレウス菌もボツリヌス菌も、土壌などの環境に存在し、豆腐の原料である大豆に付着している可能性が高い、耐熱性の芽胞形成菌の代表格です。



主な豆腐の製造工程



※食品安全委員会資料より参照

まず、芽胞形成菌を制御しきちんと殺菌していくために、いわゆるレトルト食品である容器包装詰加圧加熱殺菌食品の規格基準を参考にして、無菌充填豆腐の製造条件が設定されました。そしてその条件下において、セレウス菌とボツリヌス菌の制御が製造工程ごとに可能かが調査・審議されました。

その結果「無菌充填豆腐について、現行の冷蔵保存から常温保存に変更してもリスクに差があるとは考えられない」との評価が取りまとめられ、規格改正につながりました。

規格基準の改正に伴い、豆腐の食品表示についても変更が予定されています。



今後は「要冷蔵」と「常温」と、保存温度の異なる豆腐が出てくることが予想されます。保存方法や賞味期限など、間違いが生じることのないよう、製造販売はもちろん、扱う側もより注意を払うことが求められます。



株式会社

町田予防衛生研究所

電話：042-725-2010

<http://www.mhcl.jp/>



JQA-QM6617

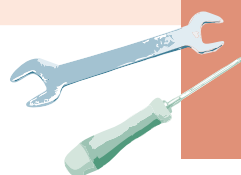


Accreditation#81094

ISO/IEC 17025:2005 認定



<http://www.mhcl.jp>



厨房機器の メンテナンス

No.014

混ぜる、刻む、挽く、砕く・・・

食材の仕込みやスムージー作り、あらゆる調理の場面で
便利に使われている高機能ブレンダー。

お客様へ直接サービスする機会もあることから、
機器の衛生性・食品の安全性を保ち、
正常に使い続けられるために
日々のメンテナンスが重要です。

ここでは、万一の機器トラブルを防ぐため、永く使っていただくために、
日常の正しいお手入れポイントをご紹介します。



本体のお手入れ



ブレンダーの本体は、日々使っているうちにベタつき汚れなどで、スイッチの動きが悪くなります。
使用前後は、台や機器周りを衛生的に保つことをお勧めします。

用意するもの：中性洗剤・柔らかい布・スポンジ・除菌ペーパータオル



①
コンテナ（容器）下のゴム支柱を本体から取り外し、中性洗剤を溶かしたぬるま湯を含ませた柔らかい布・スポンジで汚れを拭き取り、自然乾燥させる。



②
ゴム支柱を外した本体は、清潔な柔らかい布・スポンジを水で湿らせ、きつく絞ってから汚れを拭き取り、乾燥させる。



③
乾燥後の機器本体表面、スイッチ、ゴム支柱、ドライフックなどを除菌ペーパータオルで消毒する。



バイタブレンップ 3
(コンテナ容量：2.0ℓ)



バイタブレンップ XL
(コンテナ容量：5.6ℓ)

驚異的な攪拌力が
きめ細かな仕上がりを実現。

熱い食材もそのまま攪拌

常に均一な攪拌できる高い処理能力
分解清掃が可能で衛生管理に貢献



業務用厨房機器 総合メーカー

株式会社フジマック www.fujimak.co.jp ●本社：東京都港区新橋5-14-5 03-3434-7791



コンテナのお手入れ



コンテナ(容器)底部には、粘度の高い食材の固形物などが残ったり、食材の繊維が絡んだりする場合があります。時間が経過すると乾燥してしまうこともあります。安定した運転を行うためには日常の洗浄作業が大切です。汚れの度合いによって、ブレードの回転を利用する方法と手洗いによる洗浄方法があります。

■ ブレードの回転を利用した洗浄



①

ぬるま湯をコンテナの1/4まで入れ、中性洗剤2〜3滴加える。リッド・リッドプラグを閉める。

ぬるま湯をコンテナの1/4まで。



徐々に高速運転に。



② 低速で運転開始→高速にして10秒運転する。その後、湯を捨て流水ですすぐ。



③

汚れに応じて、何回か洗浄運転を繰り返す。

汚れを全て洗い流してください。



ぬるま湯をコンテナの3/4まで。

④

再度、ぬるま湯を3/4まで入れ、中性洗剤2〜3滴加え、リッド・リッドプラグを閉め、②同様の洗浄運転を行う。



⑤

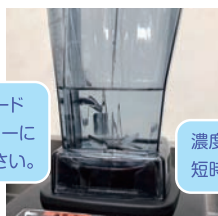
湯を捨て流水で十分にすすいで自然乾燥させる。

中性洗剤は十分にすすいでください。

■ 手洗いによる洗浄



底部のブレードアッセンブリーにご注意ください。



濃度は正しく、短時間で作業。



中性洗剤を使用し、柔らかいスポンジで洗浄する。次亜塩素酸ナトリウム200ppm溶液をコンテナ内に注ぐ。1分以内に溶液を廃棄し、流水で十分にすすぎ、自然乾燥させる。

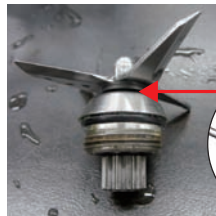


リッド・リッドプラグは、中性洗剤入のぬるま湯で洗い、流水で十分にすすぎ、アルコールスプレーなどで除菌する。

■ 食材、固形物が残っている場合



タオルを敷くとパーツを痛めず作業できます。



ブレードアッセンブリーなどの分解洗浄は定期的に!



リテーナーでコンテナ底部を分解、ブレードアッセンブリーを取り外す。ブレードアッセンブリーの回転軸周りの食材の繊維など、汚れをブラシで洗浄する。



- ・モーター周辺に食材や粉末などが有る状態で稼働させると、周りの空気を取り込み、一緒に吸い込んでしまい故障の原因になります。
- ・洗浄は柔らかいネットスポンジなど、樹脂を傷つけないものをご使用ください。
- ・食器洗浄機で容器やパーツを洗浄しないでください。
- ・強アルカリ洗剤を使用しないでください。次亜塩素酸ナトリウム溶液は濃度を守り、1分以上使用しないでください。
- ・ブレードアッセンブリーのギア部には極力水を掛けしないでください。刃全体を液体に浸け込んで清掃、消毒を行わないでください。
- ・リテーナーでの締め付けは、軽く締め、固くなったらずめてください。締めすぎると破損することがあります。

2019年2月

給食・宅配サービス業界に向けた商談専門展

第40回

フード・ケータリングショー

CATEREX JAPAN

開催!!

[テーマ]お役立ちの提案 ～安全・安心・健康・おいしさを求めて～

**日本メディカル給食協会ブースへ
ぜひお立ち寄りください!**

セミナーも開催!

来る2019年2月19日(火)～22日(金)、東京ビッグサイト・東1～7ホールで、当協会をはじめ公益社団法人日本給食サービス協会、一般社団法人日本弁当サービス協会、一般社団法人日本能率協会と共催で、「第40回フード・ケータリングショー」を開催いたします。

今回の開催規模は、1,000社／2,400小間、予定来場登録者数65,000名で、前回を上回る規模で開催する予定です。

最新の出展者一覧・出展製品情報や各企画展示やセミナープログラム、事前登録はWEBをご覧ください。

※WEBで「HCJ」を検索してください。(⇒<http://www.jma.or.jp/hcj/>)

「管理栄養士・栄養士による健康・食事相談コーナー」(東2ホール)を開催!

当協会も東2ホールに出展し、協会活動や会員紹介などと併せ、栄養士委員会が主体となって「管理栄養士・栄養士による健康・食事相談コーナー」を開催いたします。前回(2018年2月)開催時には、1,230名の来場者のアンケート回答など、大きな反響をいただきました。

「日本メディカル給食協会主催セミナー」(2/21)開催!

下記の通り、2月21日(木)に当協会主催セミナーを開催します。奮ってご参加ください。

- 開催日時:2月21日(木) 14時～16時(予定)
- 開催会場:東京ビッグサイト・東棟(給食セミナー会場)
- 参加方法:定員300名、聴講無料、当日先着順
- プログラム:「ハラル食を再認識 ～東京2020に向け」(仮称)

講師 調整中:東京農業大学教授に依頼中(後日決定)

その他 みどころ満載! 関連企画・セミナーも充実!

会期中、本展示会共催の日本給食サービス協会、日本弁当サービス協会や日本厨房工業会も主催セミナーを開催します。

[東棟・給食セミナー会場(東京ビッグサイト内)]

- 2月19日(火) 日本弁当サービス協会主催セミナー
- 2月20日(水) 日本給食サービス協会主催セミナー
- 2月22日(金) 日本厨房工業会主催セミナー

[開催概要]

■合同開催

第19回厨房設備機器展(テーマ:食を支える厨房イノベーション)

第47回国際ホテル・レストラン・ショー(テーマ:ホスピタリティ産業の新たな市場開拓に挑戦する)

- 招待券のお申込み用紙は次のページにあります。

■会 期:2019年 2月19日(火)～22日(金) 10:00 ～ 17:00(最終日は16:30まで)

■会 場:東京ビッグサイト(有明・東京国際展示場)東展示棟1～7ホール

■展示ゾーン:

給食・弁当・宅配ゾーン、厨房設備・機器ゾーン、テーブルウェアゾーン、プロフード東京ゾーン(業務用食材・飲料、イタリア料理、焼肉産業、JGAP・グローバルGAP認証食材)、衛生・クリンリネス・食中毒対策・HACCP対応対策ゾーン、カフェ・ベーカリー・デザートゾーン、ナチュラルフードプロダクツゾーン、ブッフェ・バイキングゾーン、ITシステム・機器関連ゾーン、
その他外食、宿泊産業関連機器展示ゾーン

■入場登録料:3,000円(ただし、「招待券」持参者、事前登録者は無料)

来場登録・最新情報は
WEBをご覧ください

H C J

検索

<http://www.jma.or.jp/hcj/>

招待状請求 受付期限…2019年2月8日(金)事務局必着

招待状の発送は、2017年12月中旬以降を予定しています。

⇒ホームページから必要部数をご請求ください。または、下記にご記入のうえFAXでご連絡ください。

H C J三展合同事務局行

FAX:03-3434-8076

(笑食快膳)

会社名 団体名			
住 所	〒		
部署名		役職名	
お名前		TEL	
E-mail		FAX	
招待券請求部数	部		

団体来場登録 受付期限…2019年1月29日(火)事務局必着

15名様以上でのご来場には、事前団体登録が便利です。

事前に来場者リストをいただき、会期前に皆様の来場者バッジをお送りします。

会場でおひとりずつ登録手続きすることなく、スムーズにご入場いただけます。

また、ご希望に応じ駐車場もご用意いたします。

⇒ ホームページをご確認のうえ、メールにてご連絡ください(リストはデータにてご提出ください)。

◆ご来場に際してのご注意

本展は商談のための展示会につき、招待券をお持ちでも業界関係者以外の方および16歳未満の方の入場はご遠慮いただきます。(同伴者のいる場合も不可)

[問い合わせ先] _____

H C J三展合同事務局 一般社団法人 日本能率協会 産業振興センター内
〒105-8522 東京都港区芝公園3-1-22

TEL 03-3434-1377

FAX 03-3434-8076

E-mail hcj@jma.or.jp

URL <http://www.jma.or.jp/hcj/>

<個人情報のお取り扱いについて>

一般社団法人日本能率協会では、個人情報の保護に努めております。詳細は個人情報保護方針(<http://www.jma.or.jp/privacy>)をご覧ください。今回、ご記入いただきましたお客様の個人情報は、今後の各種案内のために利用させていただきます。なお、個人情報は配送の依頼等で機密保持契約を締結した業務委託先に預託することがありますのであらかじめご承知おきください。



っと変ですよ。ここでいう「手前」は、自分のすぐ近くを指すのではなく、「自分（の家）でつくった」ことを表します。現代のようにパックになった大量生産の味噌が普及する前は、各家庭で味噌を作っていました。そうすると味噌には各地域、各家庭独特のおいしさ、特長がでできます。そんな自分の家でしか作れない味噌に対する誇りや自慢から、「手前味噌を並べる」「味噌を上げる」といった使われ方をするようになったのです。また味噌が家庭で作られるものだったことがよく分かることわざもあります。

味噌をつける

「失敗して評判を落とす。面目を失う。」

味噌は古く、火傷（やけど）の特効薬としても用いられていました。たしかに味噌はひんやりと冷たく、保冷剤など人工的に冷やす技術のなかった時代には患部を冷やすものとして重宝されたのかもしれませんが。味噌の活躍の幅に改めて感心します。なぜ失敗したときに使うのでしょうか。大抵、不注意やなんらかのミスがあったときです。失敗して火傷をする。治療として味噌をつける。こうした習慣から、「味噌をつけること」自体が一般的な失敗を表すようになったのです。

糞味噌に言う

「相手をさんざんにけなすこと。」

糞味噌は糞と味噌の区別をつけないという意味で、味噌糞ともいいます。糞は汚れたもの、価値の無いもの、味噌は価値のあるもののたとえなので、糞味噌は良いも悪いも区別せず、めちゃくちゃにという意味。糞も味噌も一緒といえば、善悪・優劣などの区別をせずに、なんでも一緒くたに扱うことをいいます。

味噌が体に非常によいものであることを表すことわざ

- ・味噌は医者いらず
- ・味噌の医者殺し
- ・味噌汁は朝の毒消し
- ・味噌汁一杯三里の力
- ・味噌で呑む一杯、酒に毒はなし（酒も、味

噌をつまみで飲めば害がないという例え）

これだけ見ても、味噌がどんなに体にいいかわかります。体にいい味噌を摂っていれば医者にかかることもなく、朝の味噌汁で体調が整い、さらに一杯の味噌汁で三里（約12km）も歩ける。このような効果効能があれば味噌を積極的に摂取したほうがいいですね。

味噌玉

お湯を注げばいいだけの、即席味噌汁のものと“味噌玉”。汗をかく登山では塩分と水分補給が大切ですが、そんな時にも味噌汁はぴったり。どちらも補給できるため、理にかなった食べ物なのです。山の上は寒いけれど、温かいものがあるとほっとできるんです。

味噌にトマトペーストやマッシュポテトのフレークを混ぜても、洋風スープのように楽しめます。味噌玉はアウトドアだけでなく、手弁当の方にもおすすめ。1週間くらい保存できるので多めに作っておくと便利です。

衛生面での評価

1997年、財団法人日本食品分析センターが病原性大腸菌O-157を味噌に大量に添加して、その菌の消長を測定しました。その結果、病原性大腸菌O-157は増殖できず、徐々に死滅することがわかりました。

菌の種類や保存温度条件によっても生存時間は異なりますが、熟成中の味噌に病原性大腸菌O-157の菌液を添加・混合し、30℃の保存温度下では味噌中の病原性大腸菌O-157は3日ですべて死滅、20℃でも大幅に減少するという試験結果が出ています。万が一、味噌に病原性大腸菌O-157が混入したとしても、発酵熟成の過程や常温での流通過程において死滅します。また、開封後に汚染されたとしても、味噌汁では調理過程における加熱で死滅するため安全です。

O-157だけでなく、大腸菌や黄色ブドウ菌などの病原菌が味噌に混入して食中毒を起こしたという症例は今まで一例も報告されていません。

味噌は日本独特の調味料であり、栄養面・衛生面で優れています。

日本食にかかせない味噌を見直しましょう！



編集委員 西村信之

味噌のうんちく

日本人の食生活に欠かせない“味噌”の歴史は、飛鳥時代までさかのぼり、その起源は中国大陆にあるといわれています。およそ1200年にわたって、味噌は日本人の食生活の中で育まれ、発展してきました。

当初は、寺院や貴族階級に珍重される贅品でしたが、室町時代には裕福な庶民の間での自家醸造も始まり、江戸時代に入ると販売用にも生産されるようになりました。以後、日本全国それぞれの地域で、地場農産物や気候風土、嗜好に合わせて、さまざまな特色を持った味噌が“ふるさとの味”として造られるようになりました。

味噌の原料となる大豆には7つの有効成分があり、なかでも大豆油に含まれる不飽和酸であるリノール酸と大豆レシチンには、血中コレステロールの上昇を抑える効果があります。

過去に、欧米に比べて日本人に心臓病が少なかった理由の一つは、味噌汁を代表とする大豆食品を食べる食文化を継承してきたからだとも言われており、「味噌が胃がんの発生リスクを下げる」「味噌汁の摂取が多いほど乳がんになりにくい」「味噌は老化を防止する」などと言われています。

また、味噌汁の具に入れる野菜、芋類などに多く含まれるカリウムは、収縮している血管を拡張させる作用があるとされています。具に使われるわかめなどの海藻に多く含まれるマグネシウムは、カルシウムが細胞内に流入するのを抑えます。野菜を煮ると、カリウムやマグネシウムの一部は煮汁に溶けてしまっていますが、これをそっくり摂取することができる味噌汁は、余分な塩分を体外へ排出する働きがあり、日本人の食生活に欠かせない機能食といえます。

同じ食塩量でも、味噌からの摂取は30%の減塩効果があるといわれています。

同じ塩分量でも食塩水そのものよりも、味噌から摂取する塩分のほうが血圧の上昇を抑えることができるとともに、味噌に含まれる成分によって腎臓や心臓などの臓器障害が軽減されることがわかってきました。

味噌に含まれる塩は、単に味を左右するだけ

でなく、熟成過程での発酵微生物の増殖や代謝、酵素作用をコントロールするうえで欠かせません。有害雑菌（枯草菌など）を抑制する働きもします。したがって、成分表からだけでは、食べたときの塩味は判定できません。

味噌は塩分の多い調味料と思っている人がたくさんいますが、100g中の塩分含有量が多くても少なくても、味噌汁として摂取するときは、塩分濃度は1%くらいだそうです。

仮に味噌汁1杯150mlを摂取したときの塩分摂取量は1.2g～1.5g前後で、他の食品の1回の摂取量と比較すると、味噌汁の塩分は必ずしも多くはありません。また、味噌汁を作るときに具をたっぷり入れるなどの工夫をすれば、汁の量を減らすことができ、塩分の摂取も少なくなります。

塩分の摂り過ぎで問題になるのは、ナトリウムの過剰摂取が高血圧などの原因になると考えられている点ですが、同時にカリウムを摂取すると、ナトリウムは体外に排泄されやすくなります。ですから、味噌汁の具にカリウムを多く含む緑黄色野菜や芋類、海藻類のワカメなどを組み合わせることで、ナトリウムの摂取を抑えることができます。

味噌汁は毎日のカルシウム源として大きなウエートを占めています。味噌そのものに含まれるカルシウムだけでなく、だしを取る煮干しやけずり節、具に利用される豆腐やわかめ、菜っぱ類にもカルシウムが含まれます。骨粗鬆症はカルシウム不足から起こることが多い病気で、骨の密度が低く、スカスカの状態になります。骨粗鬆症の最大の予防法は、カルシウムの多い食品を継続的に摂取することです。

味噌汁は、野菜の食物繊維やビタミンも同時に摂取できます。これが味噌汁に代表される日本の食の長所です。味噌汁のある食卓を定着させることこそ、骨粗鬆症や生活習慣病を防ぐことにつながります。

味噌にまつわることわざ

手前味噌

「自分で自分のことをほめること。自慢。」

手前の味噌が、自慢…？改めて考えるとちょ



機関誌「しょうしょく かい ぜん笑食快膳」は会員の皆様をはじめ多くの人達からの
身近な楽しい原稿を募集しています！

〔テーマ例〕

- 地域・会社での行事（レクリエーションなど）
- 趣味（ウォーキング・旅・グルメ・写真等々）

〔原稿書式〕

A 4 判用紙（縦）に横書 1 ～ 3 枚程度で筆者の顔写真をお付けください。
・行事の写真等提供していただくと一層詳しい様子が伝わります。

～掲載文につきましては、薄謝を進呈します。～

〔投稿先〕 〒101-0044

東京都千代田区鍛冶町 1 - 6 - 17 フォルテ神田 5 F
（公社）日本メディカル給食協会「笑食快膳」編集係

E-mail : jmk_senmu@j-mk.or.jp

TEL 03-5298-4161 FAX 03-5298-4162

編集委員会名簿

編集委員長	中 村 勝 彦	富士産業(株) 代表取締役
委 員	篠 島 良 介	国立病院機構東京医療センター 栄養管理室長
委 員	鈴 木 潮	富士産業(株) 執行役員副本部長
委 員	西 村 信 之	(株)ニッコクトラスト 顧問
委 員	門 間 弘 子	(株)紅谷 栄養管理部 部長
委 員	千 田 隆 夫	(公社)日本メディカル給食協会 専務理事
委 員	新 井 秀 一	(公社)日本メディカル給食協会 事務局長

スマートフォンで ホームページを ご覧いただけるように なりました！

<http://www.j-mk.or.jp/>

当協会のホームページがスマートフォンからも
ご覧いただけるようになりました。

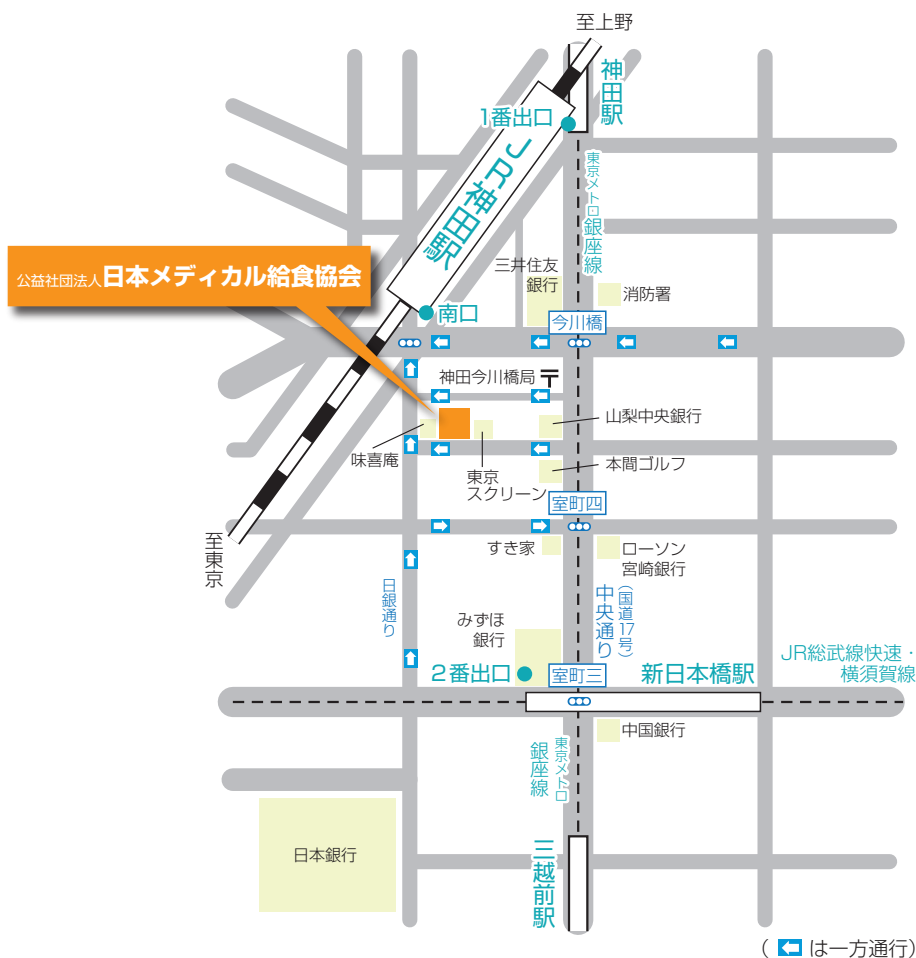
研修・講習会の情報・機関誌が更に見やすくな
っております。特に、お問合せの多い研修・講
習会の日程もかんたんにチェックできるよう
になりました。

ぜひ、スマートフォンからもアクセスください。



日本メディカル給食協会





交通

JR神田駅南口 徒歩3分

JR総武線快速・横須賀線新日本橋駅2番出口 徒歩5分

東京メトロ銀座線神田駅1番出口 徒歩5分

東京メトロ銀座線三越前駅2番出口 徒歩5分

東京駅八重洲口より タクシー 15分



公益社団法人 日本メディカル給食協会

〒101-0044 東京都千代田区鍛冶町1-6-17 フォルテ神田5階

電話 03 (5298) 4161

FAX 03 (5298) 4162

ホームページ <http://www.j-mk.or.jp>

発行人 山本 裕康 編集委員長 中村 勝彦

(平成30年10月発行)