

「笑って」「食べる」を提供する人の会誌

しょう 笑 しょく 食 かい 快 ぜん 膳

培ってきた経験を、
次の世代につなげたい。

「表紙の人 インタビュー」
株式会社塩梅
調理師 井川 仁さん

2022
No.180

10
月号

発行／公益社団法人 日本メデイカル給食協会

[特集] 第14回治療食等献立・調理技術コンテスト開催される	3
[市場情報] メディカル給食市場の展望	20
■ 巻 頭 言	1
■ シリーズ メディカルフードと薬膳	11
■ 研修報告	26
■ 会員企業紹介	28
■ 耳寄り情報	34
■ 賛助会員紹介	36
■ 受託責任者を訪ねて	38
■ Photo Gallery	39
■ 第44回フード・ケータリングショー開催のご案内 ..	40
■ 編集後記	42

表紙の人 インタビュー

京都大原記念病院グループの有料老人ホーム「ライフピア八瀬大原1番館」で、チーフとして厨房に立つ井川さんは、料理人時代の経験をメディカル食の調理に活かしています。

お仕事内容を教えてください。

入社時は同じグループ内の病院からスタートしました。現在は筆頭チーフとして、調理や厨房の統括、特別食の献立作成・確認、食材発注を行っています。他にも、グループ内の責任者の窓口として会議の調整や資料の作成も業務のひとつです。

子どもの頃から料理をするのが好きで、自然と調理師になりたいと思うようになりました。メディカル食の魅力を知ったのは、地元長崎のホテルでアルバイトをしているときです。いずれ関わることを見すえて祇園のお店で和食を学び、ホテルでは大量調理の経験を積みました。13年前に塩梅に入社し、現在は希望していたメディカル食に携わることができています。

調理師のやりがいはどこなところにありますか？

通常の献立は施設側が作りますが、特別食「美食倶楽部」や行事食などでは献立作成から任せていただい

ています。ご利用者様の希望を取り入れて試行錯誤し、味を進化させていくことにやりがいを感じます。他にも、仕事を通して様々なタイプの調理師と出会えたことで、自分の料理の幅を広げることができました。一緒に働くスタッフそれぞれの得意分野を活かし、協力し合える関係を築きながら、さらに調理技術を磨いていきたいと思っています。

コロナが収束したら何をしたいですか？また、今後の目標は？

現在、特別食はお弁当形式での提供にしていますが、実演調理を復活させたいです。特に、ご利用者様の目の前でステーキを焼いたり、船盛を作って楽しんでもらえる企画が再開できたら嬉しいです。また、次のチーフとなる若手を育てるのが今求められている役割だと思っています。もう少し落ち着いたら、若手・ベテラン関係なく調理師が集まり、お互いの知恵を共有し合える場をつくることができたらいいですね。教育や技術向上の試みに協力的な社風なので、周囲の力を借りながら、知識や技術を引き継いでいくためにどんな方法・伝え方が最適か、日々模索し、自分もチーフとしてスキルアップしていきたいです。



株式会社塩梅
調理師

井川 仁 さん (入社13年目)



社会貢献

公益社団法人日本メデイカル給食協会 副会長
関東信越支部長

脇本 実



令和4年度第二回理事会にて当協会副会長及び関東信越支部長に選任いただきましたハーベスト株式会社との協本でございます。甚だ微力ではございますが、協会及び給食業界に貢献できるように精一杯努めて参りますので、何卒宜しくお願い申し上げます。

さて、昨今の物価上昇の波を受けて、各社、各経営者の皆様に置かれましては、悩まれながらも様々な施策を考え実行されているものと推察します。ご高尚の通り、世界的なインフレ進行を受けて、米国及び主要各国は急激な金融引き締めを行い、更なる物価上昇を食い止めようとしています。加えてウクライナ紛争、原油高及び円安を背景に、景気の先

行きは不透明感を増しています。給食会社の多くが、食材価格の高騰に對して、仕入れ先の集約や変更、もしくは先行仕入れ等の施策に取り組んでいます。その効果には限りがあります。加えて人材不足に端を発する人件費の上昇や最低賃金の改定等、コストアップの事由に事欠きません。したがってお客様との価格交渉が必要になってきますが、物価高に苦しんでいるのは皆様同じで、フルスライドの価格転嫁は難しい状況です。更にコロナ禍も収束が見通せない状況において、経営の舵取りは益々難しくなってきました。

ように求められます。インフレやコロナ禍による不安感に覆われる世の中において、日々の食事を欠かさずお客様にお届けし、元気で健康な生活をお支えることがメデイカル給食事業の存在意義です。景氣に對する不安に加え、不穏な社会情勢や競争に關するニュースがあふれる世の中において、給食事業者は付和雷同せず地に足を付けなければならぬと思います。私達はお客様一人一人と向き合い、お客様の嗜好、健康状態及び病態の把握に注力します。そして皆様に「美味しい」と言ってもらえる食のご提供に全力を尽くします。患者様や喫食者様にとって日々の食事はかけがえのない大切なイベントです。安全・安心はもちろん

なのですが、毎日を彩る「美味しい」食事であればなりません。その意味で患者給食を担う私達の責任は誠に重く、また同時に社会貢献の大きさを実感するところです。

次に雇用について申し上げます。私達は人の口に入る物を取り扱うため、清潔な環境下、人の手で作ることが多く、必然的に老若男女を問わず多くの雇用機会を創出しています。事業所の場所も日本全国の広範囲に及び、各地域において働く場所を生み出しています。一例として高齢者の社員の方が、通勤負担の少ない近所の事業所でお元氣に働かれる姿を拝見することは、私達にとっても大きな励みになります。

さて今般当社は僭越ではございま

すが、障がい者雇用促進委員会の委員長を拝命致しました。現在当社では約七十名の障がい者が各事業所で働いています。今後、障がいを持つ方が活躍できる職場や職種を更に拡げて採用の拡充を図って参ります。雇用促進を担当する委員会と致しましても、協会及び皆様のご協力を仰ぎながら、障がい者雇用の促進に向けて力を尽くす所存です。

話は変わりますが、日本国内の少子高齢化は、労働力の減少となって既に示現しています。その対策として外国人労働者の受け入れ拡大は、多くの給食事業者で既に実施されていることと思います。一食も欠かすことのできない給食事業の特性上、多様な人財の採用・定着が今後一層求められることでしょう。アプローチは変わりますが、より少ない人数でより多くの成果を生み出すDX、いわゆるデジタル・トランスフォーメーションについても、給食業界として積極的に取り組んでいく必要があります。

以上のように、激動する内外の情勢下、給食業界は食の提供と雇用機会の創出という観点で、社会に大きく貢献しています。医療・福祉における給食業務従事者として、この貢献実感を矜持としながら今後も精進して参りたいと思います。

最後になりますが、コロナの感染状況次第ではありますが、理事会や支部会議等を通じて皆様と直接お会いできる機会を楽しみにしています。これからも協会と給食業界の発展のために、微力ではありますが精一杯努力して参る所存です。どうぞ宜しくご指導ご鞭撻を賜りたくお願い申し上げます。



第14回治療食等献立・調理技術コンテスト開催される



街路樹の緑がまぶしい真夏の札幌で、第14回治療食等献立・調理技術コンテストが開催されました。前回第13回大会が開催されたのは2018年。新型コロナウイルスの影響による延期を経て、4年ぶりの実現となりました。

第一次書類審査から選抜された16（社）チーム（治療食部門8チーム、一般食部門4チーム、行食部門4チーム）が、腕を競います。本大会は、依然として収まらない新型コロナウイルス感染症状況を考慮し、二次審査通過数を前回大会より4チーム減らしたほか、付添人及び見学者を各社1名とし、全体の人数を制限しました。

コンテスト会場にご協力いただいたのは、光塩学園調理製菓専門学校。光塩学園での開催は、2007年の第8回大会に続き2回目です。同校は1969年に調理師養成科を開設



し、現在は調理と製菓の両科を持つ歴史ある学校です。近隣には、緑豊かな大通公園、少し歩くと北海道庁や時計台など、歴史的建造物が見られる札幌・大通の地を舞台に、待望の開催となりました。

個性が光るインタビュー

本番前日の8月4日は、夏の日差しが照りつける天気となりました。さわやかなラベンダー色のポロシャツを着た運営スタッフが、会場入りの選手たちを出迎えます。この日、選手たちは翌日の本番に向けて説明を受け、食材の確認や調理器具の準備、そして意気込みインタビューの撮影を行いました。インタビュー会場にはユニホームに着替えた選手たちが順番に集まり、撮影順を待ちます。

いざ、指定の立ち位置に並ぶと、大きなカメラや照明を前に緊張した面持ちでしたが、各チームしっかりと台本を作りこみ、最後は気合の入ったポーズを決めるなど、堂々としたインタビューでした。中には小道具を使ったり、コント風にコメントしたチームもあり、個性あふれる撮影となりました。



いよいよ大会当日！

一夜明け、大会当日。開会式は午前9時から札幌ビューホテル大通公園で行われました。感染対策で間隔を空けて配置された椅子に、スーツに身を包んだ選手たちが座ります。

（公社）日本メデイカル給食協会副会長、（株）エムズフード代表取締役・コンテスト実行委員長の田上政行氏により開会の挨拶が行われ、大会の幕が開きました。次に日本メデイカル給食協会会長、（株）日総代表取締役の平井英司氏から、大会準備に尽力いただいた方々への感謝の言葉がありました。続いて、学校法人光塩学園理事長の南部ユンクイアンしず子氏から選手たちに向けて温かい激励の言葉をいただきました。

多くの方々のご協力をもって開催にこぎつけた今大会。選手宣誓では、出場会社16社 64名を代表して（株）ニッコトラスト 佐野晴則さんが、日ごろの業務で培った技術と経験を活かし誇りをもって競い合うことを誓い、間近に迫った本番前に気持ちを固めました。

真剣勝負の1日

開会式が終わると、一同は貸し切

りバスで会場の光塩学園に移動。ユニホームに着替えると4階の調理室に向かい、配置につきます。10時半になり、一斉に競技が開始されました。治療食は13時までの2時間半、一般食・行事食は12時半までの2時間という制限時間です。この日のために業務の間を縫って練習を重ねてきた選手たちは、迷いのない動きで次々と調理を進めます。調理法ごとに役割分担したり、セイロやオーブンで同時調理をするなど、チームごとに効率化を追求した工夫が見受けられました。

皮むきや美しい飾り切りといった作業は丁寧で素早く、選手の調理技術が光っていました。そのような競技風景は、調理室に入った撮影隊により配信され、5階の控室にあるTVモニターに生中継され、付添人や見学者は熱心に自チームの様子を見守っていました。

一般食・行事食、治療食の順で競技が終了すると、競技を終えた選手たちが反省や感想を口にしながら調理室から出てきました。ねぎらいの言葉と共に笑顔で迎えた付添人たちの顔を見て、張りつめていた糸が切れるように大きいため息をつく選手



たち。競技時間は調理に集中していたことが分かる姿でした。

一方、しんと静まり返った3階の試食審査会場では、審査委員が審査シートを片手に各社の作品を少しずつ口に運びます。試食審査では、味の斬新さ・バランスに加え、各ジャンルのテーマに沿って評価されます。また、別室のプレゼンテーション会場には、各社がぎりぎりまで全力を尽くした展示用メニューが勢ぞろいしていました。

メニューを前にしたプレゼンテーションは2分間、各チーム1名が代表して行います。時間超過は1秒につき1点の減点があり、審査結果に大きな影響を与えます。待機場所では、代表選手が何度もカンペを読み返したり、緊張感のある空気が満ちていました。

〈治療食〉

テーマは、Ⅱ型糖尿病で入院中の55歳女性の献立です。入院生活でも食べる喜びを失わず、退院後の食生活改善のきっかけになるような作品たちが並びました。自宅の食事にも取り入れられる工夫として少量ずつ食べられる料理の提案や、患者本人に語りかけるようにプレゼンテーシ

ョンするなど、表現の工夫が随所にみられました。

〈一般食〉

テーマは、軽費老人ホームでの喜寿のお祝い弁当。喜寿の77歳にちなんで77品目の食材を使用したり、喜寿の色である紫の野菜（ナス）を使ったおかずなど、各社が喜寿をモチーフにしたアイデアを詰め込みます。お祝いの席にふさわしい華やかなお弁当箱の中に、お祝いの席を盛りあげようとする思いがこめられていて、笑顔で食べる光景が目につくようでした。

〈行事食〉

テーマは、院内保育園でのお誕生日会（昼食時のバイキングメニュー）。ポップな飾りとともに食事が並べられました。子どもが自分でトッピングできるメニューで楽しませたり、取り分けやすさをアピールするなど、バイキングの特性に対応した工夫が凝らされ、見ごたえのあるプレゼンテーションとなりました。

結果よりも大事なもの

プレゼンテーションが終わったチームから再び、開会式会場のホテルに戻り、15時から表彰式・懇親会・



閉会式が行われました。

田上実行委員長、日本メデイカル給食協会・平井会長の挨拶に続き、厚生労働省から原慎治氏の来賓挨拶をいただいた後、中村康彦審査委員長から審査総評がありました。

立食形式の懇親会を挟み、選手たちの緊張がほぐれてきたところ、いよいよ表彰状授与が始まりました。日本医師会会長賞発表に始まり、壇上に並んだ選手たちに表彰状と大きな拍手が送られました。司会者から今の気持ちを聞かれると、会場の注目を一身に受けた代表者が、力を出し切ることができた達成感や苦楽を共にした仲間、応援してくれた職場に感謝の言葉がこぼれます。喜びや悔しさを素直に表現する姿には、この大会にかけていた熱い思いがうかがえました。

そしてついに厚生労働大臣賞の発表です。この大会で最も大きな賞の発表を前に、ざわついていた会場全体が沈黙し耳を澄ませます。ドラムロールの直後、「(株)日総!」と司会者の声が響きわたると、選手たちから歓声が漏れました。

会場が沸き立つ中、興奮を隠しきれず足早に壇上へ進む選手たちには、

厚生労働省の原氏より表彰状と、大

きな優勝盾が授与されました。受賞の感想を求められると、「北海道の会社として地元で開催される大会において、厚生労働大臣賞目指してチームみんなで頑張ってきた。名誉ある賞をいただき嬉しい」と、ひとつずつ喜びを噛みしめるように話され、最後に周囲への感謝やこの経験を今後の業務に活かしたいと抱負を語ると、祝福の拍手で会場が包まれました。続いて、厚生労働省医政局長賞、全日本病院協会会長賞の発表があり、表彰状授与は盛況を呈しました。

一次選考を含めると約1年に及ぶ大会期間。献立作りから、チーム一丸となって安全で効率的な調理を追求するこの機会は、出場した選手たちにとって貴重な経験となったことでしょう。各地で働く選手が集まり、知恵と技術を出し合い考え抜いた素晴らしい作品たちは、治療の面だけでなく生きる活力を与える力があるメデイカル食だと感じられました。

次回開催は、大阪。どのような作品が生み出されるのか、期待は募るばかりです。

なお、各賞の受賞結果は次の通りです。



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)日総	—	—
厚生労働省医政局長賞	(株)ニッコトラスト	(株)ニチダン	ソシオフードサービス(株)
全日本病院協会会長賞	富士産業(株)	(株)グリーンハウス	(株)LEOC
日本医師会会長賞	メーキュー(株)	—	—
日本病院会会長賞	ハーベスト(株)	—	—
日本医療法人協会会長賞	東住吉マルタマフーズ(株)	—	—
医療関連サービス振興会理事長賞	—	四国医療サービス(株)	(株)南テストィバル
日本病院調理師協会会長賞	日清医療食品(株)	—	—
日本メディカル給食協会会長賞	日本ゼネラルフード(株)	(株)ベネミール	シップヘルスケアフード(株)

受賞を受けて

第14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」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、厚生労働省の原 慎治氏と、小笠原 淳哉氏、佐藤 理恵氏、松葉 恵太氏、豊島 歩氏

厚生労働大臣賞

治療食部門

(株)日総

この度は「厚生労働大臣賞」という、大変名誉ある賞をいただきまして、誠にありがとうございます。株式会社日総としては、久しぶりの治療食部門での参加。また、北海道開催であり、北日本支部唯一の参加チームとして悔いを残すことの無い様、チーム一同頑張ってきました。普段は違う事業所で働くメンバーで構成されたチームですが、初顔合わせの時から、「このチームなら良い結果を残せる」と思い、てっぺんである厚生労働大臣賞を目指しました。偶然にも、高校の先輩と後輩であったり、過去に同じ事業所で働いていたなど奇跡的な再会がありました。そして、とても魅力的な献立を作るセンス溢れる栄養士さん。自チームの話ではありますが、誉め合い、尊敬し合える最高のチームだったと思います。出場メンバーではありませんが、献身的に支えてくださった本社の栄養士さん始め、陰ながら支え、応援をしてくださった皆さんに最高の結果を届けることができ、本当に嬉しく思っています。会社一丸となれた「チーム日総」の強みだと思います。

参加させていただいた「治療食等献立・調理技術コンテスト」は、給食提供の根幹である献立作成や調理技術、衛生面の向上の為に大変意義深いコンテストだと感じています。素晴らしい参加チームと競い合い、その中でいただいた「厚生労働大臣賞」という名誉ある賞に恥じぬ仕事をし、この経験を活かし伝えて行きたいと考えています。この様な貴重な経験をさせていただき、ありがとうございました。これからも、お食事を食べられる方のこと考えた、安心安全で美味しい食事の提供に尽力していきたいと思っています。

最後に、新型コロナウイルス感染症の感染拡大が治まらない中、万全な感染対策を講じ、安心して参加できる環境づくりに尽力していただいた実行委員会を始め、コンテストの関係者の皆様に、心より感謝申し上げます。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)ニッコトラスト

コンテスト出場を目指して一次審査の献立作成では、Ⅱ型糖尿病により制限がある中でも、美味しく、見た目も鮮やかに仕上げ、食習慣の改善に取り組みやすい献立をコンセプトとして立案しました。

一次審査通過の通知を頂いてから『衛生ルールを守り、制限時間内に安全な食事を仕上げ、すべての作業を終わらせる。厚生労働大臣賞2連覇を目指す』を目標に、日常業務の合間を縫って練習を積み重ねてきました。異なる営業店で勤務している4人なので、前回大会と同様の成績を目指すプレッシャーや不安がある中、初めのうちは(中略)苦労しましたが、何度も何度も話し合い、作業導線を見直し、先輩方にもたくさんのアドバイスをいただきました。練習を重ねていくうちに選手同士の息が合うようになり、周りを見て、声を掛け合いながら連携して作業できるようになりました。悔いが残らないように取り組みたい!との思いで頑張ってきました。その中で仲間としての絆が深まり、二次審査では4人のチームワークで全力を尽くすことができました。調理中はハプニングもありましたが、焦ることなくお互いに声を出し合い乗り越えました。作品も当日が一番きれいに仕上げられ、一番最初に作業を終わらせることが出来たことはとても嬉しかったです。目標としていた厚生労働大臣賞には届きませんでしたが、かけがえのないメンバーと悔いなく終えることができ、とても貴重な経験になりました。この経験を今後に活かし、これからもお食事を通して感動と喜びを感じていただけるよう精進していきます。



一般食部門

(株)ニチダン

今回のコンテストを通じて気付き、学んだことは、チームワークの大切さと感謝の気持ちがあれば最大限の力を発揮することが出来るということです。コンテスト出場のお声がかかった時、会社の代表メンバーとして、自分に務まるか不安でした。各店舗から招集され、初対面の時に緊張したのを覚えています。部門ごとのテーマに沿って献立の原案を出し合い、試作を繰り返したことが、最も苦労しました。無から有を生み出すことは、面白さもありながら、正解がないことで模索しました。これまで培ってきた知識、経験を活かし、意見を出し合うも、まずは一次審査を通過しなければ話にならないというプレッシャーも感じていました。

無事に一次審査を通過してからは練習の繰り返しでした。作業手順、役割分担、時間配分、衛生面と失敗を経験しながら試行錯誤して、より良い流れを作っていました。日常業務の合間に集まって練習するので、日が空くと毎回振出しに戻ったような感覚にもなりました。そんな私達でしたが、コンテスト当日を迎え、想定外の事にも冷静に対応し、練習の成果を発揮できました。

今回のメンバーで良かったことは、常に意見を出し合い、4人ともこのチームで良かったと思える関係性を築けたことです。そしていろんな方々のサポートを受けながら、本番を想定し、練習を積み重ねたことが最大の勝因だと思います。元々優勝できる自信があったわけではないけれど、今まで最大限にサポートして下さった方々に、感謝の気持ちを結果で返したいという想いで力を出し切りました。このコンテストを通じて、経験させて頂いたことを今後に活かしていきます。



行事食部門

ソシオフードサービス(株)

私達が調理コンテストにおいて一番大事にしたかったのが献立構成とコンセプトづくりでした。テーマの中で色々な解釈や価値観があり「院内保育とは?その保育園にいる子はどんな子なのか?」を季節と織り交ぜて創造することから始めました。

私達のコンセプトは『七夕の願いにのせて』。

お父さん、お母さんにもおうちに帰ったらお話ししてほしい。そんな想いをのせながら食育の視点にもこだわりを取り入れました。自分で体験することや興味を持つことを意識し献立の中には自分で飾り付けするケーキ、興味を引くような動物等作品の形や構成作りにも何度も試作と打合せに時間を重ねました。(中略)本部や現場の助言、協力をもらい納得のいく作品に仕上がった時には思わず言葉に出来ない達成感がチームで生まれていました。

今までの事を思い出して迎えた二次審査の当日は誰の為にどんな想いで届けるか、を意識して調理ができたこと、今までの準備と練習が実を結び、今回このような素晴らしい賞をいただくことができたと感じております。また、他社の方々と直接的に競い合う機会はない為、各社の団結力や想いを肌で体験できたことが非常に勉強になりました。このコンテストを通して働く楽しさや相手を想いながら作ること、手間暇を惜しまず、「より安心安全な愛情いっぱいの給食」を毎日届けていることだと考えると、この業界で働くことがやりがいと誇りを感じます。

当社の行動指針のひとつである、「明るく楽しく前向きに行動する」大切さを改めて今回のコンテストで学びました。この経験を日々の業務に活かし日々精進していきたいと思っています。



機能性別薬膳食材の分類

中村学園大学 栄養科学部

特任教授 三成 由美



1 はじめに

令和3年人口動態統計によると、日本人の死因のベスト2は悪性新生物、心疾患であり、これらの疾病の発症は生活習慣、なかでも食生活との関連が深いことから、疾病予防や健康増進のためにはテラーメイド栄養である個々人に対応した食事の

指導が求められている。研究室ではライフステージ別に個々人に対応した美味しくて栄養バランスが良く、継続・持続して簡単に活用できる中医学を基本とした薬膳およびDietary Approach to Stop Hypertension (DASH) 食の考えを取り入れた日本型薬膳メニューを開発している。開発メニューの薬膳食材の整理は、まず、中医学を基本とした中薬

の薬性と同一の四気、五味、帰経である。前号に引き続き帰経について紹介する。

そして、次に上海科学技术出版社小学館編の中薬大辞典を片手に研究室のスタッフが3年以上の時間を要して、大辞典の中の中薬5767品の中から日常の食生活に利用可能な食療中薬を選択し、中医学を基本とした体質別の19種に分類した。日本

型薬膳メニューは、アメリカ保健福祉省のアメリカ国立心肺血液研究所(National Heart, Lung, and Blood Institute: NHLBI) が推奨している科学的根拠のあるDASH食の考え方を導入し、薬膳食材を使用して開発した。メニューは主食18品、主菜15品、副菜29品、汁物18品、デザート16品であり、評価は味のバランス・量・色彩・香りおよび総合評価の5

項目について5点評価法にて嗜好型官能評価を行った。19種の中医学を基本にした体質別日本型薬膳メニューの総合評価は、4・4点を上回っていた。

このことから薬膳食材を用い、DASH食を取り入れた栄養指導のための日本型薬膳メニューは、栄養素を不足することなく摂取でき、嗜好

心	肝		
山藥 (ヤマイモ)	冬葵 (フエアオイ)	松子 (マツの実)	芝麻 (ゴマ)
薯蓣 (サツマイモ)	蓮子 (ハスの実)	梅 (ウメ)	昆布 (コンブ)
洋葱 (タマネギ)	甘草 (カンゾウ)	李 (スモモ)	烏骨鶏 (ウコッケイ)
大蒜 (ニンニク)	大枣 (ナツメ)	枸杞子 (クコシ)	小茴香 (ウイキョウ)
豆腐 (トウフ)	栗子 (クリ)	蕃茄 (トマト)	烏梢蛇 (カサントウ)
黄豆芽 (芽モヤシ)	櫻桃 (サクランボ)	丝瓜 (ヘチマ)	香椿 (シロトン)
绿豆芽 (リョクトウモヤシ)	椰子 (ヤシ)	芹菜 (セロリ)	决明子 (エビスソウ)
猪肉 (ブタの肉)	无花果 (イチジク)	薤菜 (空芯菜) (エンサイ)	烏梅 (ウメの種を干していぶした物)
牛肉 (ウシの肉)	蕃木瓜 (ハバハヤ)	枸杞苗 (クコの苗)	荷叶 (ハスの葉)
荔枝 (ライチ)	橄欖 (カンラン)	黄花菜 (キバナフウチョウソウ)	櫻桃 (サクランボ)
狗眼肉 (リュウガンニク)	苹果 (リンゴ)	芥菜 (カシナ)	桑椹 (カラダワ)
枸橼 (ウメの種)	香蕉 (バナナ)	花菜 (テングサ)	韭菜 (ニラ)
西瓜 (スイカ)	枇杷 (ビワ)	兔肉 (ウサギの肉)	落葵 (フジナ)
甜瓜 (マクワウリ, メロン)	阳桃 (ゴレンシ)	鸡肝 (ニワトリの肝臓)	馬薊苣 (スベリヒユ)
哈密瓜 (ハミウリ)	罗汉果 (ラカンカ)	鷄跖 (ニワトリの腿)	鳊鱼 (ニワトリの血)
落葵 (フジナ)	芒果 (マンゴ)	鸽肉 (ハトの肉)	凤尾鱼 (エソ)
辣椒 (トウガラシ)	莲子 (ハスの実)	鲈鱼 (タウナギ)	龟肉 (カメの肉)
百合 (ユリ)	芡实 (オニバス, ミズビキ)	带鱼 (タチウオ)	酒 (サケ)
藕 (レンコン)	菱 (ヒシ)	鲤鱼胆 (コイの胆)	柱皮 (ニヤキ)
鸡血 (ニワトリの血)	南瓜 (カボチャ)	青鱼胆 (アワオウの胆)	油菜子油 (アブラナの油)
牡蛎 (カキ)	苦瓜 (ニガウリ)	鳊鱼 (アワビ)	代代花 (ダイダイ)
海参 (ナマコ)	黄瓜 (キュウリ)	墨鱼 (イカ)	梔子花 (クチナシ)
茶叶 (チャの葉)	包心菜 (キャベツ)	蟹肉 (スッポン)	桃仁 (モモの種)
酒 (サケ)	茼蒿 (シュンギク)	鲜贝 (カラスガイ)	薄荷 (ハッカ)
桂皮 (ニッキ)	扁豆 (フジマメ)	泥鳅 (カワエビ)	红花 (ベニバナ)
小麦 (コムギ)	红豆 (ササゲ)	螺蛳 (カニ)	桑叶 (クワの葉)
绿豆 (リョクトウ)	茄子 (ナス)	海蜇 (クラゲ)	荔枝 (ライチ)
赤小豆 (アズキ)		海蜇皮 (クラゲの皮)	枇杷 (ビワ)
酸枣仁 (サネブトナツメの種)		淡菜 (カイの干物)	韭菜 (ニラ)
桃仁 (モモの種)		赤砂糖 (アカザトウ)	酸枣仁 (サネブトナツメの種)
茯苓 (フクリョウ)		醋 (ス)	佛手 (ブッシュカン)
红花 (ベニバナ)		八角茴香 (ダイウイキョウ)	菊花 (キクカ)
薤菜 (空芯菜) (エンサイ)		雀麦米 (スズメノチャヒキ)	

① 歸經

2 薬膳食材の帰経

的にも好まれたため、日常生活において個々人に対応した献立として家庭のみならず外食産業や食品会社においても導入が可能であると考えられる。

中医学では、人体の幹線を直行する脈を経絡と呼び、経脈と絡脈の２つがある。食材や薬物は、体内に取り入れられた後、これらの経絡に入って運ばれ、臓腑の各部分で効果を發揮する。食材が、人体のどの臓腑に薬効があるのかを示しているのが帰経である。例えば、寒性の食材は、一般的に清熱作用を持っている

胡	肺	羊	脾
胡桃仁 (クルミ)	枇杷 (ビワ)	羊肉 (ヒツジの肉)	萊菔子 (ダイコンの種)
杏 (アンズ)	罗汉果 (ラカンカ)	狗肉 (イヌの肉)	陳皮 (ミカンの皮を干した物)
白果 (ギンナン)	瓜子 (ユウガオ)	鸡肉 (ニワトリの肉)	藿香 (コウモリの皮)
橘 (ミカン)	夢ト (ダイコン)	鴨肉 (カモの肉)	砂仁 (シュクシヤの種)
梨 (ナシ)	山药 (ヤマイモ)	鰻肉 (ガチョウの肉)	肉豆蔻 (ニクズク)
柿子 (カキ)	竹笋 (タケノコ)	鷄鴨肉 (ウズラの肉)	鷄内金 (ニワトリの胃腸)
花生 (ラッカセイ)	百合 (ユリ)	草魚 (ソウギョ)	荔枝 (ライチ)
芥 (クロクワイ)	石花菜 (テングサ)	風尾魚 (エイ)	竜眼肉 (リュウガンニク)
甘蔗 (サトウキビ)	鷄胆 (ニワトリの胆)	鯉魚 (コイ)	梅 (ウメ)
冬瓜 (トウガン)	鶏肉 (ニワトリの肉)	鯉魚 (カツオ)	花生 (ラッカセイ)
葫芦 (ヒョウタン)	鯽魚 (フナ)	青魚 (アオウオ)	葫芦 (ヒョウタン)
芥菜 (カラシナ)	白砂糖 (サウ)	鯽魚 (フナ)	胡荽 (シャンツァイ)
胡荽 (シャンツァイ)	冰糖 (コオリザトウ)	鯉魚 (ケツギョ)	黃花菜 (キバナフウチョウソウ)
蕪菜 (ドクダミ)	茶葉 (チャの葉)	銀魚 (シラウオ)	芥菜 (カラシナ)
胡夢ト (ニンジン)	枳殼 (ミカンの一種)	鮎魚 (アユ)	辣椒 (トウガラシ)
芦笋 (アスパラガス)	榧子 (カヤの実)	鱧魚 (ライギョ)	胡夢ト (ニンジン)
銀耳 (シロキクラゲ)	陳皮 (ミカンの皮を干した物)	蛙肉 (カエルの肉)	藕 (レンコン)
豆豉 (ハナムATTウ)	梅 (ウメ)	白砂糖 (サウ)	鱸魚 (タナナギ)
紫菜 (ノリ)	枸杞子 (クコシ)	冰糖 (コオリザトウ)	帶魚 (チウオ)
海带 (マコンブ)	番茄 (トマト)	醬油 (ショウユ)	鯉魚 (ウナギ)
鴨蛋 (カモの卵)	芹菜 (セリ)	花椒 (サンショウ)	赤砂糖 (アカザトウ)
燕窩 (ツバメの巢)	芥菜 (カラシナ)	椒目 (サンショウの実)	蜂蜜 (ハチミツ)
鱈魚 (ウナギ)	鵝 (マッシュルーム)	猪油 (ラード)	八角茴香 (ダイウエキョウ)
鯉魚 (ボウウオ)	鴨肉 (カモの肉)	糯米 (ウルチ米)	粟米 (アワ)
龜肉 (カメの肉)	酒 (サケ)	糯米 (モチ米)	雀麦米 (ズメノチャヒキ)
蜂蜜 (ハチミツ)	糯米 (モチ米)	高粱 (コウリヤン)	甜杏仁 (アモンド)
生姜 (ショウガ)	黍米 (モチキビ)	薏苡仁 (ヨクイニン)	烏骨雞 (ウコッケイ)
葱 (ネギ)	薏苡仁 (ヨクイニン)	荞麦 (ソバ)	佛手 (ブッシュカン)
冬葵 (フユアオイ)	芝麻 (ゴマ)	大麦 (オオムギ)	酸枣仁 (サネブトツメの種)
甜杏仁 (アモンド)	香椿 (シトロウ)	黃豆 (ダイズ)	香椿 (シトロウ)
梔子花 (クチナシの花)	萊菔子 (ダイコンの種)	黑豆 (クロダイズ)	絞鵝梅 (ウメの種を干してふいた物)
佛手 (ブッシュカン)	烏梅 (ウメの種を干してふいた物)	豌豆 (エンドウ)	荷叶 (ハスの葉)
蚕茧 (ラクキョウ)	甘草 (カンゾウ)	蚕豆 (ソラマメ)	落葵 (フジナ)
薄荷 (ハッカ)	菊花 (キクカ)	玉米 (トウモロコシ)	馬齒莧 (スベリヒユ)
丁香 (チョウジ)	香椿 (コウジュ)	榧子 (カヤの実)	生姜 (ショウガ)
白芷 (ヨロイグサ)		茉莉現 (ジャスミン)	桂皮 (ニッキ)
白茅根 (チガヤの白根)		麦芽 (バクガ)	小茴香 (ウイキョウ)
黄芥子 (カラシ)		扁豆 (フジマメ)	郁李仁 (ニクウメ、コウメの種)
松子 (マツの実)		甘草 (カンゾウ)	丁香 (チョウジ)
葡萄 (ブドウ)		高粱姜 (コウリウキョウ)	茯苓 (フクリョウ)
苹果 (リンゴ)		火麻仁 (ヘンパの種)	

るが、経脈の中でも、肺系に入っているが、効果を發揮するものと、肝系に入っているが、効果を發揮するものがあり、それぞれ異なる効能を持っている。食材と帰經に関しては未知な部分が多いが、総合的な判断の一要素として理解するために表1に葉膳食材の帰經による分類表を記載する。

機能性別薬膳食材の分類

表1-3 薬膳食材の帰経による分類表

腎	小腸	胆	膀胱
猪腰子(キウイ) 黄魚(ニベイヒモチ) 海蝦(ウミエビ) 青蛙(アオガエル) 青稞(アワ) 胡桃仁(クルミ) 枸杞子(クコシ) 白果(ギンナン) 蓮子(ハスの実) 灰菜(オニバス、ミズビキ) 枸杞苗(クコの苗) 鶏肝(ニワトリの肝臓) 鴨蛋(カモの卵) 鰻肉(ハトの肉) 鱈魚(コイ) 鮎魚(アユ) 墨魚(イカ) 蚌肉(カラスガイ) 河蚌(カワエビ) 海参(ナマコ) 海蜇(クラゲ) 淡菜(カイの干物) 食鹽(シヨクエン) 黒大豆(クロダイズ) 芝麻(ゴマ) 小茴香(ウイキョウ) 決明子(エビスソウ)	栗子(クリ) 葡萄(ブドウ) 桑椹(カラグワ) 葫蘆(ヒョウタン) 黃花菜(キバフウチョウソウ) 山药(ヤマイモ) 銀耳(シロキクラゲ) 猪肉(ブタの肉) 羊肉(ヒツジの肉) 狗肉(イヌの肉) 燕窩(ツバメの巣) 鱈魚(タウナギ) 醬油(シヨウユ) 花椒(サンショウ) 八角茴香(ダイウイキョウ) 昆布(コンブ) 烏骨鶏(ウコッケイ) 砂仁(シュクシヤの種) 鴨肉(カモの肉) 桂皮(ニッキ) 丁香(チョウジ) 茯苓(フクリョウ)	越瓜(シロウリ、アオウリ) 菠菜(ホウレンソウ) 莢豆(レタス) 芋艿(サトイモ) 蔞豆(マッシュルーム) 赤小豆(アズキ) 郁李仁(ニワウメ、コウメの種) 冬瓜(トウガン) 瓠子(ユウガオ) 冬葵(フユアオイ) 鷄内金(ニワトリの胃膜) 薤菜(空心菜)(エンサイ) 食鹽(シヨクエン) 落葵(フジナ)	酸枣仁(サネブトナツメの種) 田螺(タニシ) 螺蛸(タニシの一種) 青蛙(アオガエル) 玉米須(トウモロコシの芯部分) 菜藍(コールラビ) 鮎魚(ナマズ) 板目(サンショウの実) 猕猴桃(キウイ) 西瓜(スイカ) 枳殼(ミカン的一种) 白茅根(チガヤの白根) 冬瓜(トウガン) 鷄内金(ニワトリの胃膜)
胃	大腸	脾	肺
板櫛(ビンロウ) 石榴(ザクロ) 桃(モモ) 地瓜(サツマイモ) 土豆(ジャガイモ) 竹筴(タケノコ) 香茅(シイタケ) 蔞豆(マッシュルーム) 木耳(キクラゲ) 鮎魚(ナマズ) 鱈魚(コクレン) 鰻肉(シジミ) 食鹽(シヨクエン) 胡椒(コショウ) 黍米(モチキビ) 板櫛(ミカンの一種) 酸角(タマリンド) 代代花(ダイダイ) 大枣(ナツメ) 栗子(クリ) 楊梅(ヨウメイ) 李(スモモ) 椰子(ヤシ) 无花果(イチジク) 番木瓜(パパイア) 番荔枝(カンラン) 菠萝(パイナップル) 橘(ミカン) 梨(ナシ) 柿子(カキ) 香蕉(バナナ) 蕃茄(トマト) 阳桃(ゴレンシ) 猕猴桃(キウイ) 芒果(マンゴ) 西瓜(スイカ) 哈密瓜(マクワリ、メロン) 哈蜜瓜(ハミウリ) 蚬蜆(カニ)	學弁(クロクワイ) 菱(ヒシ) 甘蔗(サトウキビ) 南瓜(カボチャ) 苦瓜(ニガウリ) 黃瓜(キュウリ) 丝瓜(ヘチマ) 越瓜(シロウリ、アオウリ) 菠菜(ホウレンソウ) 芹菜(セロリ) 韭菜(ニラ) 茼蒿(シュンギク) 包心菜(キャベツ) 芥菜(カラシナ) 蔞豆(レタス) 蔞豆(フジマメ) 豇豆(ササゲ) 刀豆(ナタマメ) 茄子(ナス) 芋艿(サトイモ) 落葵(サツマイモ) 芦笋(アスパラガス) 洋葱(タマネギ) 大蒜(ニンニク) 銀耳(シロキクラゲ) 豆豉(ハマナットウ) 豆腐(トウフ) 猪肉(ブタの肉) 牛肉(ウシの肉) 羊肉(ヒツジの肉) 狗肉(イヌの肉) 鷄肉(ニワトリの肉) 鴨肉(カモの肉) 鵝肉(ウズラの肉) 燕窩(ツバメの巣) 鱈魚(タウナギ) 鯉魚(カッポ) 青魚(アサギ) 鰻魚(ケツギョ) 鱈魚(シラウオ) 鱈魚(ライギョ)	酒(サケ) 醬油(シヨウユ) 醋(ス) 生薑(ショウガ) 葱(ネギ) 花椒(サンショウ) 猪油(ラード) 糯米(ウルチ米) 糯米(モチ米) 高粱(コウリヤン) 薏苡仁(ヨクイニン) 荞麦(ソバ) 大麥(オオムギ) 綠豆(リョクトウ) 豌豆(エンドウ) 蚕豆(ソラマメ) 玉米(トウモロコシ) 昆布(コンブ) 茉莉花(ジャスミン) 佛手(ブッシュカン) 蔞豆(フジマメ) 薤白(ラッキョウ) 丁香(チョウジ) 甘草(カンゾウ) 高良姜(コウリョウキョウ) 菜菔子(ダイコンの種) 茴香(カワミドリ) 砂仁(シュクシヤの種) 肉豆蔻(ニクズク) 白芷(ヨロイグサ) 蜂窩(ハチミツ) 食鹽(シヨクエン) 荞麦(ソバ) 甜杏仁(アーモンド) 櫻子(カヤの実) 桃仁(モモの種) 梅(ウメ) 落葵(フジナ) 烏梅(クワの種を干していぶした物)	番石榴(グァーバ) 越瓜(シロウリ、アオウリ) 菠菜(ホウレンソウ) 蔞豆(レタス) 馬齒莧(スベリヒユ) 芋艿(サトイモ) 菜藍(コールラビ) 麻油(ゴマ油) 豆油(ダイズの油) 油菜子油(アブラナの油) 郁李仁(ニワウメ、コウメの種) 板櫛(ビンロウ) 石榴(ザクロ) 桃(モモ) 杏(アンズ) 冬瓜(トウガン) 土豆(ジャガイモ) 蔞豆(マッシュルーム) 木耳(キクラゲ) 黃豆芽(モヤシ) 兔肉(ウサギの肉) 胡椒(コショウ) 黍米(モチキビ) 黃豆(ダイズ) 酸角(タマリンド) 火麻仁(ヘンブ麻の種) 胡桃仁(クルミ) 松子(マツの実) 椰子(ヤシ) 柿子(カキ) 黃瓜(キュウリ) 薤菜(空心菜)(エンサイ) 茄子(ナス) 番薯(サツマイモ) 豆腐(トウフ) 鯉魚(カッポ)

(2) 臓腑について

中医学では、人体の内臓を臓と腑に分けている。臓には、肝、心、脾、肺、腎があり、この5つを総称して五臓と言っている。また腑には、胆、小腸、胃、大腸、膀胱、三焦が含まれ、この6つが六腑である。

・肝…「疏泄を主る」。疏は疎通で、泄は蒸散させるということである。気の昇降出入の運動を調整、脾胃の運化機能を促進、胆汁の分泌や排泄を調整、情志の調節をするといわれている。「蔵血を主る」血液を貯蔵し、血量を調節する機能

・心…「心は血脈を主る」といわれ、血液を循環させる動力であり、また、「神志を主る」といわれ、精神意識と思维活動をつかさどっている。

・脾…「運化を主る」といわれ、飲食物を消化・吸収する作用を持つている。「昇清を主る」。清は栄養物質のことであり、栄養を全身に送るといわれている。「統血を主る」。血が脈外にあふれ出るのを防ぐ。

・肺…「気を主り、呼吸を主る」といわれ、呼吸・皮膚汗腺の活動と水の調節をつかさどる機能を持つている。また、「宣発と肅降を主る」ともいわれ、「宣発」は広く発散させること、「肅降」は清潔、下降の意味である。つまり、肺気が下に通降し、呼吸道を清潔に保持する作用がある。

・腎…「蔵精を主る」、生長、発育、生殖を主る。精は、精気といわれ、人体の基本物質である。それを貯蔵しているのが腎である。なお、父母から受け継いだ精を「先天の精」といい、脾胃で飲食物が化成されてつくられ、五臓六腑に供給されるのが「後天の精」である。また、「水を主る」ともいわれ、体内の体液を調節する作用や、「納気を主る」。呼吸は肺が主っている。呼吸を腎に納めるといふ働きもある。

・六腑…胆、小腸、胃、大腸、膀胱、

三焦は、飲食物、水液などの通り道である。飲食物はこれらの六腑を通過する過程で腐熟、消化されて最後に大便として排出される。

なお、人体の内と外、表と裏は経絡によって通じているため、内臓に何か疾患があると体表に表れる。互いの関係性は、中医学の陰陽五行学説を理解することで薬膳の効果が高めることが可能になると考えられる。

3 薬膳食材の応用

薬膳の献立をつくる場合は、食材の性能・配合・用量、そして剤型（調理法）を明確にすることが重要である。

（1）配合

食材を1種類で使う場合と、何種類かを組み合わせる場合があり、後者の場合は適切な分量や比率を守るが、これを配合といっている。食材を配合することで、互いの相乗作用で効果を高めることもあり、逆に副作用を起こすこともある。配合は4種類に分類されている。

①相須・相使
性能が同一、または部分的に同一

の食材を2種類以上組み合わせることとで、相乗作用により、治療効果を高めることができる。

②相畏・相殺

食材には、効能を持つ一方で、多少の副作用や動静を持つものがある。食材の配合により、悪い作用を抑制、または減少させるために工夫された配合である。

③相惡

食材本来の性能、つまり四性や五味を、他の食材を使うことで低下させ、抑えるための配合である。

④相反

毒性や激しい副作用が出る可能性のある食材の組み合わせ、つまりやってはいけない配合で「禁忌」である。薬膳に使用する食材では、ほとんどこの配合はない。

（2）剤型

薬膳食材を調理に用いる方法としては、中国で実施されている方法を参考までに述べる。まず薬膳をつくる場合は対象者の体質を考慮して剤型を選ぶことが重要である。

①温剤：食材の上に水をひたひたに入れて煎じる。

②飲料：食材を煎じて蜂蜜を入れて味をつける。

③酒剤：食材を白酒、黄酒に漬けた薬酒をつくる。

④散剤：食材を炒めて、乾燥後粉にする。お湯と調味料を入れ、のり状につくる。

⑤米飯：粳米、餅米と一緒に煮るか蒸してつくる。

⑥粥食：粳米、餅米と一緒に粥をつくる。

⑦湯羹：野菜、肉入りスープで、澱粉で濃度をつける。

⑧菜希：日常の家庭料理に食材を入れる。

⑨密膏：食材の煎汁を濃縮して蜂蜜を入れて軟膏状につくる。

⑩密錢：果物を煮て蜂蜜、砂糖で漬ける。

⑪糖果：砂糖、赤砂糖で結晶を出した薄荷糖のようなもの。

⑫点心：お菓子やワンタン等に入れる。

4 中医学を基本とした19種の機能性別薬膳食材の整理

中医学を基本とした19種の機能性別に薬膳食材を整理し、表2に示した。この19種の機能性は、①理気

②清熱 ③活血化瘀 ④化痰 ⑤利

水滲湿 ⑥補氣 ⑦消食 ⑧補陰 ⑨祛風除濕 ⑩散寒 ⑪解表 ⑫補血 ⑬補陽 ⑭止咳平喘 ⑮平肝熄風 ⑯瀉下 ⑰安神 ⑱祛暑 ⑲収

この19種の機能性については、①

理気は、体内の循環の促進、行散、泄降作用がある。性味は温性で辛味や苦味が多い。②清熱は、熱を抑える・瀉下・解毒などの作用がある。婦経は脾胃の食材を配合し、性味は寒・涼性が多い。③活血化瘀は、血行を促進させ、瘀血を消散させる作用がある。証で疼痛、身体に腫塊がある時や内出血、出血、暗紫色の血塊がある時に使用する。性味は温性で辛味が多い。④化痰は、祛痰の作用がある。性味が温性に属する食材は温肺祛寒、燥湿化痰の作用がある。涼性の食材は清熱化痰作用がある。

⑤利水滲湿は、利水によって体内に貯留した水液を小便より除去する作用がある。性味は淡味が多い。⑥補気は、気虚の証を治療する作用がある。中焦脾胃の水穀の精気を発し、上焦の肺の主気作用をうけて全身に輸布し、気虚は肺、脾二臓と関係が深い。倦怠無力・呼吸少気・面色青白・大便滑泄・脈弱・虚があるとき



表2 中医学を基本とした19種の機能性別薬膳の食材

[illegible]

に使用する。⑦消食は、開胃和中の使用や脾の運化機能を強める作用がある。腹満、腹痛、嘔吐、便秘、下痢の時に使用する。帰経は脾胃に入る食材、性味は甘味が多い。⑧補陰は、陰虚証の治療する作用である。肝陰虚・眩暈頭痛・耳鳴・夜盲・舌苔少・肺陰虚・気逆・痰少質粘・痰中帶血・午後の微熱・盜汗・虚煩不眠・口乾咽燥・腎陰虚・遺精・不眠・健忘・口乾・舌紅少苔の時に使用する。⑨祛風除湿は、風邪を疏散させ、表裏・経絡・臟腑の間に留滞した風邪を除去する作用がある。経絡・肌肉・關節に游走性の治法である。⑩散寒は、中焦を温め脾胃を運化させ、寒を除き、痛みを止める作用がある。惡寒・四肢の冷えるときに使用する。性味は温・熱性で辛味が多い。⑪解表は、肌表にある外邪を發散させ汗を出させる作用がある。惡寒、發熱、頭痛、身体の疼痛、無汗のときに使用する。表証を取り除く効能をもつ。食材は性味が發散の性質をもつ。⑫補血は、血虚証を治療する作用がある。血虚の症状は面色蒼白、萎黄・頭暈目眩・心悸短氣・唇舌色淡・脈細などがあるときに使用する。⑬補陽は、陽虚証を治療する作用がある。

陽虚であれば、腰膝の痠痛疼痛・軟弱無力・陽痿渴精・小便頻數・舌苔・淡白・脈沈弱などの時に使用する。
 ⑭止咳平喘は、咳嗽と喘息を軽減し、それを止める作用がある。性味は苦味が多い。⑮平肝熄風は、肝陽を降ろす鎮静作用がある。風は外風、内風があり、婦経では肝に入って内風を止める。⑯瀉下は、通便により体内に溜まった邪を排出する作用がある。⑰安神は、陽気がさわぎ、心悸・失眠・多眠・ひきつけ・煩躁・神経異常・驚きやすいなどの症状、重鎮安神と養心安神のときに使用する。
 ⑱祛暑は、暑邪を除去する作用がある。清暑の時に使用する。表寒を兼有するものは祛暑解表し、湿邪を兼有するものは清暑利湿し、気虚を兼有するものは清暑益気を使用する。
 ㉑収澁は、固澁の作用がある。止汗、止瀉の時に使用する。性味は酸味が多い。
 19種の機能性別の薬膳食材を中医学の基礎理論に基づいて考察すると、性味の五味で脾・胃と関わり、深い甘味の占める割合が高く、性味の五性では体を温める作用のある温の全体に占める割合が高く、婦経で

は、脾・胃の占める割合が高いことが示唆された。

5 おわりに

薬膳食材を整理した結果、中薬大辞典の中薬の5767品中、日常の食生活に活用できる食療中薬が501品であり、19種の機能性別に整理された薬膳食材の上位ベスト3は理気119品、清熱109品、活血加瘀68品であった。今回、中医学を基本とした19種の機能性別に薬膳食材の整理を行ったが、これらの薬膳食材は、管理栄養士や栄養士が作成する、個々人の健康支援のための献立に簡便に継続・持続して使用可能なツールとなる。

機能性別の19種の日本型薬膳メニュー開発を行った結果、いずれの献立も嗜好的に好まれた。それらの結果より、栄養指導において個々人に対応した献立として薬膳食材は簡便に取り入れていくことが可能である。しかし、色については五色の食材がそろっていないメニューは低評価であり、五感の中でも視覚が強く影響を及ぼすことが示唆された。料理は視覚を満足させるために食材の

色や盛りつけ、食器等を考慮して、美味しく見える調理を作ることが重要であると考えられる。

今後、薬膳食材を用いた機能性別日本型薬膳メニューが実際に健康に寄与するのか科学的根拠を示していくことが重要であり、さらなる研究を進めていきたい。

参考文献

1. 上海科学技術出版社 小学館編：中薬大辞典、小学館（1998）
2. 三成由美：料理百科、柴田書店、mook 37-48号（2000）
3. 三成由美、徳井教孝、福本あずさ、朱根勝、郭折、菅原龍幸：中国薬膳調理のための食材分類、日本食生活学会誌、11（3）、277-287（2000）
4. Sacks, FM., Svetkey, LP., Vollmer, WM., et al.: Effects on blood pressure of reduced dietary, sodium and the Dietary Approaches to Stop Hypertension (DASH) diet . DASH-Sodium Collaborative Research Group. N Engl J Med, 344, (1)、3-10（2001）
5. 徳井教孝、三成由美、張再良、郭折：薬膳と中医学、建帛社（2003）
6. 熊谷奈々、三成由美、入来寛、御手洗早也伽、宮原葉子、大仁田あずさ、徳井教孝：中村学園大学薬膳科学研究所研究紀要、(10)、23-33（2018）
7. 熊谷奈々、三成由美、御手洗早也伽、磯田愛心、石島玲華、賀来倫子、宮原葉子、徳井教孝：中村学園大学薬膳科学研究所研究紀要、(11)、25-38（2019）
8. 厚生労働省：令和3年人口動態調査、
https://www.mhlw.go.jp/toukei/saikin/hw/jinkou/kakutei21/dl/10_h6.pdf（2022）

秋の薬膳料理

秋の自然条件は「燥」。気温が下がり乾燥した秋の空気は、呼吸器系や肌に影響を及ぼすことがあります。旬の食材をふんだんに使った薬膳料理で身体の調子を整えましょう。

薬膳 椎茸のガルシキ

材料(4人分)		
椎茸(生)	100g	
マッシュルーム	30g	
玉葱	100g	
ベーコン	20g	
豚もも肉	150g	
塩	2g	
胡椒	少々	
白ワイン	75g	
小麦粉	25g	
バター	30g	
ブイヨン	250g	
牛乳	300g	
スキムミルク(水50g)	40g	
粉チーズ	適宜	
パイ皮シート(2枚)	200g	
卵	1個	
飾り	クルミ	4個
	マツの実	32粒
	クコの実	32粒

作り方

- ①椎茸とマッシュルームは4つ切り、玉葱は薄切り、ベーコンは千切りにします。
- ②豚もも肉は一口大に切り、白ワイン15gをかけます。
- ③鍋にバターを入れ、①を炒め、塩、胡椒、白ワイン60gを入れます。
- ④③に小麦粉、ブイヨンを入れ中火で10分間煮込んだ後、牛乳、水で溶いたスキムミルクを入れさらに煮込み、粉チーズを入れます。
- ⑤スープ用の4つの器に④を入れます。
- ⑥パイ皮シートを2等分し、容器の直径より2cmくらい大きいのをばし、周囲に卵液を塗って帽子のようにかぶせます。
- ⑦皮の表面に卵黄を塗って飾りをのせて180～200℃のオーブンで約10分間焼きます。

栄養価計算(1人分)

エネルギー	642kcal
たんぱく質	27.0g
脂質	44.0g
カルシウム	391mg
食物繊維	4.7g
食塩相当量	2.0g

★調理のポイント★

生椎茸は裏側を20～30分間ほど日光に当てるとビタミンDが約7～10倍になり、旨味成分も増加します。

★椎茸の効能★

食欲不振、倦怠感、体が重く感じる際に摂ると体力回復に効果的です。



薬膳 九宝はとむぎ粥

材料(4人分)		
薏苡仁	100g	
米	100g	
水	2000g	
A	大棗	8個
	栗	8個
	蓮子の実	8個
	銀杏	8個
	大豆(水煮)	40g
	小豆	40g
	緑豆	40g
	クコの実	15g
蜂蜜	600g	

栄養価計算(1人分)

エネルギー	835kcal
たんぱく質	16.2g
脂質	4.1g
カルシウム	123mg
食物繊維	8.3g
食塩相当量	0.1g

作り方

- ①Aは、それぞれに漬けて戻します。
- ②土鍋に薏苡仁と水を入れて、弱火で20分加熱し、火を止めて10分間蒸らします。
- ③②に米とAを入れて弱火で40分間煮てクコの実を入れ、余熱で10分間蒸らして仕上げます。
- ④食べる時に蜂蜜を入れます。

★調理の応用★

粥は土鍋を用いるとバブリング効果で食材の対流が早く、加熱時間が短縮されます。保温効果もあるので余熱を利用して省エネルギーで加熱ができます。沸騰まで強火、沸騰後は米が踊らない程度の弱火にします。途中蓋を開けたり、混ぜたりすると粘りが出てきて焦げやすくなります。粥の食べ頃の温度は60～70℃です。

★薏苡仁の効能★

下痢の症状を抑えます。山芋とともに摂るとより効果的。体の余分な水分を利尿作用で取り除きます。



薬膳 山芋と銀杏のあめだき

材料(4人分)

山芋	400g
銀杏	20粒
上新粉	適宜
油	適宜
酢	少量
A { 砂糖	50g
黒砂糖	50g
水	30g

栄養価計算(1人分)

エネルギー	255kcal
たんぱく質	3.0g
脂質	5.5g
カルシウム	48mg
食物繊維	1.2g
食塩相当量	0.0g

作り方

- ①山芋は皮をむき、少し長めの乱切りにして熱湯でさっと茹でます。
- ②鍋に油を入れ、160℃で山芋をきつね色になるまで揚げます。
- ③銀杏に上新粉をつけて、揚げます。
- ④鍋にAと酢を入れて火にかけ、糸を引く程度に煮詰まったら②と③を入れて手早くかき混ぜ、あめを全体にからめます。
- ⑤器に油を塗り④を盛ります。
- ⑥山芋は、あめの糸を引いて熱いので、水に一度つけると食べやすくなります。

★調理のポイント★

山芋の下処理は手がかゆくならないよう、表面をあぶって鬚根を焼きます。あめを煮詰める程度によって銀絲と金絲になります。銀絲は130℃に煮詰めると光沢のある絲になります。金絲は砂糖液を150℃まで煮詰めたものでカラメル化して色の着いた絲になります。砂糖に水あめや酢を加えてあめを作ると、ショ糖がブドウ糖と果糖に加水分解され転化して甘味が増し、結晶化を抑制します。

★山芋の効能★

息切れ、咳、脱力感、食欲不振、泥状便の症状を緩和。むくみ、頻尿、目のカスミなどの症状を軽減させます。



薬膳 収穫祭の栗、芋きんとん

材料(10個分)

●栗きんとん	
栗(殻付)	500g
和三盆	30g(栗の分量の10%)
●芋きんとん	
さつまいも	400g
砂糖	80g
バター	10g
牛乳	20g
鶏卵	1個
ニッケイ	15g
黒ゴマ	適宜

栄養価計算(1個分)

エネルギー	211kcal
たんぱく質	2.8g
脂質	2.7g
カルシウム	69mg
食物繊維	3.4g
食塩相当量	0.1g

作り方

●栗きんとん

- ①栗は40分間蒸した後、半分に切って中身をスプーンで取り出し、裏ごしします。
- ②①に和三盆を加えて混ぜます。
- ③さらしの布巾に②をのせ、茶巾に絞ります。

●芋きんとん

- ①さつまいもを茹でた後、熱いうちに裏ごしします。
- ②鍋に①とバター、砂糖、牛乳を入れてよく煮たら、5等分にします。
- ③②さつまいも形に成形し周りにニッケイをつけ、斜め2つに切ったら断面に卵黄を塗ります。
- ④途中ハケで卵黄を塗りながら、220℃のオーブンで10分焼きます。
- ⑤泡立てた卵白をハケで塗り、中心に黒ゴマをのせ、さらに200℃で2分焼きます。

★和菓子あれこれ★(栗、芋きんとん)

秋の収穫祭はその年の新穀物を神社に供えて感謝する行事であり、「祭る」と「奉る」は同源です。秋に収穫する栗やさつまいもは、羊羹、饅頭、鹿子、きんとんなどには欠かせない日本の伝統的な菓子の食材。栗はゆでて「茶巾絞りきんとん」に、さつまいもは蒸して「焼き芋きんとん」に仕上げています。中医学で冷え性に欠かせないとされるニッケイをたっぷりまぶしてみました。

★ニッケイの効能★

ニッケイには、発汗解熱作用、鎮静・鎮痙作用、血糖降下作用、抗潰瘍作用、抗炎症・抗アレルギー作用、抗菌作用、血管拡張作用など多彩な機能が期待され、漢方では冷えを改善する薬の1つです。ただし、まれではありますが、食するとニッケイのアレルギーで湿疹などが出る場合があります。





薬膳 九州場所の紅白かるかん



材料(14×12×5cmの流し型1本分)

大和芋	160g
グラニュー糖	220g
水	150g
上新粉	190g
ベーキングパウダー	小さじ1/3
クコの実	30g
柚子	1個

作り方

- ①大和芋は皮をむき、すりおろします。
- ②ボールにグラニュー糖、水を入れて混ぜ、上新粉、ベーキングパウダーを加えます。
- ③②の中に①を入れて混ぜ、クコの実、刻んだ柚子の皮を入れて混ぜます。
- ④③を型の7分目まで流し入れ、蒸し器で蒸します。

★和菓子あれこれ★(かるかん)

かるかんは、上新粉(米の粉)、砂糖、水に山芋をすりおろして加え、混ぜて蒸した弾力性のある白い菓子。江戸時代から鹿児島で作られ、やがて江戸や京都に広まった極めて特異な銘菓です。名前の由来は「軽い羹」から来ており、元禄十二年に茶人大名である島津吉貴の父、綱貴の五十歳の賀の宴に、雪餅、花ぼうろ、饅頭などと一緒に「かるかん十五棹」とあるのが初見といわれています。

栄養価計算(1本分)

エネルギー	1660kcal
たんぱく質	22.9g
脂質	27.5g
カルシウム	579mg
食物繊維	8.4g
食塩相当量	0.9g

★山芋の効能★

漢方薬にも利用される食材です。中国医学では胃腸の機能を高める働きがあるといわれ、滋養強壮薬として使用されることも多いようです。また、血糖降下作用が期待されており、糖尿病が増えている日本人には今後、研究を進めていくべき食材のひとつだと思います。

結

秋は大気の乾燥によって、肺や気管支に支障が起こり、口、鼻、咽喉、皮膚がかさつく、毛髪がぼさつく、などの疾病が多くなります。また、冬の寒涼と結びついて「涼燥」が多くなる初秋の時期には、「気」を大いに吸収して、体のバランスを調整することが大切です。

旬の果物では肺経に入る梨、柿子(カキ)、橘(ミカンの一種)、葡萄、苹果(リンゴ)、野菜では芋頭(サトイモ)、地瓜(サツマイモ)、山薬(ヤマイモ)、百合根、藕(レンコン)など、そして蜂蜜が効果的です。

秋は何を食べてもおいしい季節です。ほかにも鯖、鰯、秋刀魚、鰯などの脂のつた旬の魚介類や新米といった秋の恵みを大いに味わいましょう。

メデイカル給食市場の展望

株式会社 矢野経済研究所
フードサイエンスユニット
特別研究員
加藤 肇

1 病院給食、高齢者施設給食の現状

医療や介護の現場における「食事」と「栄養」は、入院患者や入所高齢者のQOL向上、そして、入院期間の短縮化や介護度の改善に貢献している。

各種制度の改定や栄養に対する認識の変化から、ここまで市場拡大してきたメデイカル給食（病院給食、高齢者施設給食）であるが、前者は病院数と病床数の減少から微減傾向が続く、後者は新設施設の減少から一時期の勢いはない。

〈病院給食〉

病院給食は、病院数や病床数が減少し、病床稼働率も横這い傾向にあるものの、病院側の固定費削減や安性性の高い食事提供への要請、入院患者のQOL向上と食事を通じた治療への取組もあり、外部委託率は高い水準にある。

給食サービス企業が病院受託を得るため、一時期、激しい値引き競争が行われたが、現在は、自社の収益性を確保して、無理な値引き受託を避ける傾向にある。また、人手不足や食料費高騰を背景に、赤字受託を回避し、値上げ要求が通り、場合により撤退も見られる。

一方、顧客である病院を取り巻く

環境は変化している。病院の情報開示が進み、病院間の患者獲得競争が激しくなる中、患者から選ばれる病院となるためにはサービスの質に重点を置かなければならず、行き過ぎた経費削減によるサービスの質的低下は患者満足度の低下を招く。

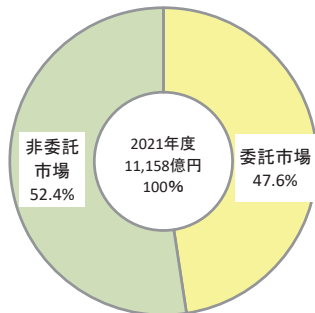
人件費、食料費、物流費等が上昇する中、患者給食の質を維持するために、給食サービス企業はコスト面の合理化策を打ち出している。物流や仕入の一元化、食品メーカーとの直取引による原価低減、共同仕入機構の設立でバイイングパワーをつける等、高品質な給食を提供できる仕組みの構築に努めている。

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2021年度の病院給食市場は、前年比98・4%の1兆1158億円となった。ここ数年は病床数の減少で微減傾向が続いている。

このうち、病院給食の委託市場は微増傾向にあり、2021年度は47・6%（有床診療所含む）の委託率となっている。前述の通り、委託の背景には患者給食の質的向上と病院経営の効率化などのニーズがある。なお、依然として直営からの切り替えもあり、委託業者変更のためのコンペも実施されているが、給食サービス企業側の栄養士や調理スタッフの不足から、コンペへの参加見送りや、赤字事業所からの撤退も目

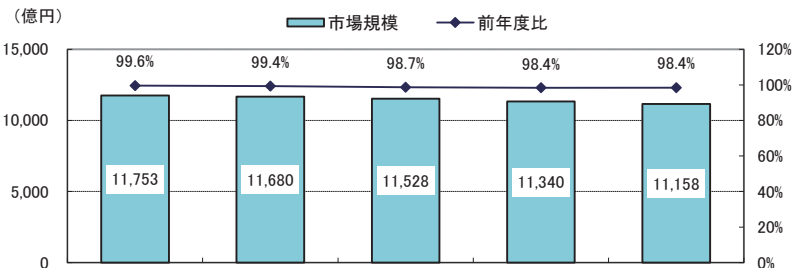
〈病院給食における委託市場（2021年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

〈病院給食の市場規模推移（2017～2021年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

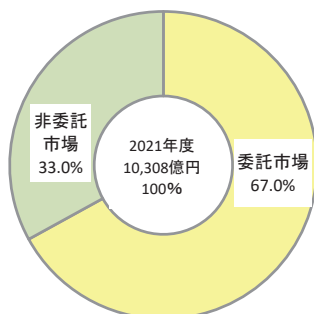
立っている。その結果、委託率の伸びは鈍化している。

発生から3年目のコロナ禍は、院内感染者が発生した病院やコロナ病床を確保する病院を除き、入院患者数に大きな変動は無く、喫食者数は安定している。但し、現在も休業する外来レストランもあり、病院給食市場にマイナスとなっている。給食サービス企業の業績を見ると、病院給食分野でのマイナスは限定的である。

新調理、院外調理については、前述した病院での経営改善の進行、クックチルや真空調理などの調理方法の改良、食の安全・安心を担保できるHACCP対応の設備・ノウハウの導入、調理現場での省力化推進、SDGsを背景とした食品ロスの削減など、技術の進歩と時代の要請から、徐々にではあるが、院内新調理や院外調理への理解が医療現場で深まっている。

近年、人手不足による人件費高騰、パート従業員の高齢化、特に朝食調理に人が集まらない等の理由から、新調理を用いて院外で調理し院内で再加熱するCK・SK方式が、病院給食でニーズを高めている。

〈高齢者施設給食における委託市場（2021年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

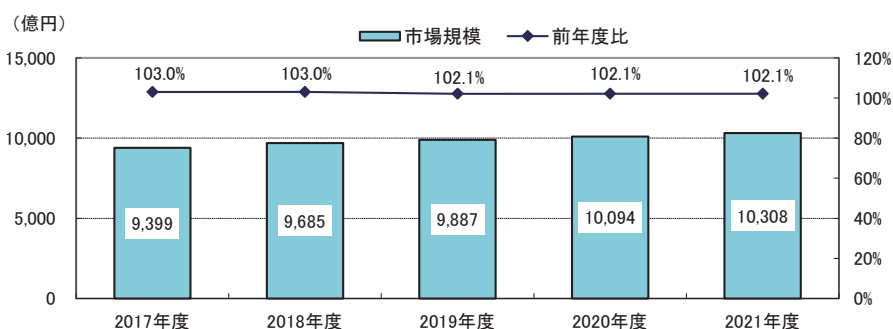
〈高齢者施設給食〉

高齢者施設給食の市場規模は、かつての年率10%近い伸びと比べると鈍化している。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、比較的美食単価のとれる有料老人ホームの新設が堅調である。

市場規模が順調に拡大している高齢者施設における給食の外部委託は病院給食以上に進んでおり、病院給食市場の伸び率鈍化（病院数・病床数減少に因る）と比較しても、当該市場における参入企業の営業活動は活発である。

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2021年度の市場規模は10,308億円、委託率は67.0%と推定されている。

〈高齢者施設給食の市場規模推移（2017～2021年度）〉



（出所：矢野経済研究所推定）

※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

1年度の高齢者施設給食は、前年比102.1%、1兆308億円となった。市場規模は増加傾向が続いており、施設数の新設に連動している。

2021年度における高齢者施設給食は67.0%の委託率となっている。前述の通り、特養と老健は以前程の増加率では無いが、有料老人ホームの増加は続いており、新設施設

の大半が給食を外部委託していることが市場を牽引している。なお、新設数が委託数の増加率を上回った結果、委託率は横ばい推移となっている。

2020年の春先から続くコロナ禍は、高齢者施設給食にも影響を及ぼしている。

健康弱者の高齢者が居住する高齢者施設では、施設内で感染拡大した場合、重篤化する方は多く、食事提供が難しくなることが多い。但し、施設の入居率が常に高い入所型介護施設は、コロナ禍の中も継続的に運営されたことから、喫食者数は安定していた。

結果、2020年度、2021年度の高齢者施設給食市場の落ち込みは限定的であった。一方、デイサービス、ショートステイ等の通所型介護施設は、都市部を中心に休業や閉鎖が見られた。

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。

病院経営合理化のためのアウトソーシング化も選択と集中の思想に則って、「餅は餅屋」として、患者給食を専門家である給食サービス企業に任せ、病院側はその分本来の医業（給食なら栄養指導など）の充実に努めるべきである。

病院給食の外部委託については、一頃、受託競争の激化で受注単価が低下したが、人手不足や食材の高騰等を背景に、給食サービス企業は事業収支を重視し、安値受注を控え、受託価格が上昇し適切な価格に収斂している。

病院給食といえども、競争原理の埒外ではないが、価格偏重から、給食サービスの質を委受託の基準にする必要がある。更に、士気の高い管理栄養士やパートの採用、育成、定着は避けて通れない。

コロナ禍で好転したのも束の間、受託給食事業者の管理栄養士不足は深刻である。病院では、受託給食業者に對して、受託条件に管理栄養士の配置を必須とするところは多く、

管理栄養士配置は受託の必要条件となっている。病院給食は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が求められる。

一方、管理栄養士の就職先も、食品メーカー、外食サービス、医療施設、介護施設、研究機関等、様々な職種に広がっており、給食サービス企業を希望する管理栄養士（候補）の絶対数が不足している。

短大等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ある。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。

一方、現場調理のパートタイマーも、人手不足により雇用環境は厳しい。早朝5・00業務開始の朝食準備には人が集まらない。加工食品で急場を凌ぐこともできるが、その分食材コストが増加し、給食サービス企業の頭を悩ませている。

給食サービス企業にとっては、F/Lコスト低減と、安全で「おいしい食事」の提供を両立させる為の取

組みが最重要課題である。安全な食材の調達、価格を追求できる調達方法、食材ロスを少なくする調理法、人件費を効率化する調理方法など様々な取組みが求められる。

〈高齢者施設給食〉

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を高めるかであり、そのためにはどのような食の提供が必要で、「人」としての交わり方をどのようにするかである。

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ている。高齢者施設給食を受託する企業にとつては、他の給食事業に比べて、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。

元々、メデイカル給食に参入している給食サービス企業に入社を希望する管理栄養士候補（4年生大学卒）は、福祉に対する考え方がしっかりし、高齢者への接し方を心得ており、その業務に対するモチベーションの高い者が多い。そのモチベーション

を維持向上させるのは、採用企業の役割であり、日々の業務と研修制度に裏打ちされる。

「食・住居費」の入所者負担は、高齢者施設給食市場に影響を与えたが、食事が大きく変わった訳ではない。入所者は日々生活し、「三食を」おいしく「頂くこと」に変わりはなく、入所者のQOLを考えた食事提供に徹することが重要である。

介護老人施設、とりわけ特養においては、入所年数を経るにつれ、介護度も上がり、嚥下・咀嚼困難も上がる。喫食の世話も高度になる。また、心身の老化が進むことから、調理の時間や食事介助など、年々作業効率が悪くなる。これらに対する対処方法を整備することも課題である。一方、有料老人ホームでは、施設の方針や入所者の要望に沿ったハイレベルな食事提供、栄養摂取に留まらない付加価値サービスが求められる。

365日三食配膳するということは相当の負荷であり、とりわけ朝食への人員配置は各施設とも苦勞している。給食サービス企業にとって朝食要員の確保と調理時の省力化が大きな課題である。国内では、長期的

に人手不足と賃金上昇が予想され、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、完調品から真空調理まで、あらゆる省力化策の具体化が求められる。

3 原材料費が高騰する中、価格改定が進む

2022年に入り、世界的に小麦や菜種など食品原料相場が高騰し、原油価格の高騰に伴って物流費や加工費が上昇し、急激に進んだ円安がそれに追い打ちを掛けている。

給食サービス企業は、食材が高騰し最低賃金が増加する中で、収益性が低下しており、コロナ禍による喫食数減少が拍車をかけている。2022年春は、契約更新時などに受託価格を見直す動きが出ており、病院給食においては、直営方式では食材、光熱費、人件費などを吸収する術がなく、委託方式でも受託単価の上昇が続いている。かつて言われた給食差益は逆差益となりつつあり、急性期病院の受託単価は給食加算を超える契約が一部で見られる。受託価格の改定には繋がらないが、献立の工夫や配送ルート効率化でコスト吸

収に努めている。

近年の人手不足で市場が急拡大する完全調理品や、高齢化の進行とコロナ禍の巣籠需要で市場拡大する在宅配食サービスでも、原材料の上昇でサービス提供が限界に近づいており、今年から来年にかけて値上げが続く。魚や鶏肉など主菜の原材料が軒並み値上げされ、調達自体が困難になりつつある。メーカーの切替や産地の変更などで質を落とすことなくコスト抑制に取り組んでいる。

その多くが、病院給食と高齢者施設給食で使用する「流動食」「嚥下食」「咀嚼困難者食」も、小麦粉や食用油、酒類や調味料と同様に価格改定が続いている。流動食は、代理店を通じて病院や高齢者施設に納入されるが、液体が主で、重量と嵩がある。主要原材料である輸入の乳たんぱくや増粘多糖類は2桁以上の値上がりで、石油高騰を背景とした包装資材や輸送費など、ほぼ全てのコストが増加している。流動食メニューは、医療や介護の分野で人の命に関わることから、製品の安定供給に社会的責任があるが、複数メーカーはやむを得ず価格改定に踏み切った。

4 病院給食、高齢者施設給食の市場見通し

〈病院給食〉

病院給食の総市場は微減推移しており、2026年にかけても同じ傾向が続くと見られる。

伸び悩みの原因は医療行政によるところが多い。高齢化社会にあつて、厚生労働省は医療費の削減を最優先に、長期療養病床の削減、平均在院日数の削減等、病院経営に厳しい施策が採られており、今後も病床数の減少が予想される。

病院数と病床数の減少、入院日数の短縮化から、患者給食市場の縮小が今後も予想されるが、その中で委託化市場は今後も徐々に拡大すると予想される。

病院経営の効率化と患者給食の質的向上は、一見相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ある。その鍵は、外部の専門家に委託することが最も効果の高い方策と考えられ、つまり有能な給食サービス企業への委託が病院経営のソリューションである。給食サービス企業の経営方針が収

益の取れる病院受託に変化しており、価格一辺倒ではない。

コロナ禍前の景気回復期には、都市部で活発化したオフィスビルの新設や自動車産業の雇用拡大等を背景に事業所給食市場が回復し、病院給食の相対的ポジションは低下したが、コロナ禍の発生以降は、事業所給食市場が急減したことで、再び病院給食が注目されている。

2021年度の病院給食の外部委託率は受託金額ベースで47・6%となっているが、外部委託化は徐々に進行しており、2026年の委託率は50%に近づく見通しである。

〈高齢者施設給食〉

高齢者施設の新設数を見る限り、伸び率が鈍化したとはいえ、今後も暫くは年率数%程度のペースで施設数は増加すると考えられる。

その中では、比較的外部委託率の低い特養の潜在市場は大きく、新設が続く有料老人ホームも期待される。また、長期療養病床の削減策もあり、転換型施設も少なからず建設されるであろう。

2021年度の高齢者施設給食の外部委託率は67・0%であるが、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行すると考えられる。

その背景として、調理現場の人手不足は依然深刻であり、給食サービス企業の撤退（直営化）やコンペへの不参加など、給食を委託できない小規模施設の増加が予想される。また、完調品など加工食品のレベルが向上し、委託給食に頼らない施設も増加するであろう。

高齢者施設給食は治療を目的とする病院給食とは異なり、病気でない高齢者（健常者）を対象にメンタル面を中心とする総合的なケアを目指している。従って、1日3回の楽しい食事は心のケアの意味を持ち、四季の味、誕生祝膳、イベント食、本格料理、調理実演等、バラエティ豊かな対応が必要である。病院併設型は別として1施設当りの入所定員が少ないため、食材を現場発注する施設も多く、現場スタッフ（調理師、栄養士）の裁量も大きい。個食対応（禁食）や入所定員の少なさ等非効率な面も多いが、一括受注による全面受託の可能性が高い。

今後は家族を含む利用者に、高齢者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は大きな選択要因となる。

一方、厚生労働省の施策として、「持続可能な介護保険制度の構築」の号令のもと、予防型介護システムへの転換、地域社会による介護の包括的マネジメント、施設給付の見直し等が挙げられている。この施策の中で、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は変わりはない。

なお、食事の個人負担化に伴い、栄養管理の点数化も進み、栄養ケアマネジメントの受け皿作りが必要となり、その意味では給食サービス企業の腕の見せ所である。

5 病院給食、高齢者施設給食の市場規模予測

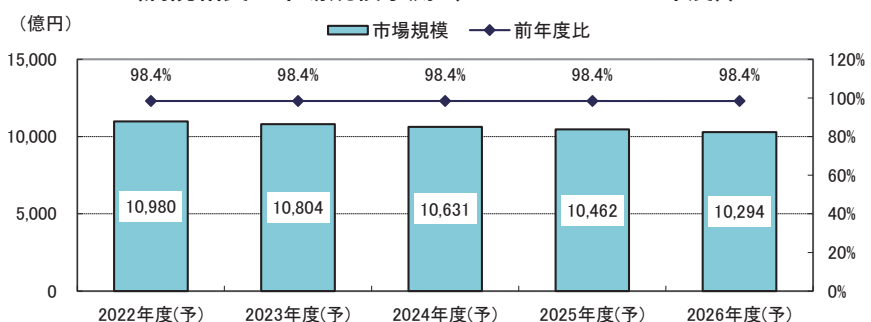
〈病院給食〉

病院給食については、米国の状況等を見ると、外部委託率は50%程度であること、また国内においても国公立病院、大学病院などの大規模病

院は職員の雇用問題があり、外部委託も部分委託等から始めており、委託化の進展は漸進的である。

なお、コロナ禍の収束が見通せない中、事業所給食サービス企業が既にメデイカル給食に軸足を移しており、安定的需要が見込める病院給食市場は競争激化が予想される。

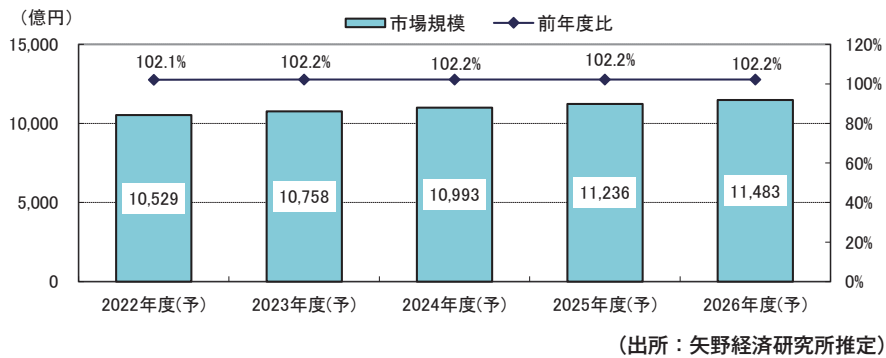
〈病院給食の市場規模予測（2022～2026年度）〉



(出所：矢野経済研究所推定)

※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

〈高齢者施設給食の市場規模予測（2022～2026年度）〉



※「〈2022年版〉給食市場の展望と戦略」より

〈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を経て、今後も市場拡大が予測され、2026年度の高齢者施設の給食市場は1兆1483億円になると予測される。

なお、コロナ禍の影響については、当市場では今後も軽微と考えられる。



研 修 報 告

2022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2022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を講習会のトップとして、6月9日～10日の福岡会場（福岡国際会議場）で開催しました。

今年の講習会は昨年と同様に『新型コロナウイルス感染症』対策に気を配りながら実施するというコロナ前との大きな違いがありました。

今年の開催は、昨年のような新型コロナウイルス感染症の緊急事態宣言下でなく、5月中旬からの発生は減少し始めた状況下で実施した講習会が患者給食受託責任者資格認定講習会です。計画段階では各会場の使用の諾否、会場制限の可否を検討しましたが「受託責任者の配置を確保するため資格を取得させたい。」「従業員の健康管理、安全対策を優先させたい。」と各社から多くの意見を頂く中、ソーシャルディスタンスを確保するスペース、換気の確保、サーモグラフィによる健康チェック、手指消毒、マスク着用と受講生の協力があり安全確保を第一に、その後も札幌会場、東京会場、大阪会場での開催を無事に終えることができました。

しかし、東京会場、大阪会場だけは1000人規模の開催となるため、スペースを確保出来る会場が無いこと、日程変更による講師を確保できないこと、より多くの方に受託責任者の資格を取得して欲しいことから、初回の福岡会場ではWebによる同時開催とすることとなりました。

各支部事務局のご協力を得てこそその結果であり、関係者の皆様に改めて、感謝申し上げます。

各会場は、十分なスペースを確保し2日間の講習会を行いました。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、睡魔と暑さに戦いながら90分間の講師の早口に負けずに、分厚いテキストを注視しながら必死にマーカーするマスク姿の受講生の姿が見られました。2日間、計4人の講師からの解説と、その後は自己研修から演習問題への解答と移り、8月10日締め切りという義務期間の答案用紙提出に向け、真剣に説明を聞く受講生の姿は印象的でした。

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）	51	（72）名
東京会場（東京ビッグサイト）	343	（798）名
大阪会場（大阪国際交流センター）	160	（658）名
福岡会場（福岡国際会議場）	1289	（119）名 内Web：1236

※（ ）内は昨年の参加者数



◆新規採用栄養士研修会

6月に入ると、新型コロナウイルス感染症の発生は一時期と比べ減少しているものの沈静化されない状況下でしたが、新規採用栄養士研修会は、当協会、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ただき実施しました。また、賛助会員でもあるサラヤ（株）にもご協力を得て、全5会場に講師を派遣していただきました。

7月この研修会が始まるころ、新型コロナウイルス感染症の発生状況が急激に高まった時期でしたが5会場での開催となり、既に6月で実施した受託責任者資格認定講習会の開催経験から研修生に対しては十分な注意を払い実施しました。

各会場に採用となって3ヶ月が経過しても、今年の新入社員にとっても昨年同様に入社式も少なく、まして新入社員研修も開催されぬまま、各事業所の現場で責任者から個々に指導を受けている状況なのか、研修会受付で同級生（同じ会社、他社問わず）に会い歓喜のひとつきを語らう姿もありました。入社から3ヶ月の時間で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」をテーマとした半日間の講義でしたが、メモをとる姿は真剣でした。

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）	40（38）名
東京会場（国立オリンピック記念青少年総合センター）	200（70）名
名古屋会場（名古屋IMYビル）	108（90）名
大阪会場（ホテルマイステイズ新大阪）	74（89）名
福岡会場（福岡商工会議所）	53（34）名

※（ ）内は昨年の参加者数



会員企業 紹介

no.033



昼食の準備をするライフピア八瀬大原Ⅰ番館の厨房内（上）。五山の送り火をモチーフにした、いとこ煮（下左）。



株式会社 塩梅

～地域におけるナンバーワン企業を目指す～

**安心・安全な食事を、
地域に根付いた方法で**

1967（昭和42）年に大阪府茨木市に前身である「東浪速給食株式会社」を設立し、独立。関西圏を拠点とした事業を続け、現在は茨木市に本社を置く株式会社塩梅。給食事業に専念し、関西地域における給食受託数を伸ばし続けている。

本社の1階は、白と木材を基調とした明るいエンタランスで、ほど近い会議スペースからは活発な会議の声が聞こえた。笑顔で出迎えてくれたのは、インタビューするその人、今井専務取締役である。

株式会社塩梅は、創業当初は工場や企業など、産業系給食（社員食堂）事業を中心に展開していたが、平成2年、病院給食を受託したことをきっかけに、病院や福祉施設などのメデイカル給食を主軸に移していったのだという。

「高槻市にある病院の理事長から、たまたまお話をいただいたのが始まりだったと聞いています。当時はメデイカル給食に関するノウハウは持っておらず、会社にとってはチャレンジ案件でしたが上手く軌道に乗せることができ、ここから縁が広がってメデイカル給食事業が拡大していきしました。その病院とは今でも取引を続けさせていただいております。

昔から大事にしているのは、人と人とのつながりです。ビジネス的な関わり方は当然必要ですが、最終的には義理・人情・浪花節と言いましようか。目の前のお客様を大切に、お付き合いを

◎ メディカル給食事業 🍴



ライフピア八瀬大原Ⅰ番館



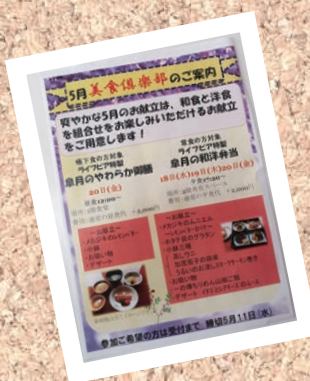
京都大原記念病院グループの介護付き有料老人ホームであるライフピア八瀬大原Ⅰ番館。4～5名のスタッフがシフト制で毎食60食、調理から配膳まで行っている。最寄り駅は叡山電車の終点駅である八瀬比叡山口駅。



現在はコロナ対応のため、松花堂弁当でのご提供。以前のように舟盛などの実演調理が再開できる日を願うばかりだ。



献立から一任されている「美食倶楽部」。割烹やホテル仕込みの調理師たちが、技術力を存分に発揮したメニューでご利用者を楽しませている。



株式会社塩梅 京都営業所

組織を支える営業所は、京都と神戸に1か所ずつ。京都営業所はJR嵯峨野線 丹波口駅から徒歩5分に拠点を構えている。





～人気メニュー～

11月8日～11月11日

8日 すき焼き風

9日 秋刀魚の塩焼き

10日 チキン南蛮

11日 日なり・散らし寿司



献立から一任されている特別食では、地域行事にちなんだ行事食や、ご利用者アンケートで人気のメニューを3日間に渡って提供する企画が行われている。

続けてきた結果が、今に結びついて
いると思います。」

近年、大阪だけではなく京都・兵庫の受託先が増加したこともあり、平成30年には「塩梅なにわ」から「塩梅」に社名変更を行った。関西圏の受託数を着実に増やしつつも、地域に密着する軸は変わらない。「地域におけるナンバーワン企業を目指す」という経営理念にあるように、目の行き届く範囲で展開し、受託密度を高めていくことに重点を置いていくのだそう。170か所以上もの事業所を受託しているが、事業範囲は本社・営業所から車で90分以内を基本とすると定めている。確実な受注増が売上アップにつながり、メデイカル給食の割合は9割を占めるほどに成長した。

年々受託数は増やしながらも、セントラルキッチンや仕入れセンターを持たず、受託施設・病院が属する地域の取引先から「地産地消」の食材の仕入れを行う同社。今回訪問した受託先「ライフピア八瀬大原I番館」では、受託元と提携している大原エリアの農家から多くの野菜を仕入れており、収穫予定などの確認を直接やり取りして旬の野菜を取り入

れた献立に活かしているそう。

事業拡大にあたり、本社で総合的に管理する「効率化」に舵を切る選択肢も考えられたであろうが、「地域密着」という揺るがない理念の根底にはどんな考えがあるのか。

「本社で全てをマニュアル化し、まとめて管理することは確かに効率的です。ですがその反面、画一的な食事になるデメリットがあります。それぞれの受託先が属する地域の中には住民同士のつながり・文化・歴史・風習などがあり、喫食者様の食生活やそこで働くスタッフの考え方は、それらがベースになっています。衛生管理や安心な調理はとても大切なことですが、すべてをマニュアル任せにはしたくありません。現場で働いてくれている人の気持ちを大切にしながら、受託先のご要望に可能な限り寄り添った食事をご提供すること、顧客満足度をどこよりも高めることができる企業でありたいと考えています。」

災害から得られた教訓

1995年の阪神淡路大震災、直近の2018年6月の大阪北部地震、そして毎年のように猛威をふる



専務取締役を務める今井さん。「目の前のお客様を大切に」と熱を込めた話しぶりから、事業拡大への強い意欲を感じさせられた。



う台風。関西地域は度重なる災害に見舞われてきた。特に最大深度6弱を記録した大阪北部地震では本社を置く茨木市でも甚大な被害が発生。これをきっかけに災害に対する意識がより高まったという。

「当時、本社は奇跡的に無事でしたが、周辺地域では水道・電気が止まってしまい、支援が必要な受託先もありました。私たちは、生命維持に関わる「食」を支えている企業です。受託先には、厚生労働省指定の災害拠点病院を含む医療機関や福祉施設もあり、たとえ緊急事態の最中でも食事のご提供を止めるわけにはいきません。各現場のスタッフが一食も欠食させてはいけないという強い使命感を持ち、対応していただい

たことで滞りなく食事提供し続けることができたことを誇りに思います。

自然災害は、タイミングは分らずとも必ず起きると想定できることです。大阪北部地震以降、本社の主要スタッフでプロジェクトチームを組み、①社員が出社不能、②厨房利用不可、③情報システム利用不可といったケースを具体的に想定して個別に対処方法を検討しました。かなりの時間をかけて打ち合わせを重ね、現在の災害ケースマネジメントを作り上げ、社内勉強会などで共有しています。

私たちは関西圏に本社を構え、受託先の密度も高いからこそ、相互にフォローし合う対応を取ることができます。非常時に被害を受けて支援が必要になった事業所に対して、機能している近隣の事業所がサポートに回ることもできます。しかしそれは、普段からの連携や社内のチームワークがあつてこそ、可能になることです。ちょうど本日の朝礼で、受託先のひとつの事業所で従業員の多くが新型コロナウイルス感染症の影響で出社不能となるトラブルが共有されました。近隣の事業所のスタッフがヘルプに行っていたこと



でスムーズに対応できたという報告を受け、日々の関係性があるからこそだと話していたところでした。

必要最低限の準備として、実例を踏まえたマニュアル整備や、受託先と緊急時の対応について事前に話し合っていくことが求められますが、実際のところ、最終的には人手が必要になります。日々の業務のなかで信頼関係を構築し、緊急時に迅速に連携しあえる関係性が重要だと思います。」

「働きたい」会社であり続けるために

人手不足が取り沙汰される昨今、給食会社の事業拡大には人材確保が課題としてあげられるが、同社にはその印象を受けない。採用活動や人材育成には、どのように取り組まれているのだろうか。

「採用活動は、人材開発チームが中心となり、会社のホームページや地域の掲示板まで様々な媒体を使って採用活動を行っています。大変ありがたいことに、優秀な人材が当社には集まってきてくれています。受託先地域で採用した調理師やパート従業員のの中には、外食業界で経験を

積まれてきた方が多く見られます。給食業界は、どちらかと言えばマニュアルに沿った調理方法で、効率的で高品質な食事提供を目指してきた歴史のある業界だと思いますが、外食業界は、おいしさや見た目が勝負の決め手となる世界。外食業界出身の中途入社調理師から、そういったマインドの刺激を受けることで、会社全体が手作りでおいしい食事に高いプライドを持ち続けられていると思います。」

わたしたちは、現場で働く調理師一人ひとりに裁量を与え、現場の価値判断を信頼しています。ですから、教育においても日々努力を重ねる調理師自身が現場で培ったノウハウを、いかに本社で吸収し共有していくのかということに興味があります。スキルだけではなく、人としてひとまわり大きくなれる環境を提供したいと考えています。」

「一方、管理栄養士・栄養士に関しては新卒を積極採用する方針に転換しています。一昨年から「3か年計画」と位置づけた採用活動によって、初年度には51名、2年目となる昨年度には53名が入社してくれました。今年度の採用活動はまさに今、進行



明るくきれいに改築された本社1回には、3つの会議スペースが。他にも厨房設備を備えており、新たな調理方法の研究や、新入社員の研修会などにも使用している。

中です。

新卒栄養士が一人前になるために必要な知識面の学びは、本社主導の研修制度で継続的にサポートしています。具体的な研修は、本社にある厨房を使った集合研修などです。また、メンター制度というのを取り入れており、先輩栄養士が新卒の栄養士を1年サポートをする取組みがあります。3か年計画の初年度こそ、多くの新入社員への対応に苦労することもありましたが、今では上手く循環し始めたと感じています。

また、若手が活躍するチャンスも積極的に作っています。今春の新規立ち上げの事業所には新卒数年目の若手社員達が責任者に抜擢されました。既存受託先の引き継ぎとは違い、前例がないなかで仕組みを作り上げていく必要があるため、困難な挑戦となります。しかし、年功序列ではなく能力があるのなら若手であつてもチャンスは与えていくべきだと考えています。今回の人材配置は新卒入社の方手にとってキャリアアップのモデルケースになります。もちろん会社としてバックアップの仕組みを取った上で、さらに若手が活躍できる場を提供していきたいです。3

か年計画は今年度の採用で一旦終了になりますが、新卒の入社によって改善点が表面化するなど良い点がありました。今後も同規模の採用を継続していきたいと考えています。」

「現在、2000人を超える社員が塩梅で働いています。長く働いてもらうためには福利厚生も重要ですが、あらかじめ提示した条件を一律で適用するのでは不十分で、個人の事情を汲んだ対応が求められると考えています。これまでに、産休から復帰を考える社員に対し、在宅勤務をしてもらうなどの試みなどもありました。個人の事情に合わせて自然発生的に生まれていた取り組みなどが、コロナ状況下で活用できた事例もあります。社員数の数だけ、考え方の違いや事情がありますから、それらを受けとめられる器の会社でありたいです。」

お話をうかがうなか、まだまだ伸びしろがあると感じさせる熱意。「実を結び始めた採用の取組みの一方、課題も見えてきた」という声もたくさん。組織力の強化を目指して変化を恐れず挑戦する同社の心意気は、全国の会員企業の眼から見ても励みになるだろう。



株式会社 塩梅

[\[本社\]](#)

〒567-0834

大阪府茨木市学園南町7-5

電話 072-657-1122

総従業員数 2,360名

(男 590名・女 1,770名 パート従業員含む)

※令和4年8月現在

※室内での取材は基本的にマスクを着用いただき、撮影時のみマスクを外していただきました。



交差汚染・二次汚染の 3つの対策



食中毒菌などが付着した原材料や食品に触れた手指・調理器具を介して、調理済みの食品や加工品を汚染することを交差汚染・二次汚染と言います。交差汚染・二次汚染は、しばしば食中毒事故の原因として挙げられます。

この交差汚染・二次汚染は、原材料由来の細菌によって引き起こされることが要因の一つとなります。

原材料にはさまざまな細菌が付着していますが、特に注意していただきたい原材料が、生肉、生卵、生の魚介類です。これらの食材には人体に害を及ぼすさまざまな食中毒菌も付着している可能性があります。

今回は、この交差汚染・二次汚染を防止するための代表的な3つの対策「定置管理」、「器具の使い分け」、「作業動線」で説明させていただきます。

汚染度の高い食材

付着している可能性がある食中毒菌

	生卵	→	・サルモネラ 等
	生肉	→	・腸管出血性大腸菌 ・カンピロバクター ・エルシニア ・サルモネラ 等
	生魚	→	・腸炎ビブリオ 等

【定置管理】

冷蔵庫や冷凍庫には、原材料や仕掛品、調理品や調味料などさまざまな食品を保管します。食品を保管する際には、冷蔵庫・冷凍庫内のどの場所に何の食品を置くのかあらかじめ決めておき、交差汚染を防ぐ必要があります。

例えば、生肉にはサルモネラや腸管出血性大腸菌などの食中毒菌が付着している可能性があります。冷蔵庫内で調理済みの食品（サラダや唐揚げなどそのまま提供する食品）の上段に生肉を保管していた場合、生肉のドリップがこぼれ落ちることなどにより、下段の調理済み食品を汚染し、食中毒事故を起こしてしまう可能性があります。

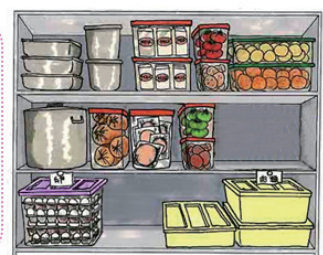
このような汚染を防ぐために、食材や食品を冷蔵庫や冷凍庫内に保管する際は、汚染度の高い食材などは下段に、調理済み食品などの交差汚染により食中毒事故に直結する

食品や汚染度の低い食品は上段に、それぞれ置き場所を定めて、所定の場所で保管し、接触や交差を防止する管理が重要です。

特に、先ほど説明した生肉と生卵、生の魚介類は、食中毒菌が付着している可能性があるため、冷蔵・冷凍庫内に保管する場所に注意する必要があります。これらの食材はそのままお客様に提供する調理品などの近くには置かず、冷蔵・冷凍庫の最下段に置きましょう。

理想的な食品の定置管理

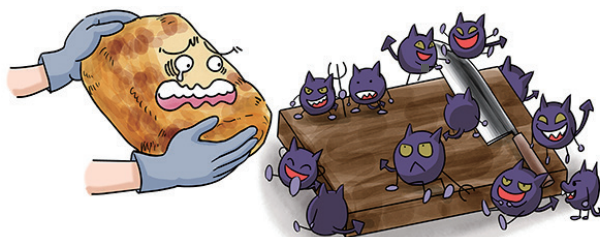
汚染度の低い
食品は上段
汚染させてはいけない
食品は上段
汚染度の高い
食材は下段



低い
↑
食材の汚染度
↓
高い

【調理器具の使い分け】

生肉で使ったまな板や包丁で、例えば厚焼き玉子などの調理済みの食品をカットすると、生肉に付着していた細菌などが、まな板や包丁を介して厚焼き玉子に付着する恐れがあります。このような事例で食中毒事故が実際に発生しています。



まな板や包丁は作業の切替の都度に洗浄・殺菌するとともに、用途ごとに専用のものを用意して、二次汚染を未然に防ぎましょう。



理想は下処理用にあつては、魚介類用、食肉類用、野菜類用に、調理用にあつては、加熱調理済み食品用、生食野菜用、生食魚介類用に区分することが理想ですが、最低限、下処理用と加工食品用は区分しましょう。

参考までに使い分けを行う際、誤った用途で使わない方法として、用途ごとに色や形が違つたものを使用するなどの方法があります。

【作業動線】

生の鶏肉には食中毒菌であるカンピロバクターが付着している可能性があります。生の鶏肉を運ぶ際に調理済みの唐揚げの横を通りかかり、扇風機の風で菌が含まれるドリップが唐揚げに付着して食中毒に繋がった事例があります。このように、調理作業の動きが交差してしまうことで、食材が汚染を受けるリスクが高くなります。そのため、作業の流れは、逆流や交差せずに、一方向で流れていくことが理想です。作業中は、調理品が原材料によって汚染されないように注意しましょう。

また、作業台で調理品と原材料の作業を隣接して行うのも、汚染リスクを上げる行為となります。汚染度合が高い食材を扱う際は、汚染させたくない食品や器具などは片付けてから作業台を使用しましょう。使用後は次亜塩素酸ナトリウムに浸したダスターやアルコールなどを用いて、作業台を消毒してから別の作業に入ってください。また、定期的に作業全体の動きや、食材や器具器材の置き場所などの配置を見直すことも汚染リスクを減らすために有効です。



(株) 町田予防衛生研究所では管理栄養士・栄養士の方々に向けて、LINE 公式アカウント『管理栄養士・栄養士に役立つ食の安全情報』を開設しました。



株式会社

厚生労働省登録検査機関・登録衛生検査所
町田予防衛生研究所

電話：042-725-2010

<https://www.mhcl.jp>



<https://www.mhcl.jp>

創業1974年、45年以上の経験と実績

持続的に成長する より美しく、より健康に

株式会社ファイン

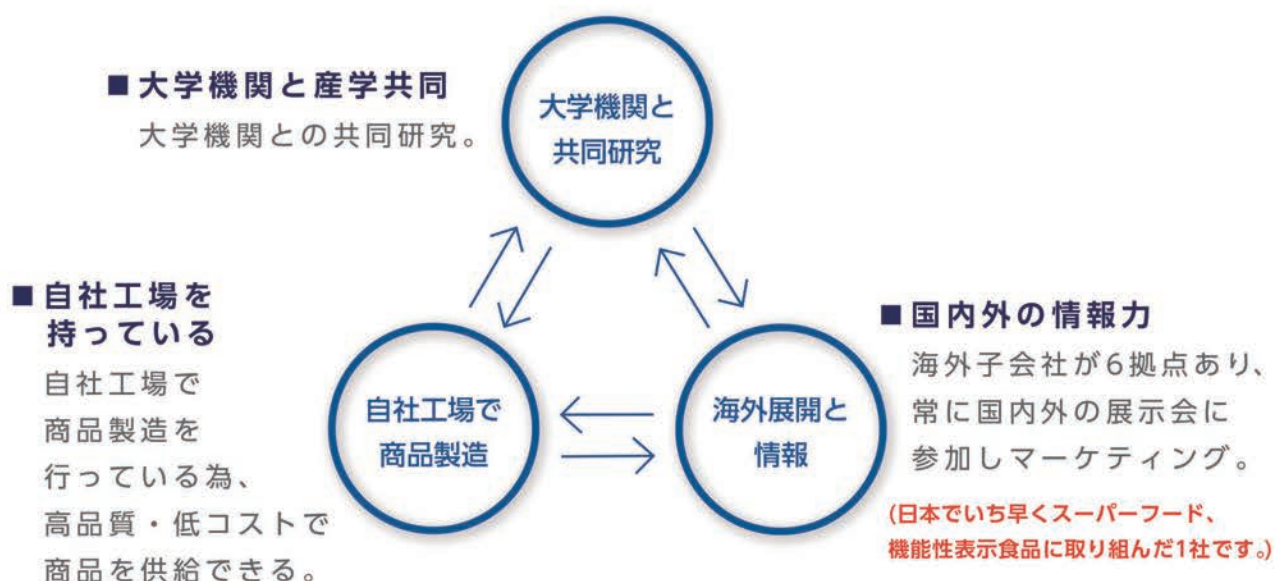
設立 1974年4月1日

営業種目 各種動植物成分の抽出加工 / 錠剤成型加工 / ハードカプセル充填加工 / ソフトカプセル充填加工 / 顆粒品加工 / 各種商品包装仕上加工 / 液体充填 / 機能性化粧品 / 医療食品 / 医薬部外品

従業員 301名 (グループ全体、2022年1月1日現在)

ファインの製品の特長

大学機関との産学共同研究による素材を含め、日本国内を中心に様々な国から原材料の供給が受けられますので、自社で製品の開発から製造を行えるメリットを活かし、必要とされる製品をニーズに合わせ生産量を調整して皆様にお届けいたします。



■ メイン工場の「播磨先端製造技術センター」を中心に、自社工場にて製造を行っております。



■ 安心の品質を、オートメーション化を取り入れ、安定した製造量で製品化をしております。



商品の説明

ご要望に応じてオリジナル配合の栄養価アップ素材、嚥下調整素材等もご相談させていただきます。

嚥下サポート 飲料用		嚥下サポート 食材用			水分補給			
トロミナール	トロミナールプラス	プリンナール	ムースナール	ヤワラカナール	イオンドリンク		イオンドリンク 経口補水液	イオンドリンク ゼリーナール
								
3.3kg, 2kg, 800g, 400g, 分包(3g×50)	2kg, 1kg, 分包(2g×50)	1 kg	800 g	1 kg	20包	22包	10包	10袋入り
おいしさそのままに各飲料にバランスよくトロミづけができます。	少量でしっかりとトロミづけができます。	ミキサーするだけでお粥がプリンのように固まります。炊き込みご飯や酢飯も可。	冷たい食材をミキサーするだけ簡単調理。	果実エキスを見た目そのままに食べやすく。	シールド乳酸菌入りヨーグルト風味の水分補給製品。	乳酸菌プラスを加えた全6種類のフレーバーをご用意しました。水分補給という点にこだわった一品です。	発汗時失われた水分・電解質を補給する粉末清涼飲料水。	簡単調理ゼリーで水分・電解質補給。デザートでも好評。
エネルギーアップ		栄養サポート					調理効率化	L-カルノシン
ゲンキアップナール	ゲンキアップナールスープ	ファイン 食物繊維	食物繊維ゼリー	プロソイ	ビタミンアップナール	カルシウムアップナール	おかゆナール	カルナール
								
2.5 kg	1.3 kg	500g, 分包(6g×30)	360g(18g×20本)	400 g	500 g	1 kg	2.7kg, 分包(13.5×12)	1g×60
栄養不足を補う。栄養補給パウダー。MCTオイル使用。	コーンポタージュ。かぼちゃポタージュ。じゃがいもポタージュ。	おいしさそのまま。不足しがちな水溶性食物繊維補給。	1本で5gの食物繊維が摂れるゼリー。野菜フルーツ味。	サツと混ぜられる大豆タンパク。カツオ出汁風味。	1日1gで半日分のビタミンを補給。	炊飯時に混ぜるだけで簡単にビタミン&ミネラル補給。	お湯に溶かすだけで簡単に離水しない。お粥ゼリーが作れます。	L-カルノシン配合シュガーレスアルギニンレス

※掲載ガイドライン 2022収載成分

その他の取り組み

■ 定期的に無料のWEBセミナーを開催しております。

こちらにつきましては、基本的に後日研修などにご利用いただけますのでご相談ください。

〈セミナー実績(1例)〉

「栄養や嚥下に関する無料のWEBセミナー等を定期的に開催しております。」

「地域包括ケア時代の栄養管理に関する無料のWEBセミナー等を開催しております。」

「便秘の原因とその対策に関する無料のWEBセミナー等を開催しております。」

■ HPでは、製品のご説明、ご利用方法の動画を随時アップしております。

製品につきましてご不明な点、ご質問は下記お客様相談室でも承ります。

■ もちろん、製品のお試しは大歓迎です。

ご興味のある製品につきましては、

サンプルと製品資料をご用意しておりますので、是非ご依頼ください。



ファインちゃん

ファインくん

株式会社ファイン

<https://corp.fine-kagaku.co.jp/>



お客様相談室

0120-056-356

月～金(祝日を除く) AM 9:00～PM 6:00

ファインのSNSフォローを
お願いします!!



Facebook



Twitter



LINE



YouTube



Instagram



Cookpad

受託責任者を訪ねて。

no.31



■株式会社至誠
寿生病院、寿生苑
福井 敬史さん

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26年4月より務めさせていただいております。

Q2 事業所の従業員数は何名ですか？

現在14名在席しています。病院（定員239床）介護老人保健施設（定員100名、通所40名）グループホーム（定員18名、通所15名）の複合施設入院入所様のお食事を提供させていただいています。

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

責任者として主に、食事における事故がないように細心の注意を払い、各スタッフの体調管理にも気を配っています。

Q4 仕事をしていて、大変なことは何ですか？

病院は特に個別対応が多く、スタッフ全員にそのことを周知して徹底させることです。

Q5 受託責任者の仕事はどんなものですか？

病院や老健施設の管理栄養士とよく

コミュニケーションをとり、それぞれの患者・施設入所の皆様に満足してもらえる食事を提供しています。

Q6 仕事をする上で、どのような心構えをお持ちですか？

受託先の病院はターミナルケアであることを心にとめ、食事を楽しみにして下さる方の事を第一に考え喜んで頂けるよう日々取り組んでいます。

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？

同じ事務所内にデスクがあるので日々コミュニケーションを取っているのと、定期的に施設側との会議を行い情報交換を行っています。

Q8 社内、病院との連絡体制はできていますか？

どちらにも緊急連絡網があり、何かあればすぐに連絡を取り合い対応しています。

Q9 現場で気を遣うことはどんなことですか？

患者様や入居者の食事形態が病院施設の要望に沿っているかということです。そのために、日々スタッフ間

で情報共有に配慮しています。

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？

衛生管理の知識はもちろんですが、アレルギーや誤嚥性肺炎などのイレギュラーな時に早急な判断と適切な対応にむけた知識が必要だと思っています。

Q11 自分が責任者になって変わったことは何ですか？

受託先と適切にコミュニケーションを取り、要望に沿った食事を提供することです。

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。

患者様や入所様に安全で安心なおいしい食事を提供するとても大切な仕事です。より良い食事が提供できるようにがんばりましょう。



Photo Gallery

フォトギャラリー

紅葉輝く、秋晴れの東北

Photo by

吉田 雄次 *Yuji Yoshida*

(セントラルキッチン研究所 所長)



①山形蔵王紅葉

山形蔵王温泉スキー場のリフトに乗り、全山紅葉の蔵王を、ワクワクしながらシャッターを切った。

②北蔵王のサル

毎年行く北蔵王の道に、サルの群れ（道路脇にもいっぱい）が私の車を囲んでいた。

③みちのく湖畔公園のもみじ

憩いの場であるみちのく湖畔公園、“可愛いですね”と声をかけシャッターを切った。

④みちのく湖畔公園の古民家

東北各地から移設した古民家がある。絶妙な風景である。

2023年2月

給食・宅配サービス業界に向けた商談専門展

第44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2023年2月7日(火)～10日(金)、東京ビックサイト・東展示棟1～8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44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、900社／2,000小間、予定来場登録者数50,000名の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。(⇒<https://jma-hcj.com/>)

「管理栄養士・栄養士による健康・食事相談コーナー」を開催!

当協会も出展し、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(2022年2月)開催時には、351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」(2/9)開催!

下記の通り、2月9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9日(木) 14:30～16:30
- 開催会場: 東京ビックサイト(給食・厨房セミナー会場)
- 参加方法: 定員200名(予定)、聴講無料、事前登録制
- プログラム: 調整中

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。

給食・厨房セミナー会場

- 2月7日(火) 日本弁当サービス協会主催セミナー
- 2月8日(水) 日本給食サービス協会主催セミナー
- 2月7日(火)～10日(金) 日本厨房工業会主催セミナー

[開催概要]

■合同開催

第23回厨房設備機器展

第51回国際ホテル・レストラン・ショー

- 案内状のお申込み用紙は次のページにあります。

■会 期：2023年 2月7日(火)～10日(金) 10:00 ～ 17:00 (最終日は16:30まで)

■会 場：東京ビッグサイト東展示棟1～8ホール

■展示ゾーン：

給食・弁当関連ゾーン、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・食中毒対策ゾーン・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、buffet・バイキングゾーン、ITシステム・機器関連ゾーン、グルメデリバリーゾーン・感染症対策ゾーン
その他外食、宿泊産業関連機器展示ゾーン

■入場登録料：無料(ただし、WEB 上での事前登録が必須)

来場登録・最新情報は
WEBをご覧ください

HCJ

検索

<https://jma-hcj.com/>

案内状請求 受付期限…2023年1月30日(月)事務局必着

案内状の発送は、2022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。

HCJ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	
請求部数	部		

◆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、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)

◆新型コロナウイルス感染症対策

[問い合わせ先] _____

HCJ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

(土日、祝日を除く9:00～17:00)

FAX 03-3434-8076

E-mail hcj@jma.or.jp

URL <https://jma-hcj.com/>

<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。詳細は個人情報等保護方針(<https://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。

編集後記

志村けんさんに想う

東京の東村山市で生まれ、21歳まで過ごした。

本誌読者の皆様には、東村山と聞いて「あ〜!」と思い出される方も少なくないのではないかと思います。かつては一世を風靡したと言っても過言ではない、日本の中でも有数の知名度を誇った市である。今でこそ人口が15万人を超え、田畑が次々と宅地となっているが、幼い頃は自宅近くの田んぼからはカエルの大合唱が鳴り響いていた。田んぼの畦道を歩くことさえ遊びの一つで、田んぼに落ちてしまうと「ずっこんだ!」と周りの仲間を笑い、笑われた時代であった。

志村けんさんがブラウン管の中で「東村山音頭」を歌い、会場やテレビの前の子供たちも一緒に口遊んでいたころ、筆者はニキビだらけの思春期真っ盛りであった。そして入学した高校は東村山高校である。高校2年の修学旅行では、バスのフロントガラスに「東村山高校第〇号車」と表示され、行く先々で蔑まされるような視線を感じるようになった。特にバスガイドさんからは「東村山って本当にあったんですね」とドリフターズの志村けんが勝手に妄想した都市であるかのように思われていて、このガイドさんがものすごく魅力的な方だったこともあり、彼女の一言には失恋したかのようなショックを受けてしまった。

これがちょっとしたコンプレックスとなり、当時は志村さんを少し恨めしく思っていた。

ところが、仕事に就くと初めて会う方とは出身地の話がとっかかりとなり会話が広がることも多く、東村山の名前はその効果が顕著であった。これがきっかけとなり元来の人見知りを意識することなく会話を続けられることになり、その頃には志村さんには感謝の思いしかなくなっていた。

その志村さんが新型コロナウイルスに感染し2020年3月に亡くなった…

同郷という繋がり以外にも同業者の方が語られる人となりで尊敬の念を抱いていたので、ネットニュースを見た部下からこの報を伝えられた時のショックは未だに忘れられない。お兄様は取材で、本人も死んだことに気付いていないのではないかと仰るほど急激な体調悪化であったらしい。

ワクチン接種により重症化は防げるようになったとは言いが、未知の感染症であることは間違いない。

3年振りに行動制限のない夏を過ごすことができ、経済の停滞を防ぐことはできたようであるが、感染者数の激増という代償も大きなものであったように思う。

我々にできるのは一人一人が感染リスクを理解し、自身でやれるべきことはなんでもやるという意識以外にはないのであろう。

志村けんさんのように多くの国民が悲しむことはもちろん辛い、身近な者にも同じようなリスクがあるということを決して忘れてはいけない。

事務局長 小嶋美之



西武新宿線東村山駅東口の銅像と制作過程（制作会社／三光商会提供）



医療関連サービスマークは

安心と信頼の目印

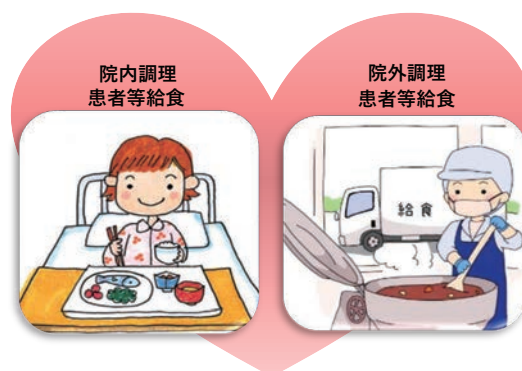


医療法第15条の3第2項及び同法施行令第4条の7第2号で、医療機関の管理者は病院における患者、妊婦、産婦又はじょく婦の食事の提供の業務を委託しようとするときは、当該業務を適正に行う能力のあるものとして厚生労働省令で定める基準に適合するものに委託しなければならないと規定しています。

医療関連サービス振興会では、医療関連サービスの健全な発展に資することを目的として「医療関連サービスマーク」の認定を年3回（6月、10月、2月）行っております。

サービスの提供体制等として

- ① 組織・管理運営に関する事項
- ② 従事者の教育・研修に関する事項
- ③ 従事者の健康管理に関する事項
- ④ 施設・設備及び食器に関する事項
- ⑤ 従事者の勤務状況、業務日誌等の記録に関する事項
- ⑥ 業務案内書、標準作業書に関する事項
- ⑦ 患者・家族との対応に関する事項
- ⑧ 代行保証に関する事項



について、厚生労働省令で定める基準にさらに良質で安定したサービスの提供に必要な要件を加えた独自の「認定基準」を定め、**基準を満たす事業者（院内調理）・調理加工施設（院外調理）**に対し、**医療関連サービスマークの認定を行っています。**

サービスマーク認定については次の体制で運営しています

- ☒ **充実した認定基準、調査・審査体制**
 - ・専門家による実地調査と改善指導も行う調査体制。
 - ・医療関連団体等の有識者で構成する第三者評価による厳格な認定審査。
- ☒ **さらなるレベルアップを目指して…**
 - ・法令改正や社会情勢・環境等の変化に伴い、新しい要件の追加など適時見直し改善。
 - ・3年毎（新規は2年）の厳格な審査により認定を更新。
- ☒ **サービスマーク活用のメリット**
 - ・委託先の適否を判断する有力な手段。
 - ・安定的で良質なサービスの確保。

※サービスマーク認定事業者の最新情報は、当振興会HP（<https://ikss.net>）でご覧になれます。

※「医療関連サービス NAVI」（<http://www.medos-navi.or.jp>）では、医療関連サービス事業者の詳細な情報を提供しています

一般財団法人 医療関連サービス振興会

〒102-0073 東京都千代田区九段北1丁目11番11号 第2フナトビル3F

TEL：03（3238）1861（代） FAX：03（3238）1865

【お詫びと訂正】

2022年7月号 4ページ「委員会担当役員等名簿」におきまして誤りがございました。

〔P4〕

(誤)

委員会担当役員等名簿

委員会名	委員長	委員	委員	委員	委員
総務・公益・広報委員会	馬淵 祥正 副会長	久田 和紀 理事 (フジ産業㈱)	西 剛平 理事 (㈱レバスト)		
学術衛生委員会	吉田 憲史 理事	安里 盛一 理事 (㈱日本ユニテック)	池田 直人 理事 (㈱LEOC)	兼田 敏郎 (㈱ラ・ココット)	柴田 紘二 (㈱九州フードサブ ライセンダー)
技術研究委員会	山口 昭文 副会長	佐藤 好男 理事 (シダックスフードサービス㈱)	二神 良昌 理事 (四国医療サービス㈱)		
調査・制度研究委員会	岩崎 史嗣 副会長	西脇 司 理事 (日本ゼネラルフード㈱)	古谷 博義 理事 (㈱ウエルビーフ ドシステム)	松尾 隆之 理事 (トーカイフーズ㈱)	横井大樹郎 (メーキュー㈱)
障がい者 雇用促進委員会	脇本 実 副会長	若生 喜晴 理事 (㈱ニッコトラスト)	黒川 知輝 理事 (㈱グリーンハウス)	山本 裕康 理事 (メーキュー㈱)	
栄養士委員会	田村 隆 副会長	小笠原力一 理事 (㈱ニチダン) 米谷 伸行 理事 (㈱日米クック)	田所 伸浩 理事 (㈱魚国総本社) 野々村 慎之 理事 (ウオクニ㈱)	山下 史朗 理事 (㈱東紅給食)	
災害被災支援 委員会	田上 政行 副会長	嘉藤田章博 理事 (㈱エム・エム・ビー)	高橋 一馬 理事 (㈱紅 谷)	中村 勝彦 理事 (㈱富士産業)	鈴木 潮 (㈱富士産業)
外国人技能実習 委員会	菅井 正一 理事	若生 喜晴 理事 (㈱ニッコトラスト) 二神 良昌 理事 (四国医療サービス㈱)	角田 大輔 (日清医療食品㈱) 和田 尚子 (富士産業㈱)	宮崎 達之 (日本ゼネラルフード㈱) 鶴留 光広 (淀川食品㈱)	渡邊 大介 (㈱日総) 田上 史人 (メーキュー㈱)

(2022年5月20日)

(正)

委員会担当役員等名簿

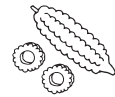
委員会名	委員長	委員	委員	委員	委員
総務・公益・広報委員会	馬淵 祥正 副会長	久田 和紀 理事 (フジ産業㈱)	西 剛平 理事 (㈱レバスト)		
学術衛生委員会	吉田 憲史 理事	安里 盛一 理事 (㈱日本ユニテック)	池田 直人 理事 (㈱LEOC)	兼田 敏郎 (㈱ラ・ココット)	柴田 紘二 (㈱九州フードサブ ライセンダー)
技術研究委員会	山口 昭文 副会長	佐藤 好男 理事 (シダックスフードサービス㈱)	二神 良昌 理事 (四国医療サービス㈱)		
調査・制度研究委員会	岩崎 史嗣 副会長	西脇 司 理事 (日本ゼネラルフード㈱)	古谷 博義 理事 (㈱ウエルビーフ ドシステム)	松尾 隆之 理事 (トーカイフーズ㈱)	横井大樹郎 (メーキュー㈱)
障がい者 雇用促進委員会	脇本 実 副会長	若生 喜晴 理事 (㈱ニッコトラスト)	黒川 知輝 理事 (㈱グリーンハウス)	山本 裕康 理事 (メーキュー㈱)	
栄養士委員会	田村 隆 副会長	小笠原力一 理事 (㈱ニチダン) 米谷 伸行 理事 (㈱日米クック)	田所 伸浩 理事 (㈱魚国総本社) 野々村 慎之 理事 (ウオクニ㈱)	山下 史朗 理事 (㈱東紅給食)	
災害被災支援 委員会	田上 政行 副会長	嘉藤田章博 理事 (㈱エム・エム・ビー)	高橋 一馬 理事 (㈱紅 谷)		
外国人技能実習 委員会	菅井 正一 理事	若生 喜晴 理事 (㈱ニッコトラスト) 二神 良昌 理事 (四国医療サービス㈱)	角田 大輔 (日清医療食品㈱) 和田 尚子 (富士産業㈱)	宮崎 達之 (日本ゼネラルフード㈱) 鶴留 光広 (淀川食品㈱)	渡邊 大介 (㈱日総) 田上 史人 (メーキュー㈱)

(2022年5月20日)

関係各位に大変ご迷惑をおかけしましたことお詫びするとともに、ここに訂正させていただきます。



原稿募集



機関誌「笑食改善」は、会員の皆様からのご原稿を募集しています！

募集テーマ

- 写真募集** 研修レポート（お写真と研修内容400字）
- 写真募集** 我が社の行事食・特別食（お写真とレシピ紹介400字）
- 川 柳** 募集テーマは「笑顔」「給食」「快活」「一膳」
- TOPIC** フードロスについて（〈発生抑制〉または〈再利用〉の実践報告 1,200字以内）
- 自由投稿** 「TOPIC」で取り上げてほしい課題についての考察（1,200字以内）
- 趣味を語る** 趣味にまつわるエッセイ（1,200字以内）+お写真1～2点

原稿書式など

◆原稿書式

Word形式の文書をE-mailで下記アドレスにご送付ください。お写真はできるだけ高解像度のものをお送りください

◆掲載の決定について

- ・表現や体裁、文字量の削減をお願いすることがあります
- ・個人を誹謗中傷する等公序良俗に反するもの、不正確・未確認な記述のあるもの、読者が理解困難である等、編集委員会が判断し、掲載をお断りすることがあります

◆原稿料

薄謝を進呈します

◆著作権

- ・他の著作物から図表等を転載する場合は、ご自身で転載申請を行ってください
- ・本誌に掲載された記事の全部、または一部を転載、または頒布される場合は、当協会の承認を必要とします

投稿先

（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

編集委員会名簿

編集委員長	馬 洵 祥 正	(株)馬洵商事 代表取締役社長
委 員	田 所 真紀子	(独)国立病院機構東京医療センター 栄養管理室長
委 員	門 間 弘 子	(株)紅谷 栄養管理部 安全衛生管理室長
委 員	矢 野 明 子	四国医療サービス(株)シンセイフード事業部 栄養管理部次長
委 員	鶴 留 光 広	淀川食品(株) 総務室長
委 員	新 井 秀 一	(公社)日本メディカル給食協会 専務理事
委 員	小 嶋 美 之	(公社)日本メディカル給食協会 事務局長



交通

JR「秋葉原駅」中央改札口・昭和通り口(3番出口)より徒歩4分
 東京メトロ日比谷線「秋葉原駅」5番出口より徒歩2分
 都営新宿線「岩本町駅」A3出口より徒歩2分
 ※つくばエクスプレス「秋葉原駅」出口は各線出口とつながっています。



公益社団法人 **日本メディカル給食協会**

〒101-0033 東京都千代田区神田岩本町15-1 CYK神田岩本町7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 平井 英司 編集委員長 馬淵 祥正



(2022年10月発行)