

15:30-15:45

**講演 2-3**

社員食堂における健康サポートについて

西洋フード・コンパスグループ株式会社  
メニュー栄養企画担当部長

**富田 利恵**

氏名： 富田 利恵（とみた りえ）

略歴： 1984年 実践女子大学卒

1992年 株式会社西洋フードシステムズ（現：西洋フード・コンパスグループ株式会社）入社、

1992年 広報室

2000年 営業開発部企画担当

2007年 マーケティング部

2015年 オペレーションサポート統括部メニュー栄養企画担当 担当部長

資格： 管理栄養士

加入学会： 特定非営利活動法人 日本栄養改善学会

加入団体： 公益社団法人 日本栄養士会

## 「健康な食事研究シンポジウム」 「社員食堂における健康サポートについて」

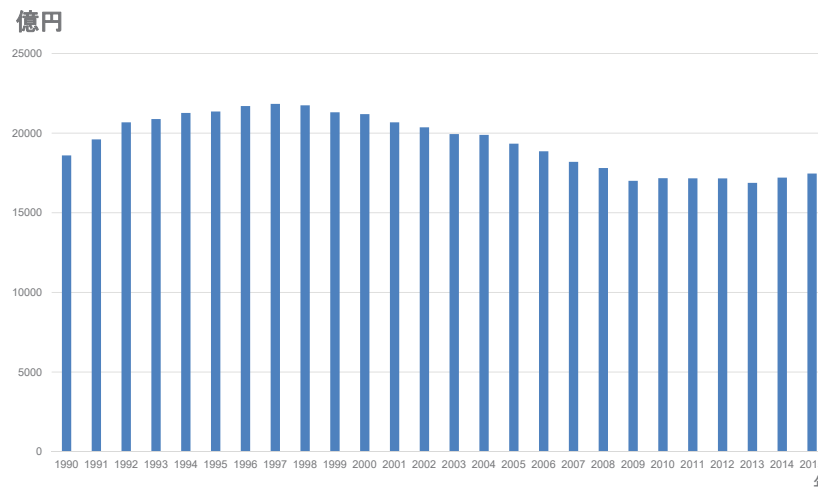


2017.2.22

西洋フード・コンパスグループ株式会社  
O P S 事業部 メニュー栄養企画担当  
富田 利恵

1

## 事業所給食市場規模の推移

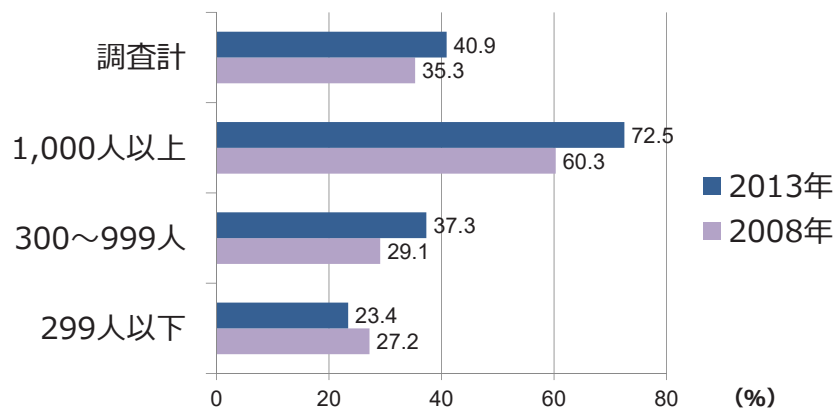


出所：公益財団法人 食の安全・安心財団 平成27年度外食産業規模推計値

2

## 社員食堂の設置率

(会員企業106社アンケート結果)



出所：株式会社産労総合研究所 多機能化する社員食堂の実態に関する調査2013年

3

## 社員食堂の主な役割・機能についての認識

(従業員1000人以上の社員食堂の企業に勤務する  
ビジネスパーソンのインターネット調査 複数回答)



出所：(株)産労総合研究所 社員食堂の利用に関する意識調査2013年

4

## 施設管理者 重要度ランキング

順位	項目
1	メニュー品質
2	衛生管理/安全性
3	利用者の満足
4	健康的な食事の提案
5	価格と価値の関係
6	メニュー計画及び種類
7	環境への配慮
8	料理の盛り・見栄え
9	現場のレスポンス
10	特別イベント&プロモーション

出所：当社調査結果（2013～2016年 n=589）

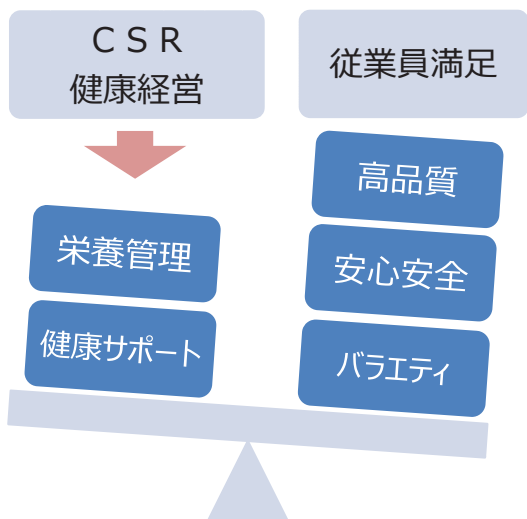
5

## 社員食堂へのニーズ



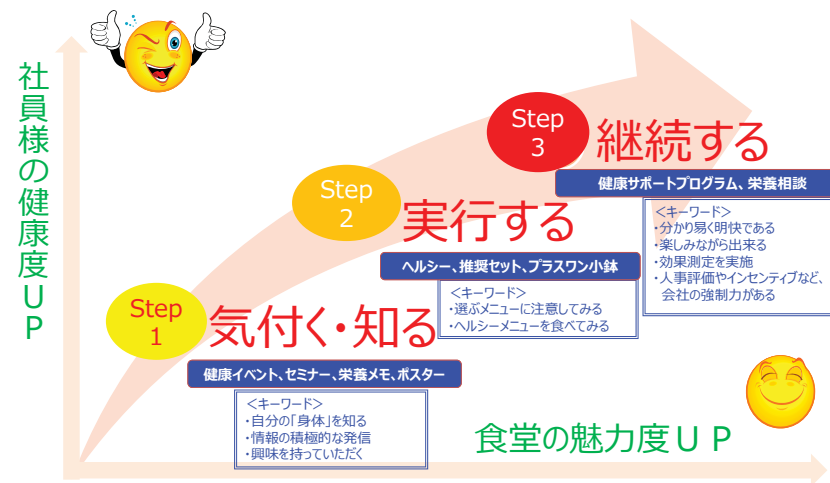
6

## 社会的な位置づけや評価は？



7

## 「社員の皆様の健康管理を、無理なく実現する」食堂



8

## Step 1 健康イベントの実施

気付く・知る

体脂肪測定	血流 & 血管チェック	血管年齢チェック	骨健康度チェック	SADAY (野菜たっぷり)	お酢で健康	トマトで健康
体脂肪測定器 	血流スコープ 	メディカルアナライザー 	骨ウェーブ 	野菜たっぷりメニューの提供 	お酢メニューの提供 	トマトメニューの提供 
体脂肪率の測定 	末梢血液循環の血流と血管の観察 	血管年齢の測定 (血管老化偏差値) 	骨健康度の測定 	健康情報の提供 	関連情報の提供 	関連情報の提供 
結果の解説 食堂でのメニュー選びのアドバイス 	観察結果の解説 食堂でのメニュー選びのアドバイス 	結果の解説 食堂でのメニュー選びのアドバイス 	結果の解説 食堂でのメニュー選びのアドバイス 	+ 健康情報の提供 	+ 関連情報の提供 	+ 関連情報の提供 
				+ ・オプション実施 簡易栄養相談 	+ ・オプション実施 お酢の試飲 利益許ゲーム 簡易栄養相談 	+ ・オプション実施 トマト小鉢 トマトドリンク 

9

## Step 1 健康情報の発信

気付く・知る

### 栄養一口メモの配布



### 健康サポート情報



### メニュー情報



10

## Step 2 ヘルシーメニューの提供

実行する



無理なく続けられるカロリーセーブ/バランスランチ

エネルギー	600kcal程度
脂質	エネルギー比率 25%程度
野菜 (きのこ・海藻含む)	140g以上
食物繊維	7g以上
食塩相当量	3.5g程度

### 女子栄養大学監修! バランスランチ

セットメニューで、エネルギーは600kcal程度。栄養バランスも考え、野菜140g以上使用し、食塩相当量3g以下で設定。

3つのバランスを継続的に

- エネルギーバランス
- 食品バランス
- 味のバランス

### 産学連携

女子栄養大学と西洋フード・コンパスグループは2016年5月、産学連携包括協定を締結しました。





豚肉のロベール風セット



カレーの唐揚げ野菜あんかけセット

11

## Step 2 ヘルシーメニューの提供

実行する

### 店舗独自のヘルシーメニュー (例)

「アンダー600」



### 薬膳メニュー



### 「PLUS ONE」小鉢



日常不足しがちな栄養素を、解りやすく選んでいただけるよう表記を行って小鉢を販売。

プラスワン PLUS ONE  
 薬膳 B9  
 「薬膳」は、ビタミンB群の補給、心筋健康やメンタルヘルス上の健康についても研究が進んでいる食品の健康です。薬膳の健康効果にも期待する。健康を重んずく性で健康にしたい方におすすめです。

プラスワン PLUS ONE  
 食物繊維 D.F  
 「食物繊維」は、腸健康だけでなく、血糖値上昇の抑制、高血圧やコレステロール血症の低下、多くの健康効果が期待されています。日本人の多くが不足しており、積極的に摂取することが大切です。

12

**Step 3** **健康サポートプログラム・栄養セミナーの実施** 継続する


「健康サポートプログラム」

実施方法 (例)	6ヶ月を1クールとし、個人別に目標設定 (目標体重) を行い、達成度により インセンティブを提供。
プログラム①	昼食時には、ヘルシーメニューを開始時より2か月間 「毎日食べ続ける」
プログラム②	スタート時、3ヶ月後、6ヶ月後に「セミナー」を実施。あわせて体重測定、アンケート(健康管理の意識調査)を行い、定点観測と自己認識を確認。
プログラム③	期間中に、個別の食事相談を、予約制で15分間×2回、受けることができる。

具体的な実施方法やプログラム内容については、貴社と相談の上、「BMI」の数値の低減、「有所見率の低減」を目標に、内容を決めて実施いたします。

「栄養セミナー」

- 「賢い食事の選び方 ～正しい食事と間食とは～」
- 「減塩のススメ ～毎日手軽に減塩方法～」
- 「血管年齢&血液サラサラ ～今からできる動脈硬化対策～」

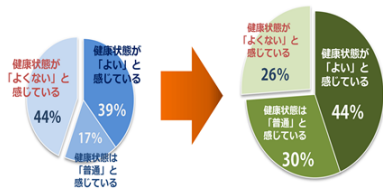


**Step 3** **健康サポートプログラム・栄養セミナーの実施** 継続する

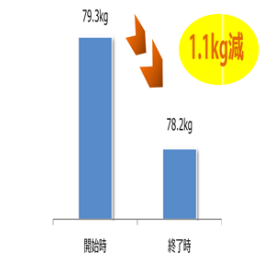
昼食1食であっても、継続した利用で健康改善の効果が期待できることを確認

健康状態が「よくない」と感じている方のうち 18%に改善効果あり

1ヶ月平均1.1kgの減量効果あり! (男性・BMI25以上対象)



健康状態が「よくない」と感じる方が統計学的にも有意に減りました。(n=23)



※ 1ヶ月間毎日食べていただき、女子栄養大学の協力のもと効果の検証を行いました。  
BMI25以上 (男性) で体重・BMI・体脂肪率に有意な減少が認められました。(n=19)



**「食事・生活習慣改善」**

- 社員食堂の設置
- 社員食堂における健康メニュー (低カロリー一定食等) 提供
- 朝方勤務の実施 (無料朝食等)

**「情報提供」**

- 健康セミナーの開催

資料: 「健康経営」への取り組み状況 (一般財団法人 日本経済団体連合会) を基に抜粋

