

雇児母発第 0329001 号
平成 17 年 3 月 29 日

各 { 都道府県
指定都市
中核市 } 民生主管部（局）長 殿

厚生労働省雇用均等・児童家庭局
母子保健課長

児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画について

「日本人の食事摂取基準（2005年版）」が平成17年4月から適用されることに伴い、平成17年3月29日雇児発第0329006号・障発第0329002号厚生労働省雇用均等・児童家庭局長・社会・援護局障害保健福祉部長連名通知「児童福祉施設における給食業務に関する援助及び指導について」を通知したところであるが、児童福祉施設における給食業務の基本となる食事計画について、下記の事項に留意の上、効果的に実施されるよう、貴管内児童福祉施設への周知方よろしく御配意願いたい。

なお、平成12年1月19日雇児発第1号本職通知「児童福祉施設給食の栄養給与目標の取扱いについて」は平成17年3月31日をもって廃止する。

記

1 児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画の基本的考え方

- (1) 「食事摂取基準」は、エネルギーについて「推定エネルギー必要量」、栄養素について「推定平均必要量」「推奨量」「目安量」「目標量」「上限量」といった複数の設定指標により構成されていることから、各栄養素及び指標の特徴を十分理解して活用すること。

- (2) 「食事摂取基準」は、健康な個人及び健康な個人を中心として構成されている集団を対象とし、性・年齢区分における平均的な身長、体重を基準として数値を設定したものである。よって、児童福祉施設においても、障害や疾患を有するため身体状況や生活状況等が個人によって著しく異なる場合には、一律の適用が困難であることから、個々人の発育・発達状況、栄養状態、生活状況等に基づいた食事計画を立てること。
- (3) 子どもの健康状態及び栄養状態の特徴に応じて、必要な栄養素について考慮すること。子どもの健康状態及び栄養状態に特に問題がないと判断される場合であっても、基本的にエネルギー、脂質、たんぱく質、ビタミンA、ビタミンB₁、ビタミンB₂、ビタミンC、カルシウム、鉄、ナトリウム（食塩）、食物繊維について考慮するのが望ましい。
- (4) 食事計画を目的として「食事摂取基準」を活用する場合には、表1を参考とし、個人を対象とすることを基本に、個人の習慣的な摂取量を目安量又は目標量に近づけるか、もしくは示された範囲内に収めることを目指すこと。その際、管理栄養士等による適切な活用を図ること。

2 児童福祉施設における「食事摂取基準」を活用した食事計画の策定に当たっての留意点

- (1) 子どもの性、年齢、栄養状態、生活状況等を把握・評価し、提供することが適当なエネルギー及び栄養素の量（以下「給与栄養量」という。）の目標を設定するよう努めること。なお、給与栄養量の目標は、子どもの栄養状態等の状況を踏まえ、定期的に見直すように努めること。また、子どもの性、年齢、身体活動レベルに応じて、年齢階級等の別に給与栄養量の目標を設定しても差し支えないこと。
- (2) 身体活動レベルについては、年齢階級によってその区分が異なり、7歳までは区分がなく、8～11歳で2区分、12歳以降は成人と同じ3区分とされているので、各身体活動レベルの活動内容を参照に判断すること。
- (3) エネルギー摂取量の計画に当たっては、健全な発育・発達を促すのに必要なエネルギー量を摂取することが基本となることから、定期的に身長及び体重を計測し、成長曲線（図1及び図2）に照らし合わせるなど、観察・評価を行うこと。
- (4) 脂質については、量（脂肪エネルギー比率）とともに、質（n-6系脂肪酸、n-3系脂肪酸）にも配慮するのが望ましいこと。
- (5) たんぱく質、炭水化物の総エネルギーに占める割合については、平成14年国民栄養調査結果の年齢階級別摂取量の分布及び他の栄養素の必要量を確保できる食事構成を参考に、たんぱく質については10%以上20%

未満、炭水化物については 50 %以上 70 %未満の範囲内を目安とすること。

- (6) 給与栄養量が確保できるように、献立作成を行うこと。
- (7) 1日のうち特定の食事（例えば昼食）を提供する場合は、対象となる子どもの生活状況や1日全体の食事に占める特定の食事から摂取することが適当とされる給与栄養量の割合を勘案し、その目標を設定するよう努めること。生活状況等に特段配慮すべき問題がない場合には、昼食については、1日全体の概ね 1/3 を目安とし、おやつについては、発育・発達状況や生活状況等に応じて1日全体の 10 ～ 20 %程度の量を目安とすること。
- (8) 献立作成に当たっては、季節感や地域性等を考慮し、品質が良く、幅広い種類の食品を取り入れるように努めること。また、子どもの咀嚼や嚥下機能、食具使用の発達状況等を観察し、その発達を促すことができるよう、食品の種類や調理方法に配慮するとともに、子どもの食に関する嗜好や体験が広がりかつ深まるよう、多様な食品や料理の組み合わせにも配慮すること。

3 児童福祉施設における食事計画の実施上の留意点

- (1) 子どもの栄養状態や摂食量、残食量等の把握により、給与栄養量の目標の達成度を評価し、その後の食事計画の改善に努めること。
- (2) 献立作成、調理、盛りつけ・配膳、喫食等各場面を通して関係する職員が多岐にわたることから、定期的に施設長を含む関係職員による情報の共有を図り、食事の計画・評価を行うこと。
- (3) 日々提供される食事が子どもの心身の健全育成にとって重要であることに鑑み、「楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド」（平成 16 年 3 月 16 日雇児発第 0316007 号厚生労働省雇用均等・児童家庭局長通知「食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」)に関する取組の推進について」に添付の資料)及び「保育所における食育に関する指針」（平成 16 年 3 月 29 日雇児保発第 0329001 号厚生労働省雇用均等・児童家庭局保育課長通知「保育所における食を通じた子どもの健全育成(いわゆる「食育」)に関する取組の推進について」に添付の資料)を参考に、施設や子どもの特性に応じた「食育」の実践に努めること。
- (4) 給食の運営が衛生的かつ安全に行われるよう、給食担当者の健康診断及び定期検便、食品の衛生的取扱い、消毒等保健衛生に万全を期し、食中毒や感染症の発生防止に努めること。

表1 栄養計画を目的として、栄養素に関する食事摂取基準を用いる場合の概念(エネルギーは除く)¹

	個人を対象とする場合	集団を対象とする場合
推定平均 必要量 (EAR)	用いない。	習慣的な摂取量が推定平均必要量以下である者の割合を2.5%以下にすることをめざす。
推奨量 (RDA)	習慣的な摂取量が推定平均必要量以下の者は推奨量をめざす。	用いない。
目安量 (AI)	習慣的な摂取量を目安量に近づけることをめざす。	集団における摂取量の中央値が目安量になることをめざす。
目標量 (DG) ²	習慣的な摂取量を目標量に近づけるか、または、示された範囲内に入るようにめざす。	習慣的な摂取量が目標量に達していないか、示された範囲外にある者の割合を減らす。
上限量 (UL) ³	習慣的な摂取量を上限量未満にする。	習慣的な摂取量が上限量以上の者の割合をゼロ(0)にする。

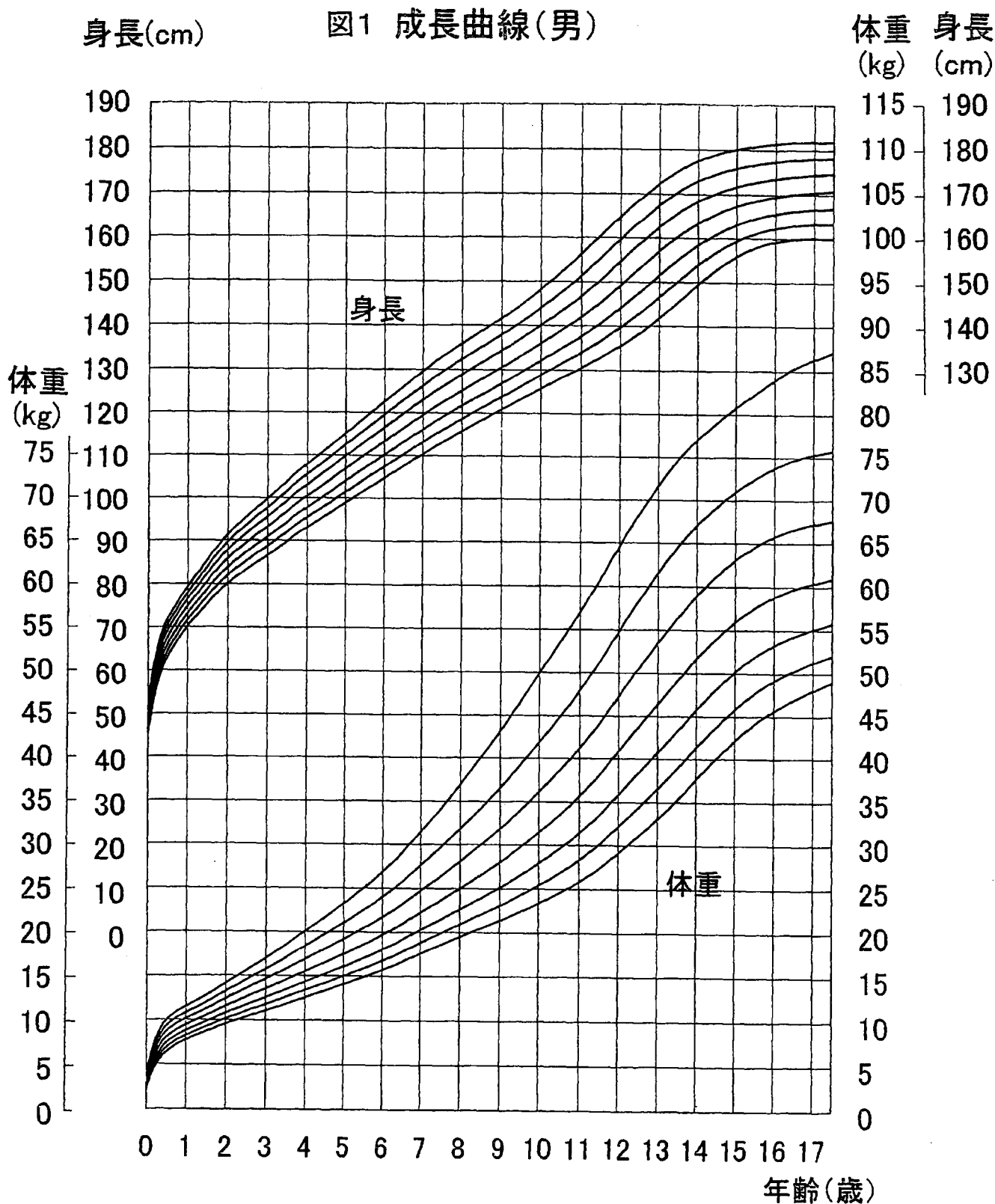
¹ 栄養アセスメント(食事摂取量のみならず、生化学的指標、身体計測値など)に基づいて、対象に応じた計画を立案し、実施することが重要である。数値は実現しなければならないものではない。なお、計画立案の基になる栄養摂取量評価(アセスメント)はスクリーニング的な意味をもっている。真の栄養状態を把握するためには、臨床情報、生化学的測定値、身体計測値が必要である。

² 栄養素摂取量と生活習慣病のリスクは、連続的であるので、注意して用いるべきである。「リスクが高い」「リスクが低い」とは、相対的な概念である。ここでいう「リスク」とは、生活習慣病や過剰摂取によって健康障害が発生する確率のことを指している。

³ 上限量が設定されていない栄養素が存在する。これは、数値を決定するための科学的根拠が十分に存在していないことを示すものであって、多量に摂取しても健康障害が発生しないことを保障するものではない。

資料：平成16年12月28日健習発第1228001号厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室長通知
「日本人の食事摂取基準(2005年版)の取扱いについて」

身長(cm) 図1 成長曲線(男)



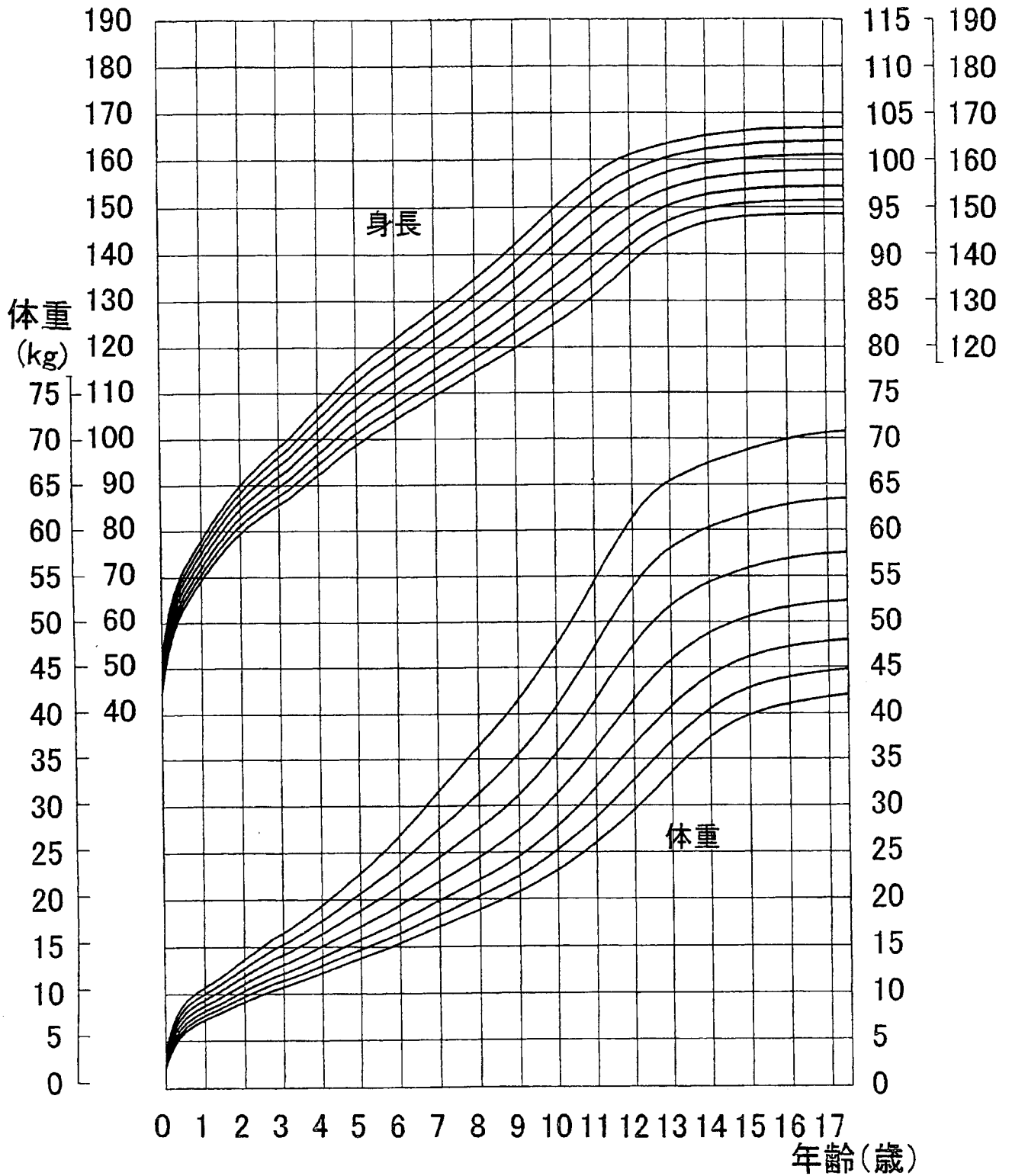
(7本の線はそれぞれ下から3,10,25,50,75,90,97の各パーセントイル値を示す)

資料：厚生労働省雇用均等・児童家庭局「食を通じた子どもの健全育成（一いわゆる「食育」の視点から）のあり方に関する検討会」報告書〈楽しく食べる子どもに～食からはじまる健やかガイド～〉（平成16年2月）70-71頁

身長(cm)

図2 成長曲線(女)

体重 (kg) 身長 (cm)



(7本の線はそれぞれ下から3,10,25,50,75,90,97の各パーセンタイル値を示す)