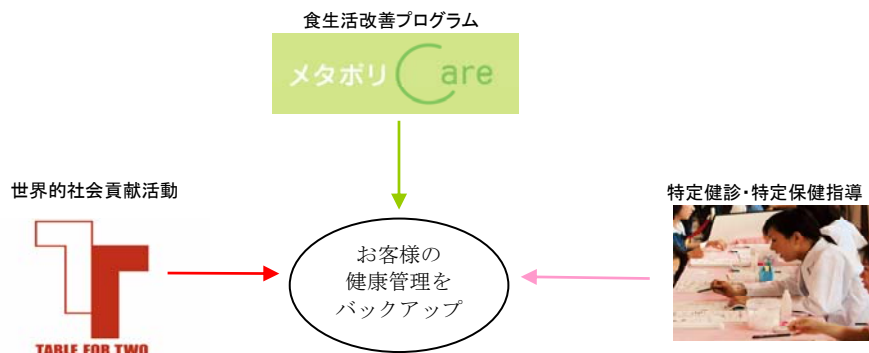


「継続は力なり」メタボリ対策で社員食堂の重要性を見直そう!

お客様の健康管理を給食会社がバックアップ

世間でメタボリック症候群が問題視される中、社員の健康管理にお悩みの企業は多いのではないのでしょうか? エームサービスは、「身近な社員食堂を食生活改善の場所」として活用してもらうことを目的に、メタボリ対策を中心に**お客様の健康管理をバックアップする3つの取組み**を企業のニーズに合わせて提案しています。今や社員食堂は食事をするだけの場所から、栄養バランスのよい食事を継続的に食べられ、ヘルシーメニューを通じて社会貢献までできる場所へと変貌を遂げているのです。



■ 取組み 1：メタボリックシンドローム対応の食生活改善プログラム『メタボリ^{ケア}Care』

メタボリ対応メニューとして、業界に先駆けて 2005 年から提供。好きなメニューを選択するカフェテリア形式が主流の中、栄養バランスのよい定食形式にこだわり全国の企業で展開中

■ 取組み 2：平成 20 年 4 月より義務化となる「特定健診・特定保健指導」への対応

企業の健康管理室や健康保険組合からのニーズに合わせて、栄養セミナー、栄養指導を積極的に実施し健康づくりのための連携を強化

■ 取組み 3：世界的社会貢献活動「^{テーブル フォー ツー}TABLE FOR TWO」プログラム

ヘルシーメニュー1食につき開発途上国の学校給食1食分(20円)を寄付する活動を10月より協力企業の社員食堂で実施

INDEX

I. 食生活改善プログラム『メタボリ Care』	-----2P
1. ヘルシーメニューの常識を覆す! 牛丼、シチュー これが『メタボリ Care』メニュー	
2. 「継続」できます! 給食会社 30 年のノウハウを活用したメニューシステム	
3. 『メタボリ Care』開発 STORY	
II. 給食会社が担う「特定健診・特定保健指導」	-----5P
III. 「TABLE FOR TWO」で世界的社会貢献活動に参加	-----6P
IV. エームサービス会社概要	-----7P

<添付資料>

1. 厚生労働省 国民健康・栄養調査より	-----8P
----------------------	---------

※『メタボリ Care』は商標登録出願中

I. 食生活改善プログラム『メタボリ Care』

1. ヘルシーメニューの常識を覆す！牛丼、シチュー これが『メタボリ Care』メニュー

(1) 『メタボリ Care』メニューのポイント

- 味気なくて物足りない「ヘルシーメニュー」のマイナスイメージを払拭
- 和洋中、丼、麺、デザートとバラエティ豊富なオールシーズン対応のメニュー
- 雑穀入りご飯、豆、海草、根菜等食物繊維たっぷりで見た目以上に食べ応え有り
- 牛丼、シチュー、カレー、焼きそばなど定番人気メニューも提供
- 限られた時間のランチタイム。セットメニューだから面倒なカロリー計算不要

(2) 『メタボリ Care』メニュー例 ※Eはエネルギー量

牛丼セット E:612Kcal



- ・もも肉の牛丼（五穀ごはん）
- ・けんちん汁
- ・プロッコリーの胡麻ドレッシング和え
- ・かぶの甘酢漬け

<ポイント>

通常の牛丼はバラ肉を使用しますが、脂身の少ないもも肉を使用することで125kcalダウン。
さらに玉ねぎや白滝を多く取り入れることでボリューム感を出したセットメニューです。

“ガマンしている感”が少ない × 低カロリー

豆乳クリームシチューセット E:609Kcal



- ・発芽玄米ごはん
- ・豆乳のクリームシチュー
- ・海草サラダ
- ・しめじと突きこんにゃくの炒り煮
- ・りんごの黒酢ヨーグルト

<ポイント>

玄米、海草、しめじ、こんにゃく、りんご等食物繊維豊富な食材をふんだんに使用したセットメニューで1日に必要な1/2の食物繊維を摂取できます。更に、シチューはコレステロールゼロの豆乳を使用しています。

おいしそう × 高繊維

(3) 『メタボリ Care』メニューコンセプト

1. エネルギー：640kcal 以下（通常のセットメニューの7割に抑える）
2. 脂質：18g 以下（植物性を多く）
3. コレステロール：100mg 以下（高脂血症の方のコレステロール目標量は300mg/日未満）
4. 野菜・果物：120g 以上（1日350g以上摂るのが望ましいため、目標量の1/3を目安）
5. 食物繊維：8g 以上（体外へコレステロールの排出を促す作用有り）

※日本動脈硬化学会「動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2007 年度版」に基づき作成

2. 「継続」できます！給食会社 30 年のノウハウを活用したメニューシステム

健康によいメタボリ対応メニューも、おいしくなければ継続的に召し上がっていただけないと当社は考えています。

社員食堂を運営する給食会社だからこそできたお客様ニーズ対応型の『メタボリ Care』で、自身の食生活を見直すきっかけにしていいただければと思っています。

(1) 給食会社 30 年のノウハウを活用したメニューシステム

- 病院患者給食で導入している厳格な栄養管理システムを活用
- お客様満足度調査*、嗜好調査を行いお客様の視点をプログラムに反映
- 計量して提供する計算された厳格なメニュー
- 一汁三菜を基本とした低カロリー、低脂肪、低コレステロール、高繊維メニュー
- 食事と合わせて、栄養士がメタボリックシンドロームに関連する情報提供を実施

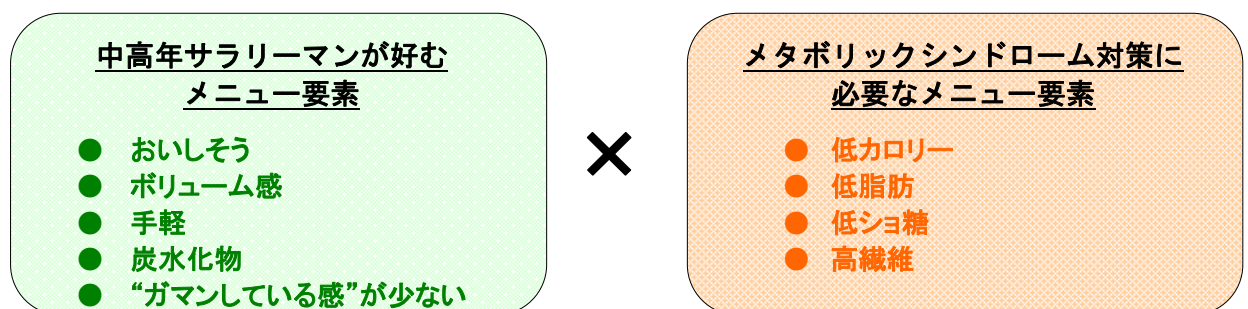
*お客様満足度調査（年 1 回、社員食堂や病院食を利用しているお客様向けに実施するアンケート調査）

(2) 中高年サラリーマンを対象とした食生活改善プログラム

厚生労働省発表の「国民健康・栄養調査」（※詳細は添付資料 1 を参照）結果を分析し、メタボリックシンドロームの割合が高いものの健康に対するアクションが少ない働き盛りの中高年サラリーマンを対象に食生活改善プログラム『メタボリ Care』を開発しました。

(3) 「継続」できるメタボリックシンドローム対策メニューの方程式

さらに満足度調査結果等から、中高年サラリーマンが好むメニュー要素とメタボリ対策に必要なメニュー要素を検討し、楽しんで「**継続**」できるメニューの方程式をつくりました。



(4) お客様の反応

「噛み応えのあるメニューが多いので、満足感が得られます」

「メニューバラエティが豊富で、毎日食べても飽きずに 3 カ月間継続できました」

「意外においしくて、しっかり食べられるメニュー」

「定食形式なのでどのようなメニューを選択すればよいかとても参考になった」

3. 『メタボリ Care』開発 STORY

(1) はじまりは「低コレステロール食」の提供

2005 年当社が給食を受託する千葉県内の企業では、健康診断を受けた男性社員のうち、血中コレステロール値が高く、高脂血症の要観察の社員が 3~5 割もいる状況を改善するため、食生活の見直しが急務となり、同社の健康管理室から相談を受けました。

その後「昼の食事をきっかけに生活習慣を変えてもらいたい」という食堂担当者の要望もありコレステロール値が高い方向けに「低コレステロール食」を定食形式で提供しました。

(2) 昼食だけでも効果あり

「昼食だけの提供で効果があるか？」など懸念されましたが、コレステロール値の高い方に 2 回に分けて 3 ヶ月間メニューを提供することになりました。1 回目は 17 名、2 回目は 23 名に継続的にメニューを試していただいた結果、トータルで 40 名中約 6 割の方のコレステロール値が低下しました。

更に食事と合わせて、同社看護師から運動等の指導もあり、体験者からは「ベルトの穴が下がった」「便秘が解消した」など嬉しい反応がありました。

(3) 食生活改善プログラム『メタボリ Care』に改称し全国展開

この社員食堂での事例をもとに 20 日分(1 ヶ月分)のメニュー開発を重ねる頃には、世間に「メタボリックシンドローム」という言葉が広がり始めました。

そして当社は、国民健康・栄養調査結果や満足度調査を参考に「低コレステロール食」を更に厳格な栄養管理に基づく**食生活改善プログラム『メタボリ Care』**に改称し、現在約 30 社で提供しています。

社員食堂を運営する企業の使命として、食事を提供するだけに留まらず、栄養指導業務を含めた提案をクライアント企業に行うことでお客様の健康管理をバックアップしていきます。

(4) 産業医も薦める『メタボリ Care』

産業医もおすすめ!

土肥 誠太郎

1984年 産業医科大学卒、医学博士
労働衛生コンサルタント
日本産業衛生学会指導医

内臓脂肪が蓄積され、いわゆるメタボリックシンドロームの状態にあると、心筋梗塞や脳梗塞などの「動脈硬化性疾患」が促進されることがわかってきました。

内臓脂肪蓄積の最大の原因は「過食」と「運動不足」です。

メタボリCareは雑穀や玄米等の主食に、日頃摂りにくい豆や根菜をプラスした「過食」を防ぐ低エネルギーメニューです。

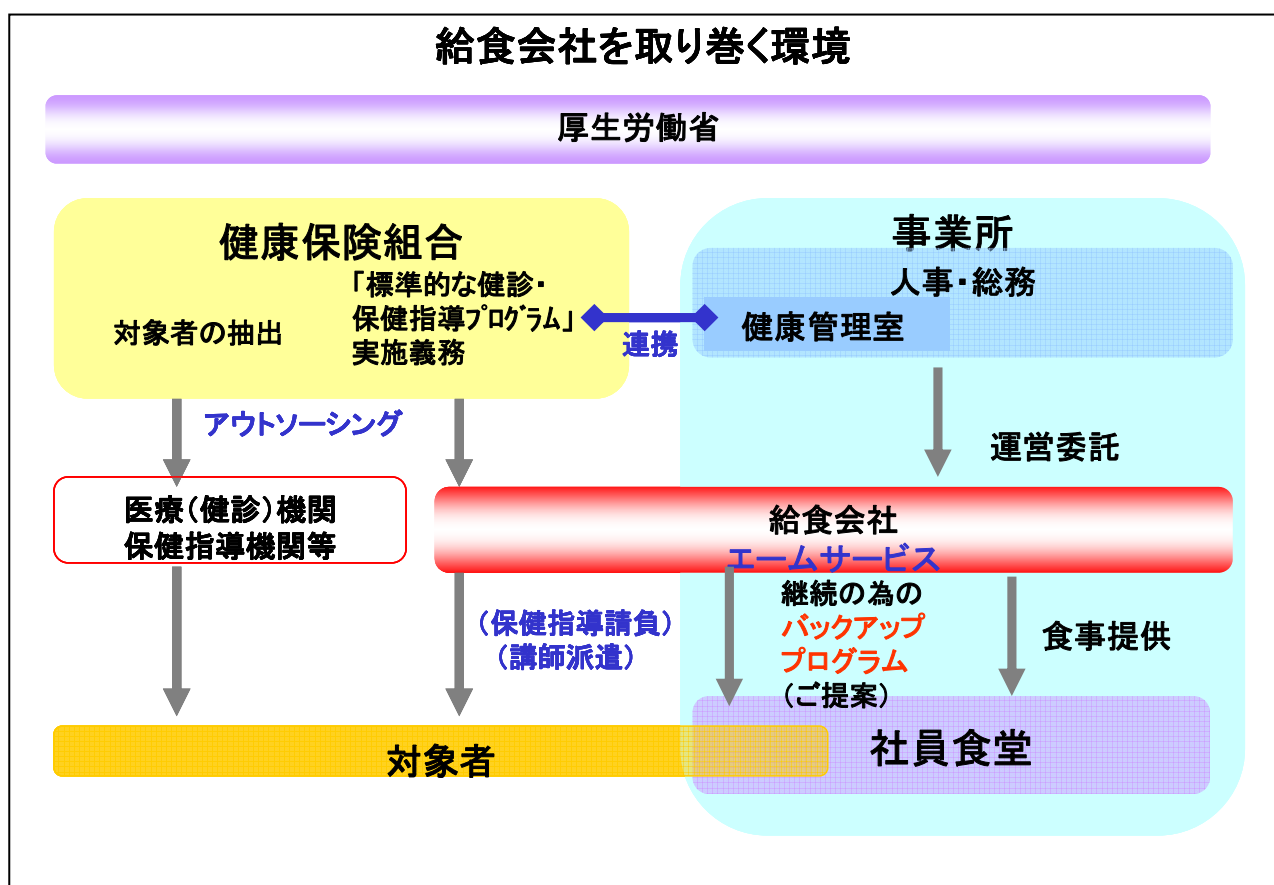
Ⅱ. 給食会社が担う「特定健診・特定保健指導」

(1) 健康管理室、健康保険組合と連携強化し健康管理のバックアップ

平成 20 年 4 月より義務化となる「特定健診・特定保健指導」は生活習慣病予防を目的とする結果を出す保健指導が必須となります。

具体的には、健診結果から本人が身体状況を理解し、生活習慣改善の必要性を認識できるライフスタイルを考慮した計画的な個別プログラムの保健指導が求められています。

給食会社もヘルシーメニューの提供や栄養情報コーナーを設置する等の取り組みに留まらず、健康保険組合や企業の健康管理室等からメタボリックシンドローム対策としての栄養セミナーや栄養指導の実施を求められてきています。



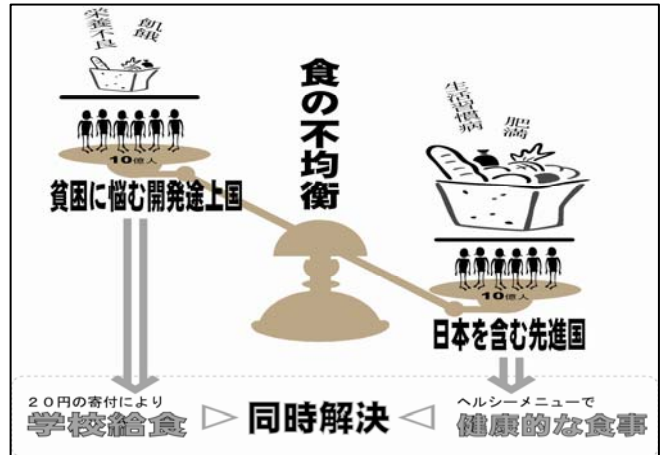
(2) 「特定健診・特定保健指導」に向けて当社の取組み

- 健康保険組合が抽出した対象者に対して、栄養指導や生活習慣病予防セミナーを実施
- 栄養指導をするため管理栄養士の採用を増やし、教育プログラムを強化
- 『メタボリ Care』は、当社独自の満足度調査、嗜好調査結果を反映。人気の高い麺やデザートメニューを更に充実
- 『メタボリ Care』のターゲット層を、中高年サラリーマンはもちろんのこと幅広い年齢層にも拡大

Ⅲ. 「TABLE FOR TWO」で世界的社会貢献活動に参加

(1) 社員食堂におけるヘルシーメニューの提供で開発途上国を支援

「TABLE FOR TWO」(以下「TFT」)とは、社員食堂やレストランでのヘルシーメニューの提供を通じて、開発途上国の学校給食1食分(20円)を寄付する運動です。肥満や生活習慣病が問題となっている先進国と、飢餓や栄養不足に苦しむ開発途上国との食の不均衡を同時に解消しようとする取組みで、当社をはじめ、給食事業者、企業・団体など32社が参加表明しています。



先進国の一人が1食を食べる時に開発途上国の誰かに食事を送ることが出来、1食を2人で食べていることから「TABLE FOR TWO」と呼ばれており世界経済フォーラムにより選ばれた日本のYGL*によって提唱された日本発の食糧支援プロジェクトです。

*YGL (Young Global Leaders) : 世界の経済フォーラムが世界各国から選出した1,111人の有望な40歳以下の若手リーダーのコミュニティ

(2) 「TABLE FOR TWO」の仕組み(当社の場合)



Photo:WFP/Crispin Hughes

- ① 協力企業の食堂で『メタポリ Care』やTFT専用メニューを提供
- ② 1食につき20円を「TFT」に寄付
※寄付の方法は、当社・喫食者・実施企業が支払うなど契約形態やクライアントの意向により企業ごとに異なる
- ③ 「TFT」から「WFP 国連世界食糧計画」や「ミレニアム プロミス」を通じて開発途上国の学校給食に活用

IV. エームサービス会社概要

- 設立：昭和51年5月
- 資本金：19億9百万円
- 代表者：代表取締役社長 石田 久人
- 売上高：1,387億26百万円【平成19年3月期（連結）】
- 事業内容：
 - ・企業、学校、病院・社会福祉施設におけるフードおよびサポートサービス
 - ・会議・研修施設、保養所におけるトータルマネジメントサービス
 - ・オフィスにおけるリフレッシュメントおよびサポートサービス
 - ・スポーツ競技大会・イベントにおけるフードサービス
 - ・飲食施設の設計、清掃・施設管理、リネンサプライ、ユニフォームレンタル、人材派遣等

●概要：

当社は1976年、三井グループ企業と米国のサービスマネジメント企業アラマーク社の合併企業として設立されました。以来、オフィス、工場、学校、病院、社会福祉施設におけるフードサービスを基軸に事業領域を広げ、お客様が必要とするサービスを総合的に提供できる「トータルマネジメントサービス」を目指してまいりました。

現在では、全国3,000以上の施設で1日100万食を提供する企業グループとなり、清掃、洗濯、ユニフォームレンタル、人材派遣等さまざまなサービスを展開しています。

きめ細やかなカスタムメイドの「サービスマネジメント力」とそれを実現する「総合力」で強みを発揮し、業界トップを競う企業に成長しています。

●取組み：

企業および学校給食においては、全国640カ所の施設で給食業務を受託しています。社員食堂においては、『メタボリ Care』を導入する以前から骨強度や肌年齢、ストレスチェックなどの測定を行い、栄養バランスのよいメニューを提案、栄養士が食生活のアドバイスを行う「ヘルシーナビ」を年間約4万人以上に実施しています。

また、食生活に関する健康セミナーを開催する等、お客様の健康管理をサポートする取組みを推進しています。

【本件に関する問い合わせ】

エームサービス株式会社
企画業務部 広報室（林 文／鴻池 明子／田村 真理子）
TEL：03-3502-3722／FAX：03-3502-4897
Eメール：aim@aimservices.co.jp

<添付資料 1>

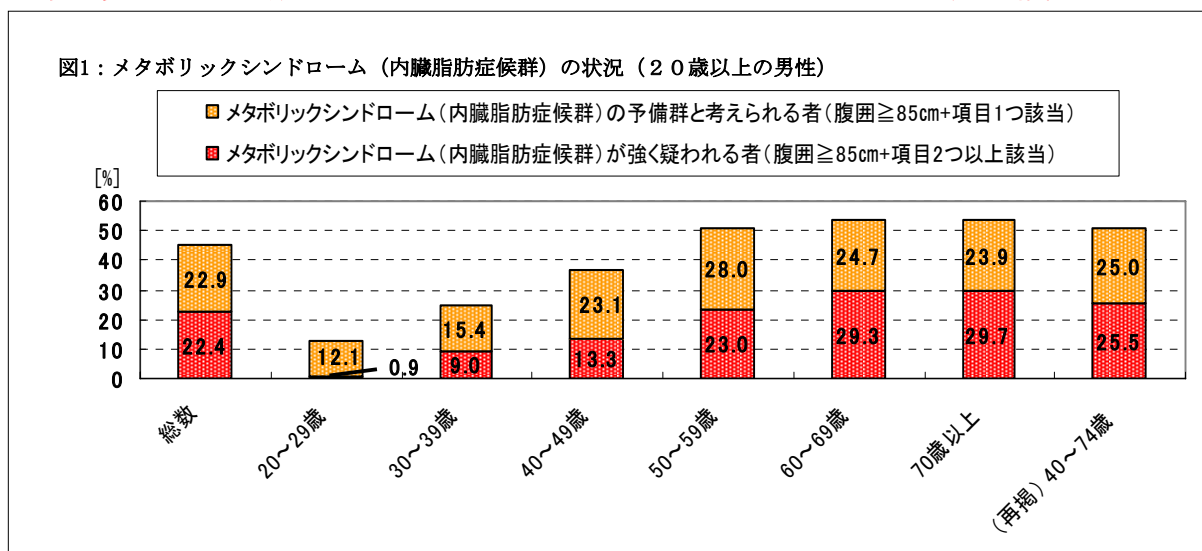
厚生労働省 国民健康・栄養調査より

厚生労働省は、新たな特定健診・特定保健指導の方向性としてメタボリックシンドロームの概念を導入しました。平成 27 年度までに、生活習慣病有病者・予備軍を 25%削減させる医療費適正化のための目標を発表したことから、企業や健康保険組合は従業員のメタボリ対策を進めています。

(1) 国民健康・栄養調査

<実態 1>

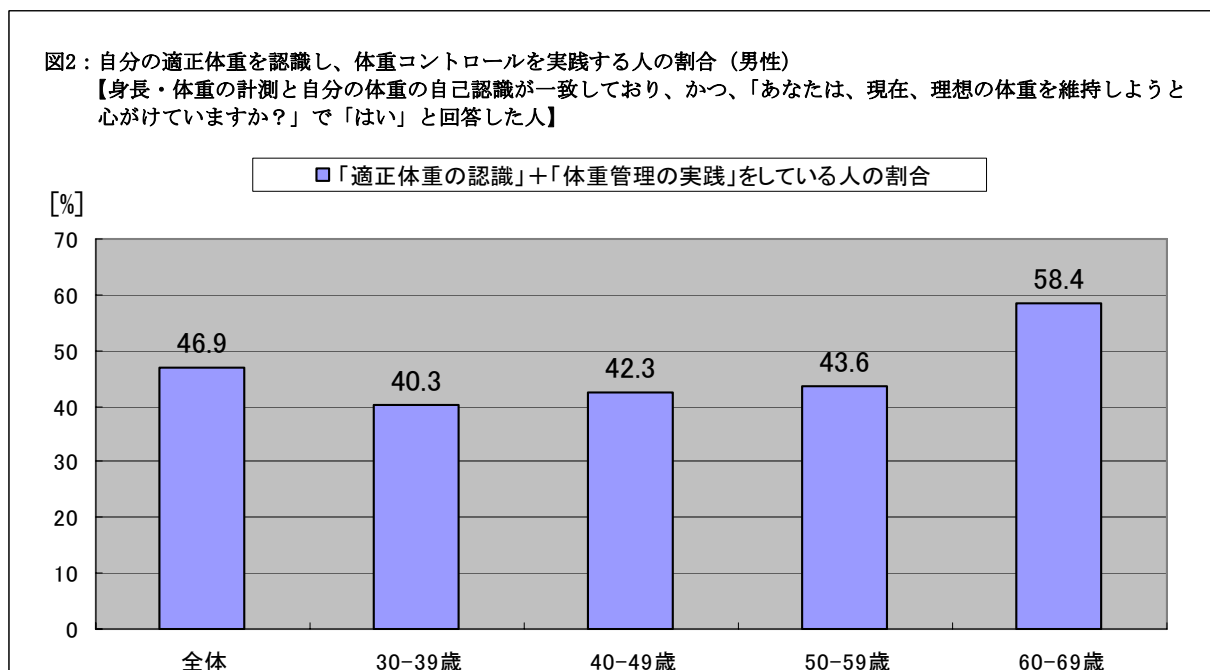
中高年男性（40～74 歳）の 2 人に 1 人がメタボリックシンドロームもしくはその予備群 ※図 1



<平成 17 年国民健康・栄養調査より作成>

<実態 2>

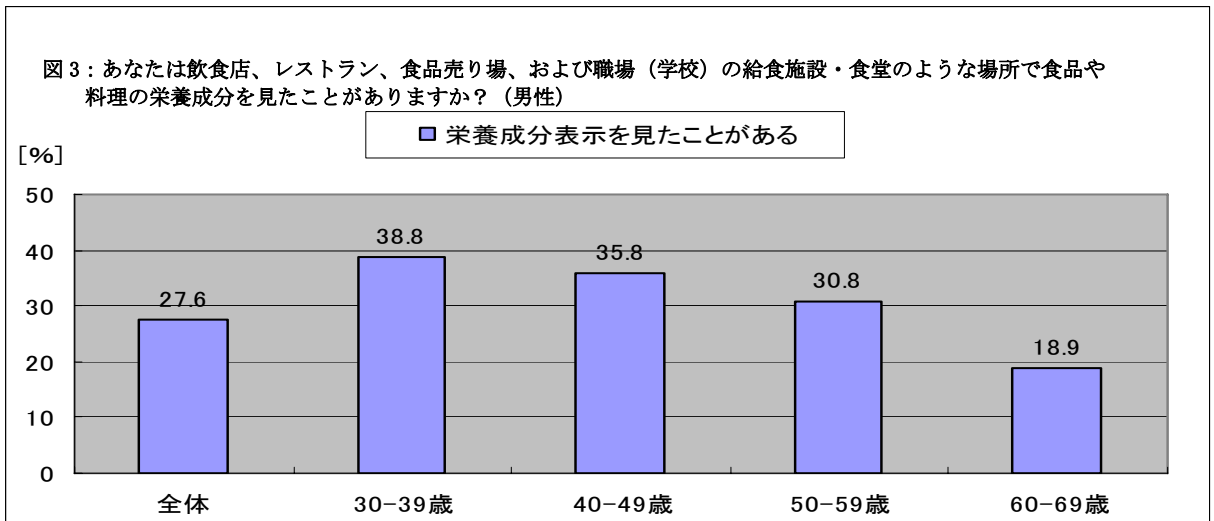
実際に体重管理できている中高年はわずか 4 割 ※図 2



<平成 16 年国民健康・栄養調査より作成>

<実態 3>

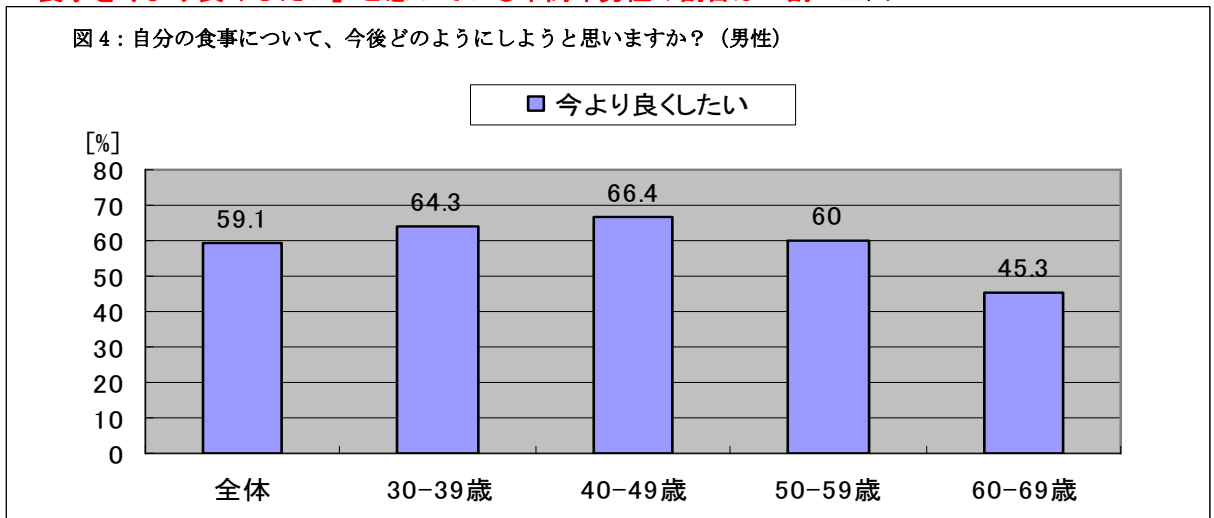
栄養成分表示を見ている男性はどの年代でも 4 割以下 ※図 3



<平成 16 年国民健康・栄養調査より作成>

<実態 4>

「食事を今より良くしたい」と思っている中高年男性の割合は 6 割 ※図 4



<平成 16 年国民健康・栄養調査より作成>

(2) 意識と実態に大きなギャップ！ 中高年サラリーマンの食生活の実態

国民健康・栄養調査結果から、中高年男性はメタボリックシンドロームの割合が高く、6 割の方が体重管理できていないことがわかります。

また、自己管理が苦手であるにも関わらず、「今のままではいけない！」という**問題意識や危機感が高い**ことがいえます。つまりは、健康に対して、**意識と実態にギャップ**があるようです。