



産学官で連携した食環境整備 モデル事業 報告書

全体版

働く世代の生活習慣病対策～産学官で連携した食環境整備～

本報告書は、地域食生活対策推進協議会で協議・実施した
「産学官で連携した食環境整備モデル事業」の取組をまとめたものです

令和7年3月
神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター
保健福祉サービス連携調整会議
地域食生活対策推進協議会 作成

目次

スライドNO

第1章 はじめに	2
第2章 モデル事業の概要	6
• 各社での取組概要	
• 本取組の整理・各担当の振り返り	
• 今後に向けて	
第3章 株式会社NITTAN における食環境整備取組結果	26
• 会社概要	
• スケジュール	
• 実施内容	
• 各種調査結果	
第4章 富士電線株式会社における食環境整備取組結果	60
• 会社概要	
• スケジュール	
• 実施内容	
• 各種調査結果	
第5章 今回作成したツール・栄養教育用媒体の紹介	94
地域食生活対策推進協議会・部会 委員名簿	102

目的

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

背景

(企業側)

- ◆ 企業によって、安全衛生対策の内容に違いがある
- ◆ 従業員の一人ひとりが健康でいられると、企業としても活カ・生産力が向上し、業績アップにつながる
- ◆ 近年、各社のESG評価※や株価にもよい影響がある

(行政側)

- ◆ 20～60歳代男性には肥満等の健康課題が多く見られるが、働きかける場が少ない
- ◆ 従業員の嗜好等の理由から、メニューや栄養量を改善しない食堂もあるため、支援が難しい

※ESG評価: Environment (環境)、Social (社会)、Governance (ガバナンス(企業統治))
に関する評価のこと。

理念

- ◆ 本取組では、働く世代1人ひとりが健康的な食生活を送ることができる環境をつくる、充実させることを目指しています。
- ◆ そのための食環境とは、「健康につながる食事を食べられる環境」と「適切な栄養・健康情報を取得できる環境」の両者がそろっていることとして、産学官のメンバーで協議し、モデル事業を進めました。

各企業の活力・生産力・業績向上

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

本取組で目指す食環境整備

働く世代1人ひとりが
健康的な食生活を送ることができる環境

健康につながる食事
を食べられる環境

働く人が食品に
アクセスする機会

適切な栄養・健康情報
を取得できる環境

働く人が情報に
アクセスする機会

実施体制

産学官、それぞれの役割を果たしながら、
同じ目的に向かって取り組む

モデル事業へ

各企業の安全衛生対策が充実

産 (企業)

- ◆ 株式会社NITTAN
- ◆ 富士電線株式会社
- ◆ 神奈川労働安全衛生協会平塚支部

本取組に賛同して
くださった2社

働く世代の
健康保持増進・
生活習慣病予防

学 (学術等)

- ◆ 秦野伊勢原医師会
- ◆ 神奈川県立保健福祉大学栄養学科

実践活動や
人材育成が充実

官 (行政)

- ◆ 秦野市健康づくり課
- ◆ 伊勢原市健康づくり課
- ◆ 神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター

住民への健康増進
の取組が充実

働く世代の生活習慣病対策～産学官で連携した食環境整備～ 3年間の経過

R4年度

R5年度

R6年度

会議体 協議会

R5.3
・今後の方向性
・部会報告
・モデル事業の協議

R6.3
・食環境見える化
ツールの検討
・モデル事業の
進捗報告

R7.3
・モデル事業の報告
・今後の計画に
ついて

部会

R4.12
・地域実態、各機関
の取組共有
→対策検討

R5.10
・各モデル企業に合わ
せた取組の進捗共有
・食環境見える化ツール
(仮)の検討

R6.11
・モデル事業の
評価・まとめ
・横展開・定着に
向けた検討

栄養業務連絡会

年度に2～3回程度開催 (出席者:両市・当センターの栄養士)

事業

食環境整備の実施

モデル企業
の調整

R5.4～ 食環境整備モデル事業

取組テーマや
内容の検討

食環境整備の実施

中間評価

まとめ・評価

R7.3
モデル事業の
成果まとめ

支援ツールの作成

要望を伺い
検討開始

食環境スコア
項目の検討

R5.12
食環境見える化
ツール2023の
送付・活用周知

R6.4
食環境見える化
ツール2023
活用状況の送付

R7.3
食環境見える化
ツール2025の
作成・web掲載

R4栄養管理
報告書の集計

管内企業との関わり

R4.7
労安協地区会での
講演・アンケート

R5.3
管内企業に
本取組の周知

R7.3.3
講習会の開催
R7実施企業の
募集開始

関連事業

R4.8～10
栄養改善普及運動
(スマイルスリー)

R5.8～10
栄養改善普及運動
(スマイルスリー)

R6.5～12
栄養改善普及運動
(スマイルスリー)

給食施設指導(健康増進法第18条第1項第2号によるもの)

約1年6か月間の 食環境整備

- ✓ 各企業との調整
対面での打合せ 12回
(企業・給食会社・大学・市・当センター)
- ✓ 各企業に合わせた
テーマによる取組
- ✓ 多方面からの評価
企業(総務) :健康診断結果
給食会社 :食堂調査(食数等)
大学 :意識調査
当センター :食環境スコア

各種支援ツールの 作成・活用

- ✓ 食環境見える化ツール
 - ①食環境スコア
 - ②給食施設栄養管理報告書のまとめ
- ✓ 各種栄養教育媒体
 - 動画・講演スライド
 - 卓上メモ
 - ポスター

株式会社NITTAN での取組概要

- 対象 従業員 約600名
- テーマ Let's CCs !!
- 目標 (長期) 高血圧になる人が減る／循環器疾患の発症・重症化を予防する
(モデル事業後) 減塩をしている人が増える、健康的な定食を食べる人が増える
(各取組後) R 5 : 減塩の意識が上がる R 6 追加 : 脂質対策の意識が上がる
- 取組内容

減塩に挑戦 CHALLENGE × CUT DOWN × SALT

社食の挑戦と創造 challenge × creation × staff meal

(R 5 年度)

- ・ 雑穀米の提供
- ・ B級野菜を活用した小鉢の提供 (野菜料理増加)
- ・ イベント実施 (ゆるしお給食の提供、適塩みそ汁の試飲等)
- ・ 動画上映
- ・ 卓上メモの設置
- ・ 社内報への記事掲載

(R 6 年度)

- ・ スマートミール認証基準に合わせた健康的な定食の試行・提供
- ・ イベント実施 (試食オフ食品の試食)
- ・ 動画上映
- ・ 卓上メモの設置
- ・ 社内報への記事掲載

- 評価指標 (長期) 健康診断での有所見率
(短期) 意識調査、食環境スコア、食堂調査
- 体制 株式会社NITTAN、ニッコクトラスト株式会社 (給食担当)
神奈川県立保健福祉大学
秦野市、当センター

取組前



雑穀米の提供



取組後



動画上映・卓上メモ
社内報でのコラム



野菜料理の
回数増加

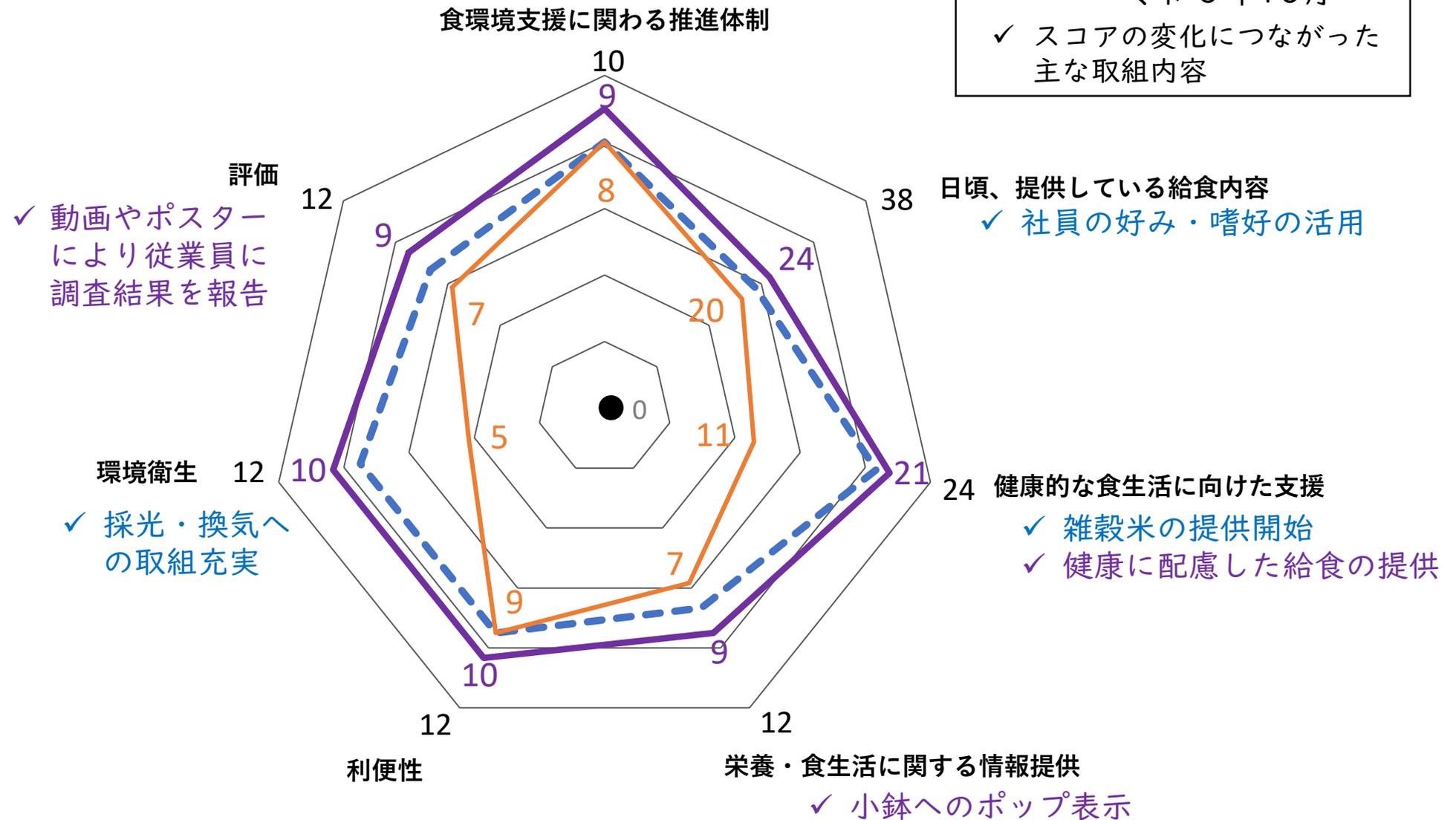


- ・ 雑穀米や健康に配慮した給食の提供により、従業員の健康的な食生活に向けた支援が充実

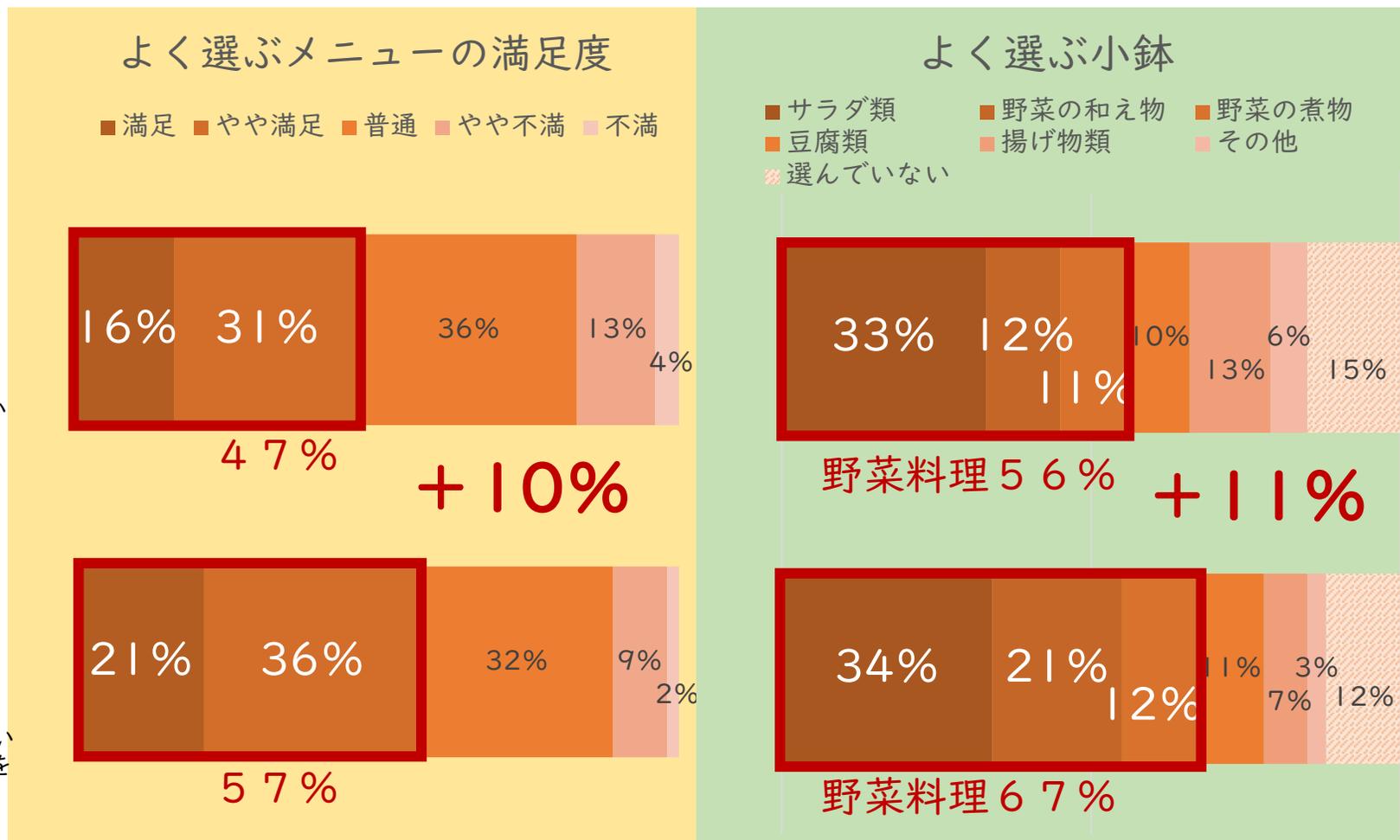
食環境スコア2023

- 令和5年7月
- - 令和5年12月
- 令和6年10月

✓ スコアの変化につながった主な取組内容



・メニューの満足度も、野菜料理を選択する意識もアップ



取組前

R 5
(n=304)

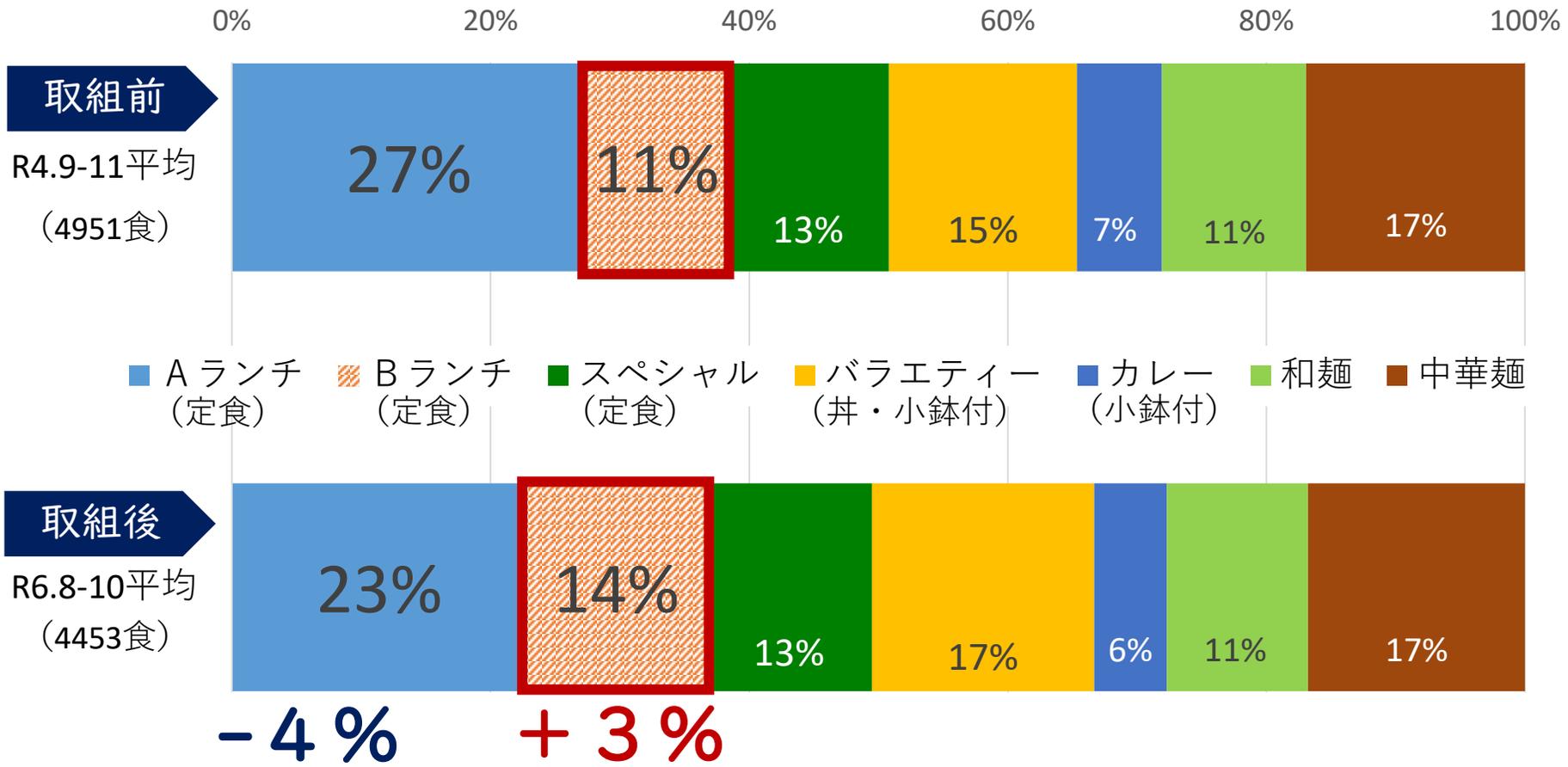
※食堂を利用しないと回答した114人を除いた

取組後

R 6
(n=192)

※食堂を利用しないと回答した74人を除いた

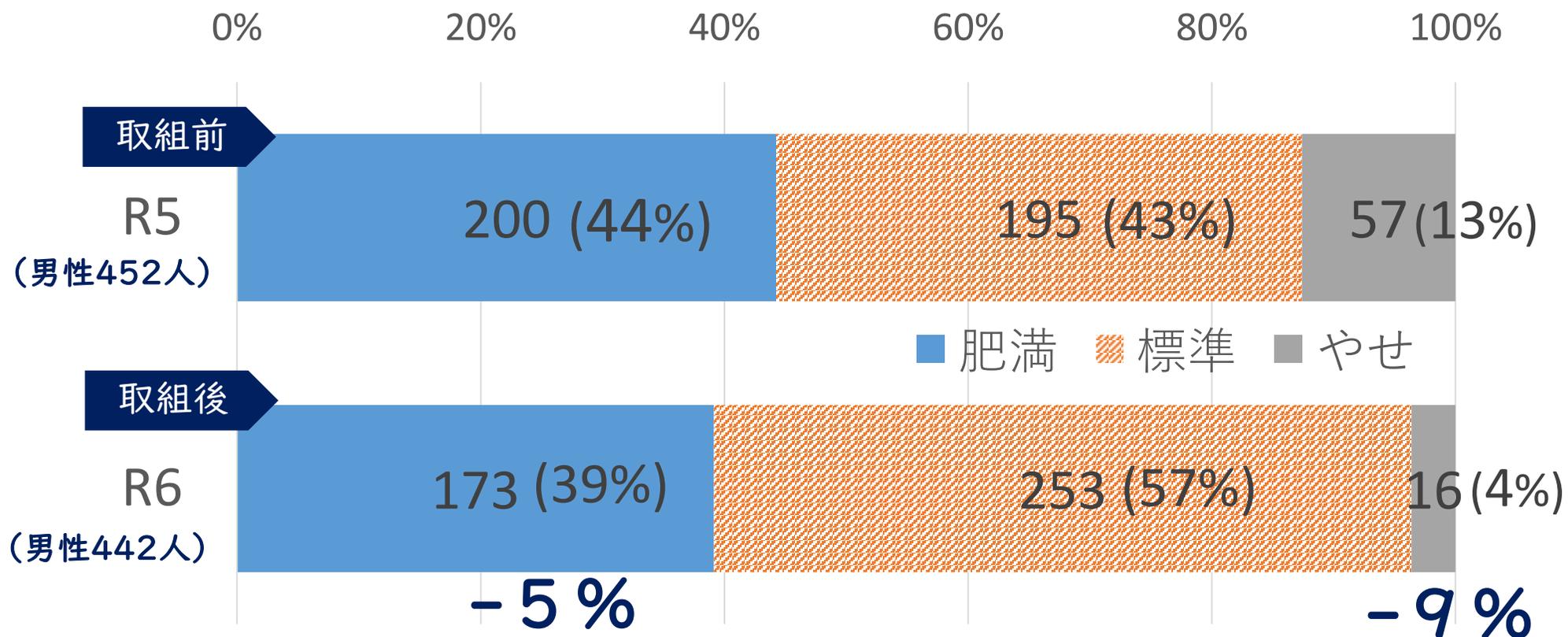
- ・揚げ物中心の**Aランチ** 4%減少
- ・魚や豆腐等健康志向の**Bランチ** 3%増加



株式会社NITTAN 体格（BMI）の変化（参考）

- ・肥満者の割合が5%減少、やせの者の割合が9%減少
- ・標準の人の割合が14%増加

体格の変化 健康診断結果BMIより区分



富士電線株式会社での取組概要

- 対象 従業員 約180名
- テーマ ごはんでつなぐ 仕事と健康
- 目標 (長期)健康診断結果の改善
(モデル事業後)従業員のヘルスリテラシー向上
(取組後)自分に合ったご飯量を意識して食べる人を増やす

- 取組内容

(R5年度)

- ・適量ご飯の案内・ご飯計量用秤の設置
- ・みそ汁の適塩化
- ・栄養士・調理師からのおすすめコメント設置
- ・卓上メモの設置
- ・販売する飲料の砂糖量表示
- ・講話・イベント実施
- ・習慣化アプリの紹介

(R6年度)

- ・週間献立表へのマーク表示
- ・卓上メモの設置
- ・食堂アンケート実施
- ・昼めしを考える会(トーク会) の開催
- ・昼めしを考える会考案メニュー食堂での提供

- 評価指標 (長期)健康診断での有所見率
(短期)従業員への意識調査、食環境スコア、食堂調査
- 体制 富士電線株式会社、株式会社ケイエフケイ(給食担当)
神奈川県立保健福祉大学
伊勢原市、当センター

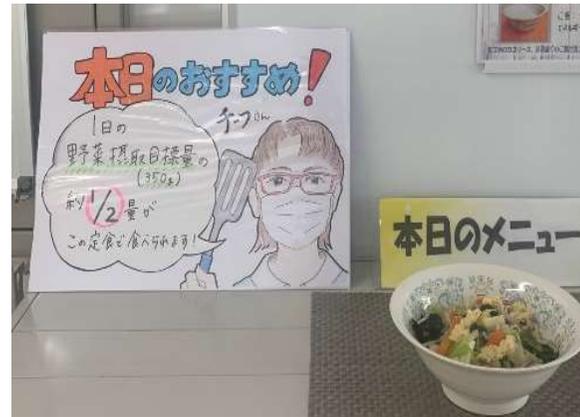
取組前

WEEKLY MENU

	7/29(月)	7/30(火)	8/2(水)	8/3(木)
昼食	御飯 豚キムチ炒め スパグティサラダ みそ汁	御飯 魚のマヨネーズ焼き メンチかつ (かつ) みそ汁	御飯 豆腐ステーキ コーリーフランス 餃子 スープ	御飯 鶏の塩焼き ちくわの炒め物 みそ汁
夕食	冷やし中華あんかけうどん・そば	醤油ラーメン	たぬきうどん・そば	
デザート	キーマカレー			



取組後



ごはんであつなく仕事と健康

今日のお昼はこのマーク

4月から期間限定の定食メニューにおすすのマークがついています。このマークがついているメニューを**食べるだけで**健康づくりの一歩です!

選ぶご飯

選べるご飯 2倍

- 食物繊維は 白飯の 2倍
- 雑穀ご飯 (50g 0.7g)
- 白ご飯 - 150g 0.3g

野菜たっぷり

- 野菜・きのこ・海藻類 20g以上

脂質ひかえめ

- 脂質エネルギー比 23%未満

塩分ひかえめ

- 塩分 3.0g未満

肥満 血糖値 中性脂肪

見える化

ごはんであつなく仕事と健康

WEEKLY MENU

	5/20(月)	5/21(火)	5/15(水)	5/16(木)
昼食	御飯 豚肉の香味ソースがけ ちくわの炒め物 みそ汁	御飯 じっくり煮込んだ魚の煮付け ミニフライ 清汁	御飯 ガーリックチキン 香辛中華和え スープ	御飯 魚のみりん醤油焼き メンチカツ みそ汁
夕食	かき揚げうどん・そば	担々麺	カレーうどん・そば	醤油ラーメン
デザート	チキンカレー			

R5 (2023)



講話・イベントの実施
講話で自分に合ったごはん量
をお伝えし、計量してみる



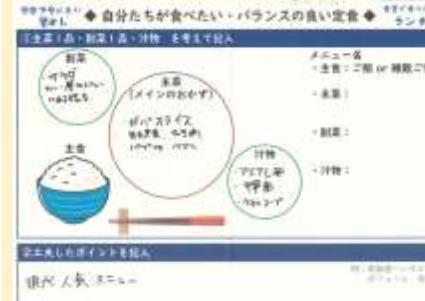
R6 (2024)

昼めし
を考える会

食べたい
うまい



健康



社員が
仲間と一緒に
食べたい昼めし
を考えて
食堂で提供

10月11日(金)
ガパオライス
カレー屋さんのサラダ
スープ



野菜175g以上使った
定食を
86人(92%)が利用



卓上メモの設置
健康診断8週間前など
毎週情報更新



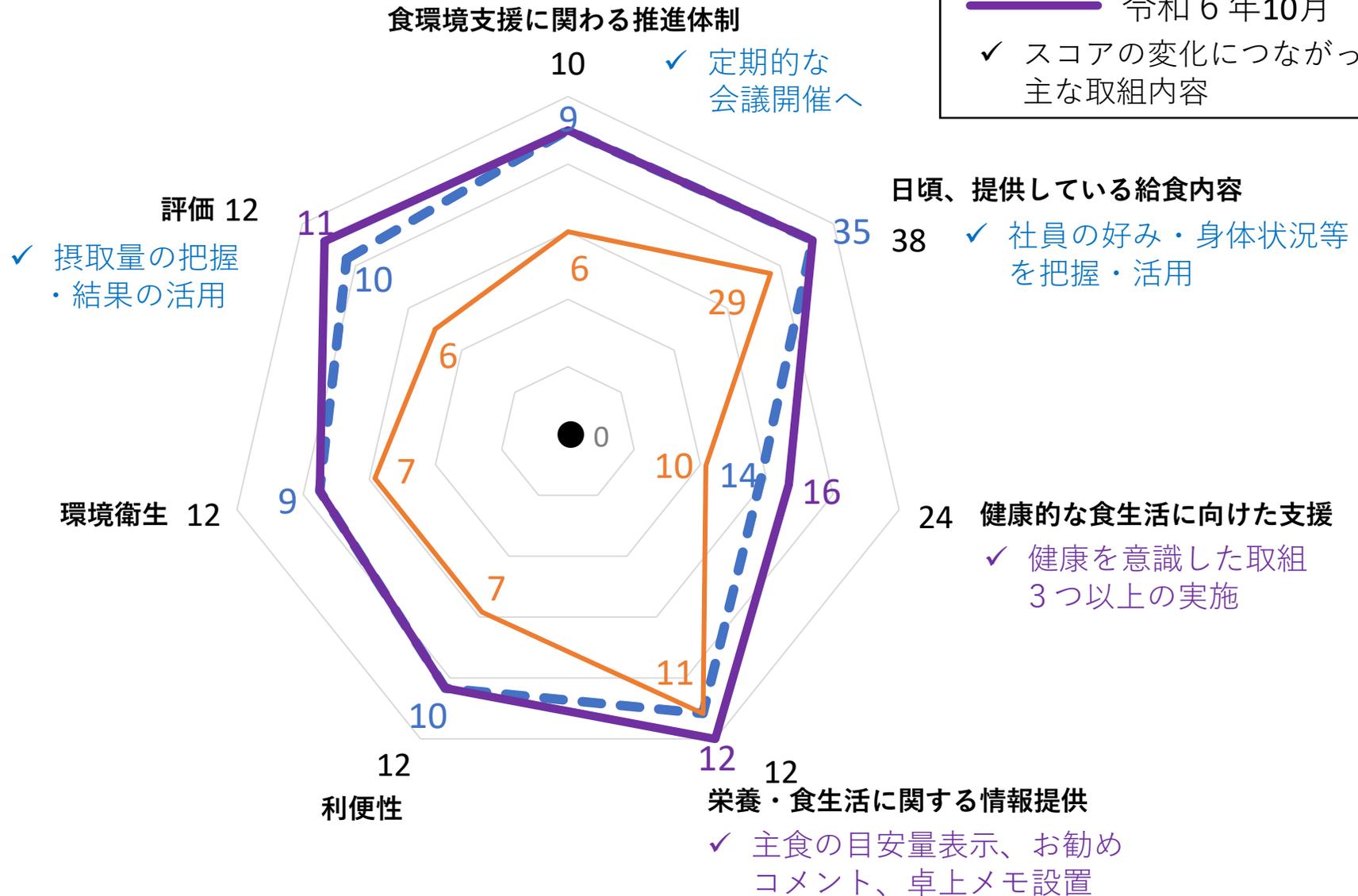
富士電線株式会社 食環境の変化

- ・定期的な会議開催により、推進体制が充実
- ・摂取量や調査結果を活用して従業員に発信

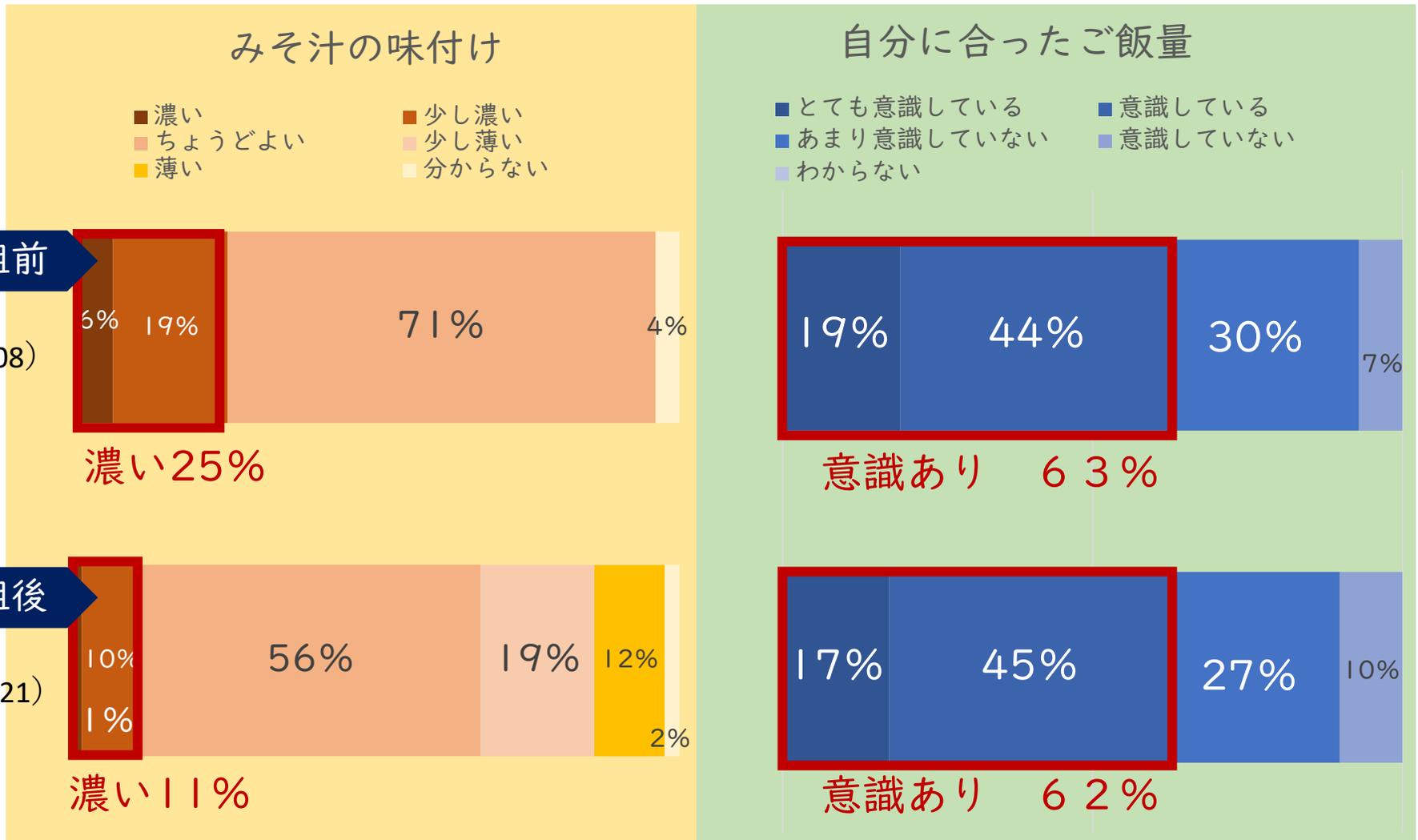
食環境スコア2023

- 令和5年7月
- - - 令和5年12月
- 令和6年10月

✓ スコアの変化につながった
主な取組内容

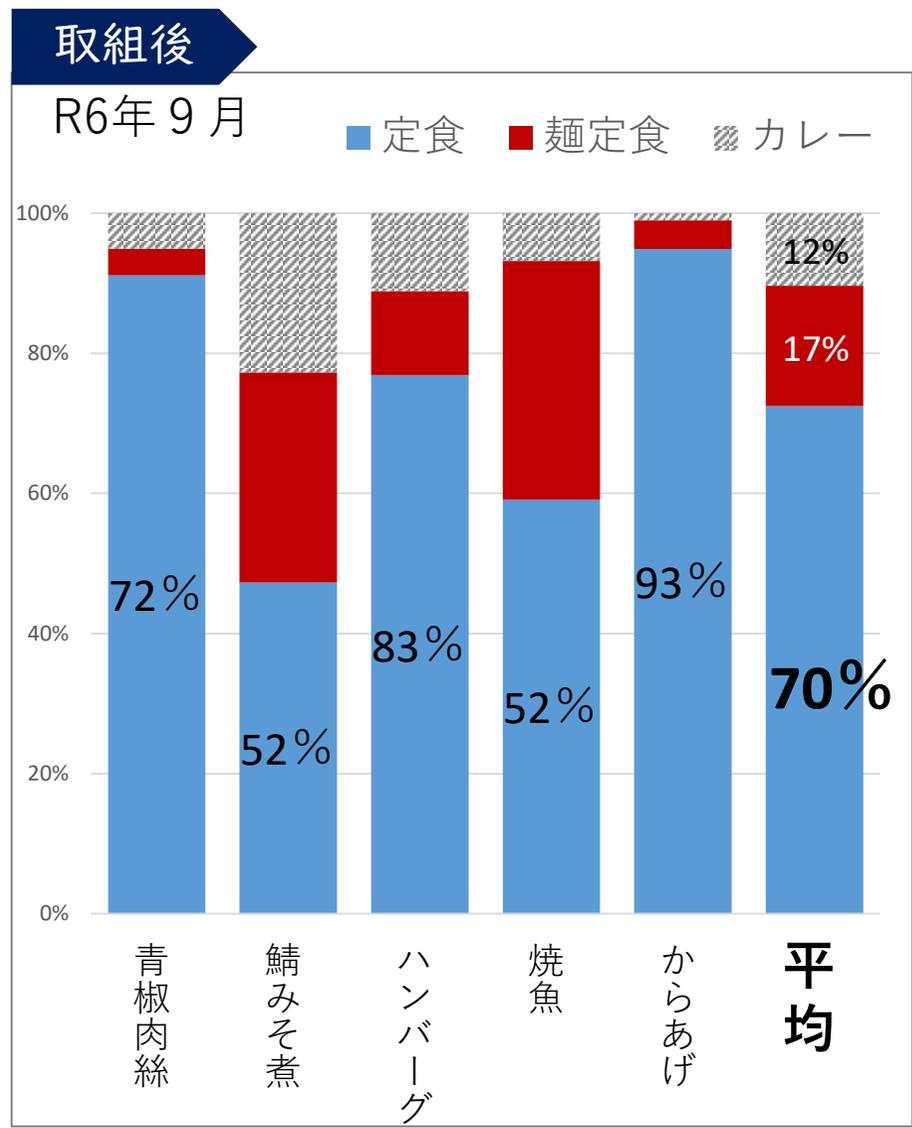
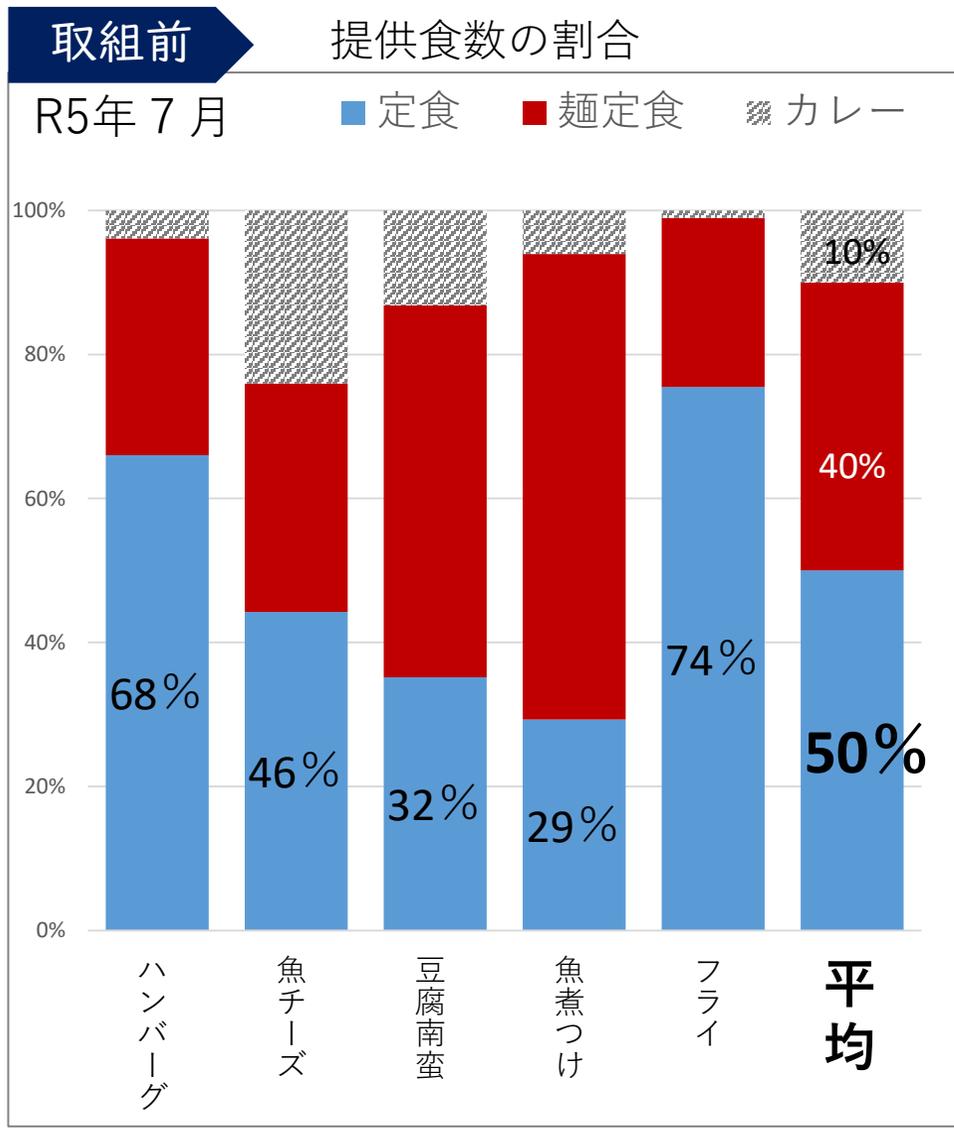


- ・食堂のみそ汁を濃いと感じている人の割合が14%減少
 - ※R5年12月から、食堂ではこっそりと適塩（塩分濃度1.0→0.7%）のみそ汁を提供
- ・自分に合ったご飯量を意識する人の割合は変化なし



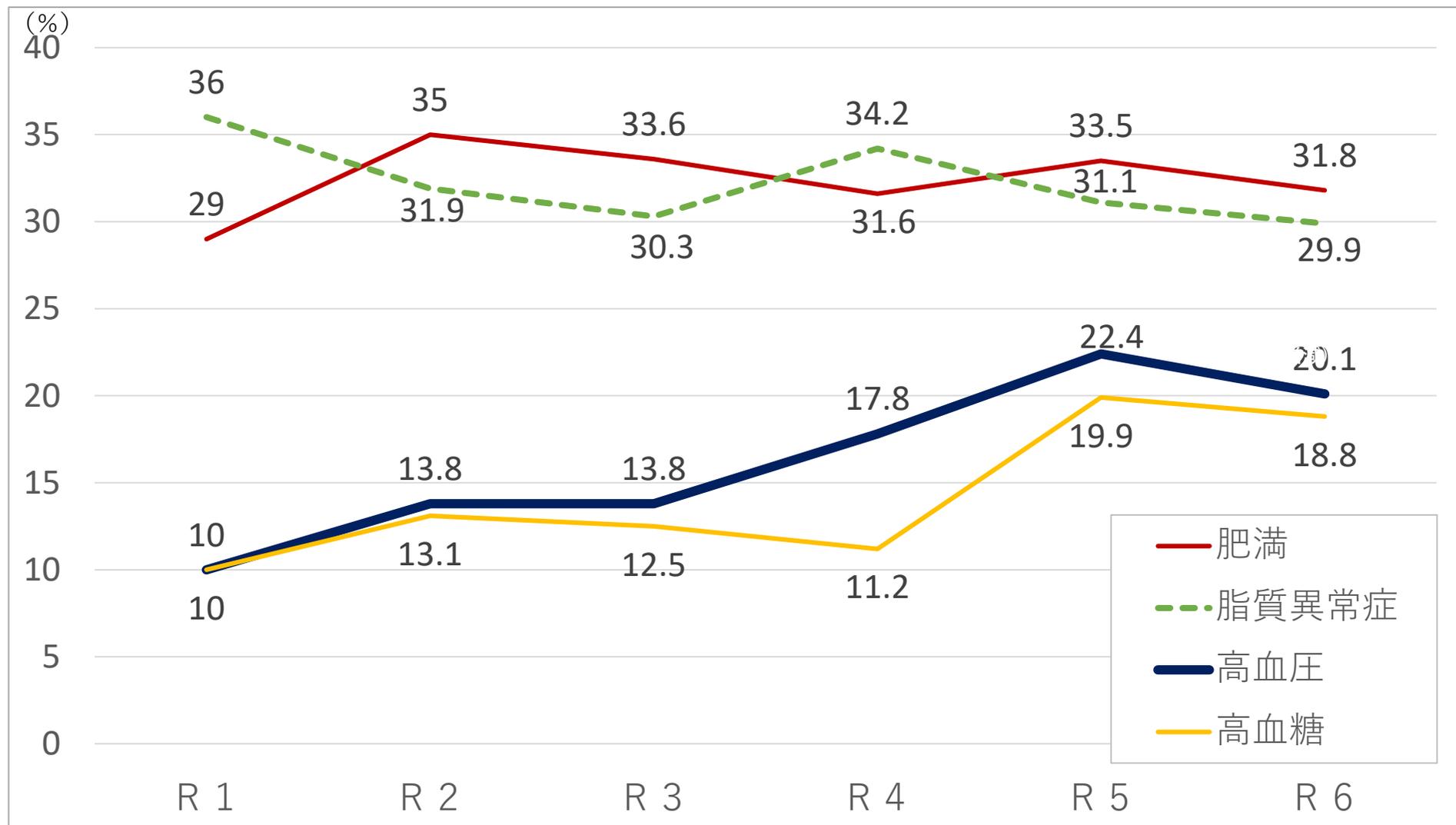
(富士電線株式会社 食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査結果より)

・定食は20%増加 ・麺定食は23%低下



・令和6年の割合は全て前年分より低下

図 有所見率 6年間の推移



2. 本取組の整理

各企業の活力・生産力・業績向上

株価・ESG評価上昇

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

産学官連携による 働く世代の食環境の整備・充実

(働く世代1人ひとりが健康的な食生活を送ることができる環境)

健康につながる食事を食べられる環境
働く人が食品にアクセスする機会

(取り組めたこと)

- 社員食堂
 - ・提供する定食の健康化
 - ・雑穀米の提供
 - ・小鉢への野菜料理 回数増加
 - ・減塩食品の提供
 - ・こっそり適塩みそ汁の提供
 - ・従業員が考えた献立の提供

適切な栄養・健康情報を取得できる環境
働く人が情報にアクセスする機会

(取り組めたこと)

- 動画上映
- 講話の実施
- 昼めしを考える会の開催
- 体験・試食・測定イベントの実施
- 卓上メモの設置
- 献立へのマーク・ポップ表示
- ポスター掲示
- 自動販売機近くに砂糖量の表示
- 習慣化アプリの紹介

産学官で連携した食環境整備モデル事業 取組結果ポイント

- ◆ 「栄養情報の提供・教育」と「食事内容の改善・充実」を同時に行うことで、健康意識や食事選択に変化が見られた。

働く人が

情報にアクセスする機会

食事にアクセスする機会

を 同時によくする



健康意識の変化

食事選択の変化



株式会社 NITTAN

- ◆ 今回取り組んでよかったこと、自社へのメリット
 - ①経営層の意識が変わって経営方針に健康が明確に入ってきたことです。
 - ②主に社員食堂の改善を集中して行いました。従業員が食堂を利用して「美味しくなったね」とか「健康的な食事になったね」という実際の生の声が聞けるようになったことが一番よかったかなと思います。
- ◆ 今後の課題について
今ホームページを整備して、健康経営方針や健康宣言をしようとしています。実際に、健康経営優良法人を認定、取得できるように取り組むべく、社長から直々に御下命がございました。今後も取り組みたいことがたくさんあるという状況です。

富士電線 株式会社

- ◆ 今回取り組んでよかったこと、自社へのメリット
 - ①食堂との関わり方、食堂会社さんとの関わり方が充実しました。例えば、食堂で提供するメニューや内容に関して、いろいろなものを可視化（ご飯の秤や、献立表へのマーク、その日のPRポイント）ができました。
 - ②これまで情報が無かった従業員の食に関する意識・行動（食事の量やし好、塩分や糖分摂取など）を、皆様のご協力を得て調査し数値化でき、食習慣から健康への影響可能性を把握することができました。
- ◆ 今後の課題について
イベント等を開催しても、集客が難しく、従業員の自主的な参加が課題です。業務都合もあり、就業時間帯のイベントは集客しにくい。改善意識を維持するには、また興味がない方にはどう意識させるかは課題と思います。
健康診断の結果などの数値として表れるところの明確化が、今後継続して取り組むにあたっての課題点と考えています。

神奈川県立 保健福祉大学

- ◆ 今回のモデル事業は、産官学が一体となり、開始時から各企業の現状を共有し、目標を設定し、反応を把握して軌道修正を行いながら、2年間にわたって継続的かつ丁寧な取り組みができたと感じています。1日のうちの1食ではありますが、食・健康に関する情報を各企業の職員に対し、それぞれの食堂の状況に応じて提供すること、また実際に食堂で提供する食事内容を改善することは、参加者一人ひとりに響き、健康意識の改善につながる結果となりました。

また、食環境スコアの作成により、各企業が自身の強みと弱みを把握し、健康経営に向けて今後取り組むべき方向性を検討するための有効なツールとして、大いに期待できる成果が得られたと感じています。大学としては、学生もプロジェクトに参加することで、実社会との関わり方を学び、貴重な経験を得ることができました。今後も引き続き大学として協力を行い、地域の働く世代に対する健康アプローチを進めていきたいと考えています。

秦野伊勢原 医師会

- ◆ 20歳から60歳代の勤労者の健康課題としては肥満が代表的なものと考えられ、メタボリック症候群として高血圧や脂質異常症、糖尿病などとも結びつけて問題とされています。

今回のモデル事業においてもターゲットとされた。今回のモデル事業では肥満についても改善は見られていますが、それ以上に痩せていた人が標準体重になっている比率が高く、驚かされました。今回の試みはメタボリック症候群の予防、改善のみならず、痩せの改善から将来のフレイルの予防にも繋がる可能性が示唆されました。食生活などの生活習慣の改善に繋がる働きかけが全ての勤労者の健康に有益であると考えられます。

今回の結果を解析し、応用できる部分があれば今後の生活習慣指導に有効となるでしょう。

各担当の振り返り③

神奈川県労働安全衛生協会 平塚支部

- ◆ 2事業場の食環境整備に対する取組みは、今後の継続が大切かと思えます。成果が健康診断結果等へ具体的数値としての現れることを楽しみにしています。

課題としては、2事業場の取組みの水平展開だと思えます。各事業場において実施可能な範囲で良いとこ取りの活動が出来れば、本会の目的に繋げることが出来ると思えます。

秦野市
健康づくり課

- ◆ 食堂を中心とした食環境整備により、自然と多くの従業員を巻き込んだ取組になったと実感しています。働き世代の健康課題に対するアプローチ方法は、各社の特色によっても異なりますが、その捉え方について本取組を参考にし、地域に広めていけるよう、本市の職域連携の取組の中でぜひ活用させていただきます。

伊勢原市
健康づくり課

- ◆ 会議に参加するだけでなく、市の生活習慣病予防事業の一環である健康アプリ事業や健康測定会等もコラボレーションし実施させていただくことができました。産官が情報交換や課題共有を、大学のアドバイスや協力の基で実施することで、効果的な取組みにつなげることができたのではと思います。

神奈川県平塚保健福祉事務所
秦野センター

- ◆ 産学官からなる関係機関とともに、対象者の栄養・食生活に関する課題を検討し、その課題解決につながる食環境整備を検討・実施しました。本取組では、健康意識だけでなく、食事選択の変化が見られる等、情報へのアクセスと食事へのアクセスを同時に改善・充実することで対象者の行動変容を確認することができました。また、定期的に関係者と打合せを行い、事前に検討したことで、各社が継続できる取組を見つけることができました。

今後は、各社で始まった食環境整備を通常業務にてサポートさせていただきつつ、従業員さんの健康増進が進むことを期待しています。

3. 今後に向けて

- ◆ 本取組では、健康増進法上届出がある企業については当センターが食環境の状況を把握しやすいことから、支援対象を食堂がある企業としていたが、地域全体で見ると、食堂がない企業も多く、働く世代の食環境は他にもある。今後も、働く世代への食環境整備を拡げていく必要性は高いと考える。

各企業の活力・生産力・業績向上

株価・ESG評価上昇

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

働く世代の食環境の整備・充実

(働く世代1人ひとりが健康的な食生活を送ることができる環境)

健康になれる食物を手に入れられる環境
働く人が食品にアクセスする機会

(企業)

- 従業員用食堂 *R4~6取組
- 売店・コンビニエンスストア
- 仕出し弁当
- 自動販売機

(その他)

- 家庭
- スーパー・コンビニエンスストア
- 飲食店・レストラン

例

適切な栄養・健康情報を取得できる環境
働く人が情報にアクセスする機会

(企業・保険者)

- 特定健診・特定保健指導
- 体験・測定イベント
- 講話、動画上映
- 卓上メモ、ポスター掲示等

(行政・地域)

- 特定健診・特定保健指導
- 各種健康づくり事業
- 広報

例

- 対象 従業員 約600名（本社工場と堀山下工場）
- テーマ *Let's CCs !!*
- 目標 （長期）高血圧になる人が減る／循環器疾患の発症・重症化を予防する
（モデル事業後）減塩をしている人が増える、健康的な定食を食べる人が増える
（各取組後）R 5：減塩の意識が上がる R 6追加：脂質対策の意識が上がる
- 取組内容 ※詳細はスケジュール・実施内容を参照

減塩に挑戦 **C**HALLENGE × **C**UT DOWN × **S**ALT

社食の挑戦と創造 *Challenge × Creation × Staff meal*

（R 5年度）

- ・ 雑穀米の提供
- ・ B級野菜を活用した小鉢の提供（野菜料理増加）
- ・ イベント実施（ゆるしお給食の提供、適塩みそ汁の試飲等）
- ・ 動画上映
- ・ 卓上メモの設置
- ・ 社内報への記事掲載

（R 6年度）

- ・ スマートミール認証基準に合わせた健康的な定食の試行・提供
- ・ イベント実施（試食オフ食品の試食）
- ・ 動画上映
- ・ 卓上メモの設置
- ・ 社内報への記事掲載

- 評価指標 （長期）健康診断での有所見率
（短期）従業員への意識調査、食環境スコア、食堂調査
- 体制 株式会社NITTAN、ニッコトラスト株式会社（給食担当）
神奈川県立保健福祉大学
秦野市、当センター



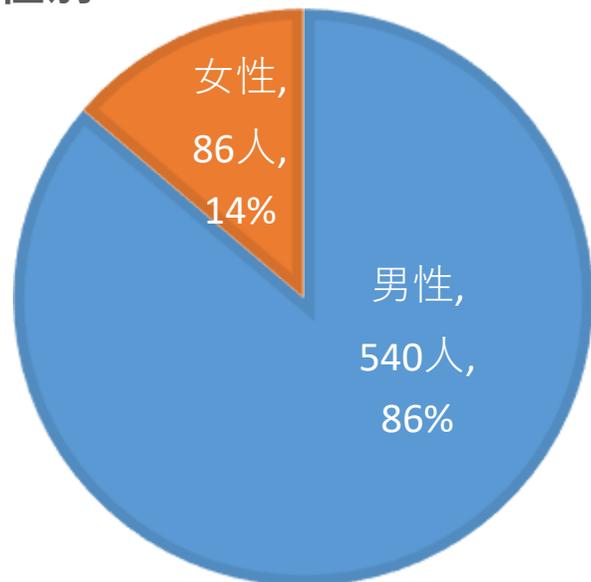
(事業内容)

1. 各種発動機弁の製造販売業
2. 輸送用機器部品の製造販売業
3. 紡機部品の製造販売業
4. 機械部品器具の製造販売業
5. 農作物の生産、加工および販売事業
6. 日用品雑貨およびスポーツ用品の製造販売業
7. 前記各号に関連する附帯事業

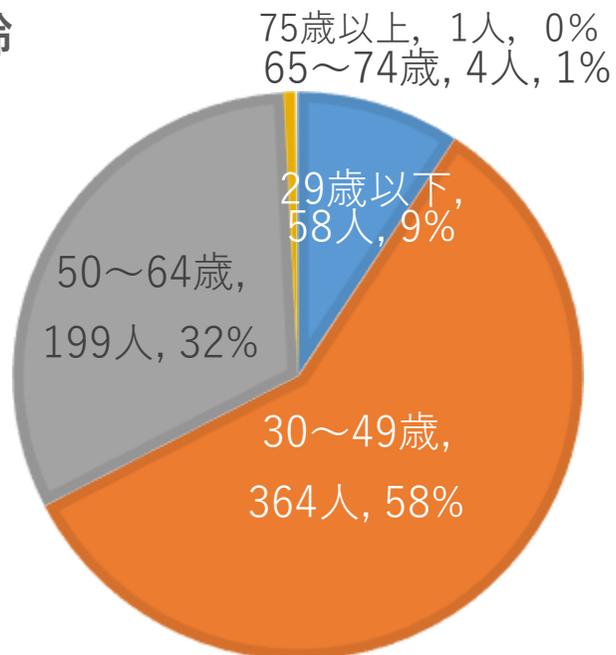
出典:株式会社NITTANウェブサイト(<https://www.niv.co.jp/company/profile.html>)

(従業員626人の状況 ~令和5年給食施設栄養管理報告書より~)

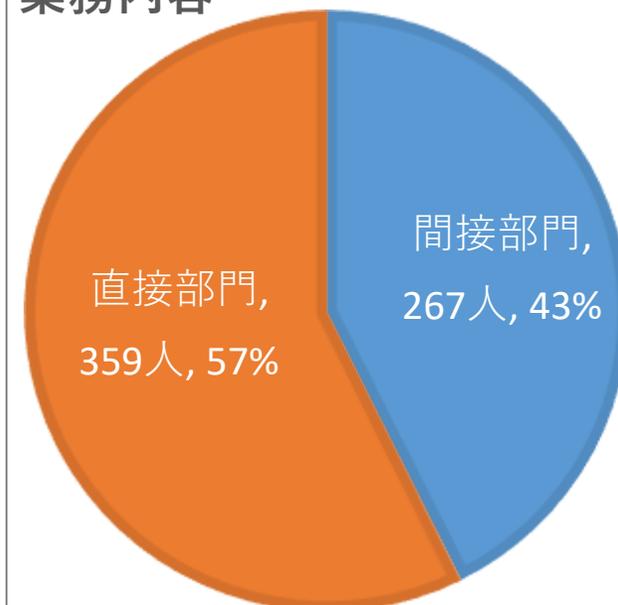
性別



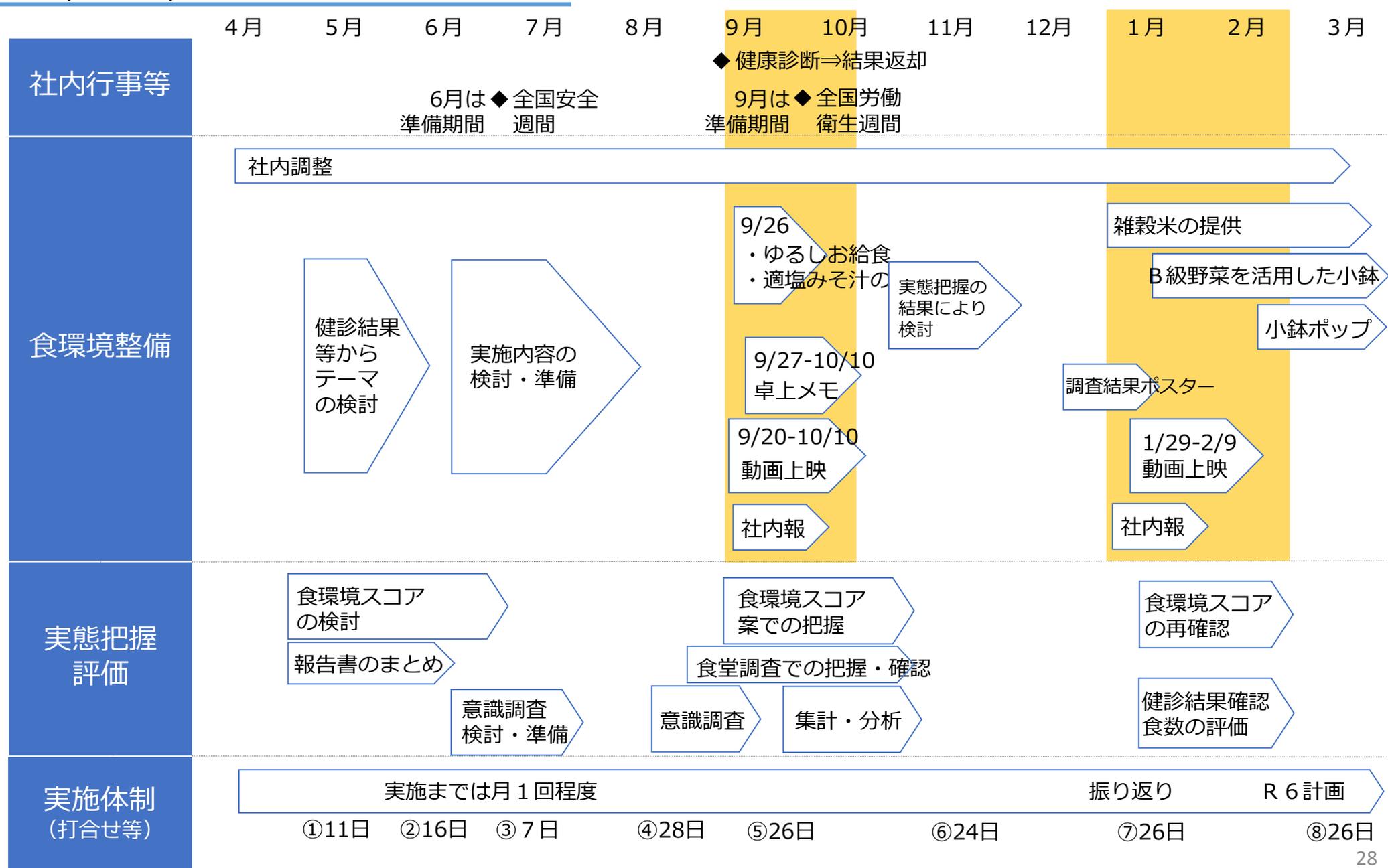
年齢



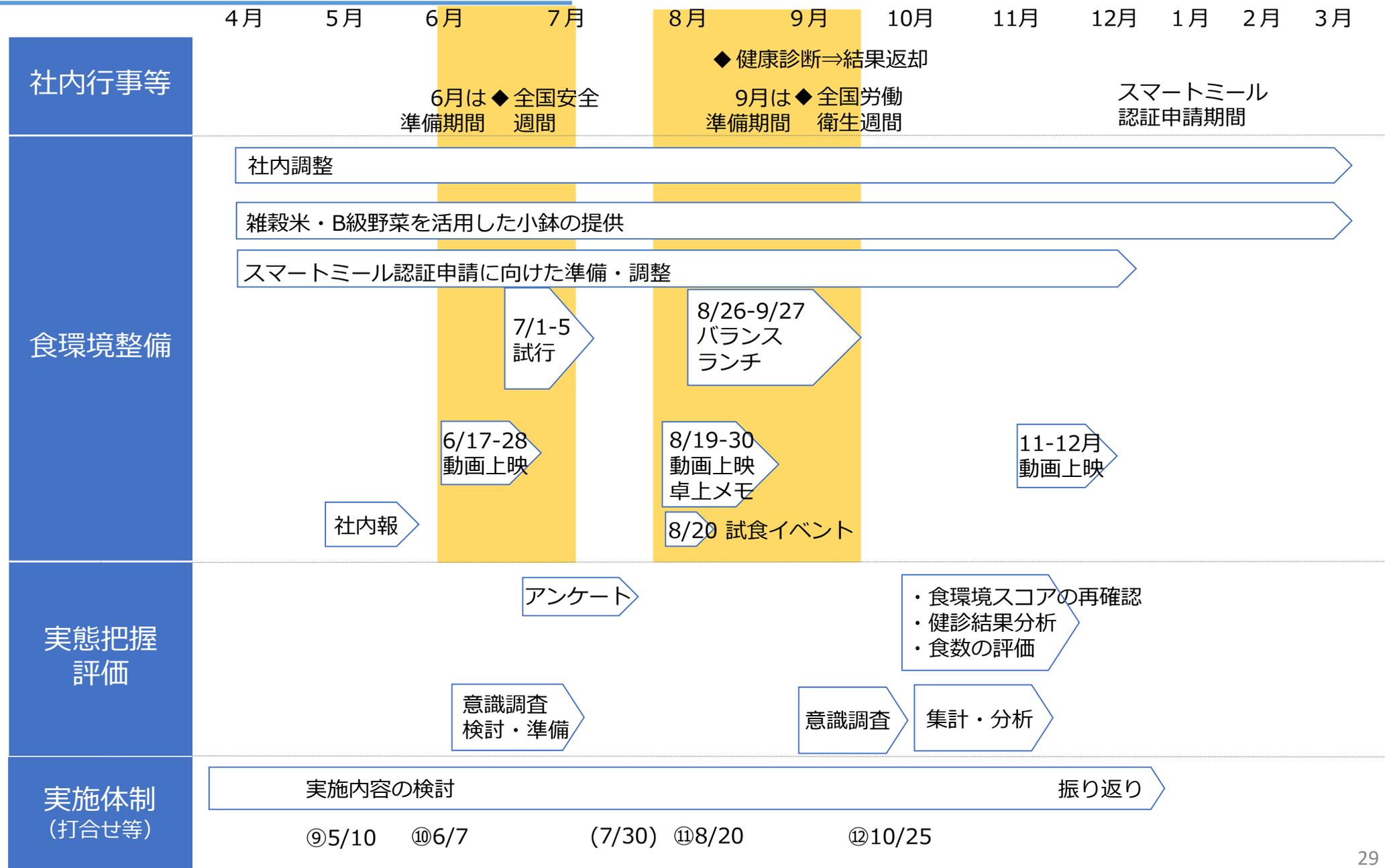
業務内容



株式会社NITTANにおける食環境整備
R5(2023)年度 スケジュール



株式会社NITTANにおける食環境整備
R6(2024)年度 スケジュール



取組	概要	担当	実施時期	参加者数
ゆるしお給食	食塩相当量1.2~1.3gの主菜3種類を提供。	(株)NITTAN ニッコクトラスト(給食担当)	9.26(火) の昼休み	126人
試食イベント	①適塩みそ汁の試飲 食堂のみそ汁を、ダシで塩分濃度0.8%に調整したみそ汁を提供。 ②減塩しょうゆの体験 食堂に設置されている40%減塩しょうゆをかけた冷奴を提供。	大学 秦野市 当センター		100人
卓上メモの設置	食堂の全テーブルに減塩をテーマにした資料を設置。	大学	9.27(水)~ 10.10(火)	その間の 食堂利用者
社内報への記事掲載	9月の社内報に「減塩」の必要性や簡単にできる減塩方法等を紹介。	当センター	9月	紙850部 データ50部
動画上映	音声付きで作成した動画(10分程度)を食堂で上映。減塩をテーマに3種類。		9.20(水)~ 10.10(火) の昼休み	その間の 食堂利用者

減塩に挑戦 9月26日 イベント ①

Let's CCS! ゆるしお給食



★ヨーグルト等を入れたマヨソース

★ニンニク香るうま辛味

★塩鮭を活かしたきのこソース

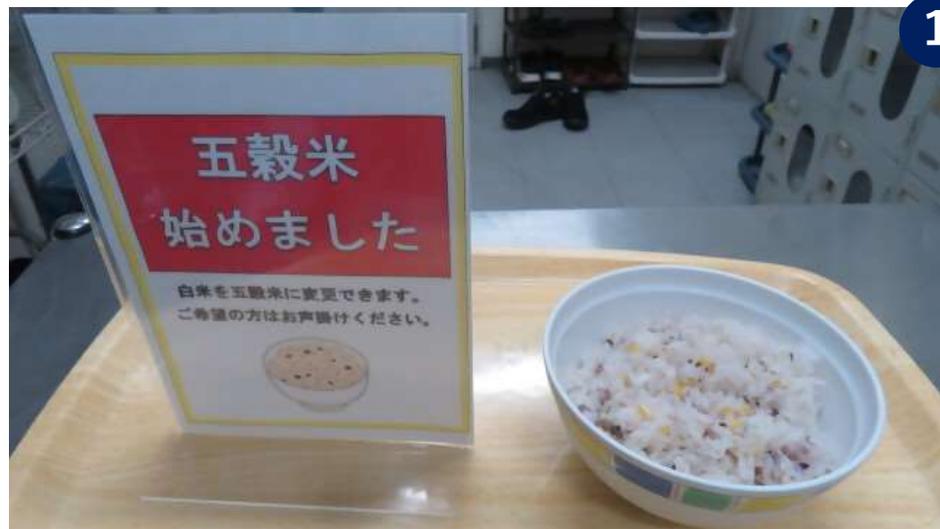


③

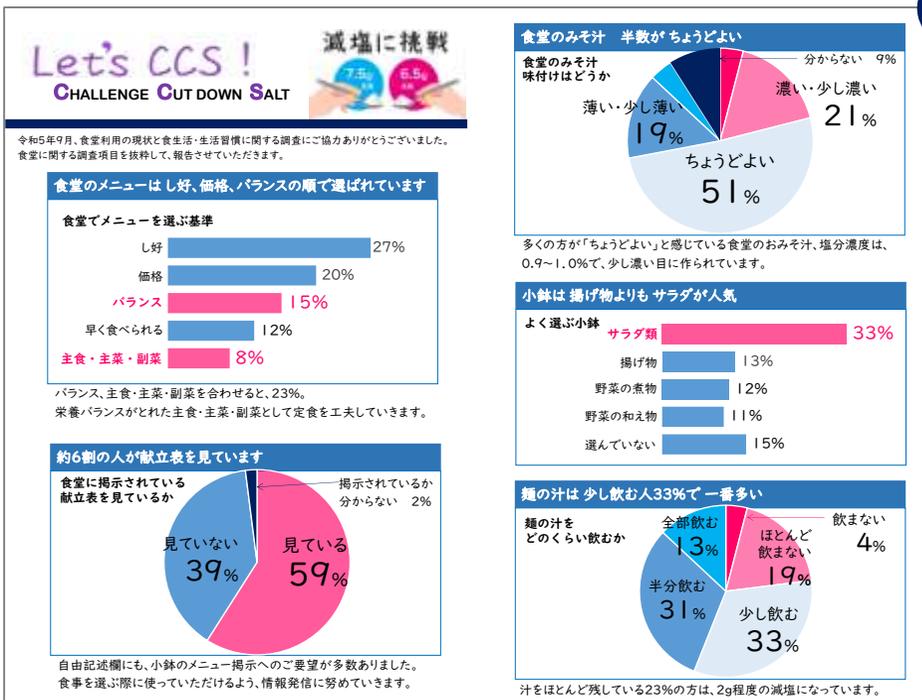


取組	概要	担当	実施時期	参加者数
雑穀米の提供 ①	希望者への雑穀米の提供。	(株)NITTAN ニッコクトラスト(給食担当)	1月~	1日 30~40食
B級野菜を活用した小鉢の提供 ②	子会社が製造する野菜(ベビーリーフ等)のB級品や廃棄品を活用した小鉢の提供。小鉢での野菜料理が増加。		1月~	1日 10~20食
小鉢のポップ	小鉢に「栄養士おすすめ」「野菜たっぷり」等のポップをつけて、健康的な選択を促す。		2月下旬~	-
調査結果ポスター	意識調査結果をポスターにして公表。	当センター	12月~	-
社内報への記事掲載 ③	1月の社内報に、冬に多くなる汁物や煮込み料理の減塩方法として「だし」を紹介。		1月	紙850部 データ50部
動画上映 ④	音声付きで作成した動画(10分程度)を食堂で上映。学生が考案した減塩できる場面の動画と減塩の歌を盛り込み、作成。	大学 当センター	1.29(月) ~2.9(金) の昼休み	10日間の 食堂利用者の

1



2



4

健康 だより 減塩

身体に やさしい おいしい

「減塩」とは、食塩を減らすことです。そのため、皆さんは、おしくないとイメージされているかもしれませんが、でも、おいしさはそのまま「減塩」できる方法もあります。

だしを愉しむ あったか料理

さむ〜い冬は、鍋物や煮込み料理が増える季節です。味が染みてこそ、おいしい鍋物や煮込み料理は、自然と塩分量も増えてしまいます。そこで、冬におすすめしたい減塩方法は、「だし」の活用です。「だし」をきかせると、調味料を減らせるだけでなく、おいしさもアップします。「だし」には、様々な方法・種類がありますので、ご自身に合ったものを探してみてくださいか。

方法	種類
<ul style="list-style-type: none"> ★鍋で ★お湯だし ★水だし 	<ul style="list-style-type: none"> ★パック (食塩無添加のもの) ★顆粒 (かつお・にぼし・さば・あご等の魚介類) グルタミン酸 (こんぶ・大豆・野菜類) グアニル酸 (干しいたけ)

使い方は気をつけて! だしと付いていても食塩が入っているものがあります。

参考文献 ・農林水産省ウェブサイト: <https://www.maff.go.jp/j/keikaku/syokubunka/culture/attach/pdf/index-42.pdf>
 (担当) 神奈川県平塚保健福祉事務所 野山センター 保健福祉課 管理栄養士 中塚さおり

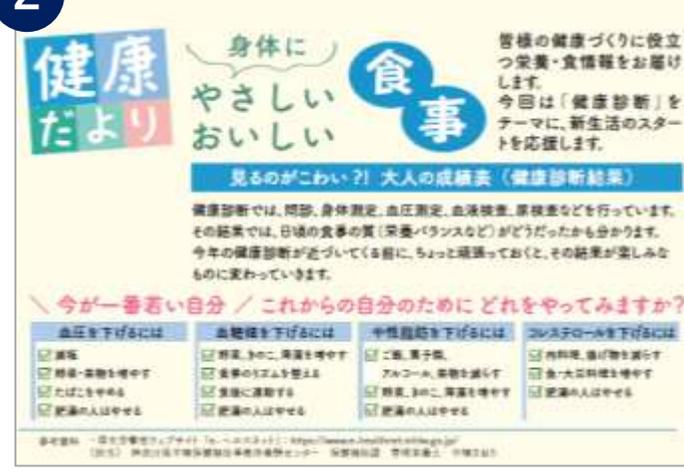
取組	概要	実施時期	参加者数
健康的な定食の試行 ①	スマートミール認証基準に合わせた定食をBランチとして5日間限定で提供。	7/1~5 (5回)	延150人 *限定30食 毎日完売
健康的な定食の提供	スマートミール認証基準に合わせた定食を「バランスランチ」として5週間提供。	8/26~9/27 (23回)	延635人 *1日当たり 16~35食
社内報への記事掲載 ②	5月の社内報に「健診」をテーマに、有所見ごとの食事対策を紹介。	5月	紙850部 データ50部
動画上映 ③	動画(15分程度)を昼休みの食堂で上映。健康的な定食の試行を周知するため、食堂での工夫をまとめて紹介。	6/17~28	2週間の 食堂利用者
④	有所見率が最も高い「血中脂質」をテーマに、食事の工夫を紹介。	8/19~30	2週間の 食堂利用者
卓上メモ設置	動画②と同様の内容で作成。	8/19~30	2週間の 食堂利用者
試食イベント ⑤	脂質オフ食品(カロリーー80%カットマヨネーズ、カロリーー40%オフカレー)の試食、脂質オフ食品の展示	8/20 昼休み	約60人 *感想の回答44人

株式会社NITTANにおける食環境整備 令和6(2024)年7~9月 実施内容

2 社内報

1 健康的な定食の試行

7/1 (月)	7/2 (火)	7/3 (水)	7/4 (木)	7/5 (金)
<ul style="list-style-type: none"> さわらのハーブオイル焼 ハムとほうれん草の炒め物 レタスのサラダ 	<ul style="list-style-type: none"> 肉じゃが 竹輪の磯部揚げ キャベツとしめじの炒め物 	<ul style="list-style-type: none"> 野菜たっぷり回鍋肉 水餃子 ほうれん草と油揚げのお浸し 	<ul style="list-style-type: none"> 豆腐ハンバーグ ほうれん草の炒り卵 オクラ入りなます 	<ul style="list-style-type: none"> 蒸し鶏 棒棒鶏ソース ハムとブロッコリーと玉ねぎの炒め物 菜花と人参のお浸し
				



健康診断では、同部、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査などを行っています。その結果では、日頃の食事の質(栄養バランスなど)がどうだったか分かります。今年の健康診断が近づいてくる前に、ちょっと頑張っておくと、その結果が楽しみなものに変わっていきます。

健康診断の結果表 (健康診断結果表)

健康診断では、同部、身体測定、血圧測定、血液検査、尿検査などを行っています。その結果では、日頃の食事の質(栄養バランスなど)がどうだったか分かります。今年の健康診断が近づいてくる前に、ちょっと頑張っておくと、その結果が楽しみなものに変わっていきます。

「今が一番若い自分 / これからの自分のためにどれをやってみますか?」

血圧を下げるには	血糖値を下げるには	中性脂肪を下げるには	コレステロールを下げるには
<input type="checkbox"/> 減塩 <input type="checkbox"/> 野菜・果物を増やす <input type="checkbox"/> たばこをやめる <input type="checkbox"/> 肥満の人はやめる	<input type="checkbox"/> 野菜、きのこ、海藻を増やす <input type="checkbox"/> 食事にアミノ酸を <input type="checkbox"/> 食後に運動する <input type="checkbox"/> 肥満の人はやめる	<input type="checkbox"/> ご飯、菓子類、アルコール、食糖を減らす <input type="checkbox"/> 野菜、きのこ、海藻を増やす <input type="checkbox"/> 肥満の人はやめる	<input type="checkbox"/> 肉類、揚げ物に減らす <input type="checkbox"/> 全粒食品を増やす <input type="checkbox"/> 肥満の人はやめる

3 食堂PR動画「社食の挑戦と創造」



今日のメニュー何にしよっかなあ〜

4 動画「もうすぐ健診 ～あぶらの対策～」



2023年9月実施健康診断 基準値以上の人

性別	総数	基準値以上の人	割合
男性	452人	273人	60%
女性	70人	41人	59%

揚げ・焼きよりも煮る・蒸すで〜

5 脂質オフ食品試食イベント



感想アンケート

感想	回数
これならカロリーオフお探してみたい	32
すでに使っている	11
やっぱりいつものがいい	1

展示 (抜粋)

健康的な定食の提供 試行結果

- ✓ スマートミール基準「しっかり」に合わせた栄養バランス
- ✓ 雑穀ごはん200g & メイン & 副菜2種類
- ✓ 30食限定で準備し完売

期間限定 Bランチ

7/1 (月)

- さわらのハーブオイル焼
- ハムとほうれん草の炒め物
- レタスのサラダ



7/2 (火)

- 肉じゃが
- 竹輪の磯部揚げ
- キャベツとしめじの炒め物



7/3 (水)

- 野菜たっぷり回鍋肉
- 水餃子
- ほうれん草と油揚げのお浸し



7/4 (木)

- 豆腐ハンバーグ
- ほうれん草の炒り卵
- オクラ入りなます



7/5 (金)

- 蒸し鶏 棒棒鶏ソース
- ハムとブロッコリーと玉ねぎの炒め物
- 菜花と人参のお浸し



エネルギー 650kcal
たんぱく質 26.8g
脂質 23.6g
炭水化物 86.6g
塩分 3.2g
野菜量 160g

エネルギー 693kcal
たんぱく質 20.6g
脂質 24.0g
炭水化物 103.4g
塩分 2.7g
野菜量 145g

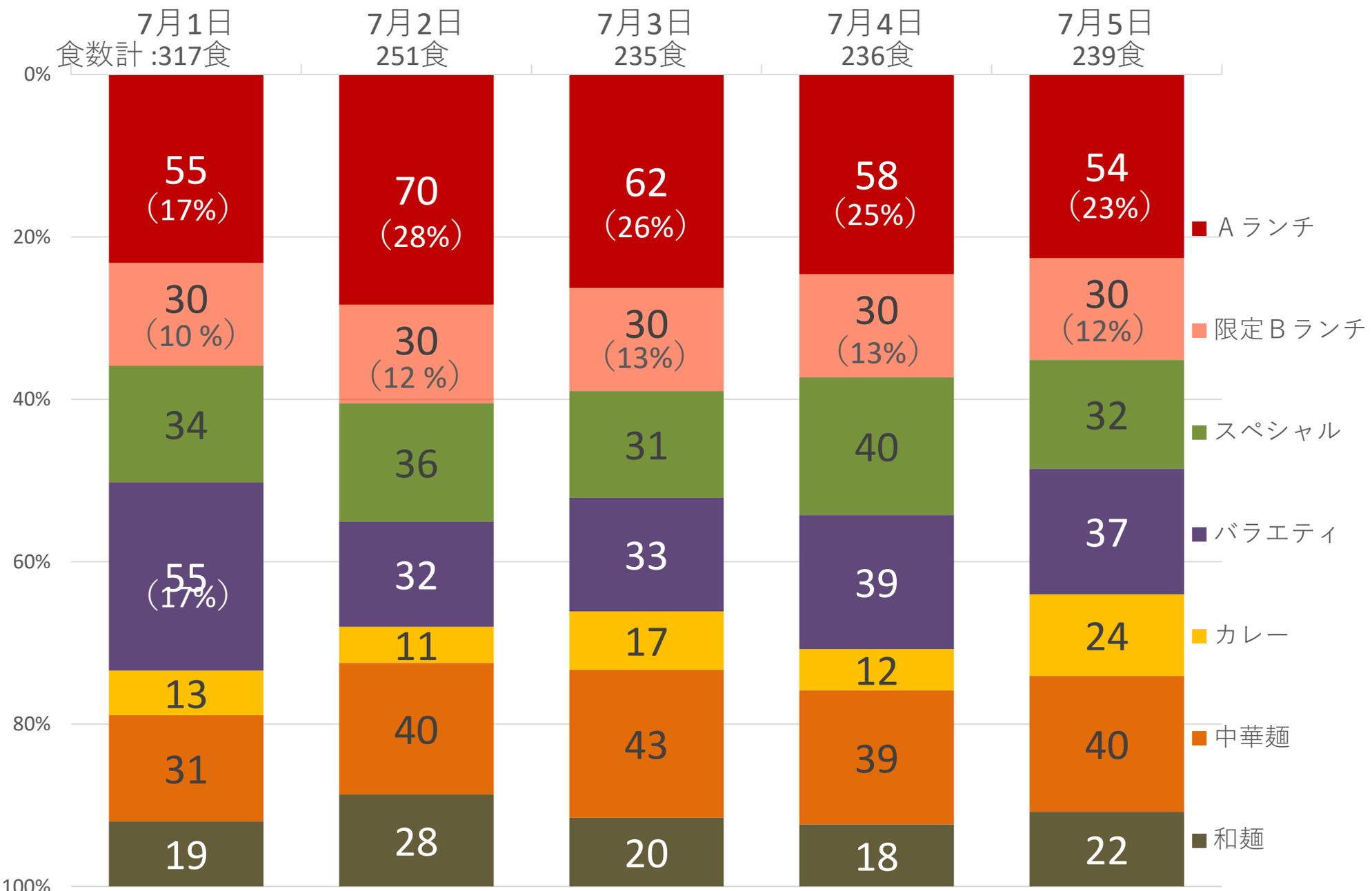
エネルギー 793kcal
たんぱく質 22.6g
脂質 33.8g
炭水化物 107.1g
塩分 3.4g
野菜量 190g

エネルギー 660kcal
たんぱく質 25.4g
脂質 17.8g
炭水化物 101.4g
塩分 2.9g
野菜量 160g

エネルギー 710kcal
たんぱく質 29.2g
脂質 27.5g
炭水化物 89.9g
塩分 2.5g
野菜量 165g

健康的な定食の提供

従業員の方の反応～食数から～

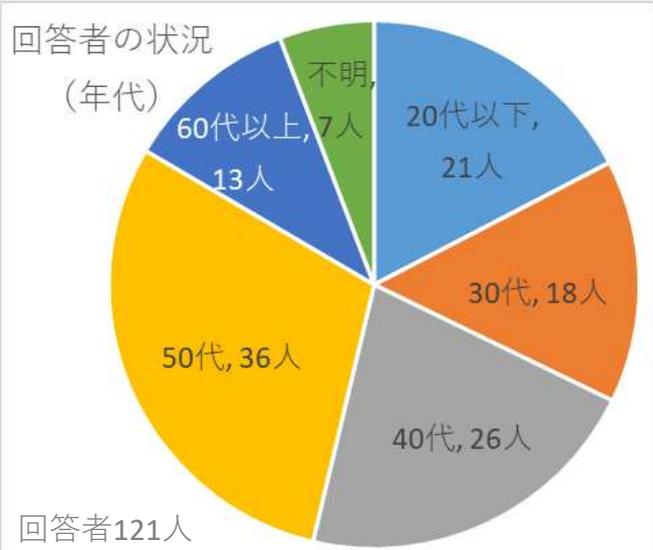


健康的な定食の提供

従業員の方の反応～アンケート結果～

- 実施日 7月5日（金）のお昼休み
- 方法 紙 又は ウェブ（グーグルフォーム活用）
- 内容 期間限定Bランチを食べた理由・感想／食べなかった理由等の6問
- 回答状況 食堂の食数 239食
アンケート用紙配布数179枚に対し、115枚回答（64.2%）
ウェブ回答 6人
→紙115人、ウェブ6人 合計121人からの回答

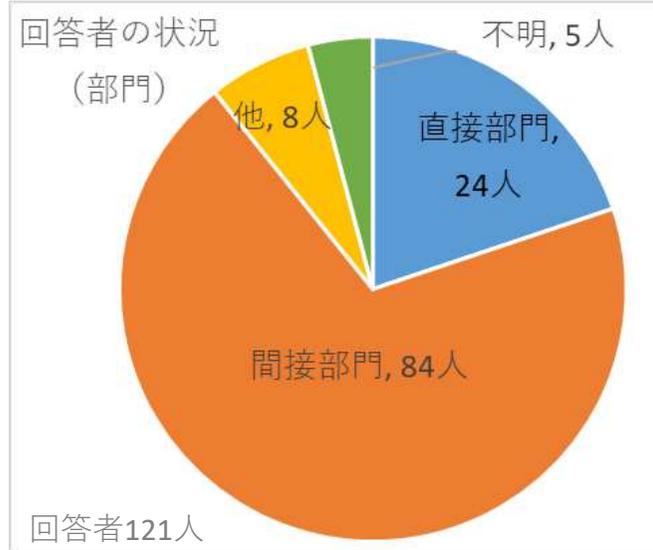
● 回答者の概要



- ✓ 50代 36人 (30%)
- 40代 26人 (21%)
- 20代以下 21人 (17%)



- ✓ 男性105人 (87%)
- 女性 12人 (10%)

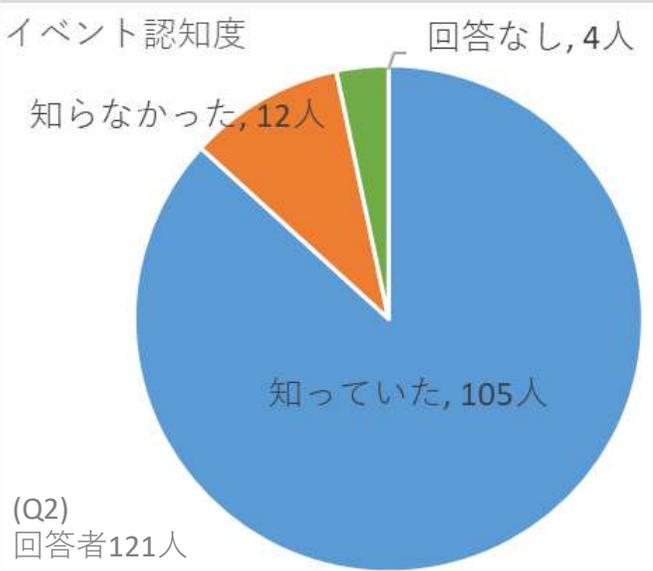
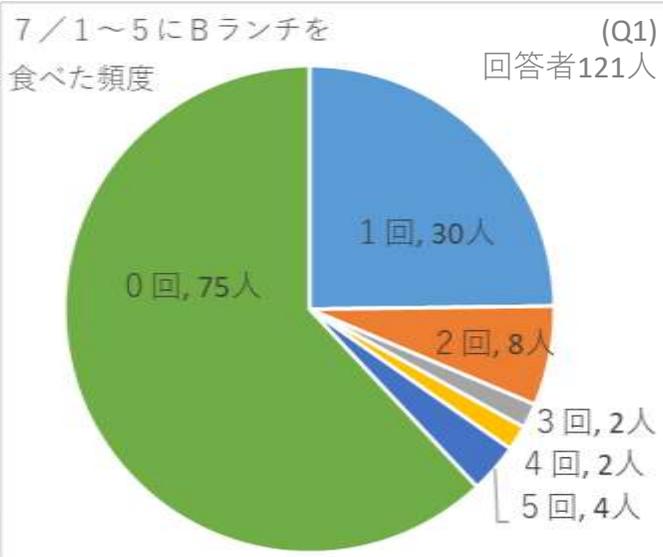
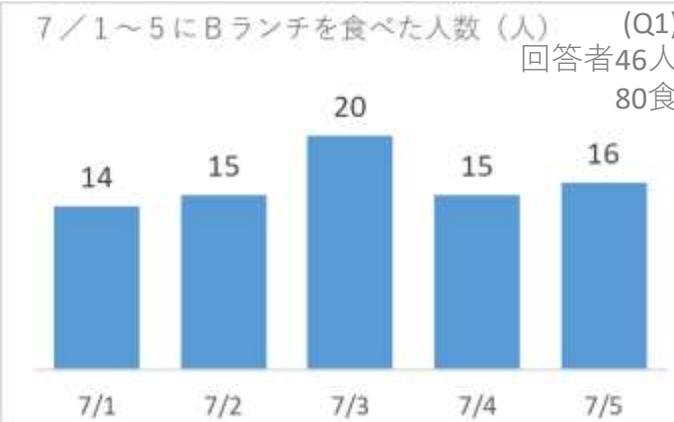


- ✓ 直接部門 24人 (20%)
- 間接部門 84人 (69%)

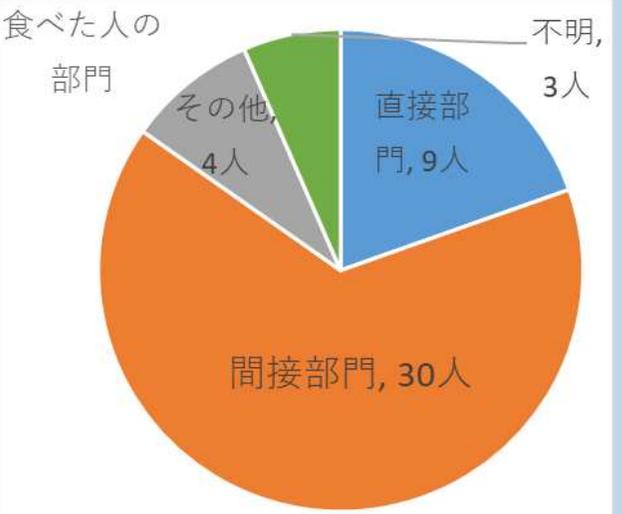
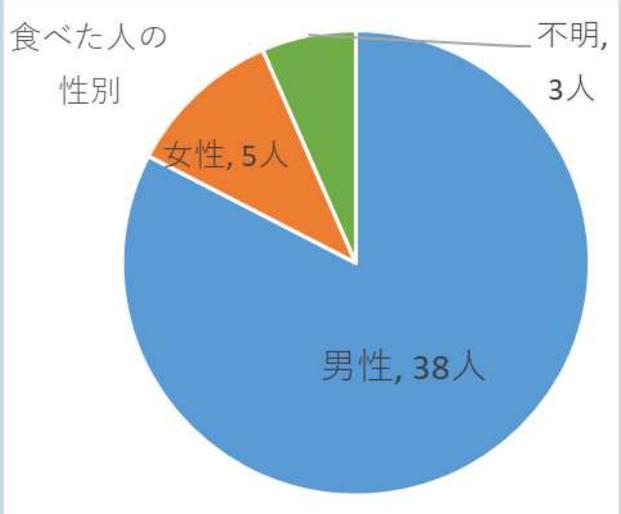
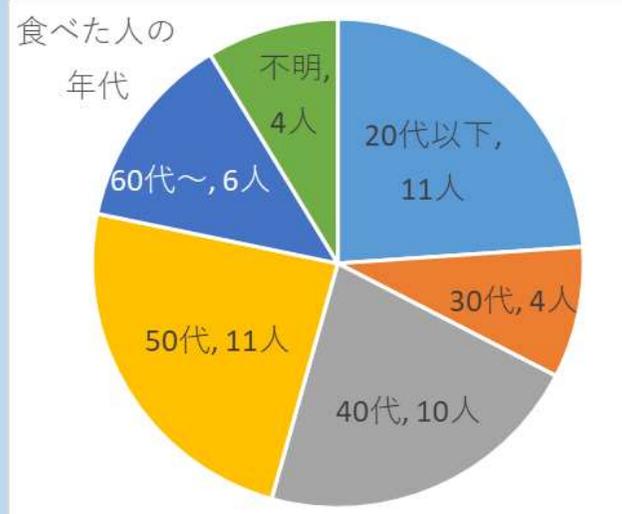
健康的な定食の提供

従業員の方の反応～アンケート結果～

● 回答内容の概要



食べた人46人の内訳



✓ 50代・20代以下 各11人 (24%)
40代 10人 (22%)

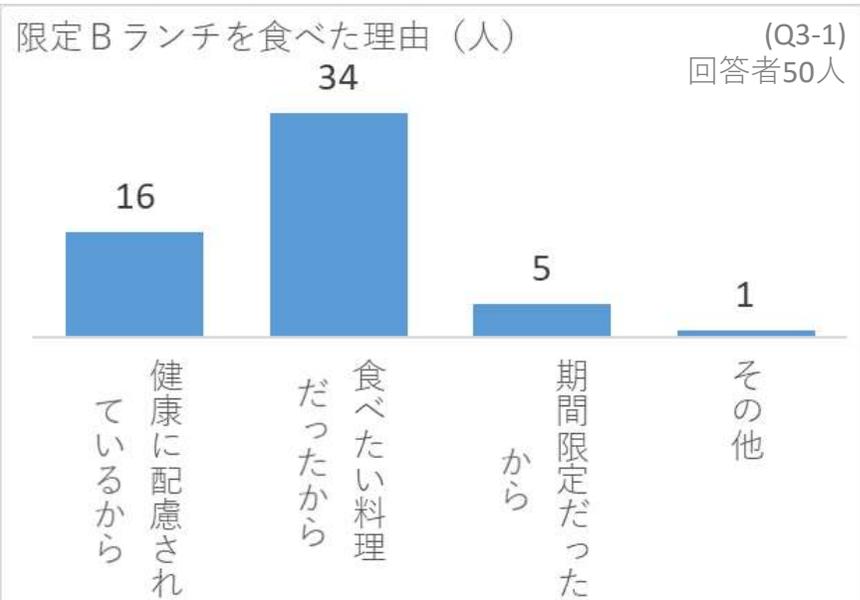
✓ 男性 38人 (83%)
女性 5人 (11%)

✓ 直接部門 9人 (20%)
間接部門 30人 (65%)

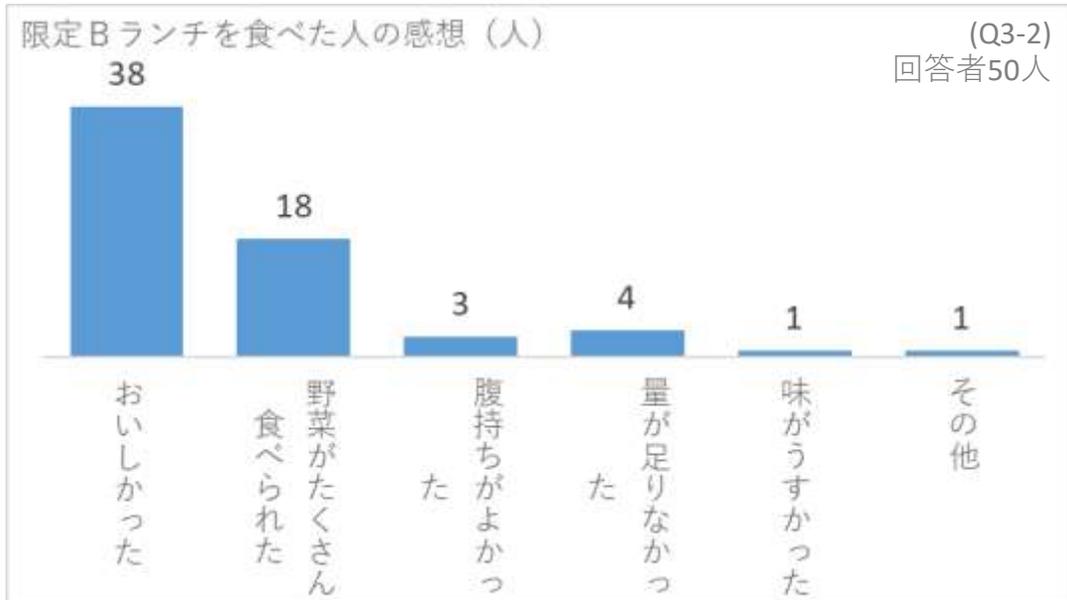
健康的な定食の提供

従業員の方の反応～アンケート結果～

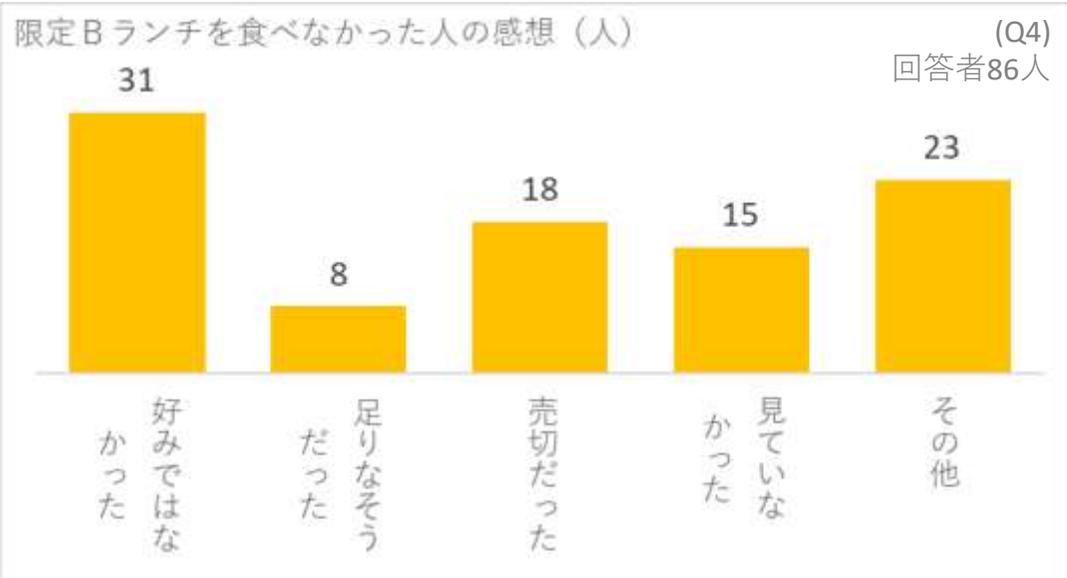
● 回答内容の概要



その他の内容：いつもBだから



その他の内容：みそ汁がほしい



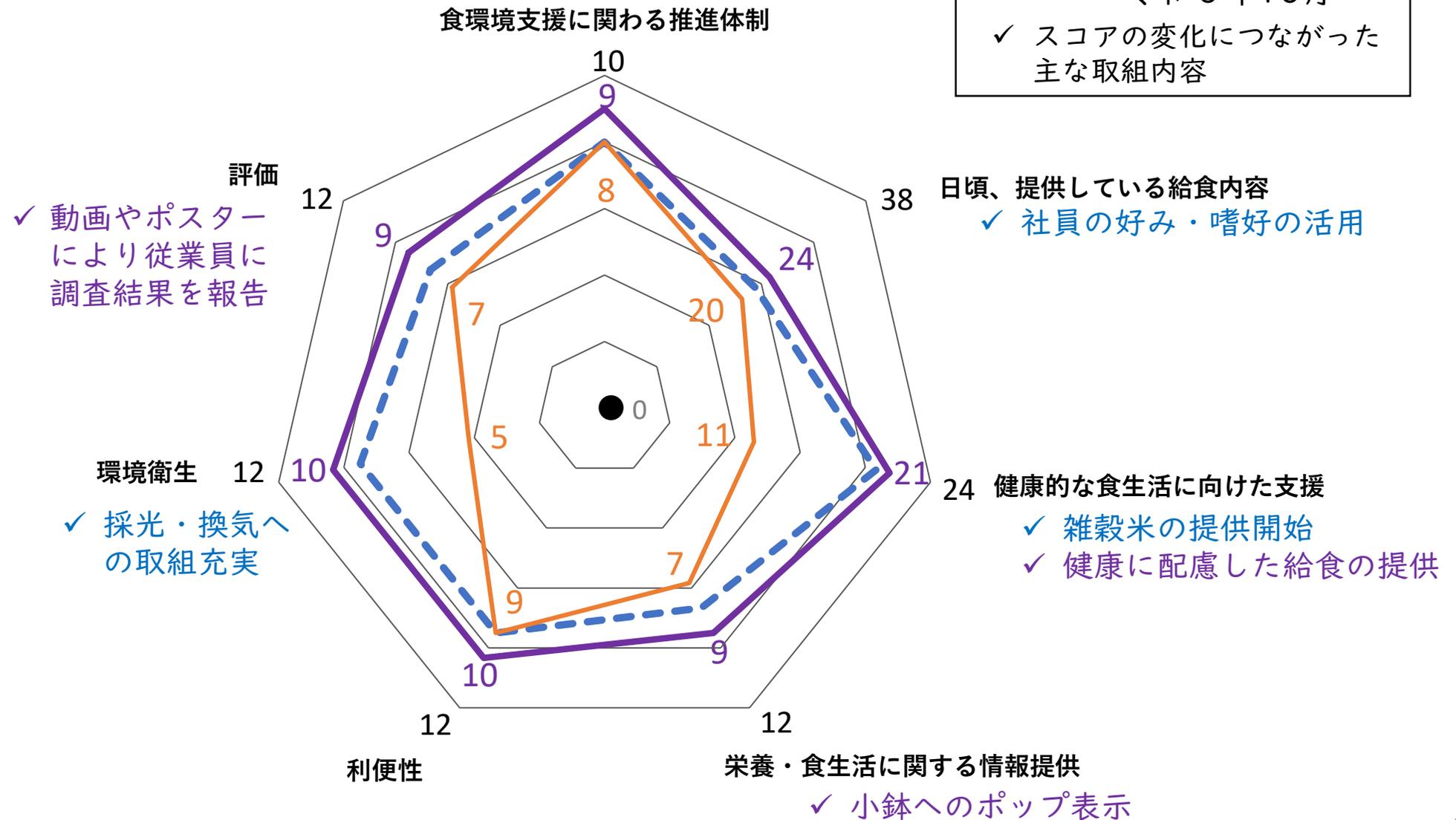
- その他の内容 (22人回答) :
- いつもメニューが決まっている (8人)
 - 内訳：麺類 (3人)、Aランチ (1人)、バラエティ (1人)、仕出し弁当 (1人)、弁当持参 (2人)
 - みそ汁がなかったから (4人)
 - ご飯の量が多い、みそ汁がない、小鉢2つは多い
 - 混んでいた (3人)
 - 食べようと思ったが、おぼんをもってしまったためやめた
 - 食べた人の感想をもって判断したかった
 - 日頃トレーニングをしているので、エネルギー不足になると思ったから
 - 好き嫌いが激しいため
 - 興味がなかった
 - 知らなかった

- ・ 雑穀米や健康に配慮した給食の提供により、従業員の健康的な食生活に向けた支援が充実

食環境スコア2023

- 令和5年7月
- - 令和5年12月
- 令和6年10月

✓ スコアの変化につながった主な取組内容



食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査

対象：株式会社NITTAN 従業員

令和5年度 全従業員 900名程度

令和6年度 取組を行った工場の従業員のみ 600名程度

方法：WEBアンケート調査（Google フォーム）の利用

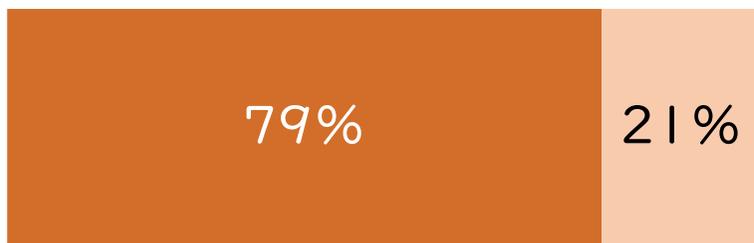
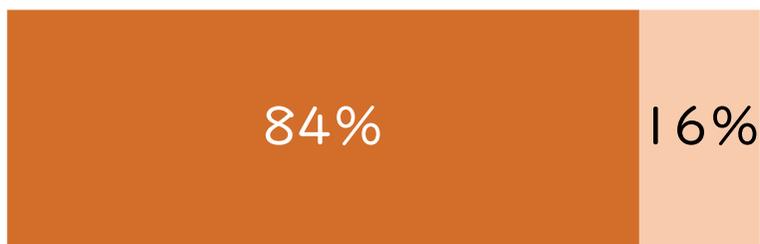
質問項目：

- ①基本属性（性別、年代、担当部門）
- ②食堂の利用状況（食堂の利用頻度、利用する理由、よく選ぶメニュー等）
- ③食生活（食事のバランス、減塩への意識、自動販売機の利用状況、食堂環境改善等の取り組みへの関心等）
- ④健康観（食生活・運動への意識と実行状況等）

※本調査は、株式会社NITTANにて実施、神奈川県立保健福祉大学が集計・分析を担当した。
神奈川県立保健福祉大学研究倫理審査委員会の承認を得て実施した。（承認番号：保大第18-23-59号）

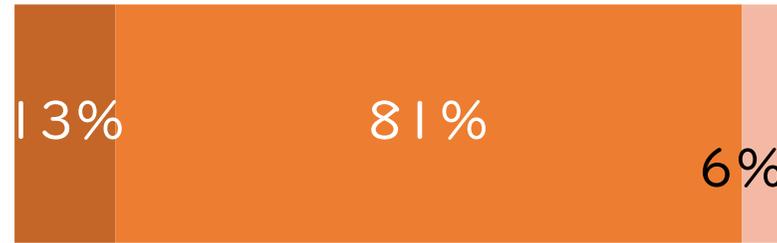
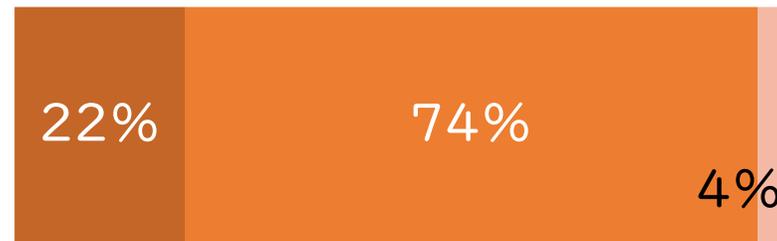
性別

■ 男性 ■ 女性



部門

■ 直接部門 ■ 間接部門 ■ 営業部門



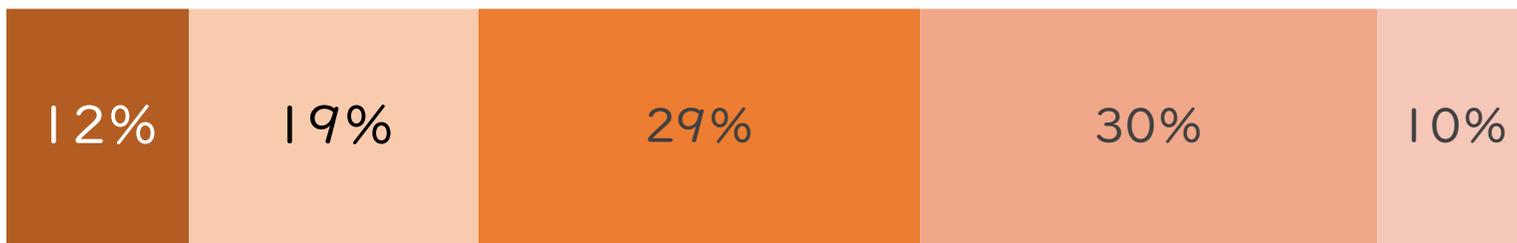
食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査 回答者の状況②

年代

■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 60歳代以上

取組前

R 5
(n=418)



取組後

R 6
(n=266)

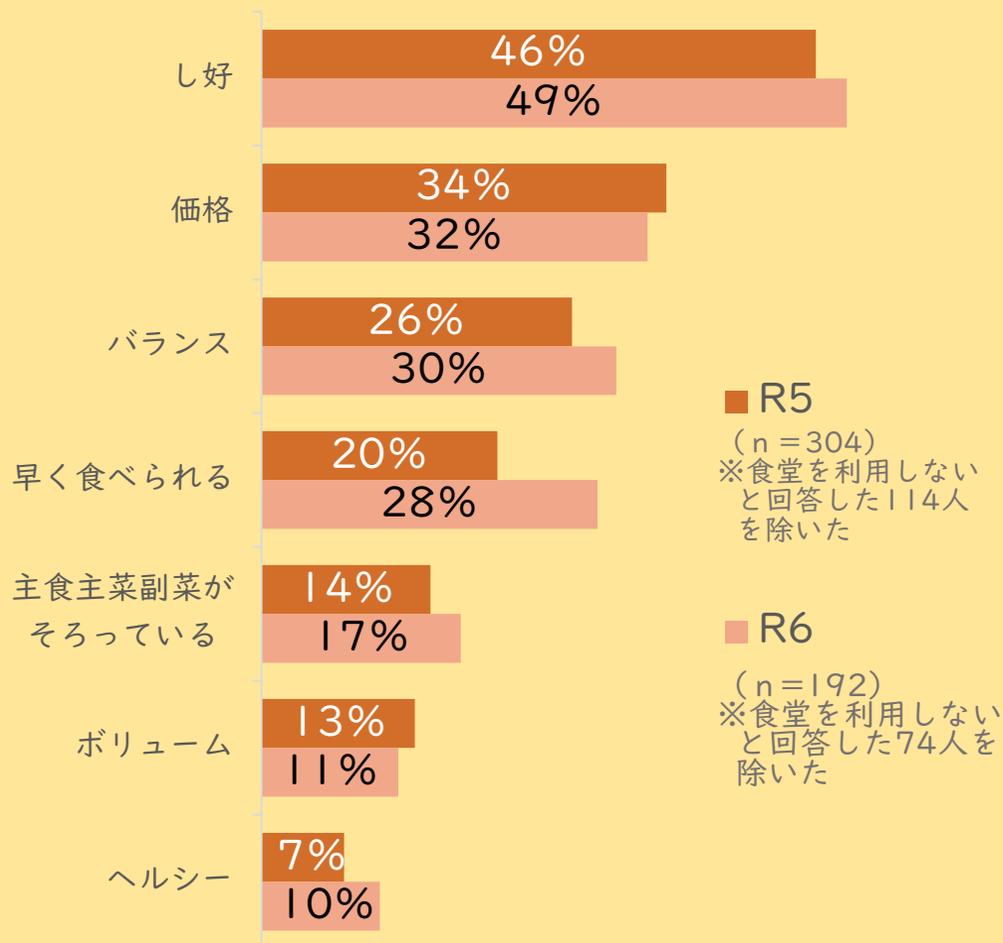


株式会社NITTAN 従業員への調査結果①

- ・食堂でメニューを選ぶ基準 変化が大きかったもの:「早く食べられる」+6%、「バランス」+4%
- ・食堂でよく選ぶメニュー 変化が大きかったもの:「バラエティ」+8%、「定食B」+7%

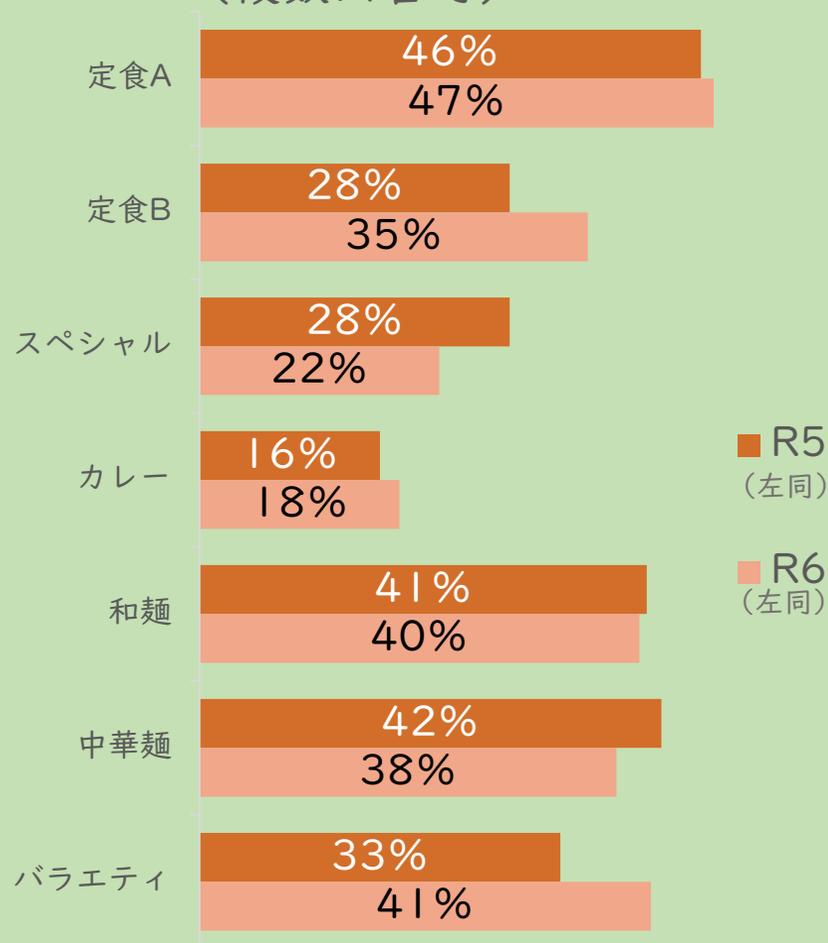
食堂でメニューを選ぶ基準

(複数回答可、R5上位7つを多い順に掲載)

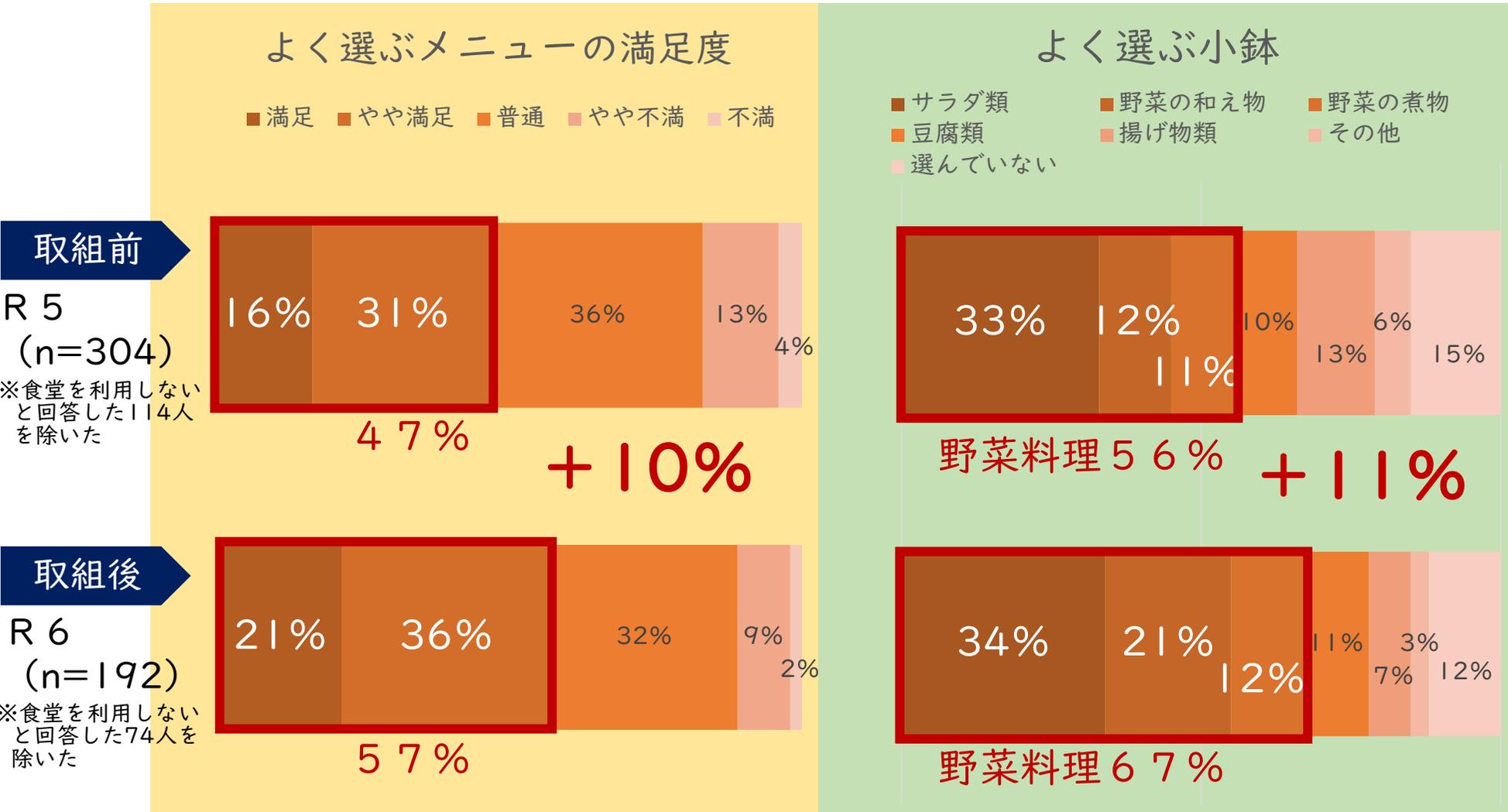


食堂でよく選ぶメニュー

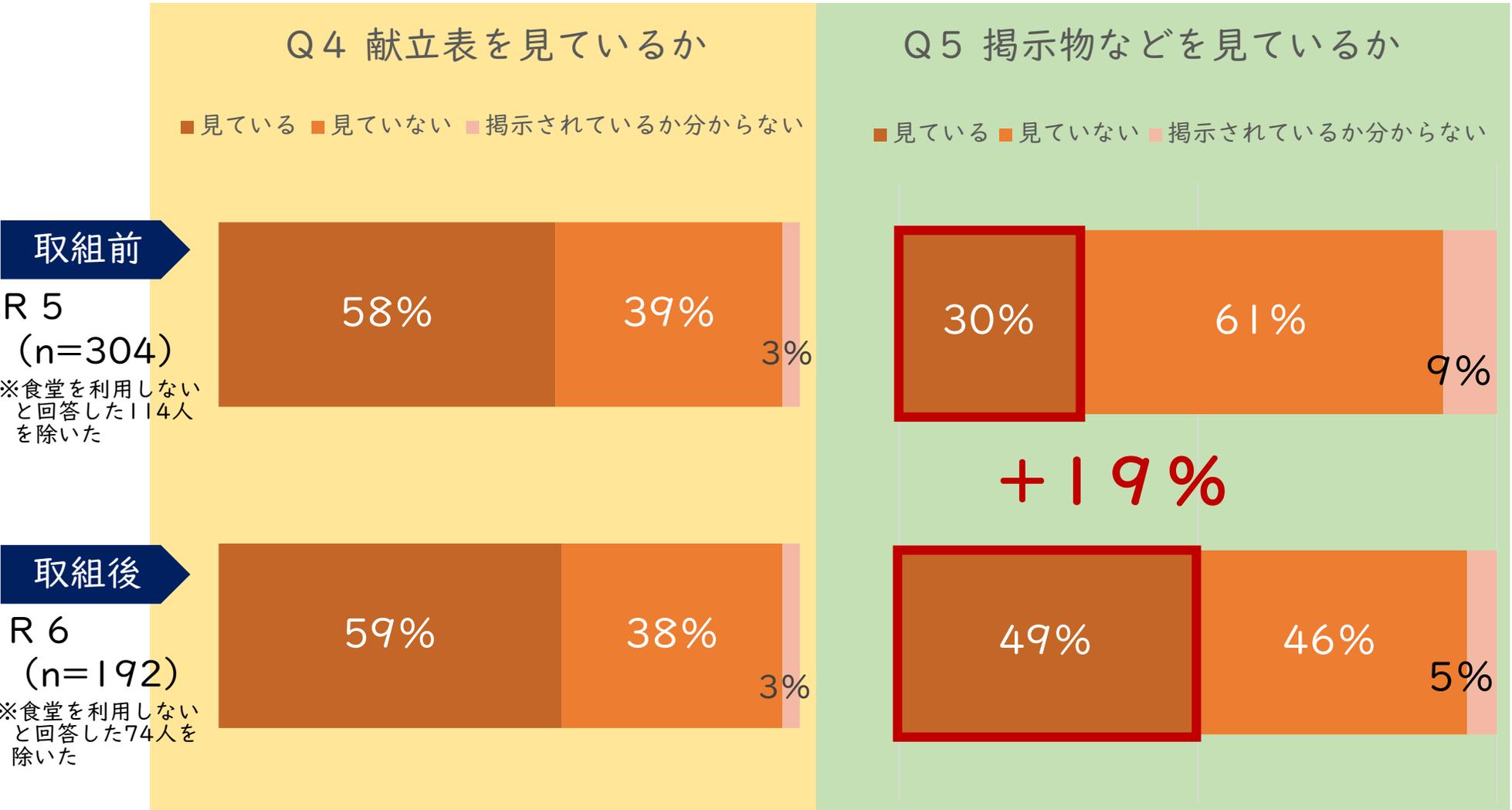
(複数回答可)



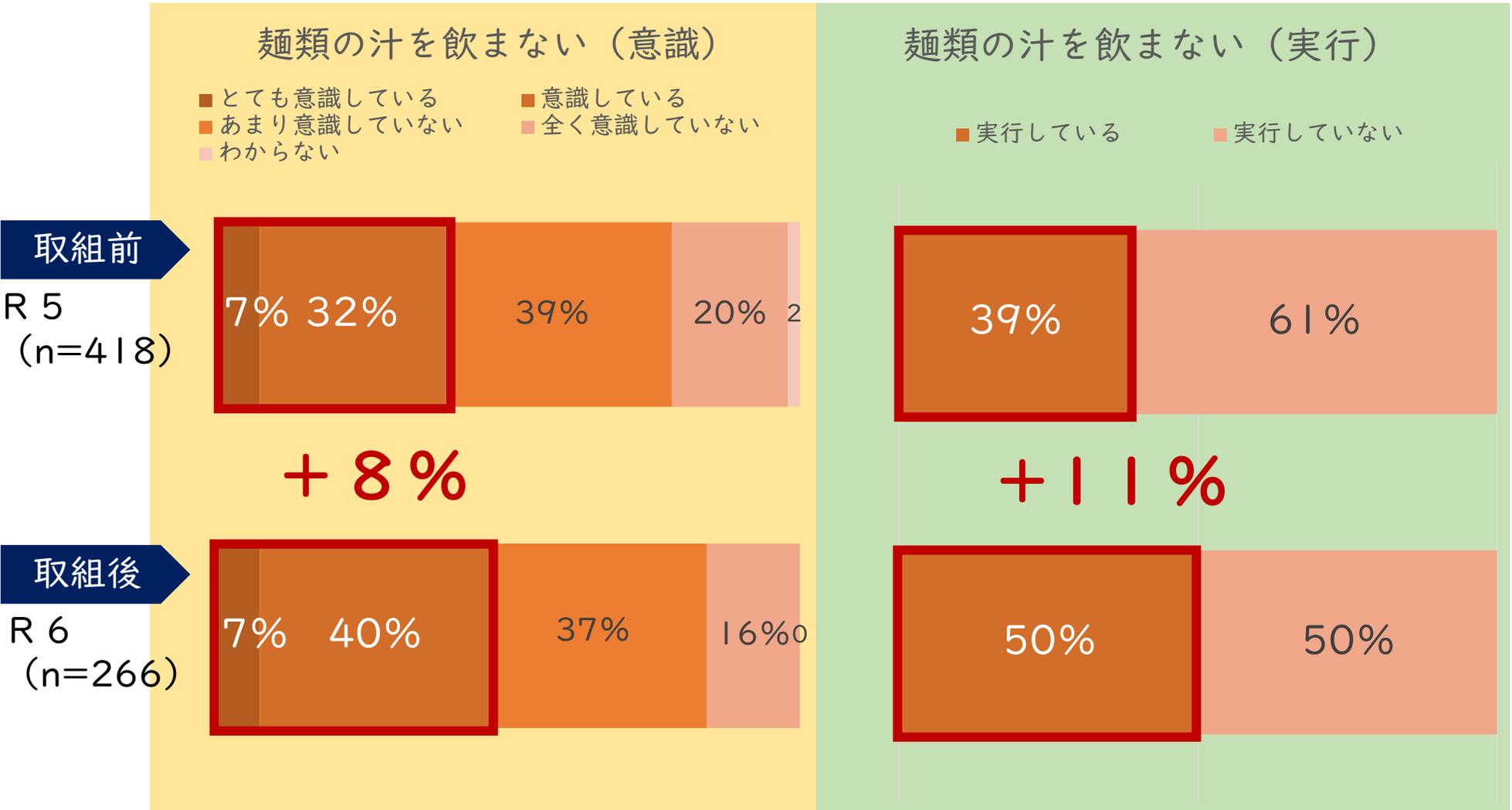
・メニューの満足度も、野菜料理を選択する意識もアップ



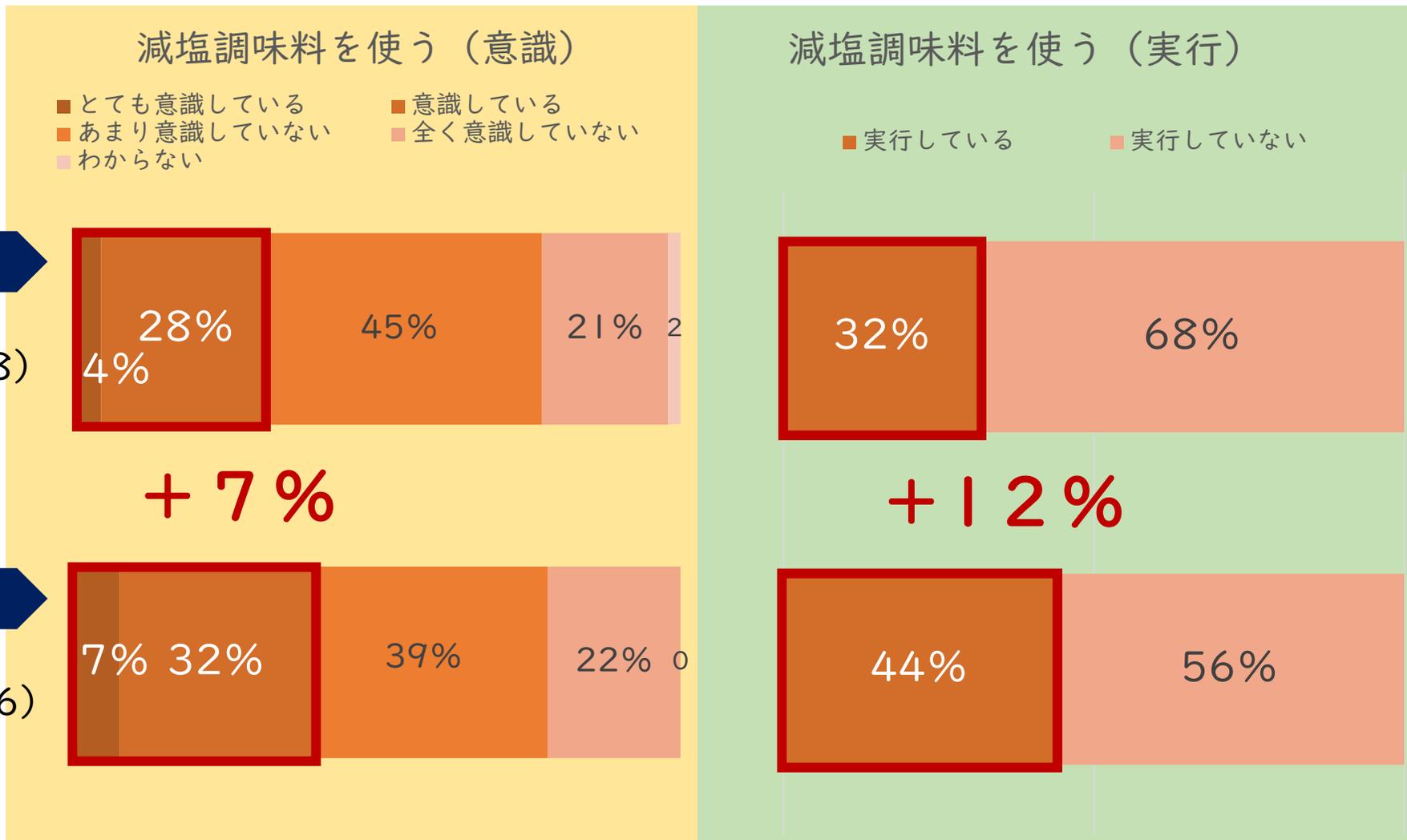
・献立表には変化はなかったが、掲示物を見ていると回答した人の割合は 19%増加



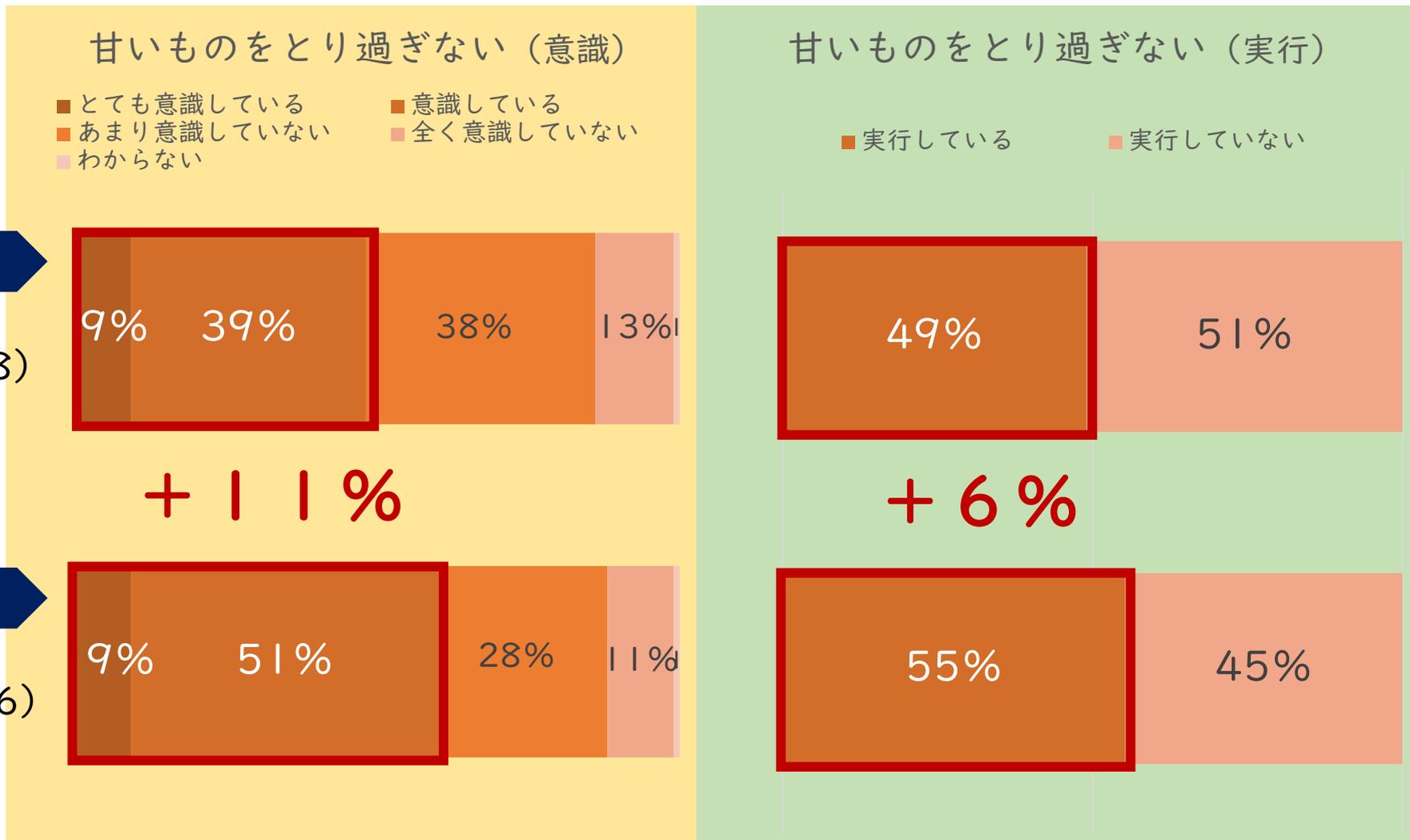
・麺の汁を飲まないことを意識する人の割合 8%、実行する人の割合 11%増加



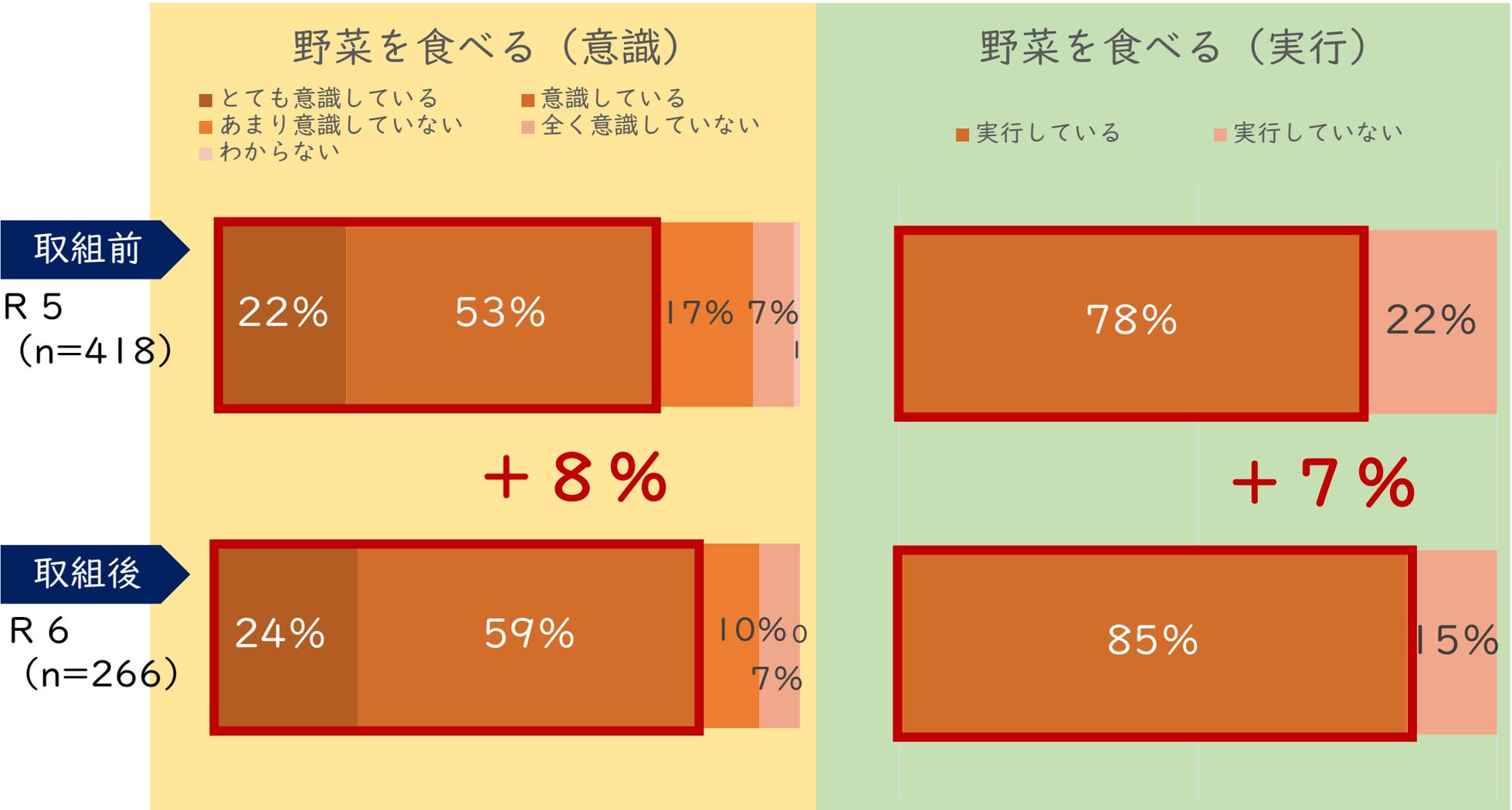
・減塩調味料を使うことを意識する人の割合7%増加、実行する人の割合12%増加



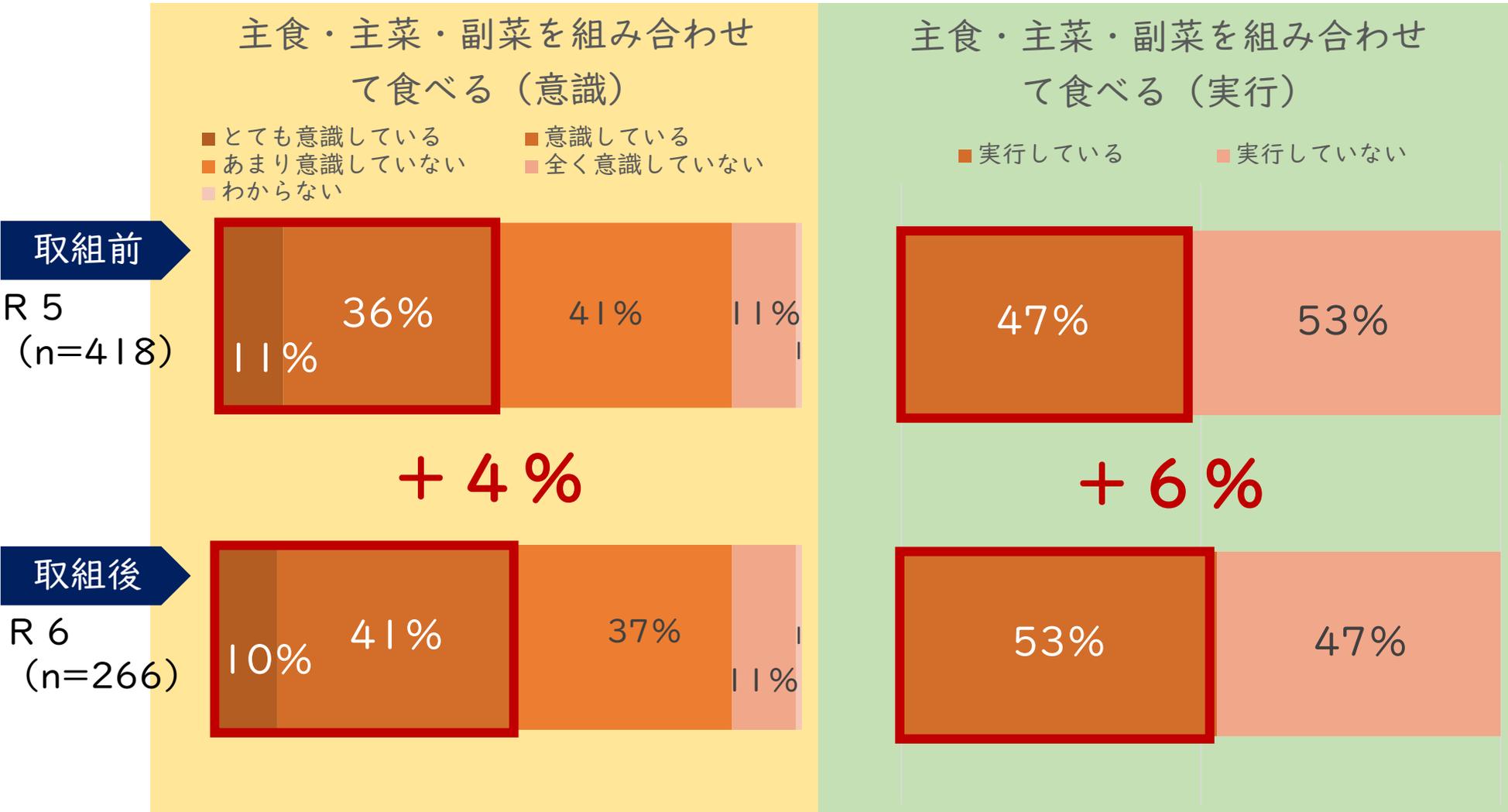
・甘いものをとり過ぎないことを意識する人の割合11%増加、実行する人の割合6%増加



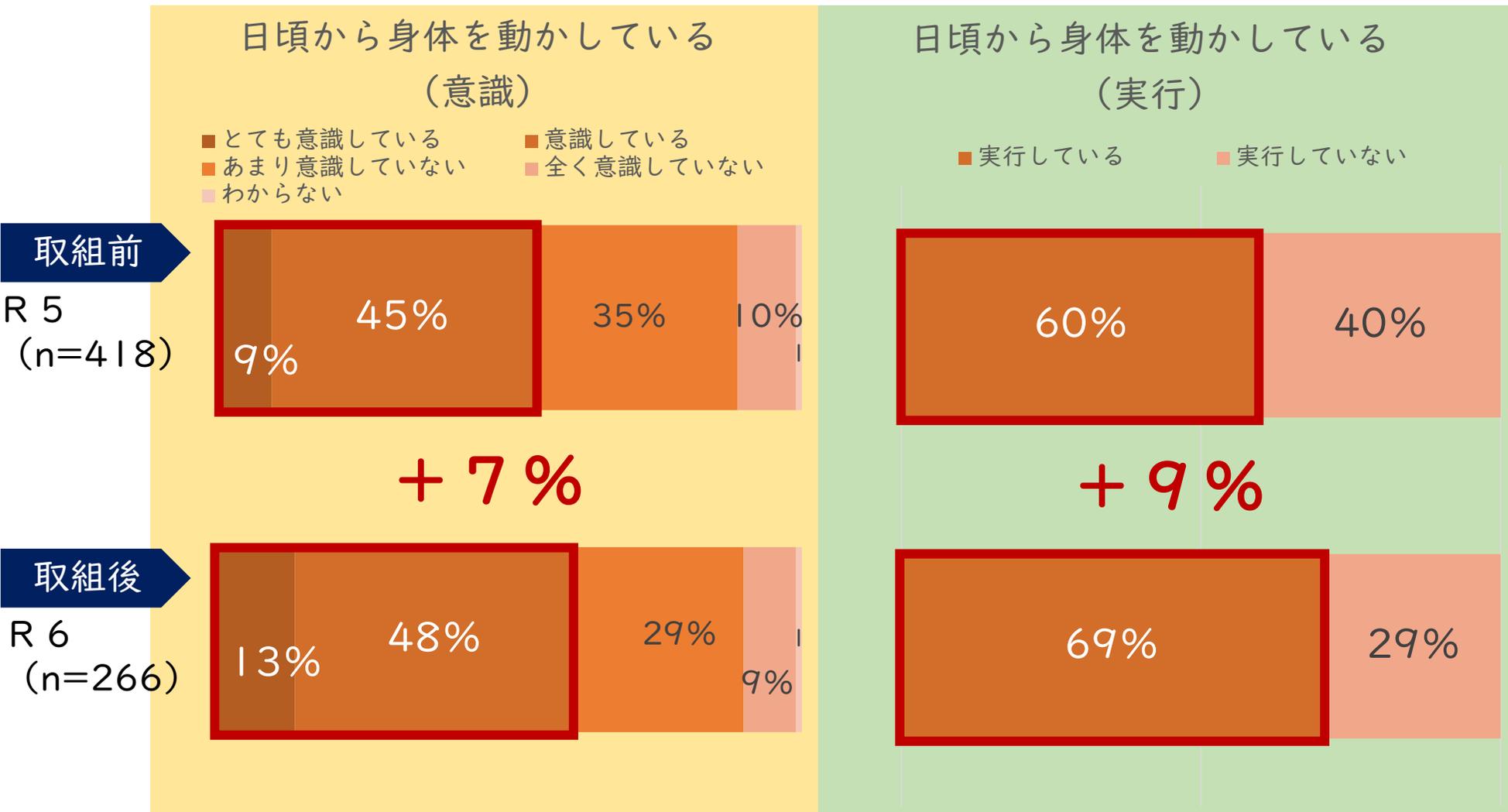
・野菜を食べることを意識する人・実行する人の割合は他項目よりも高かったが、さらに増加



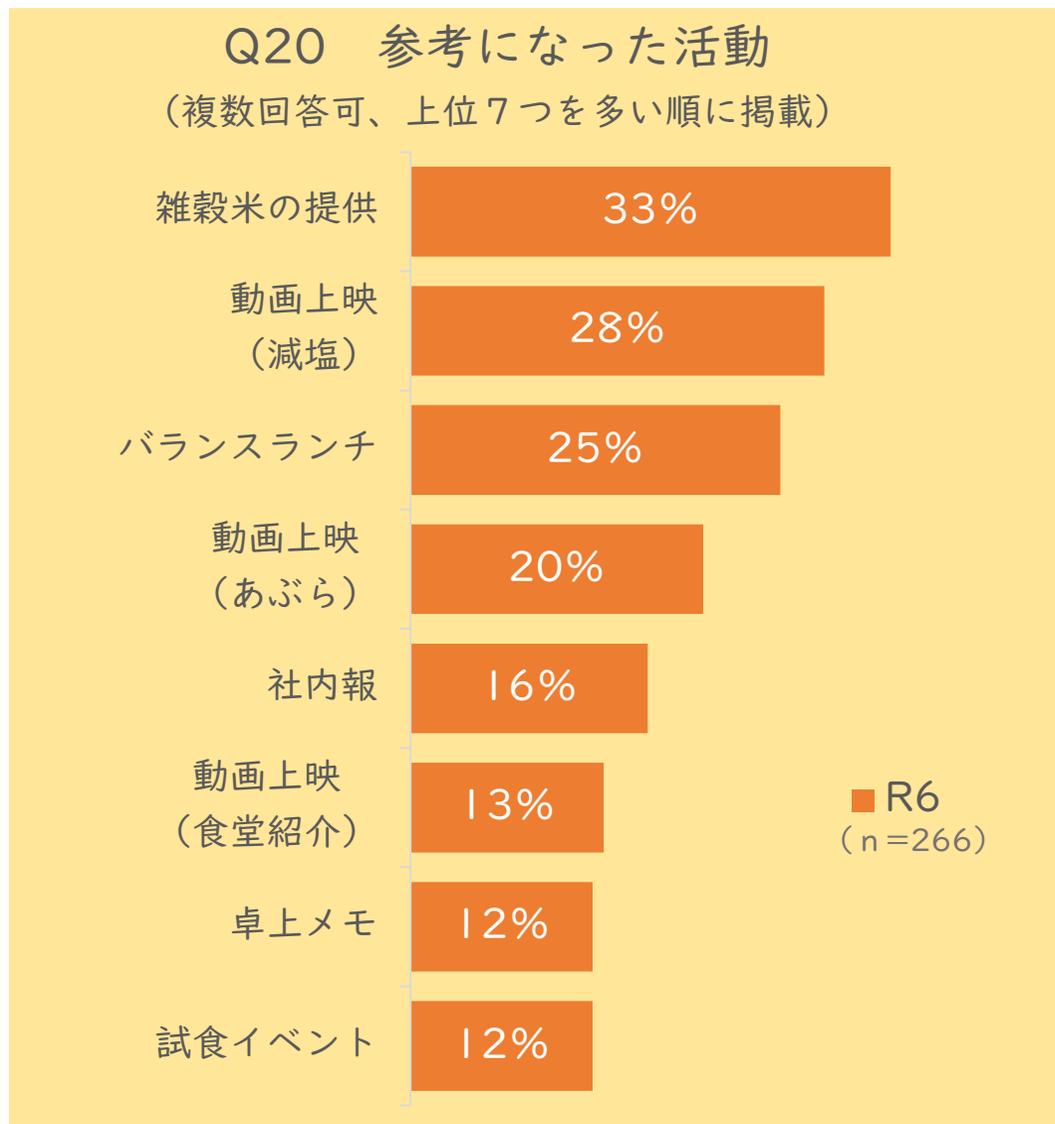
・主食・主菜・副菜を組合せて食べることを実行する人の割合は6%増加



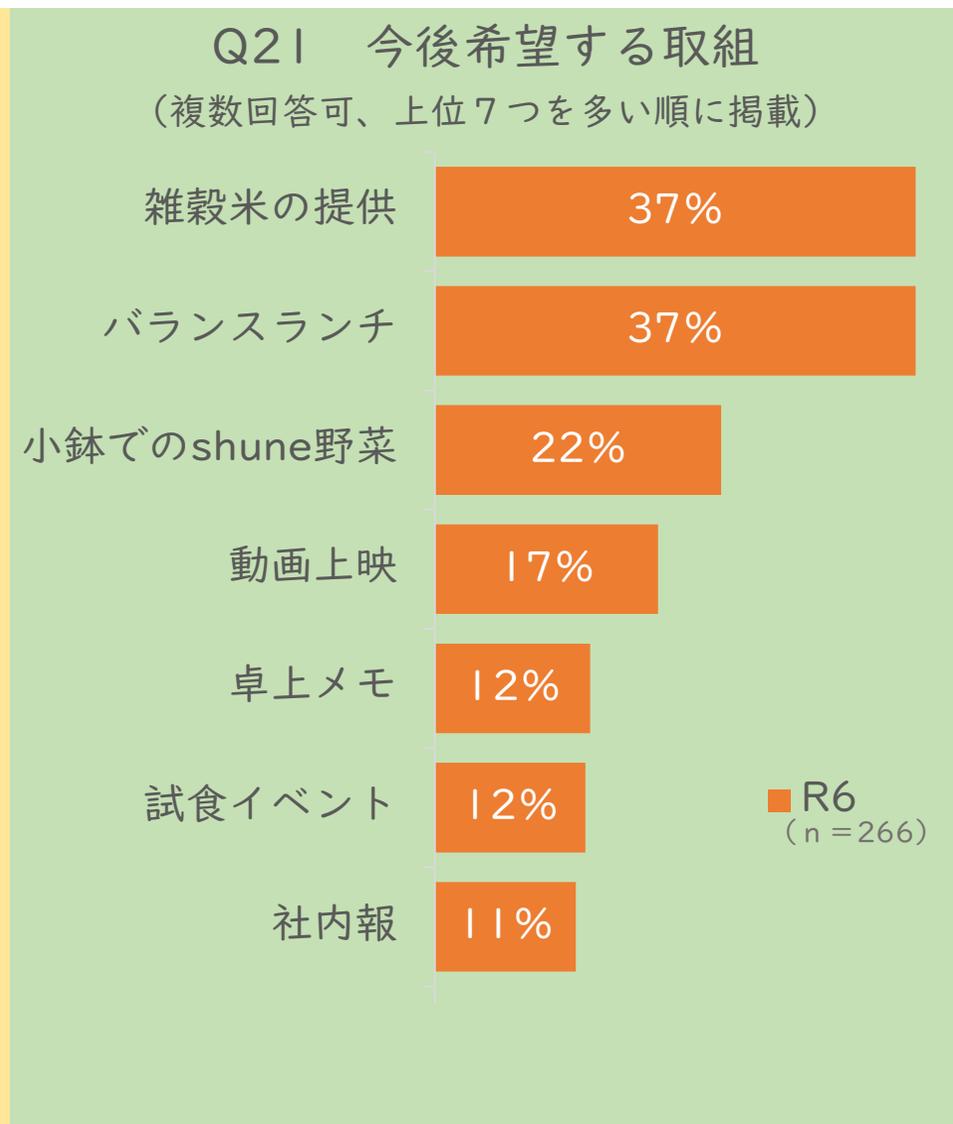
- ・日頃から階段を使う等、身体を動かしていることを意識する人の割合7%増加、実行する人の割合9%増加



・参考になった活動、今後希望する取組ともに、「雑穀米の提供」が多かった



※参考になったものはないと回答した方は75人 (28%)



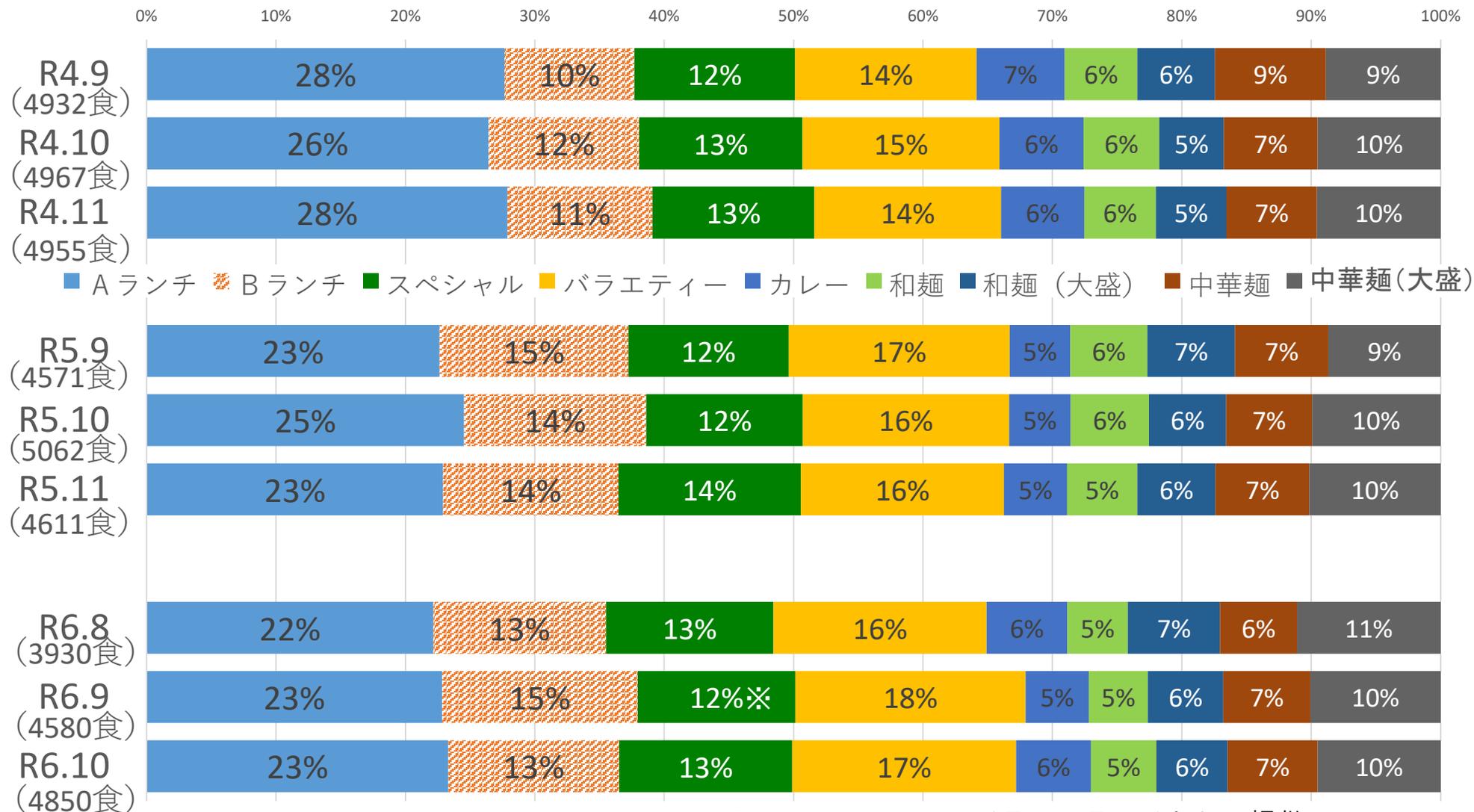
※希望するものはないと回答した方は79人 (30%)

株式会社NITTAN メニュー選びの変化

- ・揚げ物中心の**Aランチ**減少傾向
- ・魚や豆腐等健康志向の**Bランチ**増加傾向

R4 26~28% → R5 23~25% → R6 22~23%

10~12% → 14~15% → 13~15%

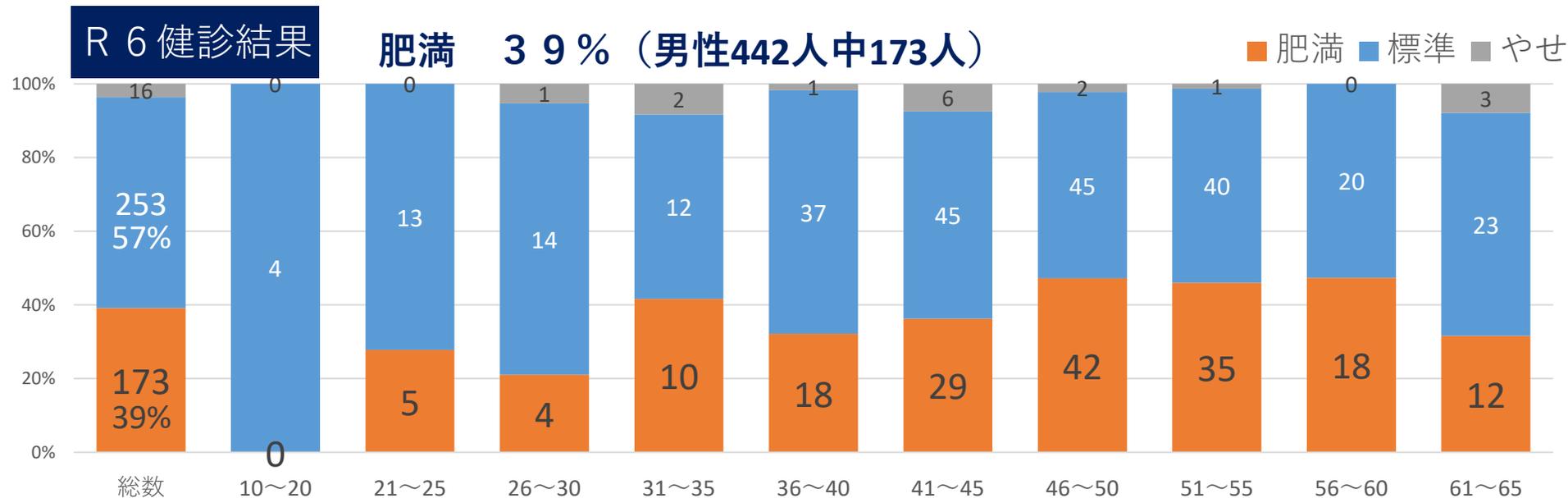
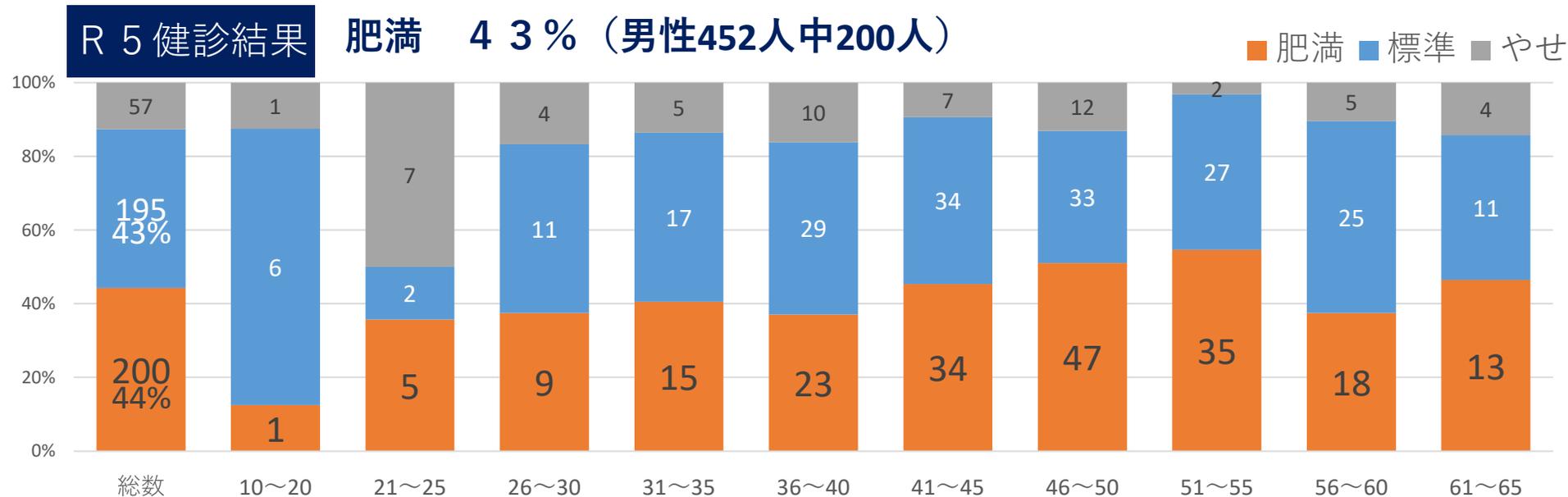


※R6.8.26~9.27は、バランスランチとして提供

株式会社NITTAN 健康診断結果① 体格（BMI）の変化

- ・肥満者の割合が5%減少、やせの者の割合が9%減少
- ・標準の人の割合が14%増加

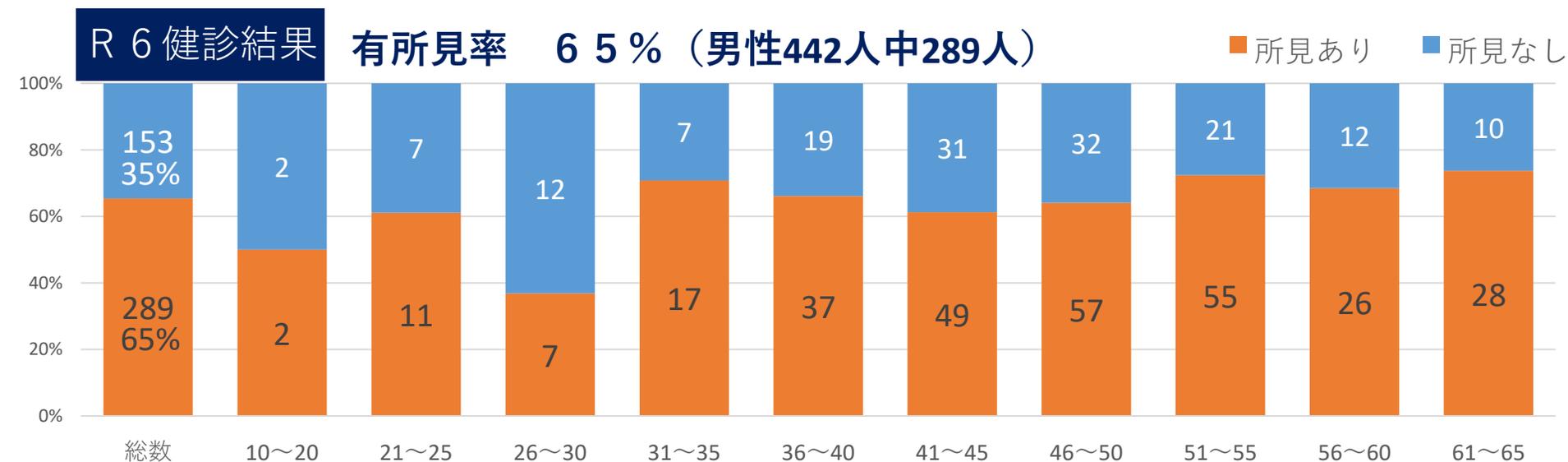
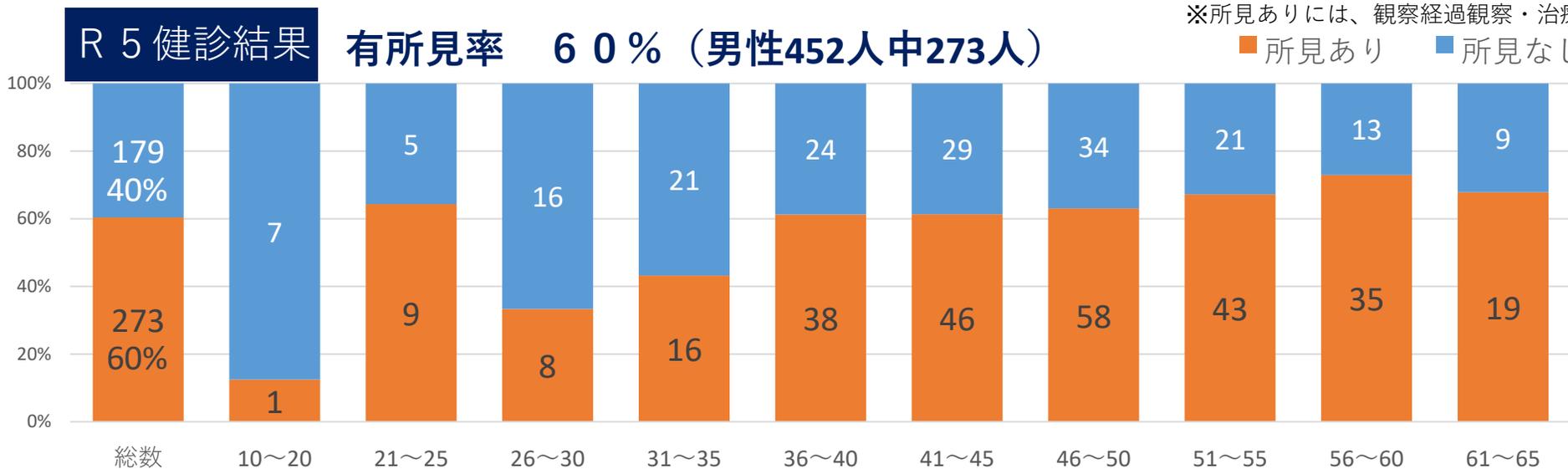
R 5・6年9月健康診断結果
（食堂を利用される秦野本社・
堀山下工場勤務者分）



・血中脂質の項目で所見があった人の割合は、5%増加。

R 5・6年9月健康診断結果
 (食堂を利用される秦野本社・
 堀山下工場勤務者分)

※所見ありには、観察経過観察・治療有含む

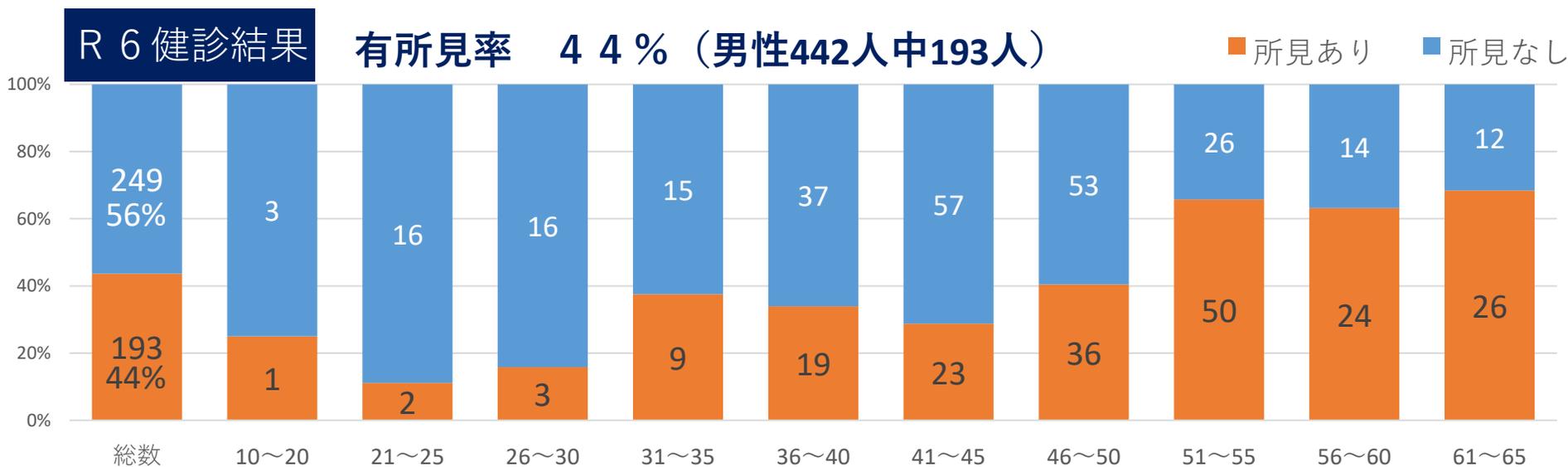
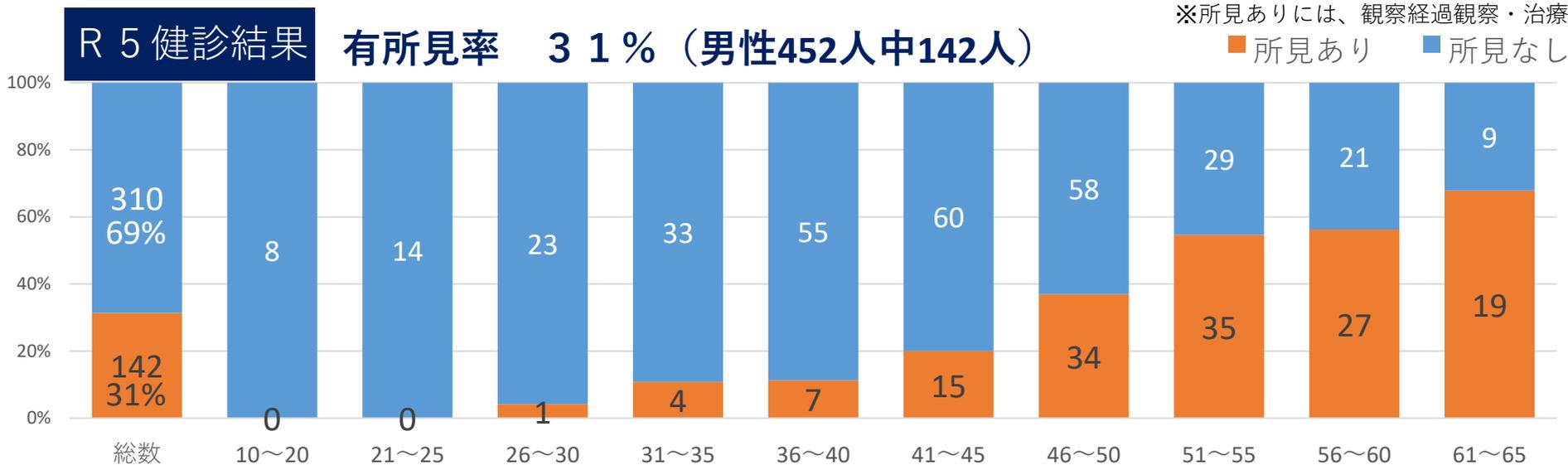


株式会社NITTAN 健康診断結果③ 血圧（男性）の変化

・血圧で所見があった人の割合は、13%増加。

R 5・6年9月健康診断結果
（食堂を利用される秦野本社・
堀山下工場勤務者分）

※所見ありには、観察経過観察・治療有含む



各企業の活力・生産力・業績向上

株価・ESG評価上昇

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

産学官連携による 働く世代の食環境の整備・充実

(働く世代1人ひとりが健康的な食生活を送ることができる環境)

健康につながる食事を食べられる環境
働く人が食品にアクセスする機会

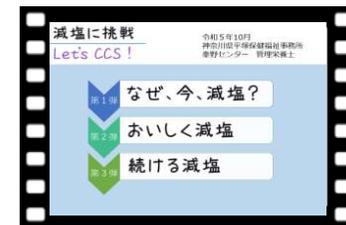
適切な栄養・健康情報を取得できる環境
働く人が情報にアクセスする機会

(取り組めたこと)

- 社員食堂
 - ・ 提供する定食の健康化
 - ・ 小鉢への野菜料理 回数増加
 - ・ 雑穀米の提供
 - ・ 減塩食品の提供

(取り組めたこと)

- 動画上映
- 卓上メモの設置
- 小鉢へのポップ表示
- 社内報へのコラム掲載
- 試食イベント実施
- ポスター掲示



- 対象 従業員 約180名
- テーマ ごはんでつなぐ 仕事と健康
- 目標 (長期)健康診断結果の改善
(モデル事業後)従業員のヘルスリテラシー向上
(取組後)自分に合ったご飯量を意識して食べる人を増やす

- 取組内容

(R5年度)

- ・適量ご飯の案内・ご飯計量用秤の設置
- ・みそ汁の適塩化
- ・栄養士・調理師からのおすすめコメント設置
- ・卓上メモの設置
- ・販売する飲料の砂糖量表示
- ・講話・イベント実施
- ・習慣化アプリの紹介

(R6年度)

- ・週間献立表へのマーク表示
- ・卓上メモの設置
- ・食堂アンケート実施
- ・昼めしを考える会(トーク会) の開催
- ・昼めしを考える会考案メニュー食堂での提供

- 評価指標 (長期)健康診断での有所見率
(短期)従業員への意識調査、食環境スコア、食堂調査
- 体制 富士電線株式会社、株式会社ケイエフケイ(給食担当)
神奈川県立保健福祉大学
伊勢原市、当センター

富士電線株式会社 会社概要

(事業内容)

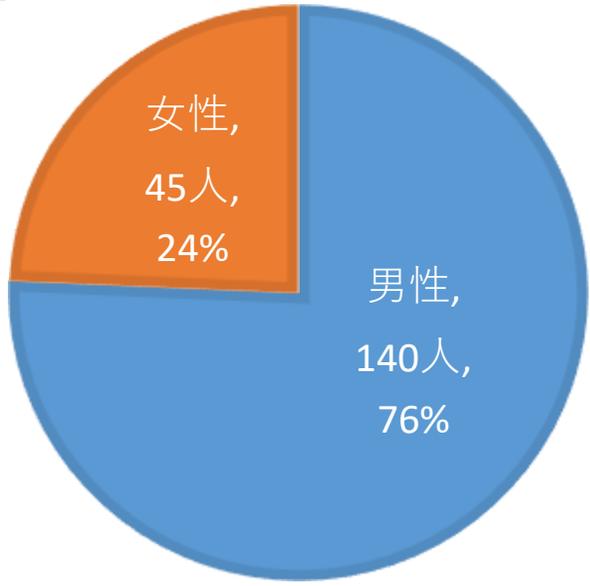
消防用ケーブル・通信用ケーブル・LAN
関連ケーブル・光ファイバケーブル及び
機器加工品の製造・販売

出典：富士電線株式会社ウェブサイト
(<https://www.tokyo-fuji.co.jp/company/outline/>)

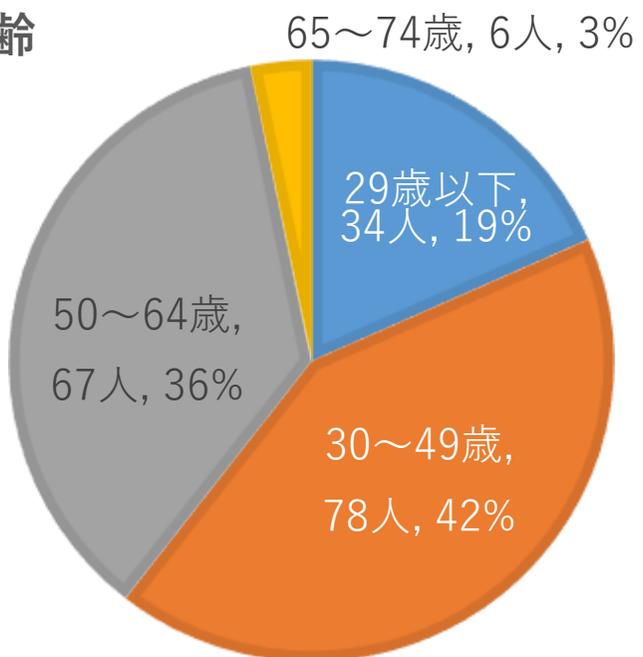


(従業員185人の状況 ~令和5年給食施設栄養管理報告書より~)

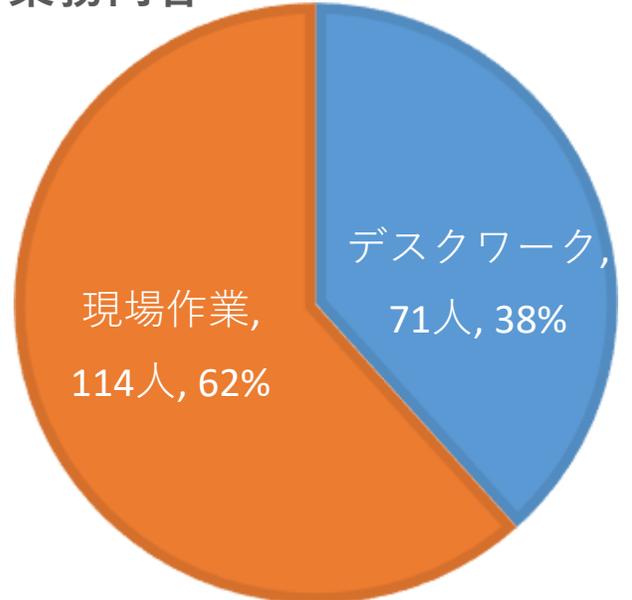
性別



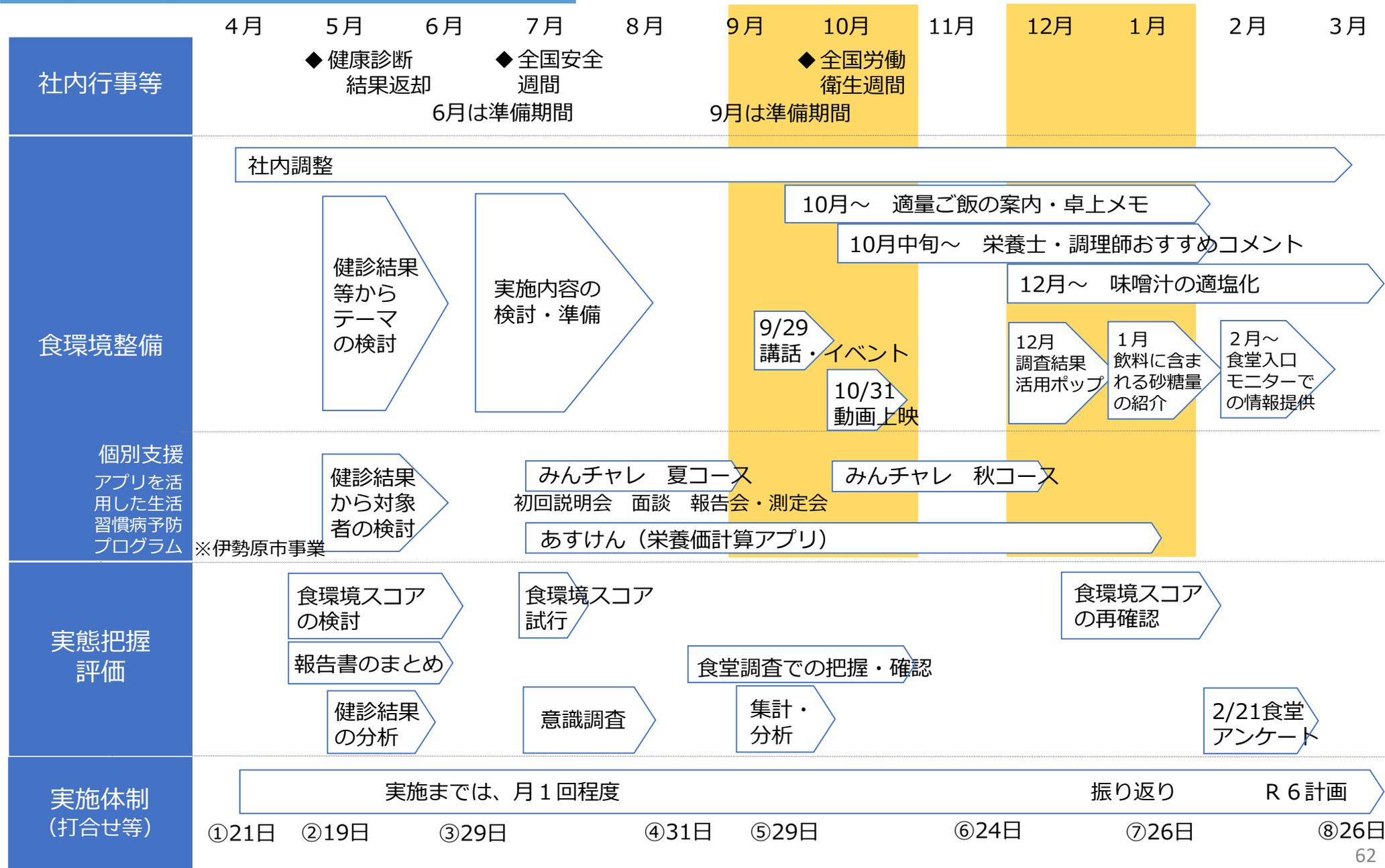
年齢



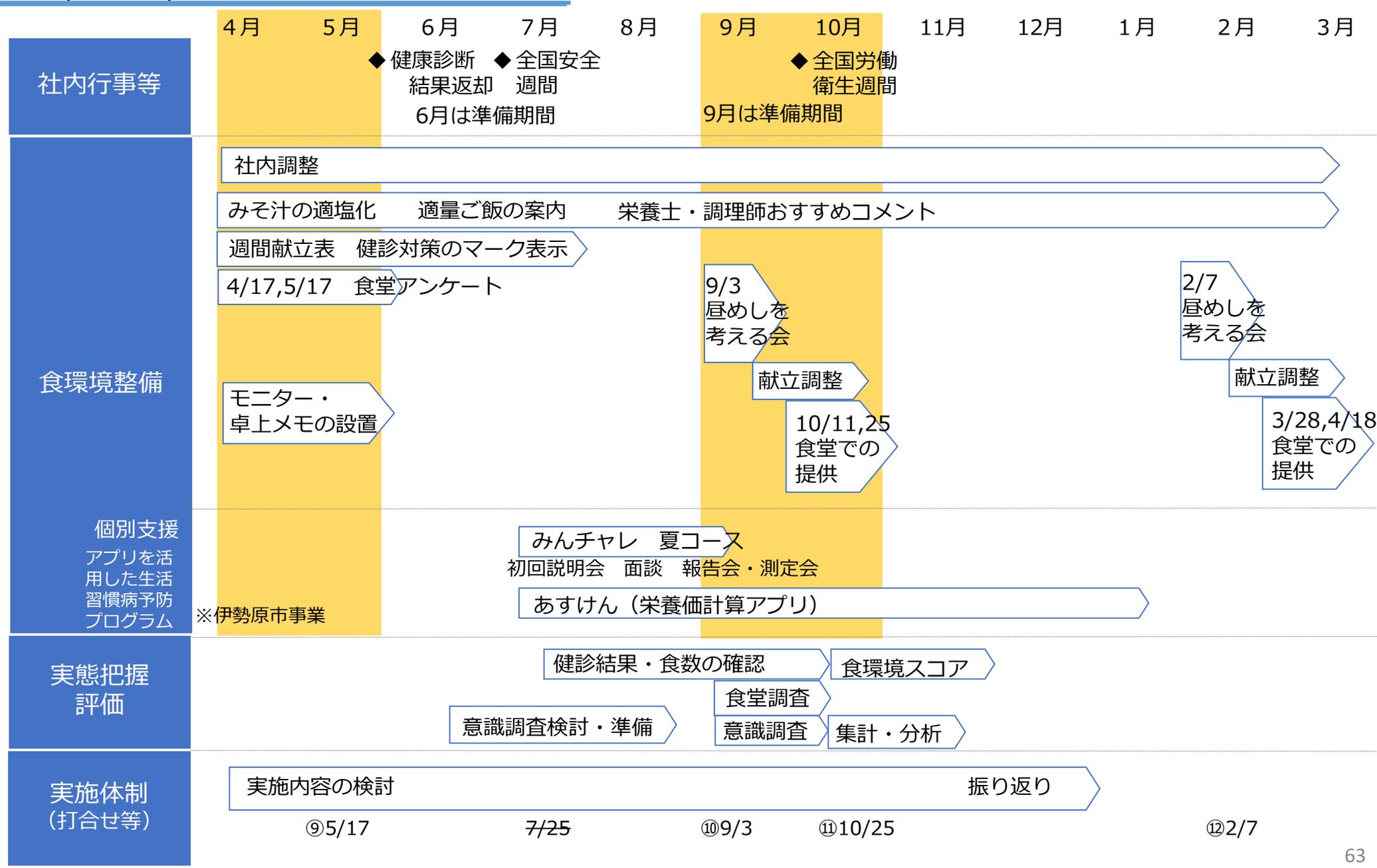
業務内容



富士電線株式会社における食環境整備 R5(2023)年度 スケジュール



富士電線株式会社における食環境整備
R6(2024)年度 スケジュール



取組	概要	担当	実施時期	参加者数
適量ご飯の案内	① ご飯を盛り付ける台に、ご飯計量用の秤を2台設置。ご飯量100g・150g・200g・250gの写真を設置。	当センター	10/2(月)~	食堂利用者
卓上ポップの設置	食堂10か所のテーブルにスタンドでポップを設置。	大学		
講話	② 年齢や活動に合わせたご飯量、栄養バランスについて、30分程度で紹介。	当センター	9/29(金) ①9:30~ ②10:45~	①8人 ②10人
イベント	③ ④ ⑤ ・ご飯量チェック ・体組成測定 ・模擬コンビニ	大学 ケイエフケイ (給食担当) 伊勢原市	9/29(金) 9:30~14:00	35人
動画上映	二次健診・再健診会場で、10分程度の動画を上映	当センター	10/31(火)	—
アプリを活用した生活習慣病予防プログラム	スマートフォンアプリ等により、血糖や食事、歩数チェックを行い、生活習慣病予防を支援。	伊勢原市	7~1月 夏:7~9月 秋:10~12月	3人



1



2



3

講話後
展示



4



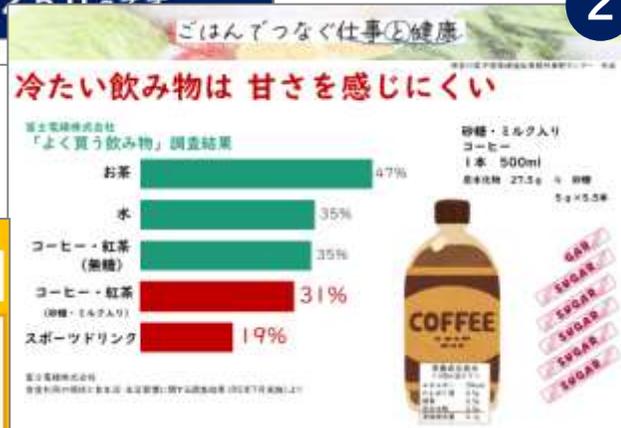
5

富士電線株式会社における食環境整備 令和5(2023)年12~1月 実施内容

令和5年7月に実施した意識調査結果を踏まえて、以下の内容を実施。

- ・食堂で献立表を見ている人90%。
- ・現場作業の人は、デスクワークの人より自動販売機の利用頻度が高い。
- ・講習会やイベントは参加を希望しない人が47%。9月の参加者はデスクワークの人が大部分を占めた。

取組	概要	担当	実施時期	参加者数
みそ汁の適塩化	0.9~1.0%の塩分濃度を少しずつ0.7~0.8%に下げて、定食のみそ汁を提供。	ケイエフケイ (給食担当)	12月以降	食堂利用者
栄養士・調理師 おすすめコメント 1	栄養士の似顔絵ボードを作成し、献立に合わせたコメントを紹介。	大学 ケイエフケイ (給食担当)	10月中旬~	
卓上メモの内容 の更新 2	意識調査結果を活用した内容で、卓上メモを作成。1週間に1回内容を入れ替え。	当センター	12月	
飲料に含まれる 砂糖量の紹介 3	自動販売機の周辺に、販売されている飲料の砂糖量を示したポスターを掲示。	当センター	1月	
アプリを活用した生活習慣病予防プログラム	スマートフォンアプリ等により、血糖や食事、歩数チェックを行い、生活習慣病予防を支援。	伊勢原市	7~1月 夏:7~9月 秋:10~12月	



ごはんを減らすと、近寄ってくるうまい誘惑...

ごはんを減らすと、近寄ってくるうまい誘惑...

男性は 250g まで / 女性は 150g

性別 年齢 活動量 体格 で決まります

性別 年齢 活動量 体格 で決まります

見えない砂糖を見える化

炭酸飲料	1本あたりの熱量	1本あたりの炭水化物	砂糖換算
1本500ml当り (Coca-Cola)	225kcal	56.5g	11.3*
1本190ml当り (NEW GOLD)	106kcal	26.6g	5.3*
1本350ml当り (LAWSON'S ENERGY)	175kcal	44.1g	8.8*
1本600ml当り (PILSENER BEER)	240kcal	60.6g	12*

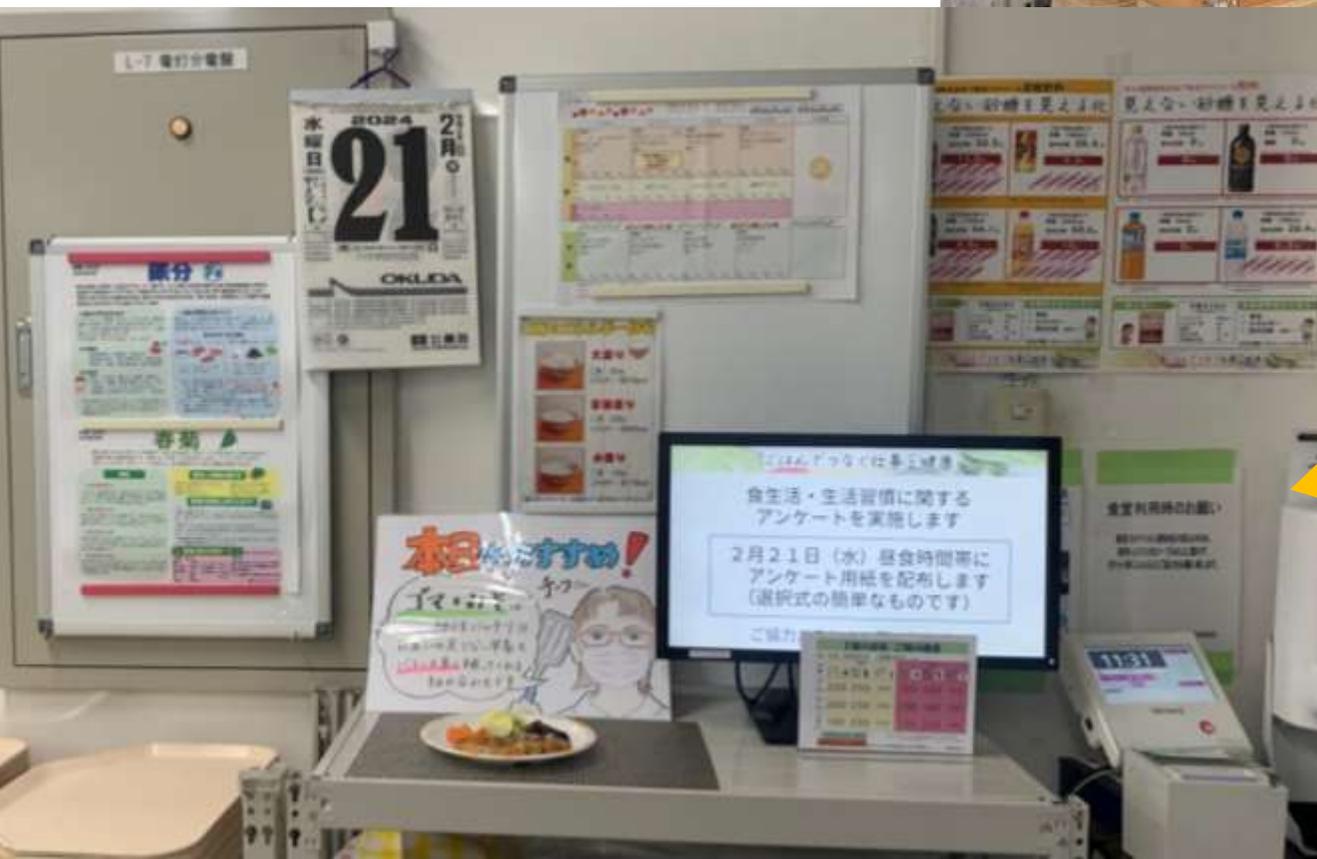
飲む前に 栄養成分表示 <100mlあたり> エネルギー 45kcal たんぱく質 0g 脂質 0g 炭水化物 11.3g 食塩相当量 0g

栄養成分表示を見る 単位 エネルギー 炭水化物 etc... 次の行動へのヒントになります

食堂入口の変化

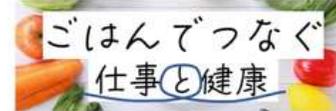


令和6年2月21日（食堂アンケート時）



令和5年4月21日
（第1回打合せ）

2月21日(水) 昼休み 食堂利用者にアンケート実施



令和5年度食環境改善アンケート

数字は〇で選択、カッコにはご記入ください。

性別 1. 男性 2. 女性 年齢 (歳) 部署 1. デスクワーク 2. 現場作業

Q1 今年の食環境改善の取組の中で、参考になったものはありますか。(複数可)

1. 卓上ポップ
2. ご飯の秤設置
3. 栄養士・調理師のおすすめコメント
4. 講話(9月29日)
5. 測定会・イベント(9月29日)
6. 自動販売機場所のポスター掲示
7. アプリを活用した個別支援
8. その他()

Q2 食堂の机に設置した卓上ポップで、参考になったものはありますか。(複数可)

1. ご飯の量
2. 栄養バランス
3. 減塩
4. 野菜
5. 他()
6. 参考になったものはなかった
7. 見ていない

Q3 今後の食環境改善に向けて、やってほしい取組について教えてください。

- (1)内容: 肥満・やせ・糖尿病・高血圧・脂質異常症・他()
- (2)方法: ポスター・卓上ポップ・動画配信・メール配信・リーフレット配布
食堂メニューのコラボ・講話・イベント・他()

Q4 ご飯を盛り付けるとき、年齢や性別・活動に合わせた適正量を意識しますか。

1. とても意識している
2. 意識している
3. あまり意識していない
4. 意識していない
5. 自分に合う量がわからない

Q5 自動販売機でよく購入する飲み物は何ですか。(複数可)

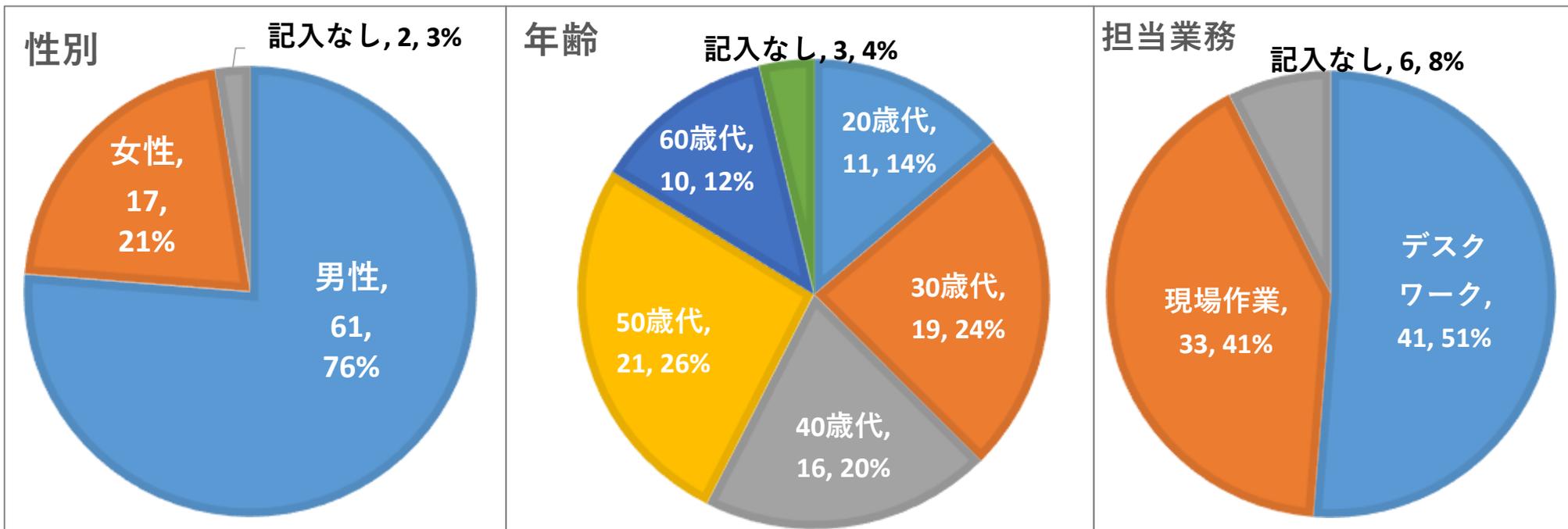
1. 水・天然水
2. お茶
3. スポーツドリンク
4. コーヒー・紅茶(無糖)
5. コーヒー・紅茶(砂糖やミルクが入っているもの)
6. ジュース
7. 野菜ジュース(野菜100%)
8. 炭酸飲料(無糖, カロリー0)
9. 炭酸飲料(糖分が入っているもの)
10. 乳酸菌飲料(ヤクルト・飲むヨーグルト)
11. ほとんど購入することはない
12. その他()

食環境改善について、ご感想やご要望がありましたら、教えてください。

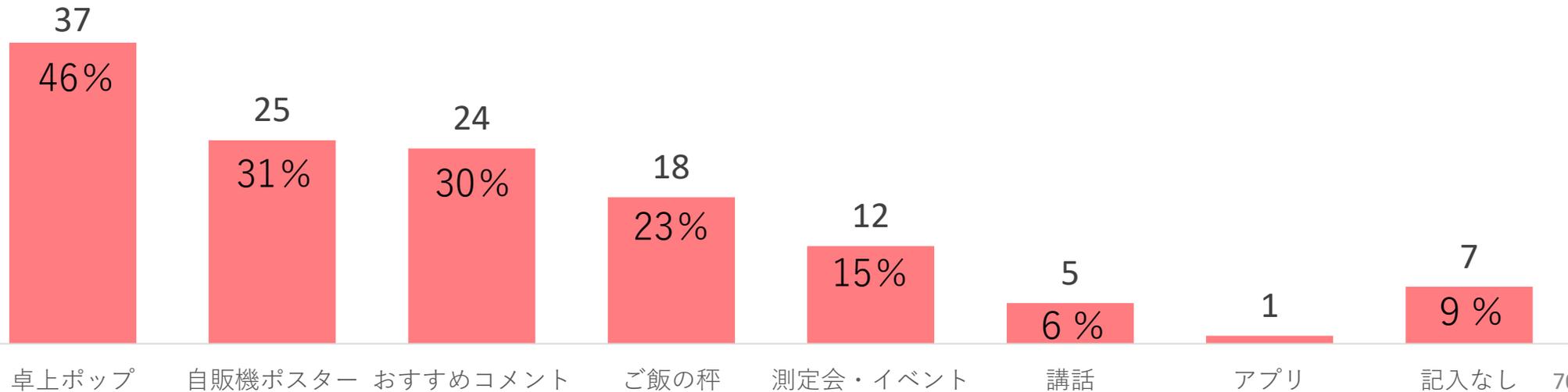
ご協力ありがとうございました。

令和5年度食環境改善アンケート結果① (令和6年2月中間評価)

食堂利用者にアンケート用紙を手渡し、食事中に記入、下膳時回収(80人回答)

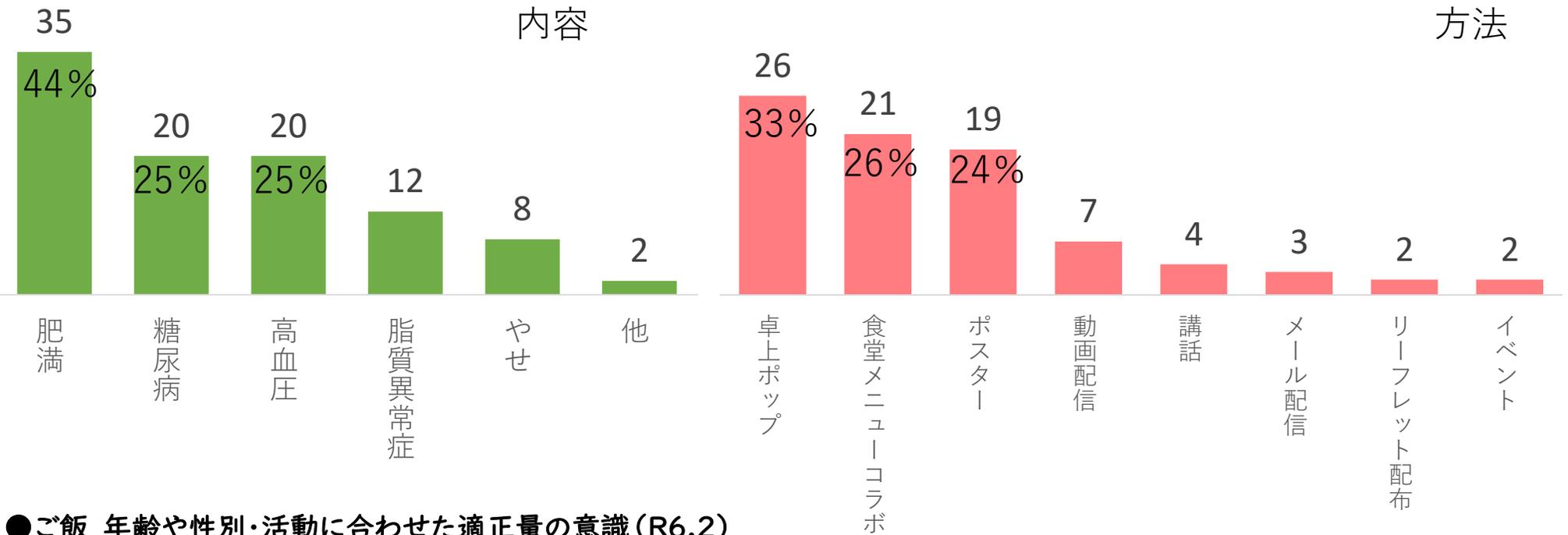


●食環境改善の取組の中で参考になったもの(人数と回答者80人に対する割合)(複数回答可)

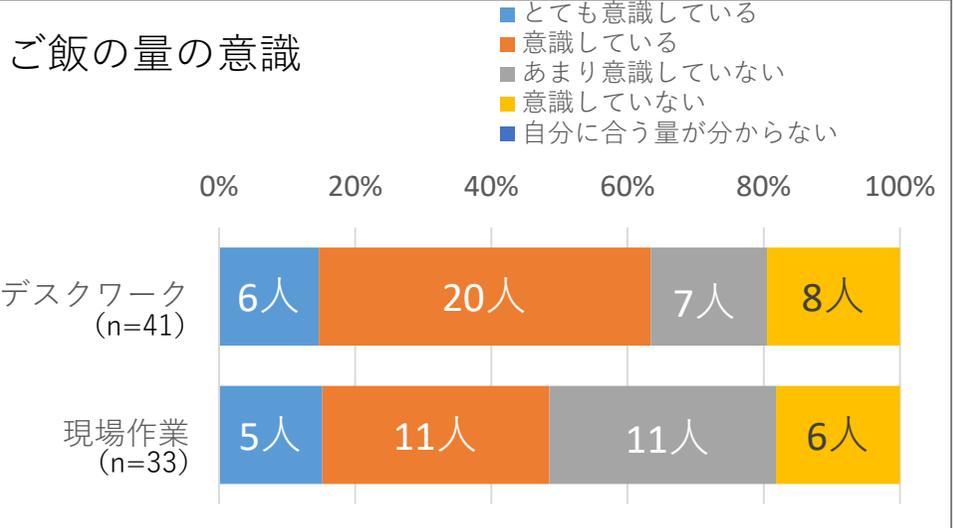


令和5年度食環境改善アンケート結果②

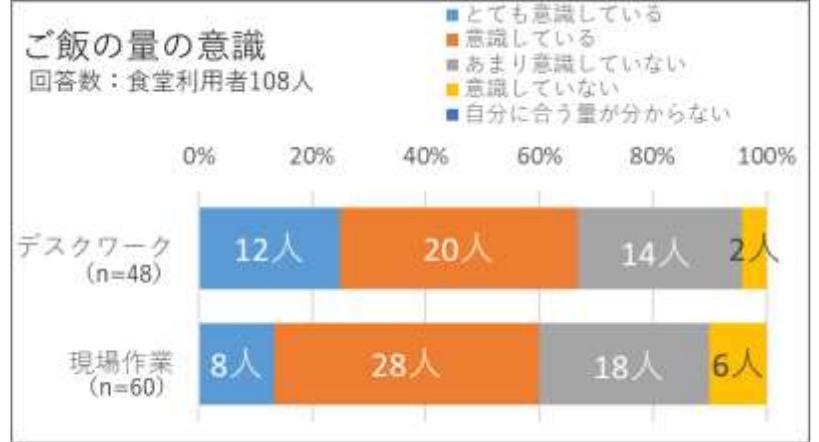
●今後やってほしい取組（人数と回答者80人に対する割合）（複数回答可）



●ご飯 年齢や性別・活動に合わせた適正量の意識 (R6.2)



(参考) ご飯 自身の身体や活動に合わせた量の意識 (R5.7)

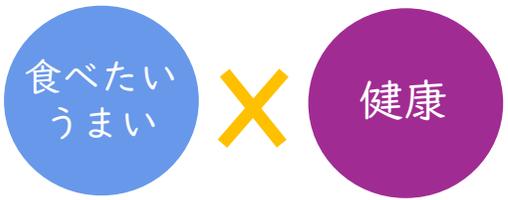


取組	概要	担当	実施時期	参加者数
週間献立表のマーク表示	1 定食利用の推進のため、健診対策につながるメニューにマークを表示。	給食担当(ケイエフケイ)	4月以降	食堂利用者
卓上メモの設置	5月末の健康診断に向けて、有所見ごとに対策を紹介。	当センター	4/8~5/31	食堂利用者
食堂アンケート	2 設置した卓上メモ内容と連動させた 3 アンケート(ボードにシールで回答)を実施。	当センター	①4/17 ②5/17	①83人 ②延103人
昼めしを考える会(トーク会)	4 健康の関心が低い方にも参加してもらう機会。 ①好きな食堂メニューを共有 ②メニュー設定のポイント ③②を踏まえたメニュー考案	講話担当: 給食担当の栄養士 当日は全員で対応	9/3	8人
昼めしを考える会考案メニュー食堂での提供	「昼めしを考える会」のグループワークで検討した定食を食堂で提供。	給食担当(ケイエフケイ)	①10/11 ②10/25	①86人 ②88人
アプリを活用した生活習慣病予防プログラム	スマートフォンアプリ等により、血糖や食事、歩数チェックを行い、生活習慣病予防を支援。	伊勢原市	7~12月	1人

富士電線株式会社 R6(2024)年度 食環境整備実施内容

富士電線株式会社

昼めし を考える会
考案メニューの提供



自分たちが
食べたいメニューを
身体がよるこぶし食に



10月11日 (金)
ガパオライス
カレー屋さんのサラダ
スープ

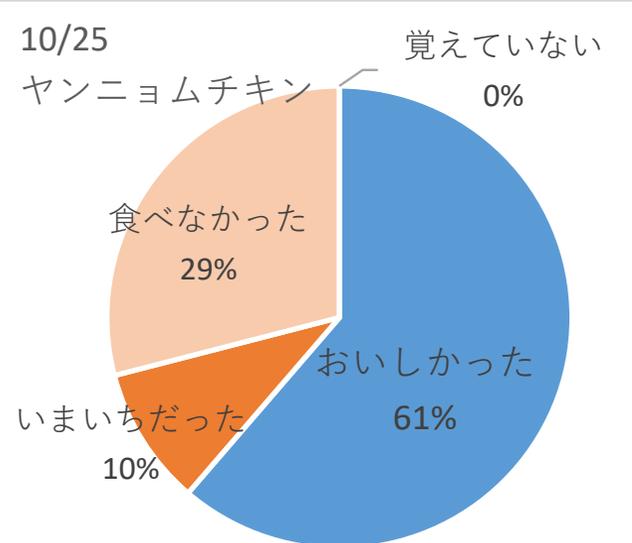
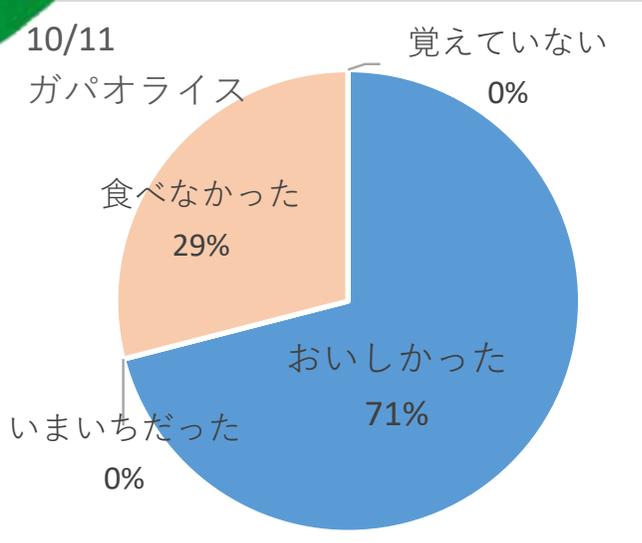


10月25日 (金)
ヤンニョムチキン
チャプチェ
わかめスープ



例えば、10月11日は
野菜175g 以上使った
定食を
86人 (92%)
が利用しました

昼めしを考える会参加者 8人
▼
考案メニュー喫食者 86人



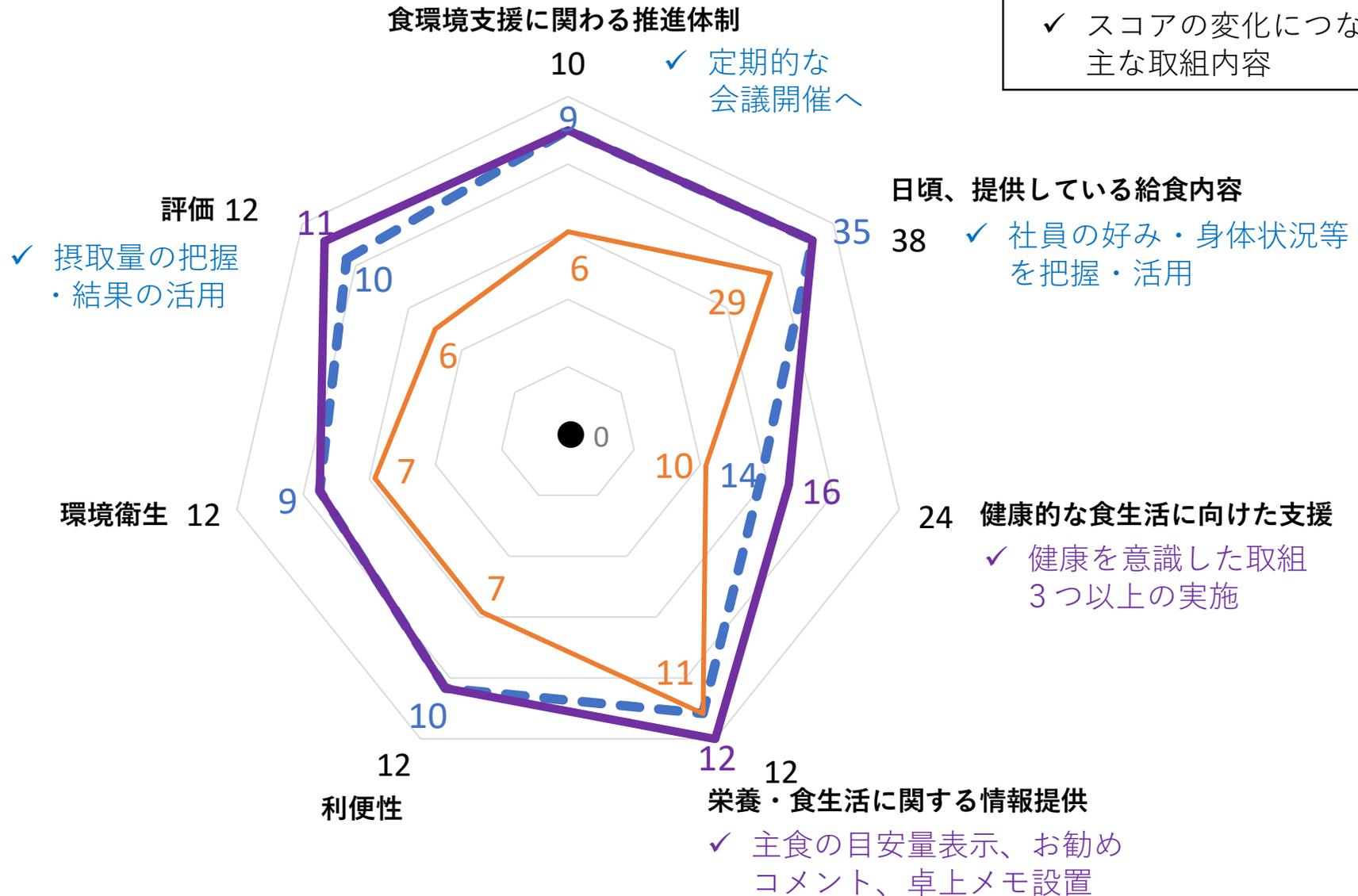
R6.10.28~11.8 実施後webアンケート結果より (回答者数31人)

食環境スコア2023

- 令和5年7月
- - - 令和5年12月
- 令和6年10月

✓ スコアの変化につながった
主な取組内容

- ・定期的な会議開催により、推進体制が充実
- ・摂取量や調査結果を活用して従業員に発信



食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査

対象：富士電線株式会社 従業員 180名程度

方法：アンケート調査

WEB（Google フォームの利用）または紙

質問項目：

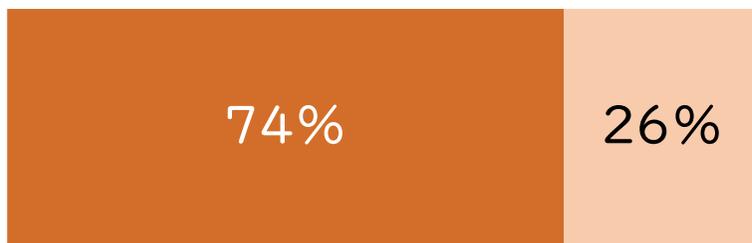
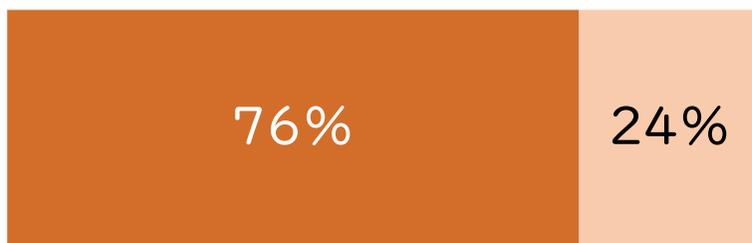
- ①基本属性（性別、年代、担当部門）
- ②食堂の利用状況（食堂の利用頻度、利用する理由、よく選ぶメニュー等）
- ③食生活（食事のバランス、減塩への意識、自動販売機の利用状況、食堂環境改善等の取り組みへの関心等）
- ④健康観（食生活・運動への意識と実行状況等）

食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査

回答者の状況①

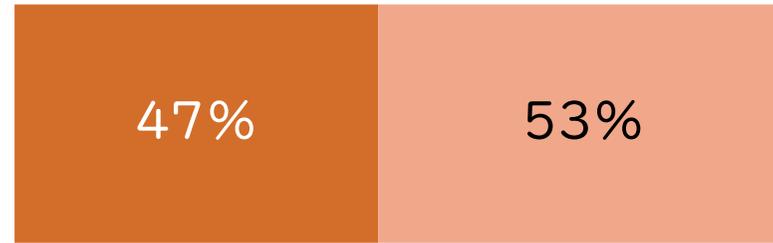
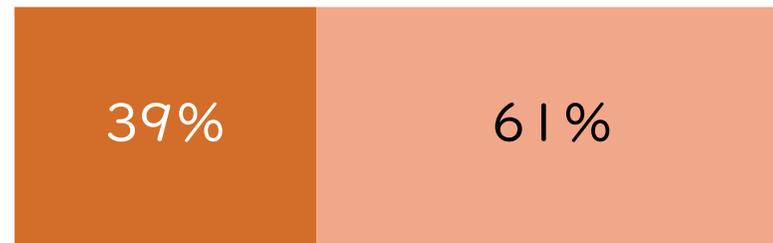
性別

■ 男性 ■ 女性



部門

■ デスクワーク ■ 現場作業



食堂利用の現状と食生活・生活習慣に関する調査 回答者の状況②

年代

■ 20歳代 ■ 30歳代 ■ 40歳代 ■ 50歳代 ■ 60歳代以上

取組前

R 5
(n=139)



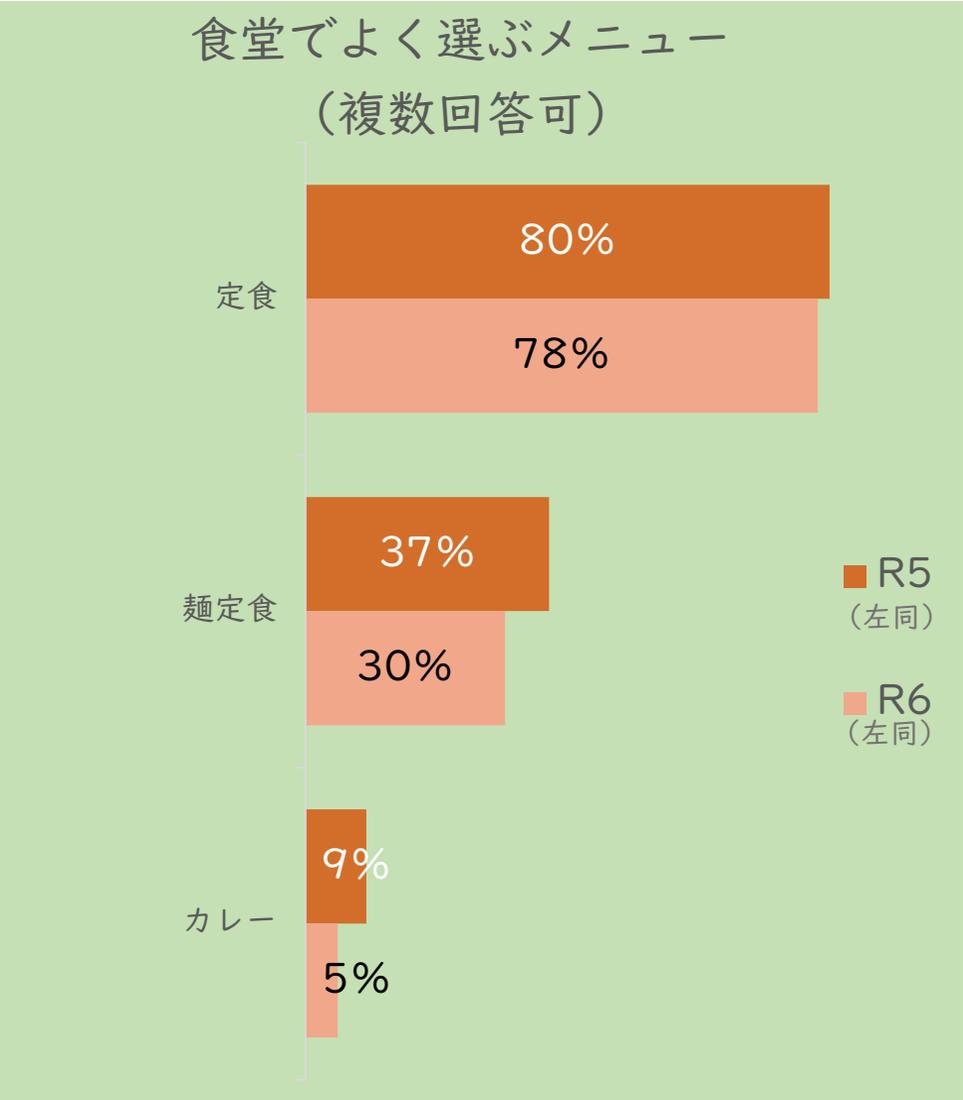
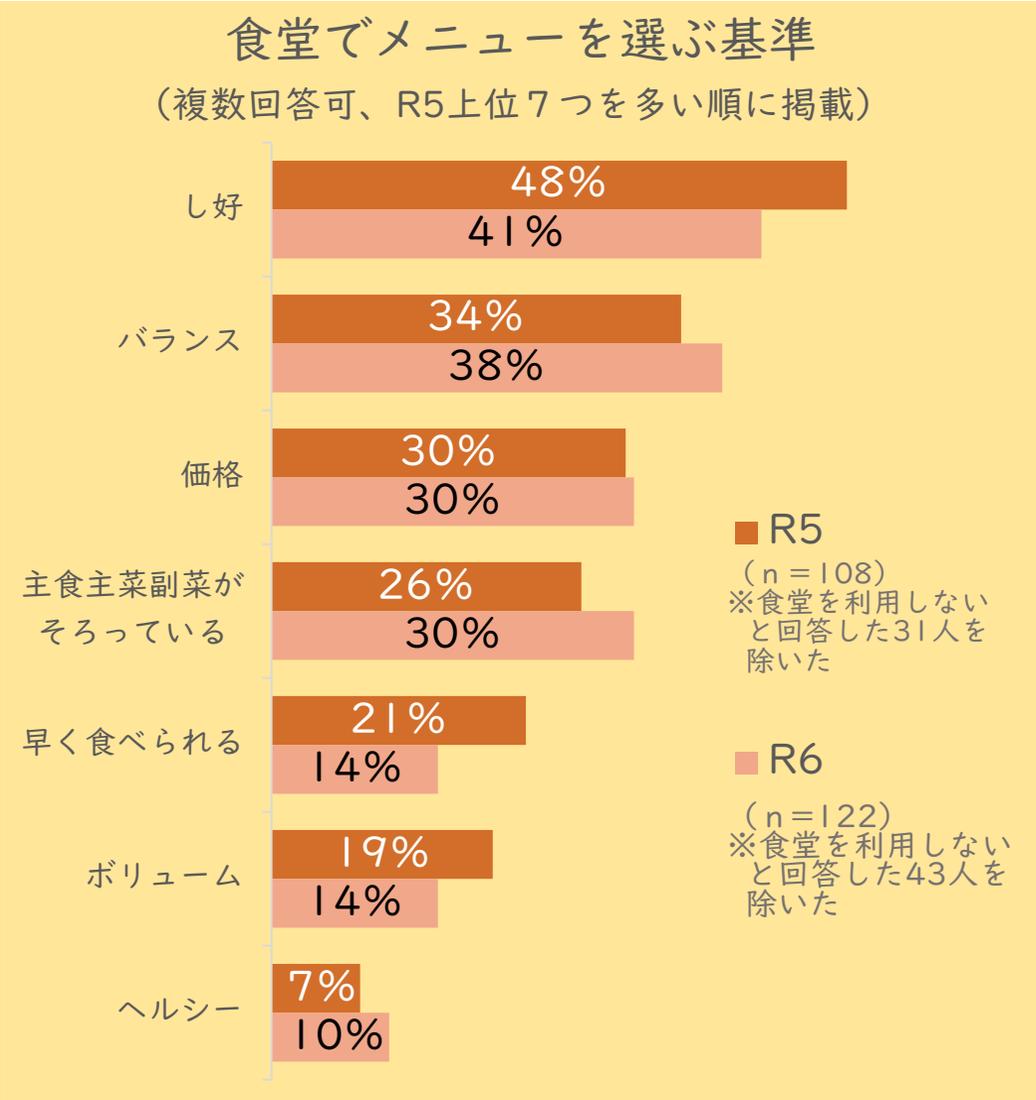
取組後

R 6
(n=163)

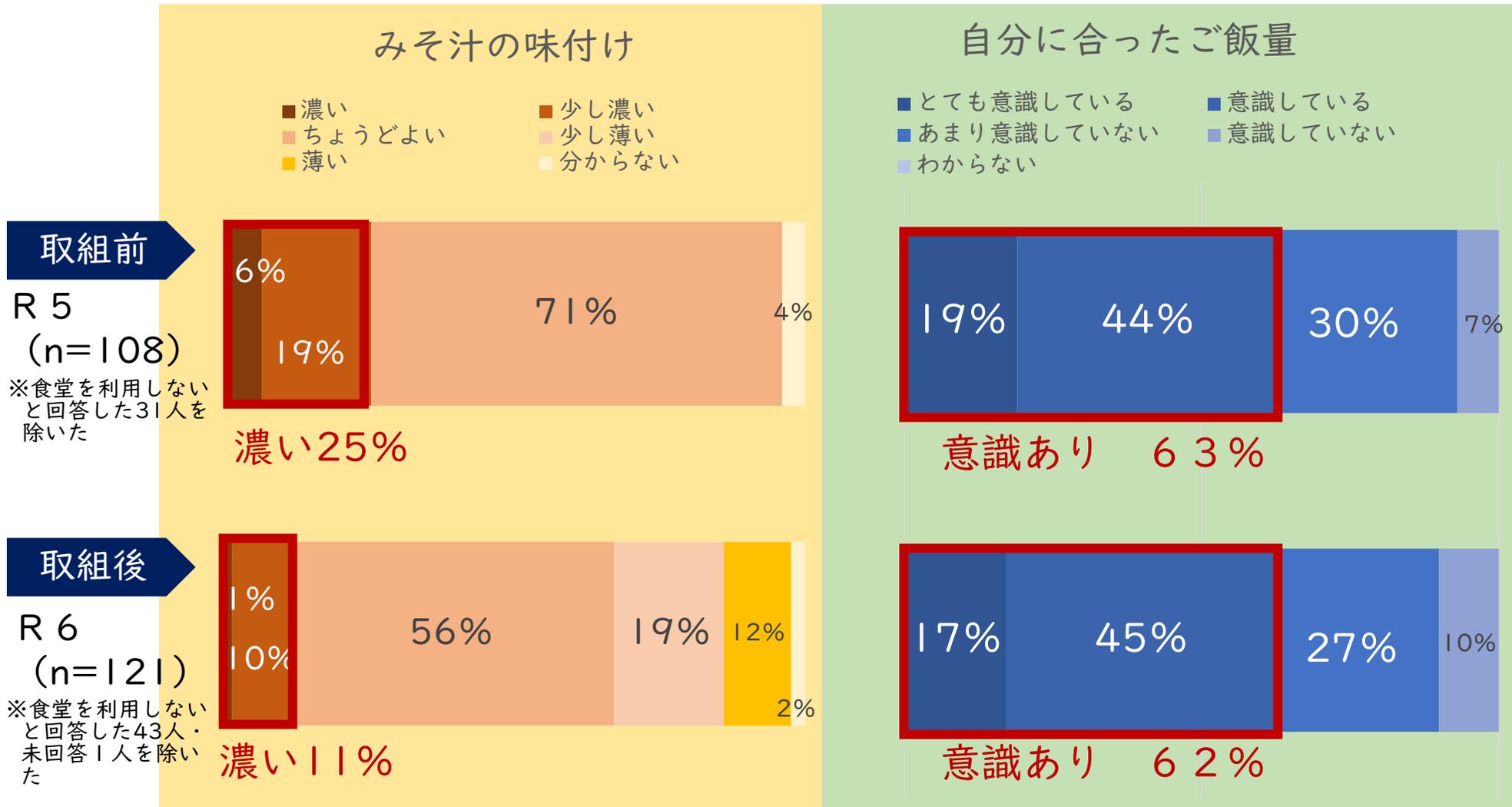


富士電線株式会社 従業員への調査結果①

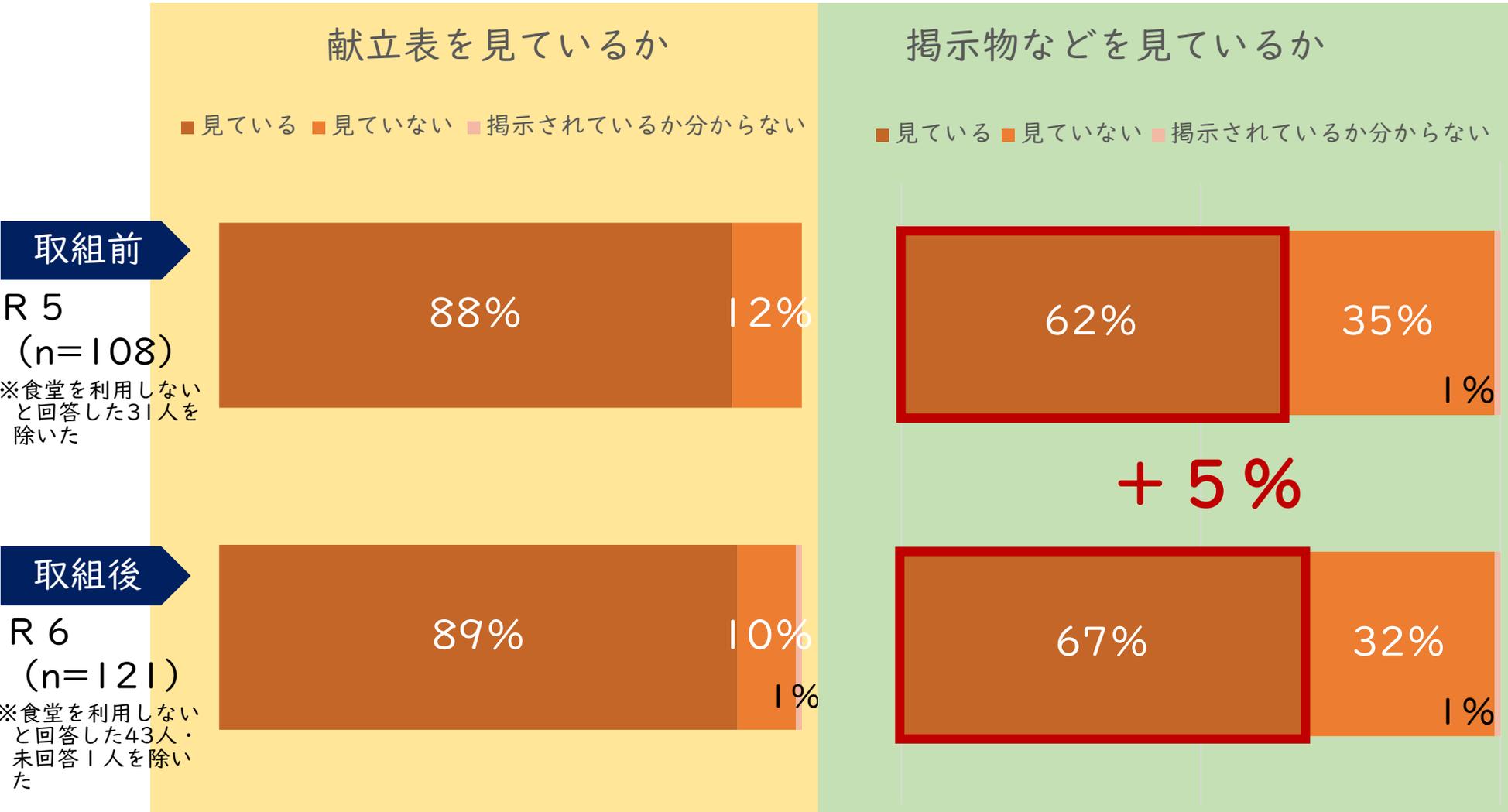
- ・食堂でメニューを選ぶ基準 変化が大きかったもの:「し好」「早く食べられる」7%減少
- ・食堂でよく選ぶメニュー 変化が大きかったもの:「麺定食」7%減少



- ・食堂のみそ汁を濃いと感じている人の割合が14%減少
 - ※R5年12月から、食堂ではこっそりと適塩（塩分濃度1.0→0.7%）のみそ汁を提供
- ・自分に合ったご飯量を意識する人の割合は変化なし

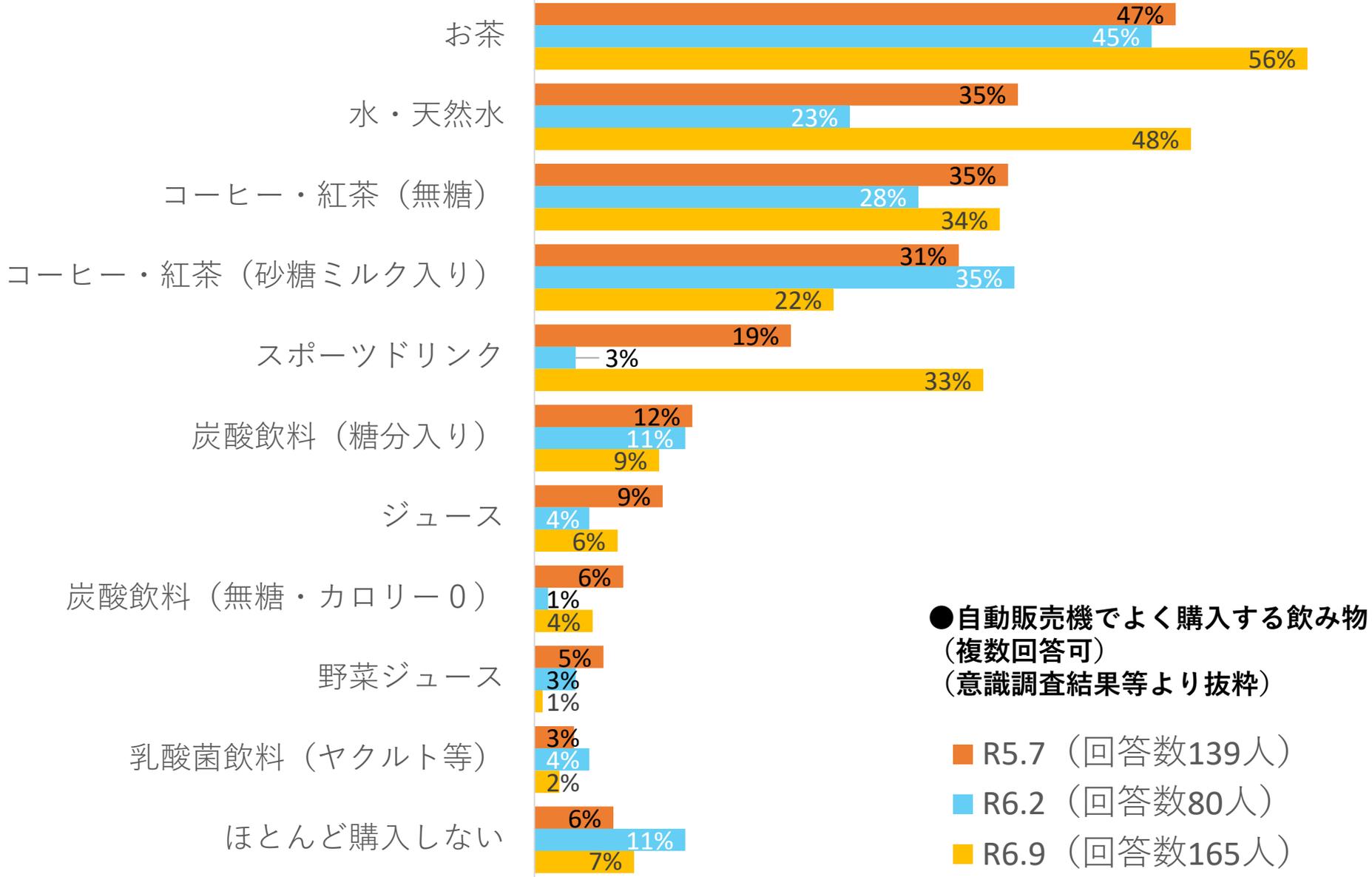


・献立表には変化はなかったが、掲示物を見ていると回答した人の割合は 5%増加

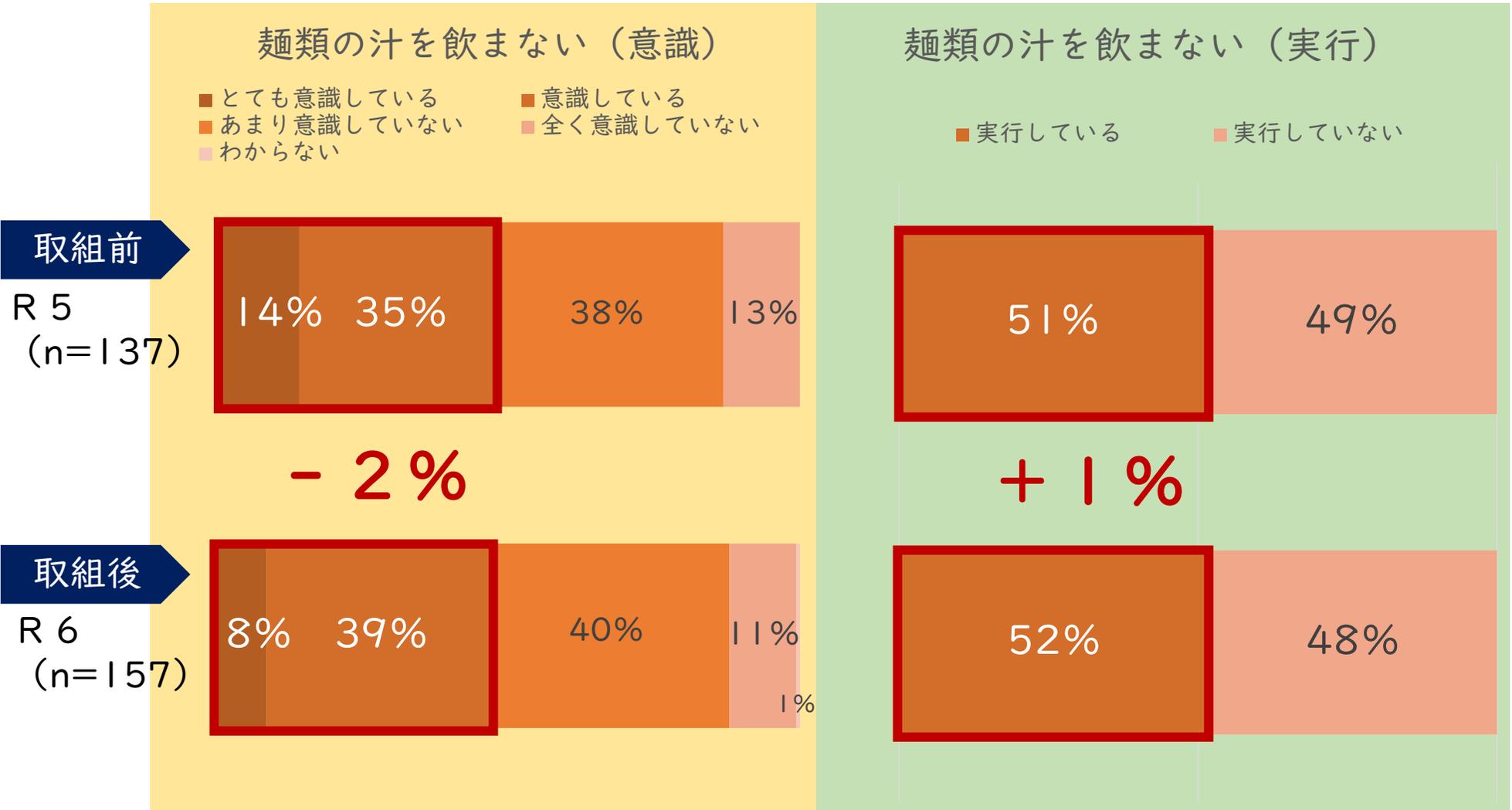


富士電線株式会社 従業員への調査結果④

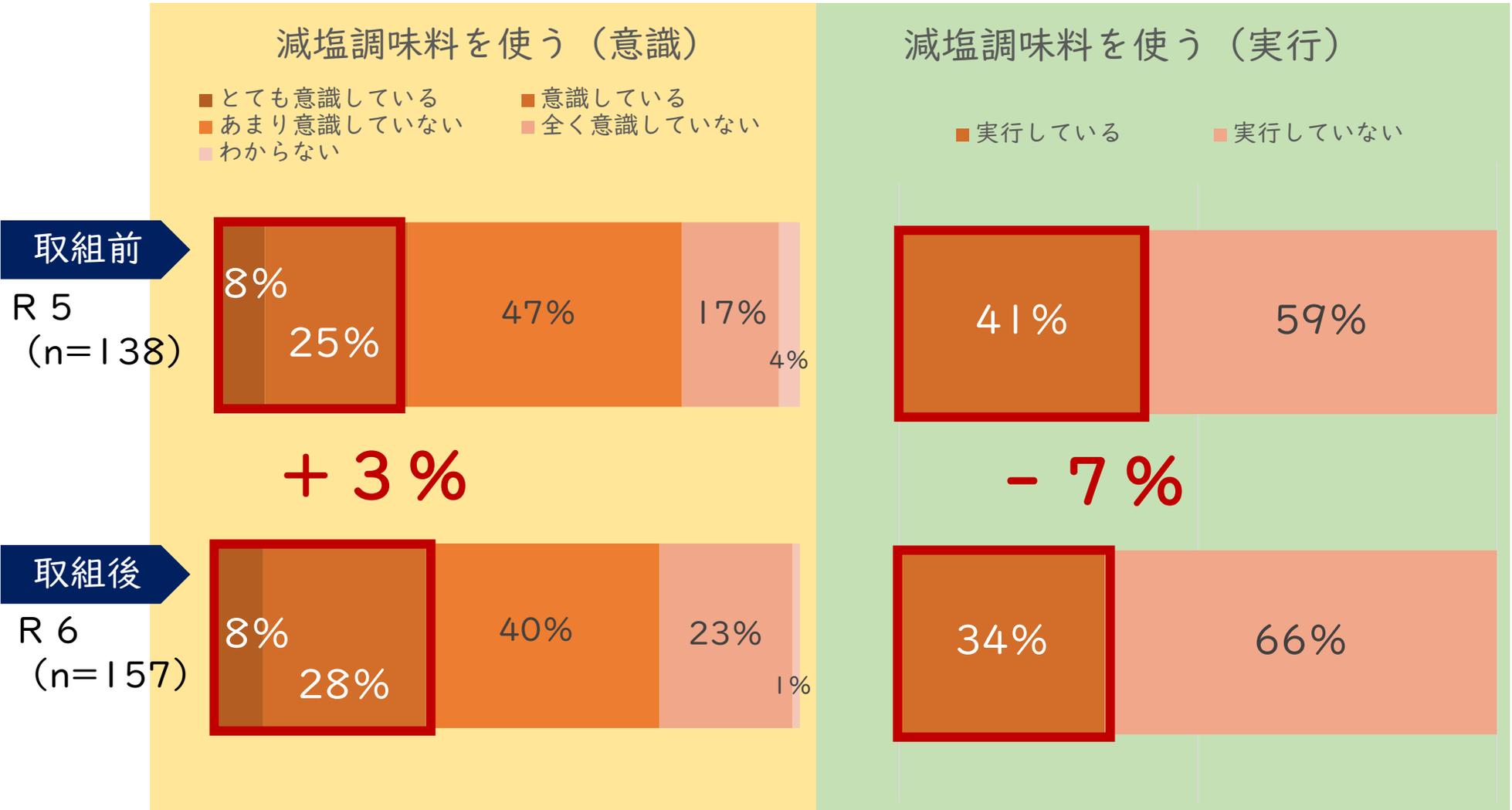
- ・季節による影響もあり判断しづらい。
- ・R6夏は熱中症対策として、お茶・水・スポーツドリンクに会社から補助もあり、利用率が上がった。



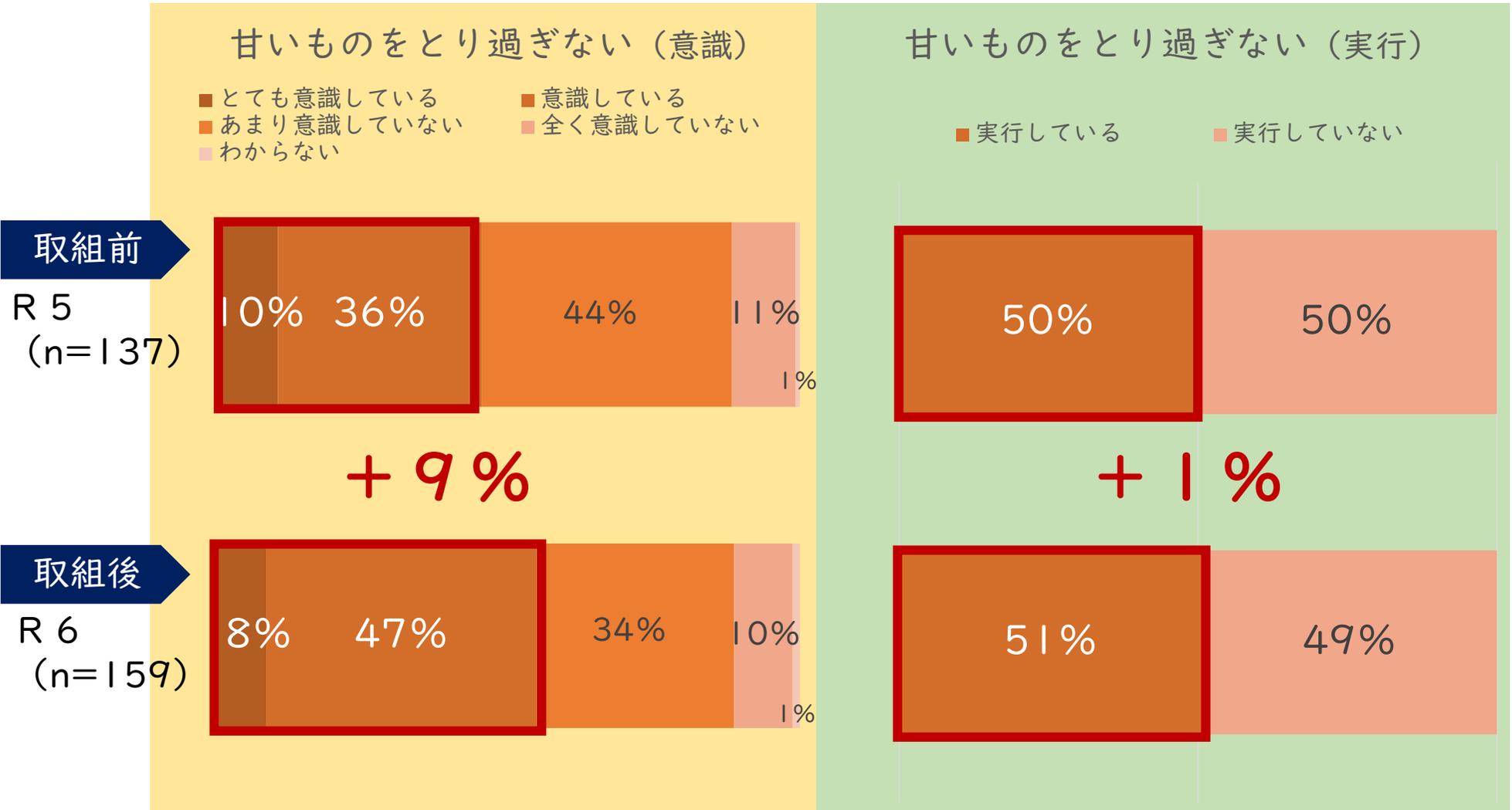
・麺の汁を飲まないことを意識する人・実行する人の割合は 変化なし



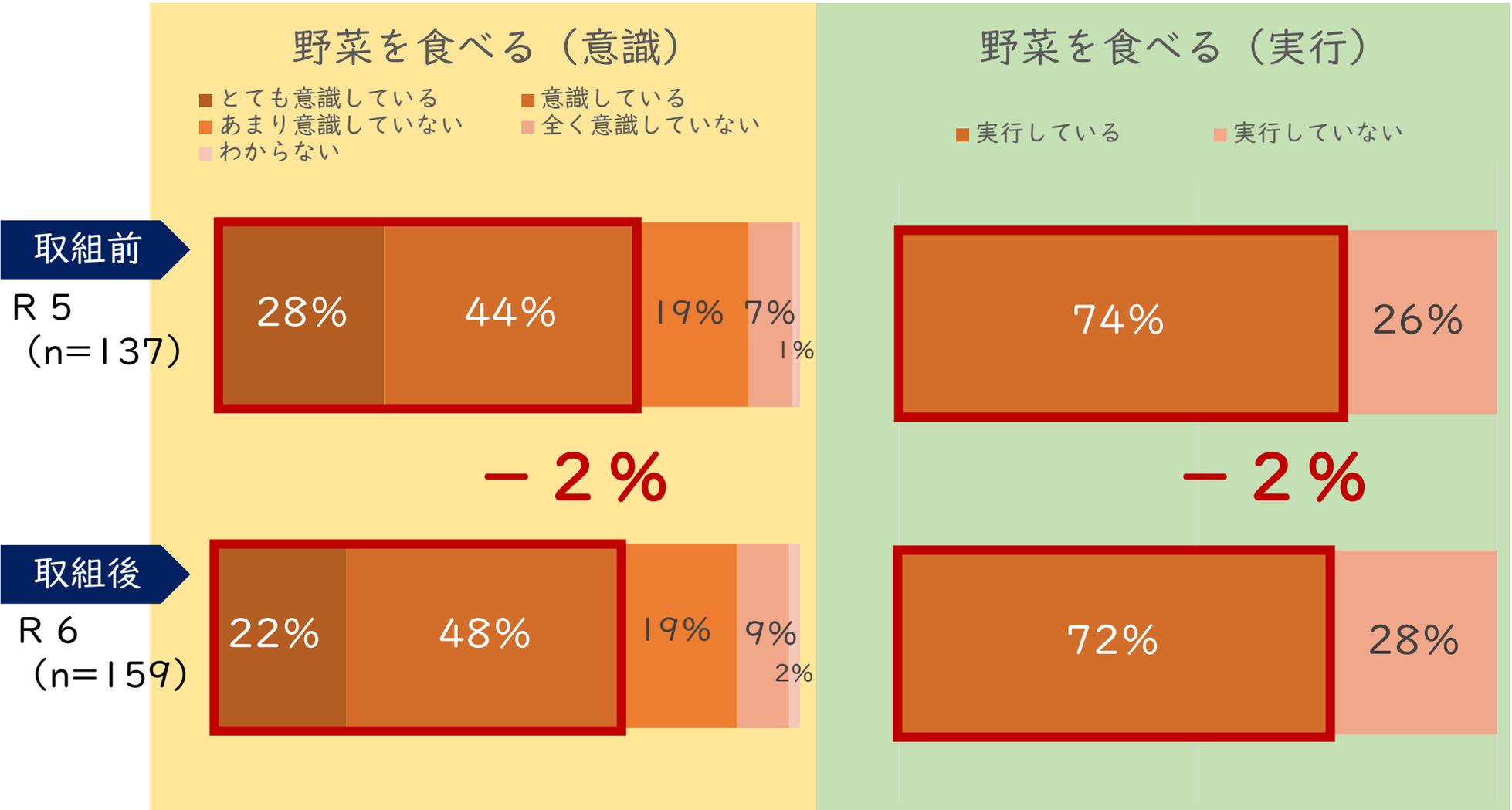
・減塩調味料を使うことを実行する人の割合は 7%減少



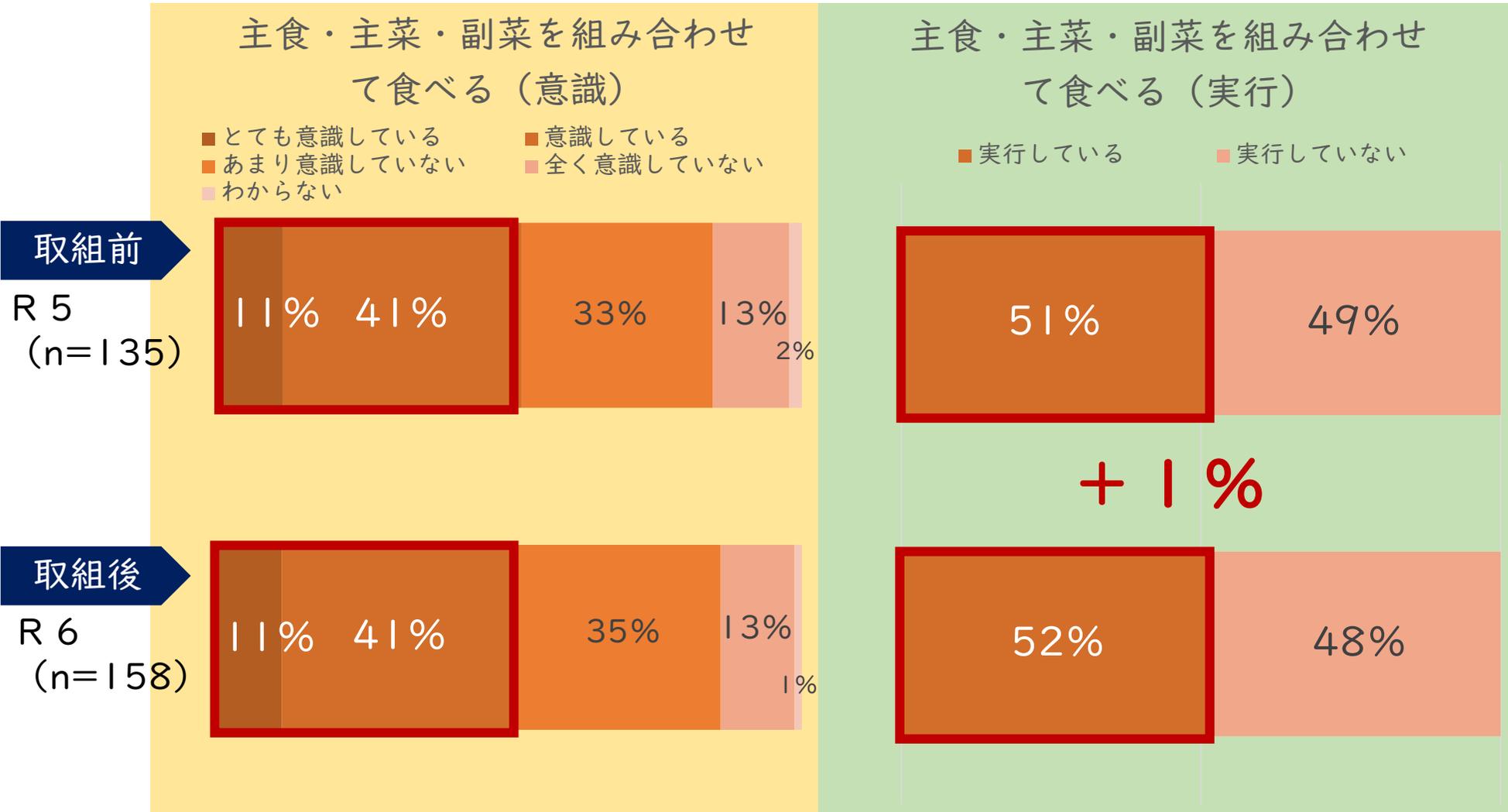
・甘いものをとり過ぎないことを意識する人の割合は 9%増加



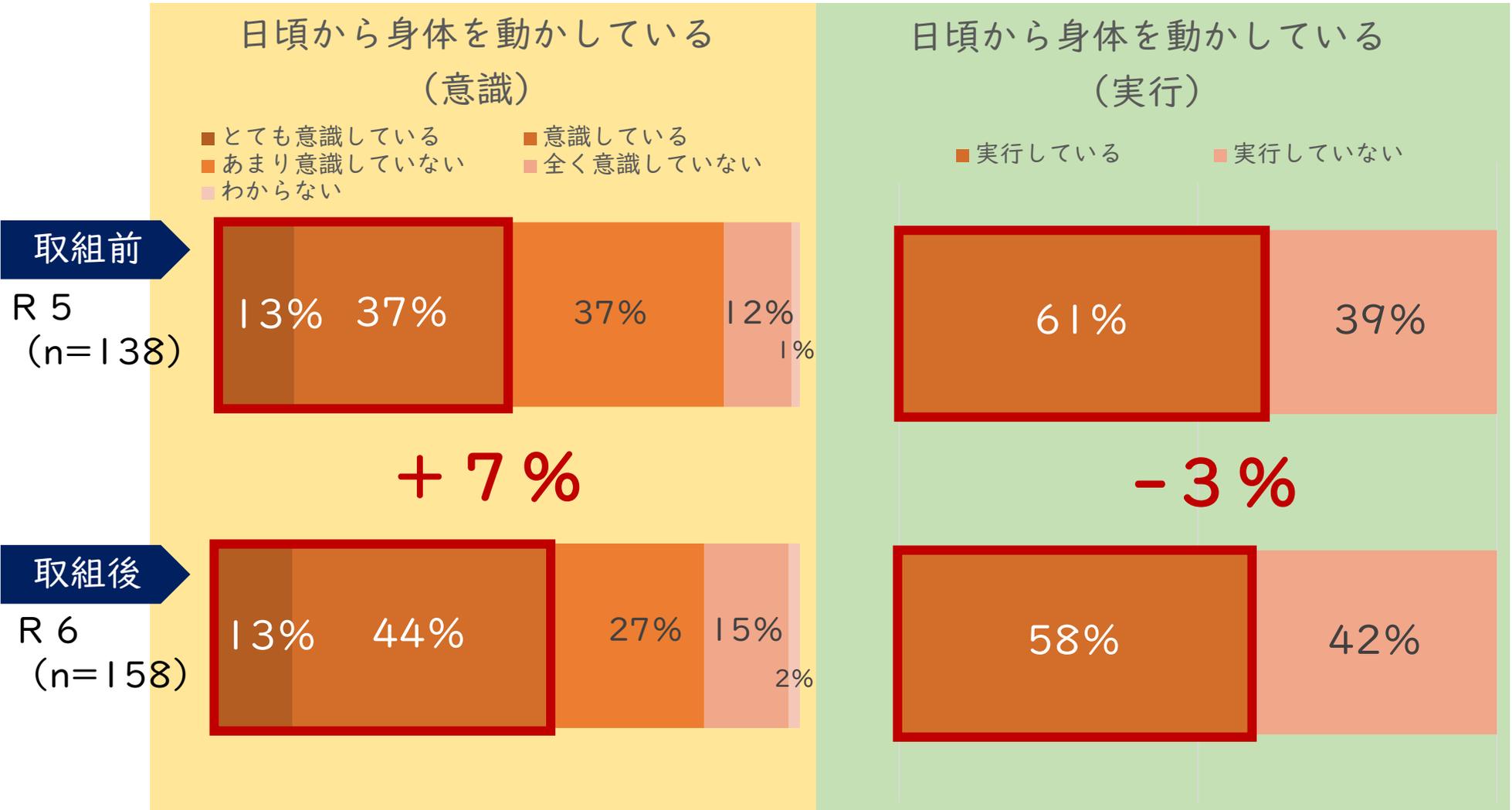
・野菜を食べることを意識する人・実行する人の割合は他項目よりも高かったが、変化はなし



・主食・主菜・副菜を組合せて食べることを意識する人・実行する人の割合は変化なし

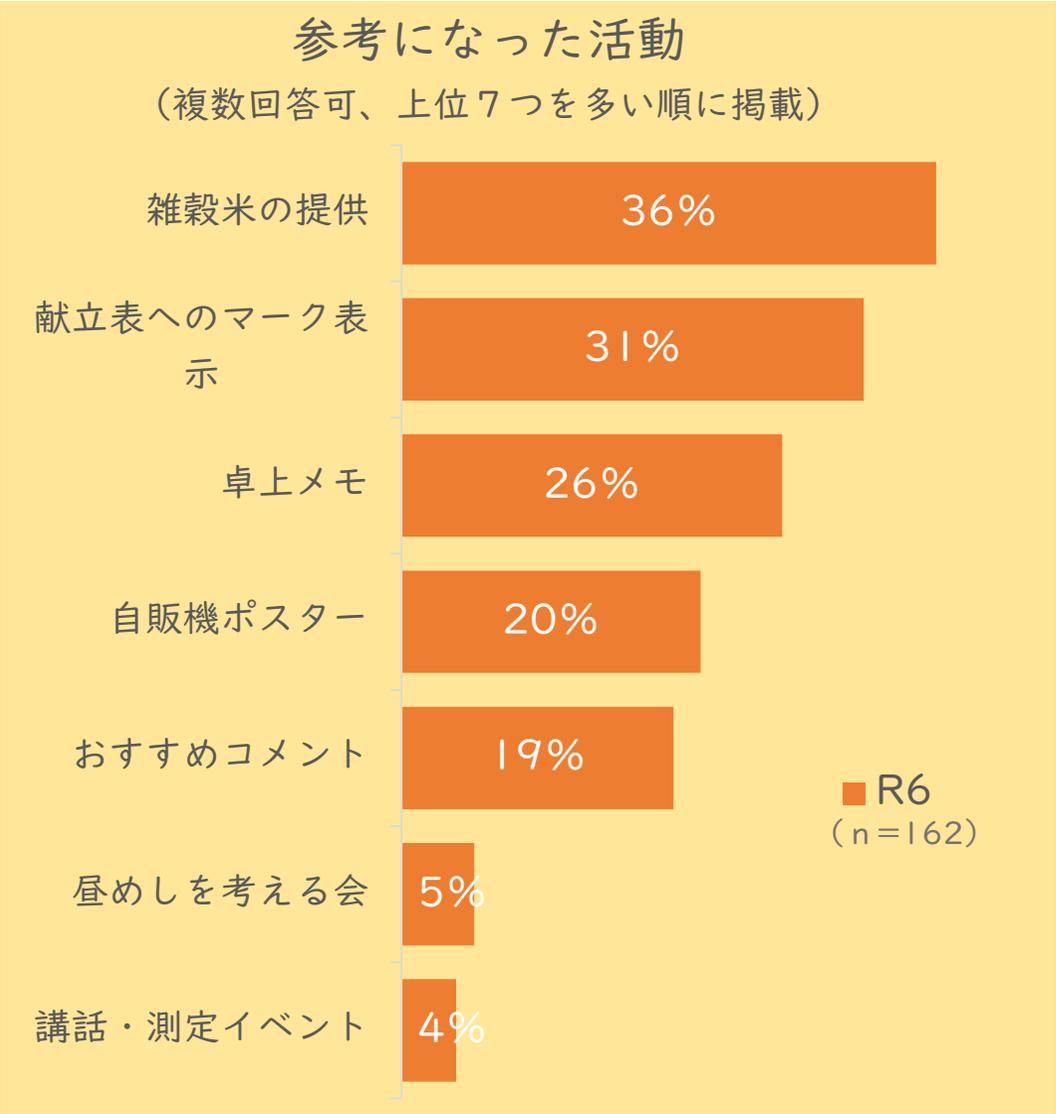


・日頃から階段を使う等、身体を動かしていることを意識する人の割合は 7%増加

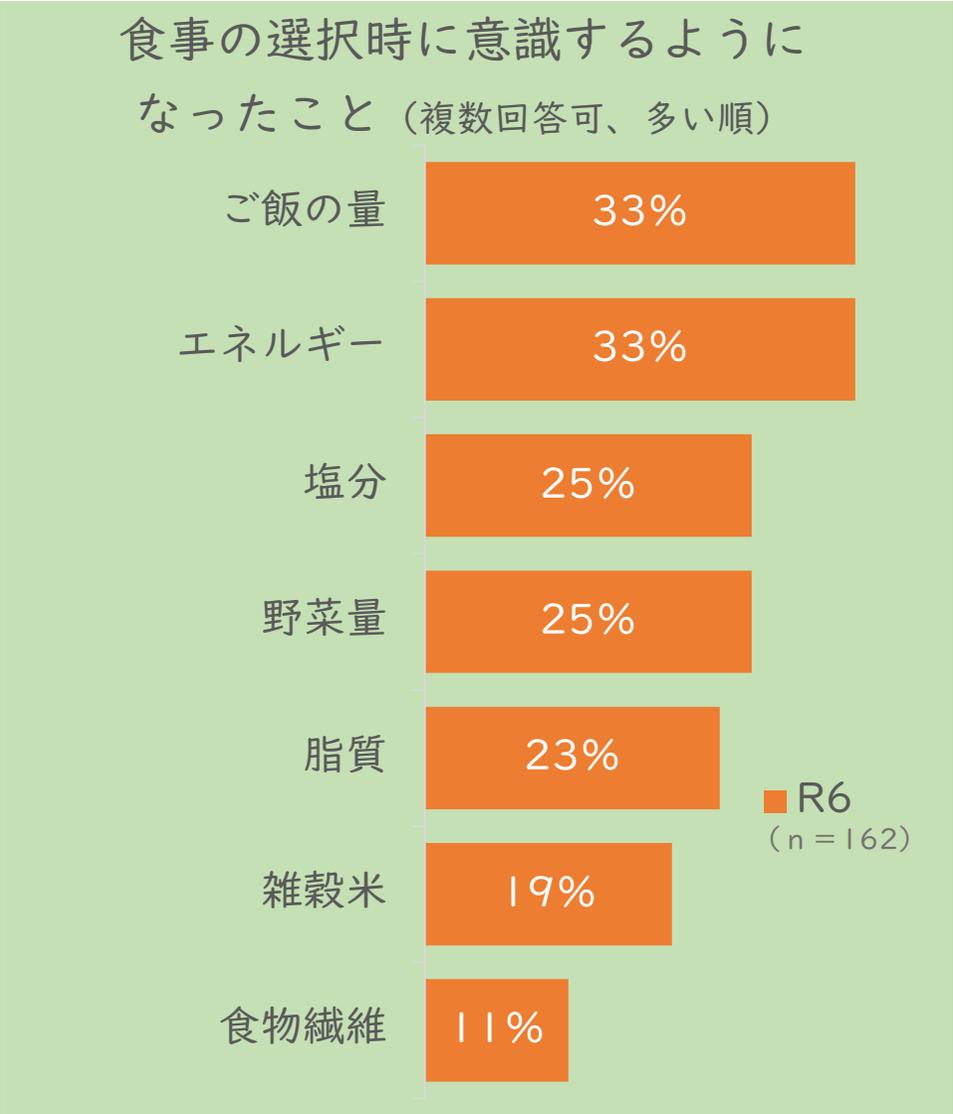


富士電線株式会社 従業員への調査結果⑩

- ・参考になった活動は「雑穀米の提供」「献立表へのマーク表示」
- ・食事の選択時に「ご飯の量」「エネルギー量」を意識するようになった人の割合が33%



※参考になったものはないと回答した方は51人 (31%)

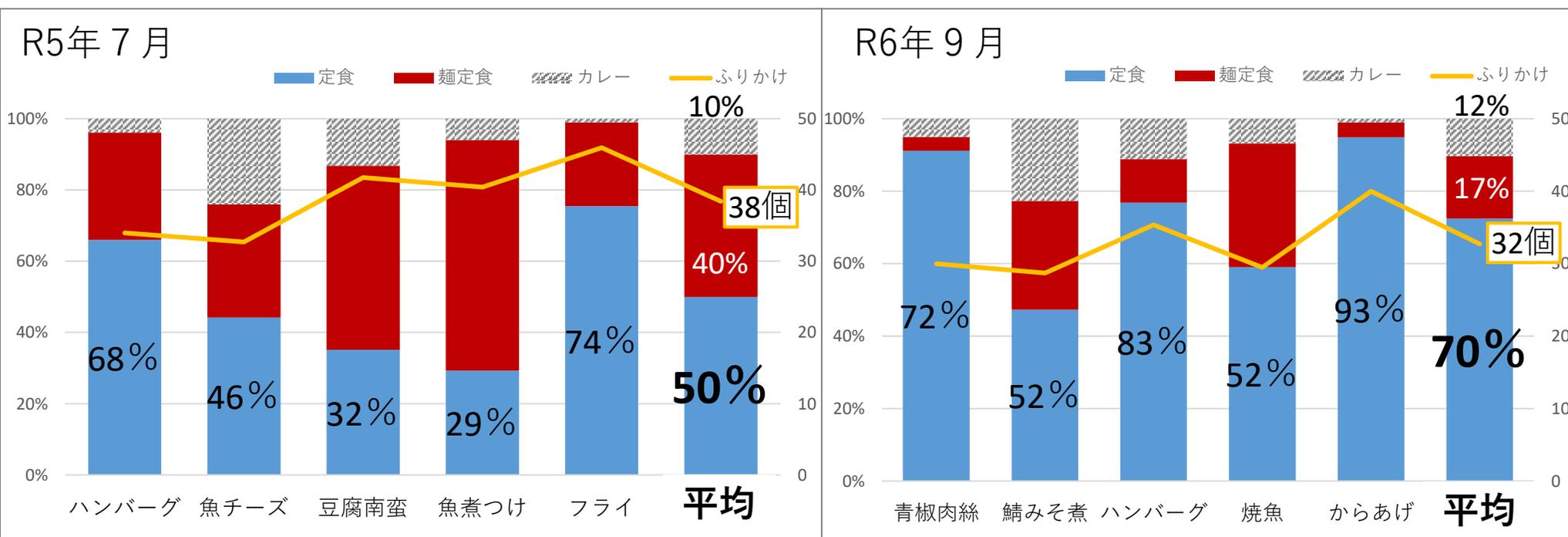


※特になしと回答した方は44人 (27%)

富士電線株式会社 食数等の変化

- ・提供食数: 下図のとおり、定食は20%増加し、麺定食は23%低下した。
- ・ごはんの提供量: R5年7月15.1kg→R6年9月18.5kgに増加した。
 *定食利用者が20%増えたためと考えられる。
 *1人あたりのご飯提供量は、麺定食の人はご飯を付けたり、付けなかったりするので比較できない。
- ・自由にとれるふりかけ: 利用個数の平均は、6個減少した。
- ・麺類の汁: 残した汁の平均量は、R5年7月82.2g→R6年9月63.8gとなった。
- ・汁物の塩分濃度: 0.9~1.0%→0.7%に下げて、提供を継続。

提供食数の割合とふりかけの個数の推移



富士電線株式会社 健康診断結果の変化

- ・有所見率について、左図のとおり、令和6年の割合は全て昨年分より下がった（肥満5人、脂質異常4人、高血圧5人、高血糖3人の減少。）。
- ・令和6年健康診断結果について、右表のとおり、所見の有無別に体重の変化を確認したところ、所見ありの人のほうが体重が減少した人の割合が9%高かった。

図 有所見率 6年間の推移

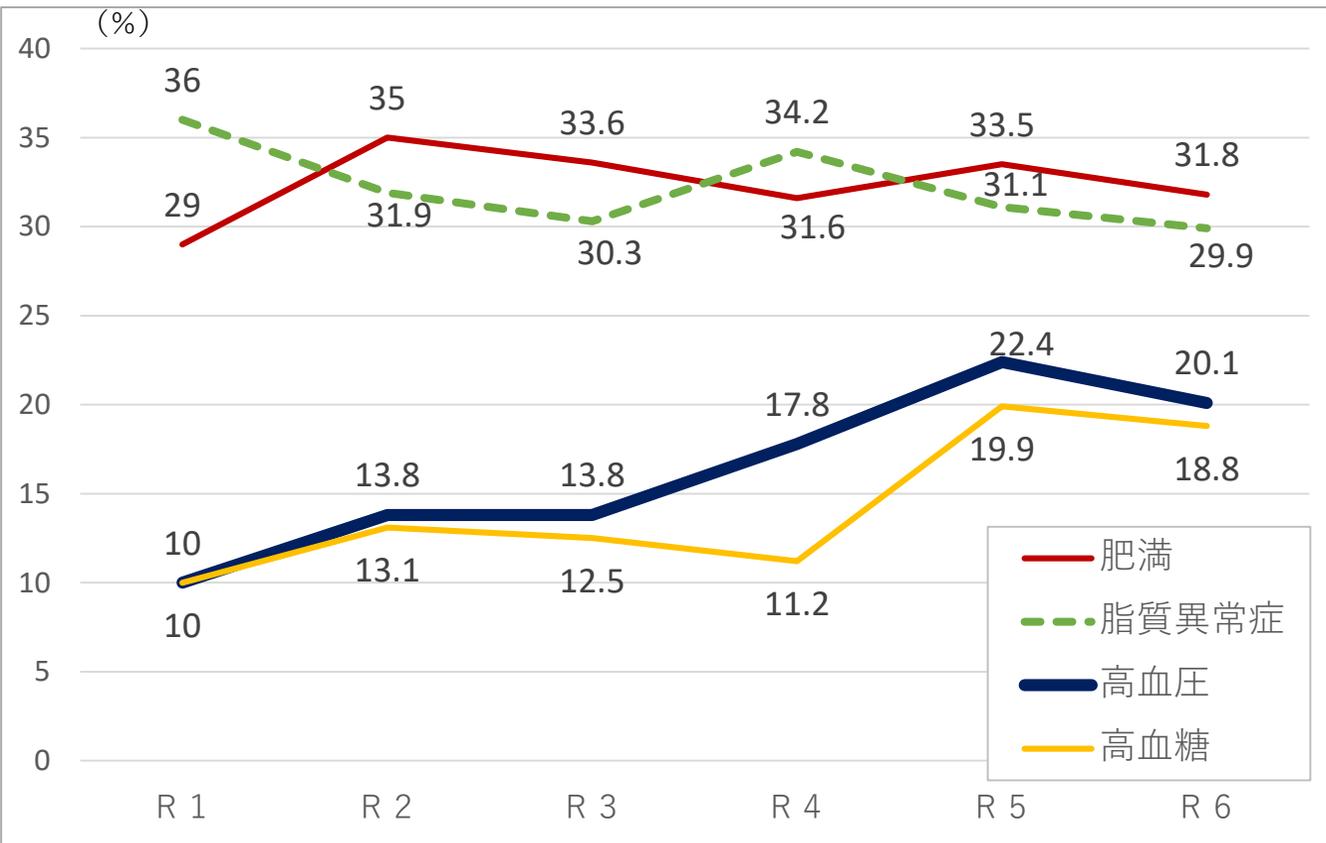


表 R6健康診断結果
所見の有無別、体重の変化

	1 kg 以上 増加	変化なし (1kg以内の増減)	1 kg 以上 減少
所見なし 74人	22人 (30%)	37人 (52%)	13人 (18%)
所見あり 75人	21人 (28%)	34人 (45%)	20人 (27%)
全体 149人	43人 (29%)	71人 (48%)	33人 (22%)

各企業の活力・生産力・業績向上

株価・ESG評価上昇

働く世代の健康保持増進・生活習慣病予防

産学官連携による
働く世代の食環境の整備・充実
(働く世代1人ひとりが健康的な食生活を送ることができる環境)

健康につながる食事を食べられる環境
働く人が食品にアクセスする機会

適切な栄養・健康情報を取得できる環境
働く人が情報にアクセスする機会

(取り組めたこと)

- 社員食堂
 - ・ 雑穀米の提供
 - ・ こっそり適塩みそ汁の提供
 - ・ 従業員が考えた献立の提供



(取り組めたこと)

- 講話・測定イベントの実施
- 昼めしを考える会の開催
- 卓上メモの設置
- 献立へのマーク表示
- 習慣化アプリの紹介
- ポスター掲示
- 自販機で販売する飲料の砂糖量表示



食環境見える化ツール「食環境スコア2025(完成版)」

従業員食生活を支援して健康経営を推進

働く世代の生活習慣病対策に向けた食環境見える化ツール

食環境スコア 2025 (完成版)

主旨
ねらい

企業で健康経営を進める際は、食堂を始のとする食環境を充実・改善させ、従業員の健康的な食生活を支援することも重要な1つの方法です。
そこで、各企業が各自の食環境の現状を把握するための、自己点検により、強み・弱みを可視化できる資料を作成しました。取組前後の評価指標にもご活用いただけます。
*「健康経営」は、NPO法人健康経営研究会の登録商標です。

参考資料

本ツールは、企業が食堂を運営する際に遵守する関係法令、参考にできる資料として次の4つを参考にしています。

1 労働安全衛生法 労働安全衛生規則 第629～632条

URL: https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=347M50002000032_20231001_505M60000100033

2 健康増進法第21条 健康増進法施行規則第9条(栄養管理の基準)

URL: <https://elaws.e-gov.go.jp/document?lawid=415M60000100086>

3 健康経営度調査

URL: <https://kenko-keiei.jp/>

4 「健康な食事・食環境」認証基準(スマートミール)

*「健康な食事・食環境」「スマートミール」は、一般社団法人健康な食事・食環境コンソーシアムの登録商標です。
URL: <https://smartmeal.jp/>

活用方法

企業の総務部門担当者が本ツールにより自己点検することで、食堂・食環境の現状を把握できます。本ツールで分かった強みと弱みは、会社全体や多部署で共有・検討することで、健康経営、労働安全衛生対策の充実につながります。

- 案1 安全衛生委員会での議題として挙げて、目標・施策に位置付ける。
- 案2 給食委員会で、委託給食会社と共有し、取組を検討する。
- 案3 健康保険組合と共有し、特定保健指導に活用する。

備考

食環境スコア2023(暫定版)を秦野・伊勢原地域における企業でご活用いただき、「産学官で連携した食環境整備モデル事業」の2社でも活用しました。その結果を踏まえ、ブラッシュアップしたものを、2025(完成版)として発行します。

発行

平塚保健福祉事務所秦野センター 保健福祉サービス連携調整会議 地域生活対策推進協議会 事務局・問合せ先： 神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター 保健福祉課 栄養士
電話 0463-82-1428 (代表)

ご使用の流れ

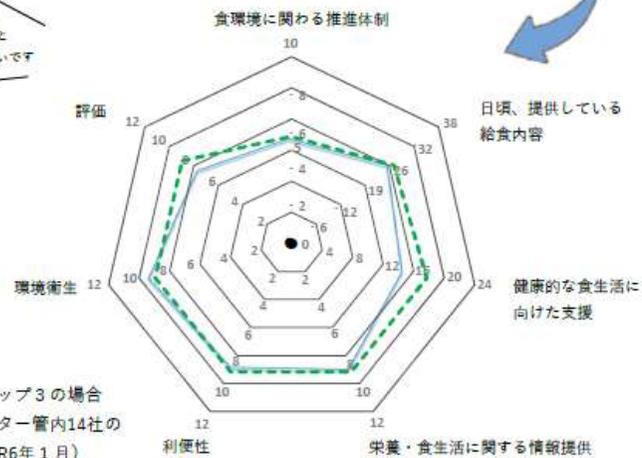
食環境スコア表(別紙)での自己点検
各評価項目について、取り組んでいるステップを確認し、記入欄の数字・有無を選択します。提示されている献立表や、給食施設栄養管理報告書^{*}を参考にできる内容で評価できます。
*県規則により、毎年、給食施設にご提出を依頼しているものです。
食堂担当者にご確認いただくことで、スムーズに自己点検できる項目もあります。

分野ごとの特徴の把握

自己点検した各ステップの個数から、点数化できます。

評価分野	ステップ1	ステップ2	ステップ3	ステップ4	ステップアップ	点数に換算した合計	最大点数
	個数×1点	個数×2点	個数×3点	個数×4点	個数×1点		
食環境に関わる推進体制	個	個	個	個	個	点	10点
日頃、提供している給食内容	個	個	個	個	個	点	38点
健康的な食生活に向けた支援	個	個	個	個	個	点	24点
栄養・食生活に関する情報提供	個	個	個	個	個	点	12点
利便性	個	個	個	個	個	点	12点
環境衛生	個	個	個	個	個	点	12点
評価	個	個	個	個	個	点	12点
合計	個	個	個	個	個	点	120点

分野ごとに合計点数をプロットすると強み・弱みが分かりやすいです



食環境見える化ツール「給食施設栄養管理報告書のまとめ」

従業員の仕事生活を支援して 健康経営を推進

働く世代の生活習慣病対策に向けた 食環境見える化ツール

給食施設栄養管理報告書のまとめ(令和6年分) 見本

主旨
ねらい

令和7年1月にご提出いただいた、令和6年給食施設栄養管理報告書(以下、報告書)について、企業での生活習慣病対策に関連する項目をまとめました。
ツール①食環境スコア 2025(完成版)による自己点検に加えて活用することで、各企業の食堂における栄養管理が地域の中でどのような状況なのかを確認でき、これからの取組を検討する材料となることを目指して、作成しています。

集計
項目

- 令和6年給食施設栄養管理報告書
- 1.集計対象企業 33社の状況
 - 2.栄養管理等について検討する会議
 - 3.給食を提供する体制
 - 4.対象者の把握
 - 5.給食の提供方法
 - 6.平均栄養量(各企業の食堂で提供された給食の栄養量)(1年間の平均値)
 - 7.平均提供食品量(各企業の食堂で提供された給食の食品量)(1年間の平均値)
 - 8.食材料費(1食当たり)
 - 9.栄養成分表示の実施状況
 - 10.非常食の備蓄状況

※明らかに逸脱した数値は除き、その他は各企業から提出された数値を活用させていただきます。

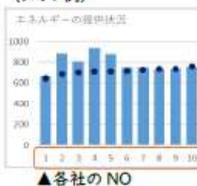
活用
方法

貴社の報告書内容と各集計項目を合わせてご覧ください。
以下のグラフでは、令和6年報告書の各社の数値を、数値順に示しています。
各グラフにおいて、次のNOが貴社からご報告いただいた令和6年の数値です。

(企業名) 令和6年の状況 ※赤字は、企業ごとに差し込み印刷

グラフの種類	貴社のNO
4(2) 肥満(BMI25以上)の者の状況	数字
4(3) やせ(BMI18.5未満)の者の状況	数字
4(4) 疾病状況	数字
6(4) エネルギーの提供状況	数字
6(5) カルシウムの提供状況	数字
6(6) 食物繊維の提供状況	数字
6(7) 塩分(食塩相当量)の提供状況	数字
7 野菜の提供量	数字

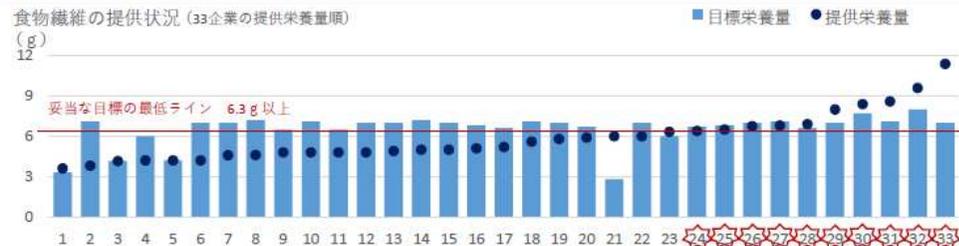
(グラフ例)



発行

平塚保健福祉事務所養野センター保健福祉サービス連携調整会議 地域食生活対策推進協議会
事務局・問合せ先:神奈川県平塚保健福祉事務所養野センター 保健福祉課 栄養士
電話 0463-82-1428(代表)

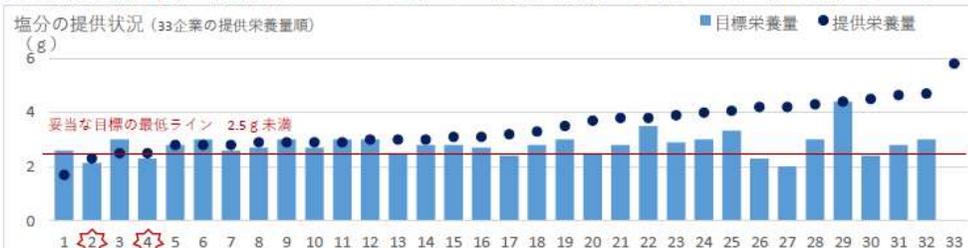
(6) 食物繊維の提供状況



国基準では1日当たり男性21g以上、女性19g以上であるため、1食当たり6.3~7g以上を目標とすることが望ましいです。
妥当な目標を設定できている企業:27社 妥当な目標に対し90%以上提供できている企業:10社

(7) 塩分(食塩相当量)の提供状況

注:企業によって、定食や麺類等の塩分量のため、一律に比較できません。



国基準では1日当たり男性7.5g未満、女性6.5g未満であるため、1食当たり2.2~2.5g未満を目標とすることが望ましいです。
妥当な目標を設定できている企業:8社 妥当な目標に対し110%以下提供できている企業:2社

7. 平均提供食品量(各企業の食堂で提供された給食の食品量)(1食当たり)

※提供が多い食品群を抜粋して、その提供量をまとめました。異常値と思われる数値は除外・修正して集計しています。

- ・1食で提供するのはごはん量の平均は、1食当たり221gです。
- ・1食で目指したい野菜量120g以上を提供している企業は、17社(52%)です。

n=33	野菜類											
	ごはん(g)	いも類(g)	豆類(g)	緑黄色(g)	他野菜(g)	清酒類(g)	果物類(g)	魚介類(g)	肉類(g)	卵類(g)	乳類(g)	油類(g)
平均	221	31	19	39	80	2	3	29	45	11	10	7
最大	308	601	81	74	137	10	20	80	105	25	70	12
最小	170	5	2	19	40	0	0	5	15	1	0	1



肥満対策

エネルギーのバランス

1日1日の食べた量で、一言一語する必要はありません。
1週間や1か月の体重の変化を確認することがおすすめ!

✓ 食べる量が少ない? ✓ 食べすぎ? ✓ 運動不足?

毎日、続くと...

体重減少 **体重増加**

1食、食べてもいい量は?

エネルギー	650kcal
たんぱく質	29.9g
脂質	23.4g
塩分	3.1g
(ご飯200gの場合)	

30代、デスクワーク中心なので、
ご飯150gくらいにしました
580kcalくらいになります

バランスのよい食事

☆1回の食事で
主食・主菜・副菜をそろえる
☆1日のなかで
乳製品と果物もプラスする

しっかり **主食**
ふっふり **副菜**
そこそこ **主菜**
果実
牛乳・乳製品
菓子・嗜好飲料

血圧対策

減塩に挑戦

Let's CCS!

令和5年10月
神奈川県保健福祉事務所
豊野センター 管理栄養士

なぜ、今、減塩?

第1弾 おいしく減塩
第2弾 続ける減塩

1日に目標としたい
食塩相当量

7.5g 未満 6.5g 未満

続ける減塩

Let's CCS! 栄養成分表示の活用例

昼食で
カップ麺にプラスするなら?

脂質対策

まずは 敵を知る

脂質異常症とは

血液中に **中性脂肪** **悪玉コレステロール** が増えたり、善玉コレステロールが減ったりした状態。

心筋こうそく

血液がドロドロ 動脈硬化 脳卒中

揚げ・焼きよりも煮る・蒸すで〜

中性脂肪を下げる食事

ご飯、菓子類、アルコール、果物を減らす	揚げ物料理を減らす	野菜、きのこ、海藻を増やす
糖分・果糖↓	あぶら↓	毎食、食物繊維↑

糖を摂りすぎない

- A5版横型 22種類

体を変える食事のポイント

体重 を減らすには **食事の量を減らす** 

血圧 を下げるには **もちろん減塩** 

血糖値 を下げるには **センイを増やす** 

中性脂肪 を下げるには **実は減糖も** 

コレステロール を下げるには **あぶらを変える** 

✓ 肥満の人は 自分の目安より減らす

1か月1kg
1日240kcal

性・年齢・勤務部門別 ご飯量の目安 (g)

年齢	男性			女性		
	デスクワーク 	現場作業 	カ仕事中心 	デスクワーク 	現場作業 	カ仕事中心 
18 ~ 49	200	250	300	150	200	250
50 ~ 64	200	250	250	150	180	200
65 歳 以上	180	200	250	130	150	180

参考: 日本人の食事摂取基準2020年版(厚生労働省)
ご飯で40%程度のエネルギー量となるよう算出

体重 を減らすには **食事の量を減らす**

- ご飯 
- 揚げ物 
- 菓子類 
- アルコール 



空腹時こそ **体脂肪** が燃えます

✓ 毎日、ご飯をはかってみる

1か月1kg
1日240kcal



男性



女性

多くても **250g**

多くても **150g**

ご飯は **多すぎず 少なすぎず ちょうどよく**

その炭酸飲料は？

見えない砂糖を見える化



1本500ml当たり
熱量 225kcal
炭水化物 56.5g
スティックシュガー5gだと
11.3本



1本190ml当たり
熱量 106kcal
炭水化物 26.6g
スティックシュガー5gだと
5.3本

出典：<https://www.coca-cola.com/jp/ja/>

そのコーヒーは？その紅茶は？

見えない砂糖を見える化



1本350ml当たり
熱量 175kcal
炭水化物 44.0g
スティックシュガー5gだと
8.8本



1本190ml当たり
熱量 66.5kcal
炭水化物 13.1g
スティックシュガー5gだと
2.6本



1本270ml当たり
熱量 97.2kcal
炭水化物 18.4g
スティックシュガー5gだと
3.7本

出典：<https://www.coca-cola.com/jp/ja/brands> 出典：<https://www.coca-cola.com/jp/ja/brands>

飲む前に



栄養成分表示
エネルギー
たんぱく質
脂質
炭水化物
食塩相当量



1本240ml当たり
熱量 162kcal
炭水化物 19.1g
スティックシュガー5gだと
3.8本



1本190ml当たり
熱量 66.5kcal
炭水化物 12.9g
スティックシュガー5gだと
2.6本

出典：https://www.morinagamilk.co.jp/products/drink/mr_caffelatte/29.html

出典：<https://products.suntory.co.jp/softdrink/ingredient.html>

その水は？ そのコーヒーは？

見えない砂糖を見える化



1本540ml当たり
熱量 0kcal
炭水化物 0g
スティックシュガー5gだと
0本



1本500ml当たり
熱量 0kcal
糖類 0g
スティックシュガー5gだと
0本

出典：<https://www.coca-cola.com/jp/ja/brands>

出典：<https://www.coca-cola.com/jp/ja/brands>



1本600ml当たり
熱量 0kcal
炭水化物 0g
スティックシュガー5gだと
0本



1本600ml当たり
熱量 108kcal
炭水化物 26.4g
スティックシュガー5gだと
5.3本

出典：<https://products.suntory.co.jp/softdrink/ingredient.html>

出典：<https://products.suntory.co.jp/softdrink/ingredient.html>

飲む前に



栄養成分表示 <100ml当たり>	
エネルギー	45kcal
たんぱく質	0g
脂質	0g
炭水化物	11.3g
食塩相当量	0g

栄養成分表示を見る

- ✓ 単位
- ✓ エネルギー
- ✓ 炭水化物 etc...

次の行動へのヒントになります

ラーメンの食塩量 を知っていますか?



1日にとっていい量の
ほとんどです

～汁は、残しましょう～

令和6年度 関東学院大学実習生作成

令和六年度 関東学院大学実習生作成



組み合わせる? あなたはどう?

この組み合わせ、
合計 510kcal

この組み合わせ、
合計 0kcal

この組み合わせ、
合計 0kcal

組み合わせる? あなたはどう?

この組み合わせ、
合計 510kcal

この組み合わせ、
合計 0kcal

この組み合わせ、
合計 0kcal



ツール・栄養教育媒体は
秦野センターウェブサイトに掲載しています

従業員が健康になる 食環境整備



秦野センターウェブページ

URL：

<https://www.pref.kanagawa.jp/docs/mx4/eiyou2025.html>

令和6年度神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター
保健福祉サービス連携調整会議

地域食生活対策推進協議会・部会 委員

(敬称略)

所属等	名前
一般社団法人秦野伊勢原医師会 理事 (医療法人社団興志 渋沢内科クリニック院長)	玉置 正勝
神奈川県立保健福祉大学 保健福祉学部栄養学科 講師	樋口 良子
株式会社NITTAN 総務部 秘書・庶務グループ グループリーダー	若生 潤一
富士電線株式会社 総務人事部付	小澤 郁夫
公益社団法人神奈川労務安全衛生協会 平塚支部 事務局長	深堀 順二
秦野市役所 こども健康部 健康づくり課 参事兼課長 栄養士(管理栄養士)	渋谷 ちづる 山崎 千聖
伊勢原市役所 保健福祉部 健康づくり課 課長 副主幹(管理栄養士)	鈴木 めぐみ 市川 祐子
神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター所長(保健師)	富岡 順子
事務局 神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター 保健福祉課 課長(管理栄養士) 主査(管理栄養士) 管理企画課 副技幹(保健師)	古川 弘子 中塚 さおり 森岡 美香

産学官で連携した食環境整備 モデル事業 報告書

令和7年3月
神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター
保健福祉サービス連携調整会議
地域食生活対策推進協議会 作成

(事務局)

神奈川県平塚保健福祉事務所秦野センター
保健福祉課 管理栄養士
電話 0463-82-1428