

賀茂地域の中食・外食における健康的な食事の提供状況について

賀茂健康福祉センター 健康増進課 ○名倉 麻菜美、永田順子
静岡県立大学食品栄養科学部 串田 修

【要 旨】

賀茂地域の中食・外食等で提供されている食事の状況を把握し、業種ごとの特徴を分析することで、健康的な食事を提供するメリットを明らかにするため、食品衛生管理講習会で店舗の代表者に調査を実施した。その結果、「低カロリー」、「塩分ひかえめ」、「野菜たっぷり」の項目が含まれるメニューを提供している店舗で集客に役立つと感じられていた。今後は、営業許可施設を対象とした研修会や個別訪問等で、業種と健康に配慮したメニューに対応した情報提供を行い支援してきたい。

【目 的】

賀茂地域は、特定健診データ報告書において高血圧症有病者の標準化該当比が高く¹⁾、塩分の過剰摂取が要因の一つとして考えられている²⁾。この課題解決の一環として、健康的な食事が摂取できる食環境を整備することが重要である³⁾。そこで、健康に配慮したメニュー等の提供や選択のできる店舗の充実のため、賀茂地域の中食・外食等で提供されている食事の状況を把握し、業種ごとの特徴を分析することで、健康的な食事を提供するメリットを明らかにし、普及促進につなげることを目的とした。

【方 法】

1 営業許可店舗を対象とした調査

令和3年6月～令和4年3月に行われた食品衛生管理講習会で店舗の代表者に質問紙を配布しその場で回収した。調査内容は、①店舗の業務形態、②料理の提供において配慮していること（「安全面」、「味・おいしさ」、「価格」、「ボリューム」、「健康」の5項目について「とてもしている」、「ややしている」、「あまりしていない」、「ほとんどしていない」の4段階）、③健康に配慮したメニュー（「低カロリー」、「栄養バランスが良い」、「塩分ひかえめ」、「野菜たっぷり」、「その他」）の提供の有無、④健康に配慮したメニューが集客に役立っているかどうか、⑤健康に配慮したメニューの今後の提供についてとした。

2 集計・分析方法

(1)業種毎の特徴を明らかにするため、業務形態別に料理の提供において配慮していることに

ついて、項目別に「とてもしている」を4点、「ややしている」を3点、「あまりしていない」を2点、「ほとんどしていない」を1点として平均を比較した。次に健康に配慮しているメニューを実施している割合を求めた。

(2)どのようなメニューが集客に役立っているかを確認するため、健康に配慮した4つのメニュー（「その他」を除く）のいずれかを提供している店舗を抽出し、健康に配慮したメニューが集客に役立っていると回答した群と役立っていないと回答した群に分け、「低カロリー」、「栄養バランスが良い」、「塩分ひかえめ」、「野菜たっぷり」の各項目毎に提供している群としていない群の割合を χ^2 検定で比較した。次に、それぞれの項目とそのほかの一つ以上のメニューを提供している群とその組合せを含んでいない群の割合を χ^2 検定で比較した。

【結 果】

1 対象施設の属性

アンケート回答が得られた営業許可店舗は209店舗であった。業種の属性として、飲食店が最も多く80店舗(38.3%)、次いで旅館・民宿70店舗(33.5%)であった(表1)。

2 料理を提供するにあたり配慮していること

業種別にみると、飲食店は「安全性(衛生面)」「味・おいしさ」が3.9点と最も高く、次いで「価格」、「ボリューム」、「健康」の順に高かった。旅館・民宿は「味・おいしさ」が3.9点と最も高く、次いで「安全性(衛生面)」、「ボリューム」、「価格」、「健康」の順に高かった(表2)。

3 健康に配慮したメニューの提供状況と内容

健康に配慮したメニューの提供「あり」が164店舗(78.5%)で「なし」が45店舗(21.5%)であった。業種別にみると、飲食店は「野菜たっぷり」が38店舗(47.5%)、旅館・民宿は「栄養バランス」が47店舗(67.1%)と一番多く、飲食店、旅館・民宿ともに「低カロリー」が23店舗(28.8%)、7店舗(10.0%)と一番少なかった(表3)。

4 集客に役立っている店舗の健康に配慮したメニューの提供状況

健康に配慮したメニューを提供している店舗のうち、未回答13店舗、「その他」のみ回答9店舗を除いた142店舗のうち、集客への役立ち「あり」が108店舗(76.1%)、「なし」が34店舗(23.9%)で「あり」の割合が高かった。中でも、「低カロリー」、「塩分ひかえめ」、「野菜たっぷり」の項目が含まれるメニューを提供している店舗は、この3つの項目が含まれるメニューを提供していない店舗に比べて集客への役立ち「あり」と答える店舗が有意に高かった(表4)。その他の項目については、項目ごとに集客への役立ち「なし」と答える割合よりも「あり」と答える割合の方が高かったが、有意な差は見られなかった。また、健康に配慮したメニューを今後(も)提供していきたいと「思う」が186店舗(92.1%)、「思わない」が16店舗(7.9%)であった。

【考察】

今回の調査結果では、健康に配慮したメニューを提供することが集客に役立つと感ずることが分かった。中でも「低カロリー」、「野菜たっぷり」、「塩分ひかえめ」の項目が含まれるメニューを提供している店舗で集客に役立つと感ずられていた。しかし、健康についての配慮は、「安全性(衛生面)」「味・おいしさ」よりも低く、始めから3つの項目が含まれるメニューを提供するのはハードルが高い。今回の調査では、健康に配慮したメニューの各項目に明確な基準はなく、回答者の主観によるものとなっているが、健康に配慮したメニューは、9割以上の店舗で今後も提供の意思があると回答があったことから、まずは1つずつ提供が増えるような支援をする必要がある。

「野菜たっぷり」については、健康に配慮したメニューを提供している飲食店、旅館・民宿どちらも提供割合が高い。今後も、地域の特産品や旬の野菜等を活用することも合わせて集客に役立つメニューとして提供を呼びかけていく。「低カロリー」については、健康に配慮したメニューを提供している飲食店、旅館・民宿どちらも提供割合が低いメニューである。飲食店においては、主食の量を調整できたり、おかずの量を減らせる選択ができるといった工夫が考えられる。また、おかずの量を減らすことは、結果的に「塩分ひかえめ」にも繋げることができるため、集客に役立つメニューとして合わせて情報提供を行いたい。旅館・民宿においては、いわゆる「ハレの日」の料理を提供し、満足度を高めるために料理の量が多い傾向にある。また、飲食店においてもボリュームが重視されているため「低カロリー」を行うことは難しい可能性がある。しかし、残すのがもったいない、申し訳ないといった客のニーズに応じて、あらかじめ量少なめを選べる店などもあることから、切り口を変えた呼びかけもできるのではないかと考えられる。

【まとめ】

今回の調査から、管内の営業許可施設での健康に配慮したメニューの提供状況や、このメニューを出すことで集客に役立つというメリットが明らかになった。今後は、営業許可施設を対象とした研修会や個別訪問等で、業種と健康に配慮したメニューに応じた情報提供を行い支援していく。

【謝辞】

本研究に御助言いただいた令和4年度地域診断研修の関係者の皆様に深く感謝いたします。

【参考文献】

- 1) 標準化該当比(H27-R1SMR) 静岡県総合健康センターホームページ(令和4年10月アクセス可能)
- 2) 食塩と高血圧と循環器病 国立循環器病研究センターホームページ(令和4年9月アクセス可能)
- 3) 自然に健康になれる持続可能な食環境づくりの推進に向けた検討会報告書:2021

【表1】対象者の基本属性

業種	店舗	%
飲食店	80	38.3
旅館・民宿	70	33.5
菓子	17	8.1
弁当・惣菜	12	5.7
その他	21	10.0
未回答	9	4.3
計	209	

【表2】料理を提供するにあたり配慮していること

	安全性(衛生面)	味・おいしさ	価格	ボリューム	健康
飲食店(78)	3.9	3.9	3.7	3.6	3.5
旅館・民宿(65)	3.8	3.9	3.4	3.6	3.4
菓子(16)	3.9	3.9	3.6	3.2	3.0
弁当・惣菜(12)	3.8	3.8	3.3	3.4	3.6
その他(18)	3.8	3.6	3.4	3.3	3.1
全体平均(196)	3.9	3.9	3.5	3.5	3.4

【表3】健康に配慮したメニューの提供状況と内容 店舗(%)

	低カロリー	栄養バランスが良い	塩分ひかえめ	野菜たっぷり
飲食店(80)	23(28.8)	34(42.5)	27(33.8)	38(47.5)
旅館・民宿(70)	7(10.0)	47(67.1)	26(37.1)	42(60.0)
菓子(17)	4(23.5)	0(0.0)	1(5.9)	0(0.0)
惣菜・弁当(12)	3(25.0)	9(75.0)	2(16.7)	6(50.0)
その他(21)	3(14.3)	5(23.8)	4(19.0)	5(23.8)
全体(209)	43(20.6)	98(46.9)	65(31.1)	96(45.9)

【表4】健康に配慮した各メニューの提供有無と集客への役立ちの有無

		有無	役立ちあり		役立ちなし		計	P値
1項目	低カロリー	あり	32	82%	7	18%	39	0.303
		なし	76	74%	27	26%	103	
	栄養バランス	あり	51	82%	11	18%	62	0.127
		なし	57	71%	23	29%	80	
	塩分ひかえめ	あり	51	82%	11	18%	62	0.127
		なし	57	71%	23	29%	80	
	野菜たっぷり	あり	70	78%	20	22%	90	0.527
		なし	38	73%	14	27%	52	
2項目	低カロリーと栄養バランス	あり	21	91%	2	9%	23	0.061
		なし	87	73%	32	27%	119	
	低カロリーと塩分ひかえめ	あり	20	91%	2	9%	22	0.076
		なし	88	73%	32	27%	120	
	低カロリーと野菜たっぷり	あり	20	87%	3	13%	23	0.181
		なし	88	74%	31	26%	119	
	栄養バランスと塩分ひかえめ	あり	32	86%	5	14%	37	0.084
		なし	76	72%	29	28%	105	
	栄養バランスと野菜たっぷり	あり	50	81%	12	19%	62	0.259
		なし	58	73%	22	28%	80	
塩分控えめと野菜たっぷり	あり	36	84%	7	16%	43	0.158	
	なし	72	73%	27	27%	99		
3項目	低カロリーと栄養バランスと塩分ひかえめ	あり	16	94%	1	6%	17	0.062
		なし	92	74%	33	26%	125	
	低カロリーと栄養バランスと野菜たっぷり	あり	16	89%	2	11%	18	0.172
		なし	92	74%	32	26%	124	
	低カロリーと塩分ひかえめと野菜たっぷり	あり	18	95%	1	5%	19	0.040
		なし	90	73%	33	27%	123	
栄養バランスと塩分ひかえめと野菜たっぷり	あり	28	85%	5	15%	33	0.177	
	なし	80	73%	29	27%	109		
4項目	全て	あり	15	94%	1	6%	16	0.078
		なし	93	74%	33	26%	126	