## V　おわりに

これまで、対象者や対象集団のエネルギーや栄養素の摂取量が適切かどうかの判断は、体格や身体症状などを含め総合的な評価のもと、個々の管理栄養士による経験に委ねられてきた。その判断の確からしさを、科学的根拠に基づき（Evidence based）行うことで、より高めていこうとするのが、食事摂取基準である。

国際的に、食事摂取基準の考え方が導入され、その活用方法の議論が進められる一方で、国内においては、食事改善や給食管理での専門職種としての管理栄養士の役割に期待が高まっている。食事摂取量の適切さを的確に評価し、望ましい摂取量を提示し、それに基づく計画や実施を図ることは、健康増進や生活習慣病予防にとって、重要かつ基本的な事項である。

食事摂取基準の活用のためには、理論と実践の両者の質の向上が必要となる。理論の質の向上のためには、理論を正しく理解し実践した結果に基づき、理論を修正しつつ、その構築を図っていく必要がある。また、実践の質の向上のためには、理論の質の向上が不可欠であり、理論を正しく理解し実践できるスキルが求められる。

2010 年版の食事摂取基準策定検討会報告書において、「活用の基礎理論」を新たに項立てし、記述したのは、こうした理論と実践の質の向上を目指した第一歩といえる。理論に基づき食事摂取基準を適用することにより、その方法論としての理論の検証が可能となり、少しずつ具体的な方法が明確になることで、その確からしさを高めていくことができるのである。

現状においては、アセスメントを行う場合に必要とされる情報の収集が困難な場合もあると考えられるが、実践の質、例えば対象者（対象集団）の食事の質の向上のためには、そうした情報の収集が不可欠であることの理解を広げていくことも重要となる。また、これまで便宜上実施されてきた方法についても、その方法が適切であるかどうか、あるいはその方法で実施した場合に改めて評価を行うことで計画に修正を加える必要があるかどうかの検証も必要となる。

こうしたことの実現に向けては、なにより実践的研究や教育の基盤整備が進むことが必要である。

本検討会報告書は、活用のマニュアルの作成をねらいとしたものではなく、現時点で得られている情報に基づき活用の基本的考え方やポイントを整理することで、手法や数値の限界を共有し、今後、そうした課題の解決に向けて、習慣的な摂取量をはじめとした各種データが収集・蓄積されることをねらいとしている。食事摂取量の値も、食事摂取基準に示された値も、不確定な要素が含まれる完璧な値ではないからこそ、それらを用いた判断には、専門職種による判断が必要となる。この判断の参考として、2010 年版の食事摂取基準策定検討会報告書と、食事摂取基準の活用のための本検討会報告書を役立てていただきたい。そして、次回 2015 年版の食事摂取基準の策定までに、専門職種による数多くの活用結果としてのデータが蓄積され、その検証が進むことで、次回策定時に活用の理論のさらなる充実が図られることを期待している。

## 参考資料


1. 厚生労働省：「日本人の食事摂取基準」（2010 年版）「日本人の食事摂取基準」策定検討会報告書.（2009）
2. Food and Nutrition Board, Institute of Medicine：Dietary reference intakes: Applications In Dietary Assessment. National Academies Press, Washington D.C.（2001）
3. Food and Nutrition Board, Institute of Medicine： Dietary reference intakes: Applications In Dietary Planning. National Academies Press, Washington D.C.（2003）
4. 厚生労働省：日本人の食事摂取基準（2010 年版）ブロック別講習会資料.（2010）（資料掲載先）http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/blockbetu-shiryou.html
5. 田中平三：日本人の食事摂取基準 2010 年版完全ガイド. 医歯薬出版（2009）

## 「日本人の食事摂取基準」活用検討会　開催経緯

| | | |
|---|---|---|
| 第1回 | 平成21年<br>7月30日（木） | (1)食事改善における活用方法の検討<br>(2)給食管理における活用方法の検討 |
| 第2回 | 平成21年<br>12月15日(火) | 「日本人の食事摂取基準」活用検討会<br>報告書骨子（案）について |
| 第3回 | 平成22年<br>3月 8日（月） | 「日本人の食事摂取基準」活用検討会<br>報告書（案）について |

## 「日本人の食事摂取基準」活用検討会作業部会　開催経緯

| | | |
|---|---|---|
| 第1回 | 平成21年<br>8月21日（金） | 食事摂取基準の改定に伴う食事バランスガイドの見直しの必要性に関する検討の方向性について |
| 第2回 | 平成21年<br>10月20日（火） | ○エネルギー量の区分の変更の必要性について<br>○エネルギー量の区分に応じた摂取の目安の変更の必要性について<br>○妊産婦のための食事バランスガイドにおける摂取の目安の変更の必要性について |
| 第3回 | 平成21年<br>12月10日（木） | 推定エネルギー必要量の変更に伴う食事バランスガイドの見直しの必要性に関する検討結果について |

## 「日本人の食事摂取基準」活用検討会　構成員名簿

（五十音順）

| 構成員名 | 所属等 |
|---|---|
| 石田　裕美 | 女子栄養大学教授 |
| 佐々木　敏 | 東京大学大学院教授 |
| 佐藤　愛香 | 西洋フード・コンパスグループ株式会社<br>オペレーション統括本部メニュー栄養管理担当部長 |
| 伊達　ちぐさ | 奈良女子大学教授 |
| 田畑　泉 | 独立行政法人国立健康・栄養研究所<br>健康増進プログラムリーダー |
| ○中村　丁次 | 神奈川県立保健福祉大学教授 |
| 山本　茂 | お茶の水女子大学大学院教授 |
| 吉池　信男 | 青森県立保健大学教授 |
| 由田　克士 | 独立行政法人国立健康・栄養研究所<br>国民健康・栄養調査プロジェクトリーダー<br>（　○　座長　） |
| 〈オブザーバー〉<br>田中　延子 | 文部科学省スポーツ・青少年局学校健康教育課学校給食調査官 |

## 「日本人の食事摂取基準」活用検討会作業部会　構成員名簿

（五十音順）

| 構成員名 | 所属等 |
|---|---|
| 髙橋　東生 | 桐生大学教授 |
| 武見　ゆかり | 女子栄養大学教授 |
| 田中　茂穂 | 独立行政法人国立健康・栄養研究所<br>エネルギー代謝プロジェクトリーダー |
| 早渕　仁美 | 福岡女子大学教授 |
| ○吉池　信男 | 青森県立保健大学教授<br>（　○　部会リーダー　） |