

どこでも、誰でも、栄養バランスの良い食事 が選べる社会をめざして



「健康な食事・食環境」認証制度

第3回認証結果のご報告

健康な食事・食環境コンソーシアム（13学会等）

日本栄養改善学会（世話役），日本給食経営管理学会（副世話役），
日本高血圧学会，日本糖尿病学会，日本肥満学会
日本公衆衛生学会，健康経営研究会
日本健康教育学会，日本腎臓学会，日本動脈硬化学会
日本補綴歯科学会，日本産業衛生学会，日本がん予防学会

1



「健康な食事・食環境」認証制度

<http://smartmeal.jp/>

- 健康的な食事“スマートミール”を，継続的に，健康的な環境で提供する店舗や事業所を認証
- 2018年8月に第1回認証，2019年2月に第2回認証
- 目的は，栄養バランスのとれた食事がとりやすい食環境整備の推進
- 最終ゴールは，国民の「健康寿命の延伸」の実現
- 企業が進める健康経営を食生活の面から応援

2



第3回応募と認証状況

応募状況 **122 件**

外食部門 23件, 中食部門 10件, 給食部門 89件

認証件数 **119 件**

外食部門 22件, 中食部門 9件, 給食部門 88件

認証★数

	外食部門	中食部門	給食部門	計
1つ星	3件	1件	3件	7件
2つ星	15件	2件	48件	65件
3つ星	4件	6件	37件	47件
合計	22件	9件	88件	119件

3



延べ認証状況 (2019年8月現在)

認証事業者数 **304**

外食部門 78

中食部門 36

給食部門 195

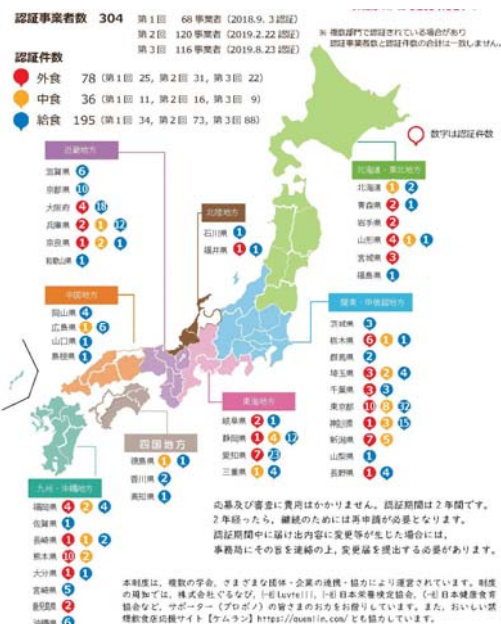
(複数部門で認証されている事業者があり、部門合計と総数は一致しません)

認証店舗数 **16,788**

外食部門 470

中食部門 16,123

給食部門 195



4



応募から認証までの流れ

1. 形式審査

- ・期間 2019年4～6月中旬
- ・事務局にて必要書類の提出状況、および記載内容の不備漏れ等を確認。必要に応じて修正・追記を要請。

2. 日本栄養改善学会・日本給食経営管理学会WGIによる技術審査

- ・日時 2019年6月30日(日)9:00～20:00(給食部門)
2019年7月14日(日)10:00～18:00(外食・中食部門)
- ・形式審査を通過した122件の書面審査を実施。本審査対象とする事業者を決定。

3. コンソーシアムによる認証審査委員会

- ・日時 2019年8月10日(土)10:00-16:30
- ・会場 女子栄養大学駒込キャンパス
- ・技術審査を通過した122件について、コンソーシアム代表による審査を実施。12件について追加確認を行い、最終的に119件の認証可。

5



審査・認証は

「健康な食事・食環境」コンソーシアムが担当。
7学会等で開始 ⇒ 2019年7月現在13学会等へ

日本栄養改善学会（世話役），日本給食経営管理学会（副世話役）

日本高血圧学会，日本糖尿病学会，日本肥満学会

日本公衆衛生学会，健康経営研究会

日本健康教育学会，日本腎臓学会，日本動脈硬化学会

日本補綴歯科学会，日本産業衛生学会，日本がん予防学会

6



第3回認証審査会 出席者

武見 ゆかり	特定非営利活動法人日本栄養改善学会	理事長
赤尾 正	日本給食経営管理学会	理事長
岡田 邦夫	特定非営利活動法人健康経営研究会	理事長
濱田 千雅	特定非営利活動法人健康経営研究会	理事
早渕 仁美	特定非営利活動法人日本高血圧学会	減塩委員会委員
梅澤 光政	一般社団法人日本公衆衛生学会	評議員
綿田 裕孝	一般社団法人日本糖尿病学会	理事
津下 一代	一般社団法人日本肥満学会	理事
助友 裕子	一般社団法人日本健康教育学会	理事
長井 美穂	一般社団法人日本腎臓学会	評議員
丸山 千寿子	一般社団法人日本動脈硬化学会	理事
大川 周治	公益社団法人日本補綴歯科学会	理事長
窪木 拓男	公益社団法人日本補綴歯科学会	研究企画推進委員長
武藤 倫弘	一般社団法人日本がん予防学会	理事
若林 敬二	一般社団法人日本がん予防学会	功労会員
由田 克士	公益社団法人日本産業衛生学会*	産業栄養研究会代表世話人

*日本産業衛生学会は、審査は退席。その他の議論のみ参加

7



スマートミールの基準作成

[主に栄養素レベル]

科学的根拠

- 厚生労働省「生活習慣病予防やその他の健康増進を目的として提供する食事の目安」
- 食事摂取基準2015年版
- 関連学会の診療ガイドラインや先行研究

[食品レベル]

実行可能性

- 大手給食会社4社が事業所給食で提供している「ヘルシーメニュー」4週間分、各社20食分を収集計80食分のメニュー分析

8



認証基準の科学的根拠

賢く食べて健康に！
Smart Meal 「健康な食事（スマート・ミール）・食環境」認証制度
スマートミール



「健康な食事・食環

推進事業とは 認証制度とは？ NEW 応募にあたって NEW Q&A 「健康な食事・食環境」認

HOME > 「健康な食事・食環境」認証基準

HPで根拠文献を紹介

「健康な食事・食環境」認証基準

「健康な食事・食環境」認証基準の科学的根拠はこちらからご確認ください (EXCEL)

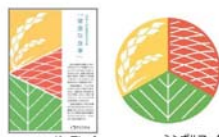
PDFはこちらから

日本栄養改善学会 食環境整備推進委員会
で定期的にアップデート

未来投資会議(2018.10.22)で厚生労働大臣資料の中で紹介

「健康な食事」の普及

「健康な食事」



- 健康寿命の延伸のためには、国民が、信頼できる情報のもとで、**栄養バランスのとれた食事を日常的にとることが可能な環境を整備していくことが重要。**
- 食を通じた社会環境の整備に向けて、平成27年9月に厚生労働省より、「**健康な食事**」に関する通知を地方自治体及び関係団体宛に発出。

(通知の内容)

- 健康な食事の普及について、
健康な食事の考え方を整理したリーフレットを作成。
栄養バランスの確保のため、**主食・主菜・副菜**を組み合わせた食事の推奨を図るために**シンボルマーク**を作成。
- 生活習慣病予防や健康増進の観点から、事業者等による**栄養バランスのとれた食事の提供**のために、**主食・主菜・副菜**ごとの目安を提示。

Smart Meal 健康な食事・食環境 スマートミール (スマート・ミール) 認証制度

- 日本栄養改善学会が中心となり、生活習慣病関連の学会^{※1}や関連企業等の協力の下、民間主体で認証制度を、本年4月に創設^{※2}。
- 今後、更なる普及に向けて厚生労働省としても支援。

※1 現在、10学協会で構成。
※2 本年9月に第一回認証を行い、外食：25事業者（395店舗）、中食：11事業者（16,736店舗）、給食：34事業所（34店舗）を認定。



次世代ヘルスケア会議 (2018.11.16) 健康な食事・食環境の認証事例の紹介



○ 本年9月に第1回認証を行い、北海道と沖縄を除く全国で、
 外食：25事業者（395店舗）、中食：11事業者（16,736店舗）、
 給食：34事業所（34店舗）を認証。

外食部門 ★★★

事例1 四川豆花飯荘(東京,丸ビル)
 バランスランチセット(麻婆豆腐ランチ)



- 通常の麻婆豆腐より塩と油を控え、しょうが、にんにく、唐辛子を効かせておいしく減塩。料理長工夫の一品。
- ランチタイム注文数は安定して推移。
- 食べた人から「美味しい」「満足」との声。

708 kcal 食塩相当量3.3g
 野菜等重量 185g
 価格 1,890円(税込)

中食部門(持ち帰り弁当) ★★★

事例3 ファミリーマート(北海道、沖縄を除く16,300店舗)
 炙り焼 鮭幕の内弁当



- 1食当たり野菜142g、食塩相当量2.6gが特徴のお弁当。
- 予約弁当としては過去最高の販売数量になる見込み(2倍増)。
- 食べた人からの評価は上々。「おいしい」「減塩のお弁当と思えなかった」「この野菜の量は嬉しい」「また食べたい」との声。

672 kcal 食塩相当量2.6g
 野菜重量 142g
 価格 850円(税込、お茶付き)

外食部門 ★★

事例2 CAFÉ すいれん(東京,上野,国立西洋美術館内)
 和食ランチセット



- 外国人観光客向けに、英語、中国語、韓国語でも栄養価などの情報を提供。
- 「毎日たくさん出ますよ」と店の人の声。

794 kcal 食塩相当量3.2g
 野菜重量 159g
 価格 1,680円(税込)

給食部門 ★★★

事例4 キューピー株式会社(受託給食会社 富士栄養)



- 2014年から、社員の健康づくりを「食と運動」でサポートするため、健康増進プロジェクトを開始。
- その一環で、社員食堂で「スマート御膳」の提供開始。
- スマート御膳の内容は、元々、スマートミールの基準を包含。スマートミール認証後は、たんぱく質・脂質・炭水化物のバランス(PFC比)を見直し、魚の提供回数を増やしたりするなど、「健康な食事」へ更に改善中。

スマート御膳: エネルギー=600 kcal未満、食塩相当量2.3g未満、野菜量150g以上の栄養バランスを整えたメニュー

2040年に向けた厚生労働大臣の政策対話 (2019年4月22日)

「健康な食事」の推進がテーマ

健康な食事・食環境 (スマートミール) の認証事例と利用者の反応



- 2018年9月に第1回認証, 2019年第2回認証を行い, 現在全国で188事業者, 約16,000店舗を認証。
- まだまだ認知されていない, という声の一方で, 売り上げを伸ばし, 評判上々の店舗も出現。

外食部門 ★★★

事例1 四川豆花飯荘(東京,丸ビル)
 バランスランチセット(麻婆豆腐ランチ)



- 通常の麻婆豆腐より塩と油を控え、しょうが、にんにく、唐辛子を効かせておいしく減塩。料理長工夫の一品。
- ランチタイム注文数は安定して推移。
- 食べた人から「美味しい」「満足」との声。

708 kcal 食塩相当量3.3g
 野菜等重量 185g
 価格 1,890円(税込)

外食部門 ★★

事例3 香麦(埼玉,川越)
 海老とお野菜たっぷりのあんかけごはん



- ランチの中のご飯メニューでは最も注文が多い。
- とくに中年男性からの注文が多く、「かなり評判いいです!」
- 「次は、ランチの種類でも挑戦したい」と料理長。

713 kcal(お米のみ) 食塩相当量3.4g
 野菜等重量258g、価格 1,296円(税込)

中食部門(持ち帰り弁当) ★★★

事例3 ファミリーマート(北海道、沖縄を除く16,300店舗)
 炙り焼 鮭幕の内弁当



- 1食当たり野菜142g、食塩相当量2.6gが特徴のお弁当。
- 予約弁当としては過去最高の販売数量になる見込み(2倍増)。
- 食べた人からの評価は上々。「おいしい」「減塩のお弁当と思えなかった」「この野菜の量は嬉しい」「また食べたい」との声。

672 kcal 食塩相当量2.6g
 野菜重量 142g
 価格 850円(税込、お茶付き)

外食部門 ★★

事例2 CAFÉ すいれん(東京,上野,国立西洋美術館内)
 和食ランチセット



- 外国人観光客向けに、英語、中国語、韓国語でも栄養価などの情報を提供。
- 「毎日たくさん出ますよ」と店の人の声。

794 kcal 食塩相当量3.2g
 野菜重量 159g
 価格 1,680円(税込)

外食部門 ★★★

事例4 シブレット(奈良県奈良市)
 ワンプレートランチ



- 料理人の「おいしいものを作る信念」と、医師や管理栄養士の「健康を支える視点」が融合。
- 栄養バランスだけでなく、味、食感、色彩、温度など、おいしさを大切に。
- 「全体の反応はまだまだだが、自分や家族の健康が気になる方など、お客様との会話が深えた。」
- 「スマートミール」のような価値観が広がり、お客様も喜んで食べてほしいとシェフ。

649 kcal 食塩相当量2.6g
 野菜等重量 220g
 価格 1,350円(税込)

給食部門 ★★★

事例4 キューピー(株)(受託給食会社 富士栄養)



- 2014年から、健康増進プロジェクトを開始。
- その一環で、社員食堂で「スマート御膳」の提供開始。
- スマート御膳の内容は、元々、スマートミールの基準を包含。スマートミール認証後は、たんぱく質・脂質・炭水化物のバランス(PFC比)を見直し、魚の提供回数を増やしたりするなど、「健康な食事」へ更に改善中。

スマート御膳: エネルギー=600 kcal未満、食塩相当量2.3g未満、野菜量150g以上の栄養バランスを整えたメニュー

スマートミールの認知度

全国10地区から年代別に層化抽出した20～64歳の男女2,851名（男性1,444名、女性1,407名）を対象としたWEB調査。
2019年3月実施。

- ▶「健康的な食事・食環境」認証制度で、栄養バランスの良い食事の呼称として用いている「スマートミール」について、「言葉を聞いたことがある」、または「意味を知っている者」は **18.6%**。
- ▶認証制度があることを「知っている」者は **3.6%**。

第78回日本公衆衛生学会学会総会（2019年10月、高知）にて発表予定



令和元年度厚生労働省スマートライフプロジェクトで
スマートミールの事業者紹介ページが公開予定





「健康な食事・食環境」認証制度 次回の応募スケジュール

次回（第4回）認証の応募から認証までの流れ

