

【人間ドックで提供しているお弁当について アンケート集計結果から抽出した次年度の課題と取り組み(2013年度～2020年度)】

アンケート実施年度	お弁当のテーマ	取り組んだこと	アンケート集計結果から抽出した次年度の課題
2013	野菜摂れていますか		<ul style="list-style-type: none"> ・味のバリエーションが少ない ・肉が少ない ・さっぱりしたものが欲しい ・デザートが欲しい ・お弁当のレシピが知りたい
2014	アンチエイジング	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯を一人用の御ひつに盛りつけ、保温ケースに入れ搬入 ・酢の物の採用 ・肉のボリュームアップ ・野菜料理にロールサラダの採用 ・デザート採用 ・お品書きにレシピを1品掲載 	<ul style="list-style-type: none"> ・雑穀米が食べたい ・煮物、漬物等米飯に合うおかずが欲しい
2015	よく噛んで食べよう	<ul style="list-style-type: none"> ・一人用の御ひつに、雑穀米と白米を半分ずつ入れる ・食塩量を調整をした、漬物、煮物の採用 	<ul style="list-style-type: none"> ・米飯が冷めている ・澄し汁より味噌汁が飲みたい ・デザートを復活してほしい
2016	キントレ(菌取れ)しませんか	<ul style="list-style-type: none"> ・事前にまとめてセットしていた米飯を、汁物同様に、受診者が案内されたタイミングで配膳 ・弁当提供開始以来、初めて澄し汁から味噌汁に変更 ・デザート復活 	<ul style="list-style-type: none"> ・ご飯の量を調整できると良い ・野菜をもっと増やして欲しい ・肉料理はもっと肉を食べたと思える料理が良い ・品数は多いが、全て小皿に盛られている為満足感が少ない
2017	ベジファースト	<ul style="list-style-type: none"> ・一人用の御ひつに盛り付けた米飯量を200g(男性の一食における目安量)から150g(女性の一食における目安量)に減らし、おかわり用の炊飯ジャーを設置 ・副菜(野菜の他、芋類、海藻類、きのこ類を含む)の使用量を約160gから約270gに増量 ・フライドチキンの採用 ・料理により量にメリハリをつける 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜がたっぷり入っていて美味しかった ・ご飯の量が調整できるのは良い ・検査後なので肉は揚げ物でなくても良い ・デザートは粉物よりもさっぱりしたものが良い
2018	よく噛んで食べよう②	<ul style="list-style-type: none"> ・引き続き副菜量を多く(約270g)使用 ・おかわり用の炊飯ジャーの設置継続 ・豚しゃぶサラダの採用 ・寒天、果物缶の採用 	<ul style="list-style-type: none"> ・デザートに果物が欲しい ・卵焼きを食べたい ・家庭で再現しやすいメニューが良い
2019	眠り方改革 ～食事で見直す睡眠の質～	<ul style="list-style-type: none"> ・果物の採用 ・だし巻き卵の採用 ・ほうれん草の煮びたし、切昆布の煮物、だし巻き卵、かぼちゃのチーズ焼きの採用(だし巻き卵と南瓜のチーズ焼きはお品書きにレシピを掲載) 	<ul style="list-style-type: none"> ・たんぱく質を増やしてほしい ・スパイスを使った料理を入れてほしい
2020	金(筋)メダルを目指そう!	<ul style="list-style-type: none"> ・バランスを崩さない範囲でたんぱく質を増量 ・主菜にスパイスを使用(タンドリーチキン) ★味噌汁の食塩相当量を0.8gから0.6gに減量 <p>それまでの0.8gの味噌汁についても薄いという意見はほとんどなく、具沢山でおいしいという意見が多かったことと、2020年度より国の食塩摂取目標量が男女ともに0.5g引き下げられた(男性7.5g、女性6.5g)こともあり、さらなる減塩に取り組んだ</p>	