

## EER※算出表活用にあたって

(公社)日本栄養士会学校健康教育職域事業推進委員会では、各地域・学校の実態に応じた学校給食摂取基準を算出し、児童生徒にとってより良い栄養管理が実現できるよう、『EER算出表』をホームページからダウンロードできるようにしております。

今回、学校給食摂取基準が令和3年4月1日から施行されたことと、保育所の1～5歳の幼児においても活用したいとのご要望いただきまして、EER算出表を見直しました。

この計算表に児童生徒の生年月日・身長・体重を入力することによって、その集団におけるエネルギーの摂取基準は一つの値が求められます。また、その数値を用いて、その集団における摂取基準を算出することも可能です。

これによって、より大きな集団の摂取基準を、より短時間で算出することができ、その地域・学校や保育所等の実態に合った値を算出することができます。自分が勤務する地域の実態を把握し、その後の栄養管理や食育へと展開していただきたいと考えております。

また、この計算表を用いることによって一つの値が決まりますが、対象となる子ども達は一年間で大きく成長する上に、身体活動レベルも様々であり、必要な栄養量を正確に把握することは大変難しいと考えます。したがって、適用に当たっては、児童生徒や幼児の個々の健康及び、生活活動等の実態、並びに地域の実情に十分配慮しながら、子ども達の健康のためにより良い栄養管理へとつながるよう、ご活用いただければと思っております。

今回、『EER算出表』をホームページ(会員限定)および生涯教育基礎研修e-ラーニング受講者はダウンロードすることができます。改訂にあたりましては、大阪公立大学大学院生活科学研究科生活科学専攻教授の由田克士先生に『学校給食摂取基準の活用』をご執筆いただいたとともに、この『EER算出表』の製作者である石川県宝達志水町立志雄小学校栄養教諭の北出宏予先生にも多大なるご協力いただきました。

『学校給食摂取基準の活用』を熟読し、十分に理解をしていただいた上で、様々な取組を進めていただきたいと考えております。

(公社)日本栄養士会学校健康教育職域事業推進委員会

※ EER：推定エネルギー必要量 (estimated energy requirement)