

## 高齢者向け弁当サービスの展開

株式会社ニチレイフーズ 商品本部健康価値事業部長 石川 裕一<sup>1</sup>

最近、ミートホープ社が連日マスコミをにぎわしております。私どもも、ひき肉ではありませんがミートホープ社から商品を買っておりました。中国の問題もございます。冷凍野菜の多くは中国で育て、輸入しております。ここも連日、事故が起こりまして、そのたびに毎日 100 件ぐらい「中国製品を扱っている会社はけしからん」という電話がきます。食の安全が強く問われていることを、日々最前線で感じております。

きょうは、少し観点は違いますが、食に関して大変関心が高まっているという中で健康というものを取り上げて、私どもも新しいビジネスを進めていこうと思っておりますので、そのお話をして、何かしら皆様のお役に立てればと思います。

### 1 健康価値事業への取組

ニチレイに健康価値事業部ができましたのは今から 2 年前ですが、その取り組みの基本スタンスは、ここに掲げた 3 つでございます。1 つは、「美味しく」食べて「健康に」というキーワードで事業を進めようということを心がけております。私どもは医薬品会社でもございませんし、サプリメントにも手を出しておりません。したがって、食品です。素材のよさを最大限に発揮できるところで、美味しく健康というところを追求していこうということが基本スタンスでございます。2 つ目が「食を本気で科学する」、エビデンスを重視しようということです。「食事から健康を」という考え方について、何がしかのエビデンスをきちっと科で求め、それを付加価値としていきたいということです。3 つ目は会社全体の方針でございまして、「もう一人の家族のために」ということで、お客様を家族と考え、その家族にしっかりした食を提供していこうということでございます。

#### ニチレイの健康価値創造のコンセプト

1. 「美味しく」食べて「健康に」
  - ✓ 「医薬品に近い食品ではなく、素材の良さを最大限生かした”食”の提案」・・・ニチレイフーズの持っている強みを生かす
    - ・ 幅広い惣菜提供能力、業務用等で培われた高い品質
    - ・ 素材を見極める力
    - ・ アセロラ、糖尿病食品等の 20 年来の取り組みで蓄積したシーズ
2. 「食を本気で科学する」
  - ✓ エビデンスを重視した、科学的な取り組み
3. 「もう一人の家族の為に」
  - ✓ 顧客との積極的な双方向のコミュニケーション
  - ✓ 顧客接点を持つ

<sup>1</sup>石川 裕一 (いしかわ ゆういち)

株式会社 ニチレイフーズ 商品本部 健康価値事業部長

昭和 57 年 株式会社 ニチレイ 入社

営業として 6 年間勤務した後、商品開発・マーケティング業務に 8 年間携わる。

平成 16 年 4 月 広域営業部 営業統括部長

平成 18 年 4 月 東北支社長

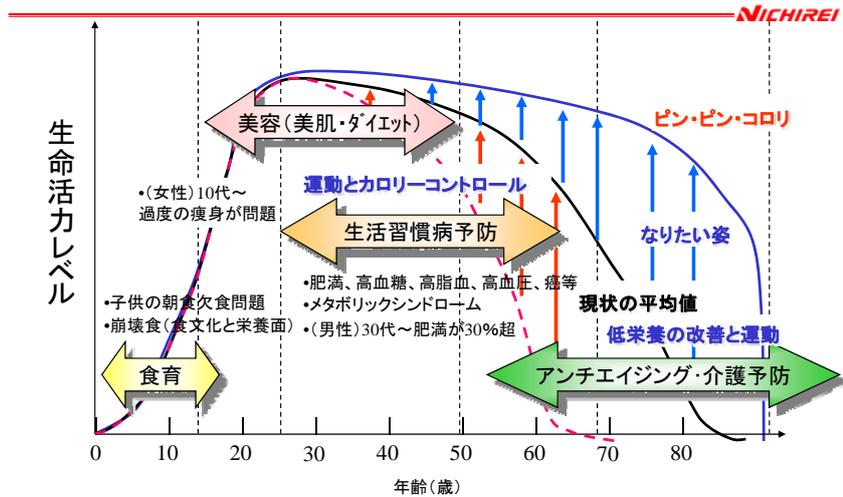
平成 19 年 4 月 健康価値事業部長 現在に至る。

(「死ぬまで元気」への貢献)

日本人は大変長生きになっていますが、単に長生きするだけでなく、死ぬまで元気、ピンピンコロリということ、我々は求めていくんだらうと思います。それを私ども流に書くとこうなります。横軸に年齢、縦軸に生命活力レベルをとっています。我々のビジネスにつながる可能性のある言葉で年代を区切っていくと、まず「食育」がございす。成長する段階ですね。次の段階では、「美容」が1つのビジネスチャンスであろうかとおもいます。美肌とか、ダイエットというような市場ととらえてもいいかもしれません。その次の段階が

「生活習慣病予防」です。メタボリックシンドロームからの脱却ということで、来年4月から特定保健指導一腹囲が男性は85センチ、女性は90センチを超えた方に、もう少しやせなさいよという指導一が始まります。これは1つのビジネスチャンスです。

### ライフサイクルと健康価値ニーズの変化



その次が、今日お話しするアンチエイジング、あるいは介護予防というところに食のビジネスチャンスをみつけていこうという取り組みでございす。アンチエイジングという言葉はあいまいで、いろいろな使われ方をしますが、50の声を聞き、だいぶ個人差が出てくる年齢になったら、アンチエイジングという言葉を実際に考えたほうがいいのではないかと考えております。

(具体的な取り組み)

私どものやっている商品の具体的なものをまず頭に少し入れていただければと思います。まず、「気くばり御膳」です。冷凍のカロリーコントロール食、お惣菜盛り合わせでございす。コンセプトは熱量320kcal以下、塩分量2.8g以下の保証です。三大栄養素、PFCのバランスが60:25:15となるように作っております。ご飯はご家庭で用

### 気くばり御膳～冷凍カロリーコントロール食～

- ・野菜をふんだんに盛り込んだセット
- ・現在28メニューを販売、お魚セットも登場



意いただくことを考えています。150gのご飯で240kcal前後ですから、あわせて1食500kcal前後のセットでございます。

それから、糖尿病用食セットというものを作って17年目になります。レトルト食品です。厚労省の特定保健用食品、特用というマークをつけまして病気治療食として販売しております。この糖尿病用食を支えた「成分保証技術」は、先ほど「の気くばり御膳」にも生かされています。これらに加えてアセロラというシーズもあり、健康価値ビジネスに取り組んでいる次第です。

### 糖尿病患者用食品と成分保証技術

#### 糖尿病患者用食品

レトルト食品として和食・洋食・中華の全21種類のメニュー

メニュー例



白身魚の煮付けセット (320kcal)

たんぱく質25.6g

脂質 12.7g

ナトリウム(食塩換算) 3.0g



#### コア技術は「成分保証技術」

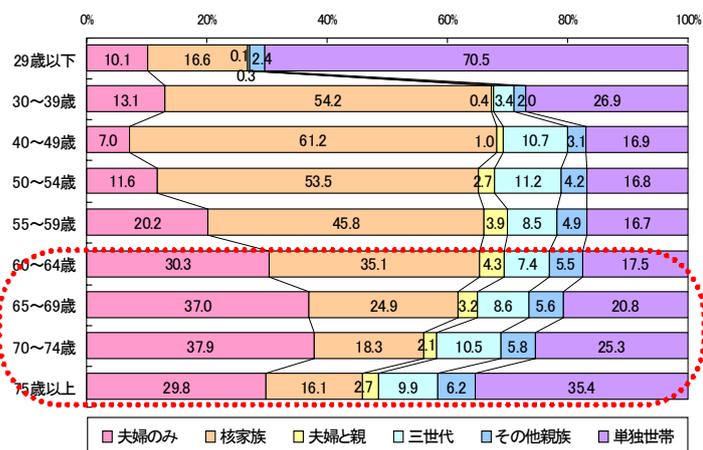
- ・たんぱく、脂質、塩分を成分保証してカロリーコントロール
- ・天然素材の為に成分やカロリーが変動するのを一定範囲内に精度良くコントロールする設計、生産技術
- ・当初はおいしさの点で十分とは言えなかったが、改良を重ねた結果、味の点でも評価されるようになっている

## 2 高齢者の生活実態

現在は65歳以上の方が全体の人口の20%を超えるという段階ですが、2020年度には30%近くになると考えられております。自由になるお金を一番持っている世代でもあり、ビジネスの世界から見ると、65歳以上の方々の増加は多いに注目すべき点です。もう1つ押さえておかねばならないこととして、一人暮らし、または夫婦二人の高齢者の方が大変多くなっているということがあります。この図の赤枠で囲ったところが高齢者世帯の家族構成ですが、左側のピンク色のところが夫婦のみの世帯、右側の紫のところが一人で住まわれている方で、この2つを合わせると大変な人数になっております。

#### 70代では夫婦のみ・子供等と同居・一人暮らしが約1/3ずつに

<世帯主年齢別にみた家族構成 総務省「平成12年国勢調査」>



それから、高齢者と呼んでもいい年齢をお聞きしたデータがあります。50代の方は70歳以上というお答えが多いわけですが、70代の方は80歳以上というお答えが一番多くなっています。元気でいらっしゃる限りは、自分は高齢者だとは思わないということのあらわれだと理解しております。

そのような高齢者の方が食生活についてどんな考えをお持ちか、生の声を集めた女子

栄養大学の調査があります。健康に良いと思って「太らないように食事を減らしています」という人が実は低栄養だったとか、「自分の好みはなかなか変えられない」という人の栄養バランスが崩れていたとか、「食べきれないから昼と夜に同じものを食べる」という人の栄養が偏っているという例があります。「自分の分だけだと食事をつくる張り合いがない」という回答は数多くみられます。一番実感のこもった言葉かもしれません。実は私の母親も大阪で一人暮らしをしております、たまに帰ると「つくるのが面倒くさい」、「自分一人のための食事なんてつくる気にならない」と申しております。

### 高齢者と食生活実態 ～高齢者の声から食生活の実態を考える～

女子栄養大学食生態学チーム NHKプロジェクトチーム調査『65歳からの食卓』(日本放送出版協会)より

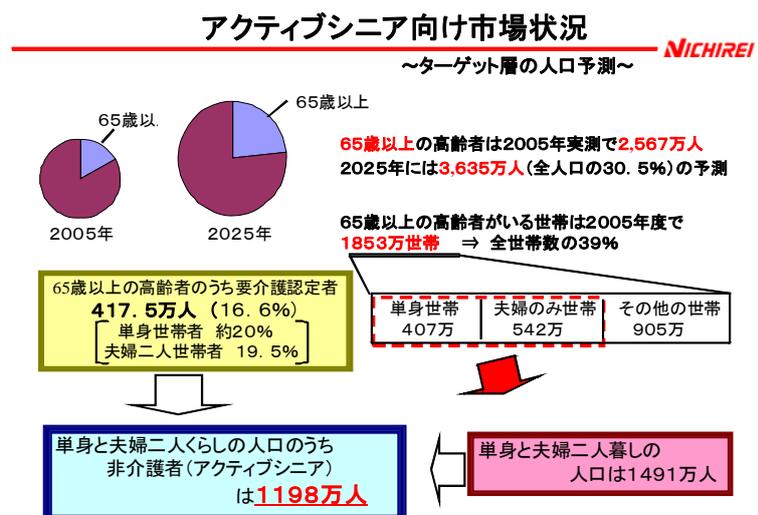
『運動が充分に出来ないで太らないように食事を減らしている。』 『入院してみてこれまでの食事の量が少な過ぎたと知った。』	? 食べ過ぎないように気をつけていたつもりが実は低栄養だった。
『若い人との食事の好み合わない。』 『昔からの好みの味を変えられない。』	? 昔からの好みに偏り栄養バランスが崩れていた。
『スーパーで購入する惣菜は量が多いので…。』 『一度に食べきれないから昼と夜が同じものを食べる。』	? 適度な量の食品が無い為、栄養過剰や同じメニューが続く。
『自分の分だけだと食事の作る張り合いがない。』 『面倒だから惣菜は便利。』	? 食事の準備自体が負担になっている場面もあった。

### 3 アクティブシニア向け食の提案

#### ～アンチエイジングの観点から考えた高齢者食

(アクティブシニアのマーケット)

私どもでは、高齢者の方々をアクティブシニアと呼んでおります。リタイア後の高齢者の大半は、アクティブで元気で、このような方々に向けた食事ということです。アクティブシニア向けの市場をみますと、現在、65歳以上の方は2,567万人いらっしゃいます。そのうち単身が400万世帯強、夫婦のみの世帯が540万世帯ということ



で、合わせますと一人ないしは二人暮らしのご高齢の方は1,490万人ほどいらっしゃる。そして介護認定を受けた方は現在 400 万人強、65 歳以上人口の 16%強でございます。単身世帯や夫婦二世帯ではこれが約 20%になります。そこで、1,490 万人の 80%、1,200 万人程度は元気で生活されているアクティブシニアと見ることが可能です。この方々の食事重要を一つのビジネスチャンスとしてとらえていこうと考えております。

(アンチエイジング食の位置づけ)

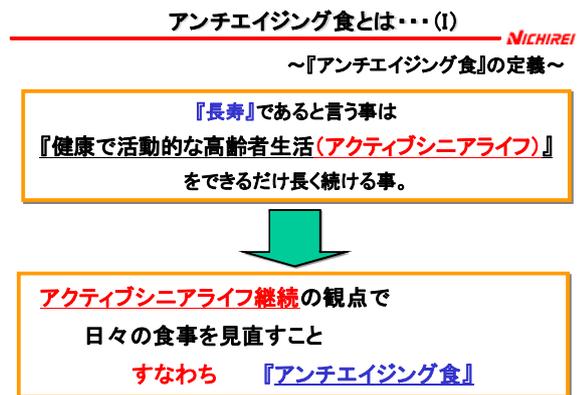
もう1つ、アンチエイジングという言葉の定義でございます。健康で活動的な高齢者生活、これを私どもはアクティブシニアライフというように呼んでおりますが、アクティブシニアライフ継続の観点で日々の食事を見直すということを、私どもはアンチエイジング食というように位置づけようと思っております。ただ、アンチエイジングという言葉がひ

とり歩きして、お化粧品とか、サプリメントとか、そういうものでどんどんイメージだけが勝手な方向に行っちゃっています。アンチエイジング食の定義を外さないで、商品、あるいはシリーズのネーミングは別に考えていかないといけないと思っております。

(寝たきりリスクの軽減)

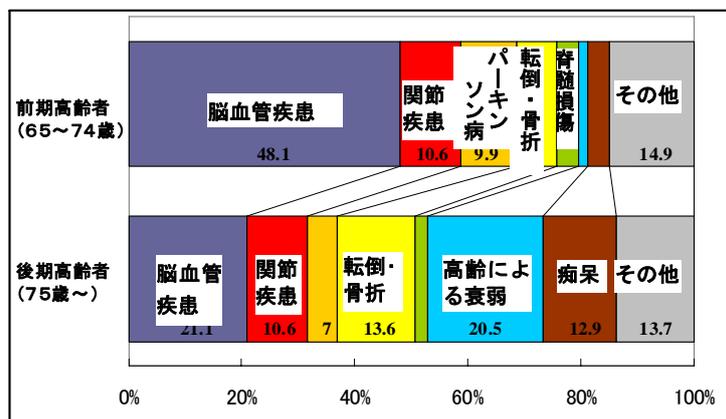
誰しも避けたいと思っ  
ていることですが、寝たきりになり、アクティブシニアから要介護に移ってしま  
うことがあります。寝たきりになる要因を 65~74 歳の前期高齢者と 75 歳以降の後期高齢者に分けてみると、この図のようになります。前期高齢者の方の原因の、実は 65 歳以前の方とほぼ同

じで、脳血管疾患が半分を占めます。メタボリックシンドロームに起因する高血圧、糖尿病、高脂血から寝たきりになってしまうというケースです。これに対して、後期の高齢者の方々が寝たきりになる要因は大きく異なり、例えば転倒・骨折、高齢に伴う体力低下、痴呆の進行によるものが多くなります。この転倒・骨折ですとか、高齢による衰弱、痴呆というのを食事で予防できないのであろうかということを考えております。



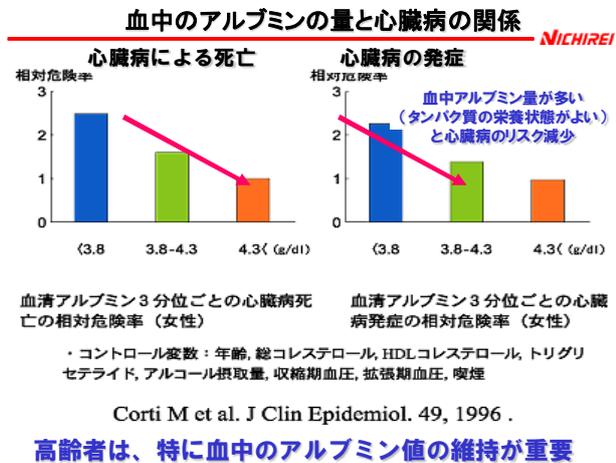
**高齢者の寝たきりリスク**

✓脳血管疾患、関節疾患、転倒・骨折、痴呆、衰弱・・・ NICHIREI

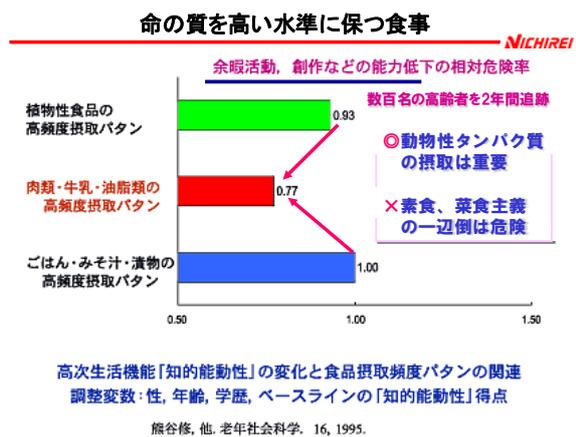


東京都老人総合研究所「介護予防プランを考える」より

そんなことできるのかという議論もありますが、我々はできると考えて事業を進めたいと思っています。食事の効果をどう把握するかですが、例えば骨折とか痴呆症になる割合が、私どもの食事をしていただいた方に少ないという長期間かけた統計的なアプローチも当然可能とは思いますが、短期間においても、病気発生リスクの指標の検査値が食事によってどう変わるかというアプローチもあろうと思います。その例の1つが、この血中アルブミン量です。血中のアルブミン量が多いと心臓病のリスクは減りますよという指標がございますので、こういったものを測って食事の効果を見ることもできるであろうと思います。



もう1つの例は、ちょっと違った角度になりますが、余暇活動、創作などの能力低下の相対的危険率という指標がございます。御飯、みそ汁、漬物等の高頻度摂取群を1.00としますと、植物性食品を高頻度に摂取されている方々の場合は0.93、肉類、牛乳類、油脂類の高頻度摂取群では0.77というデータがございます。動物性たんぱくの摂取によって危険率が下がるということも押さえていきたいと思っています。



今、私どもニチレイで、アクティブシニアを送るための食生活ということで、この15項目を広めていけたらいいなと思っています。正しい知識をおもちの高齢者の方も多いたと思いますけれども、特に2番「動物性たんぱく質を十分に摂取するようにしましょう」、3番「魚と肉の摂取は1対1程度」、6番「牛乳は毎日飲みましょう」等々、お話をすれば当たり前ですけども抜けがちな点も含め、15項目を書き出しまして、我々の会社として意識していこうということでございます。

### 元気で長生きのための食生活の実践例 NICHIREI

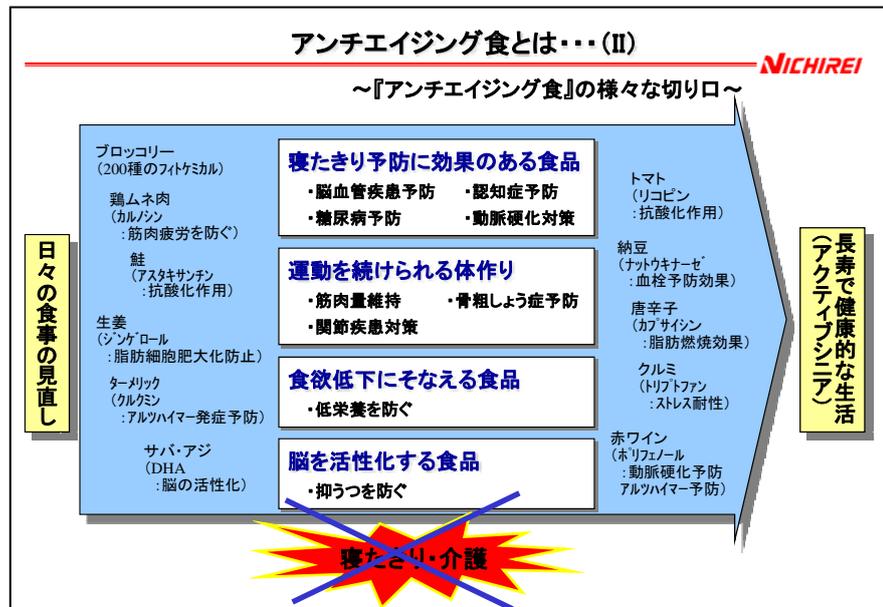
1. 3食のバランスをよくとり、欠食は絶対さける
2. 動物性たんぱく質を十分に摂取する
3. 魚と肉の摂取は1:1程度の割合にする
4. 肉は、さまざまな種類を摂取し、偏らないようにする
5. 油脂類の摂取が不足にならないように注意する
6. 牛乳は、毎日200ml以上飲むようにする
7. 野菜は、緑黄色野菜、根野菜など豊富な種類を毎日食べ、火を通して摂取量を確保する
8. 食欲がないときはとくにおかずを先に食べごはんを残す
9. 食材の調理法や保存法を習熟する
10. 酢、香辛料、香り野菜を十分に取り入れる
11. 味見してから調味料を使う
12. 和風、中華、洋風とさまざまな料理を取り入れる
13. 会食の機会を豊富につくる
14. かむ力を維持するため義歯は定期的に点検を受ける
15. 健康情報を積極的に取り入れる

図4 老化遅延のための食生活指針  
熊谷修, 他. 日本公衆衛生雑誌, 46, 1999.

(アンチエイジング食の切り口)

それでは、具体的にどんな切り口でアンチエイジング食を考えるのかという簡単な図がこちらでございます。日々の食事を見直し、寝たきり・介護になるのを避け、長寿で健康的な生活を送っていただくためには、4つほど切り口があるのではないかと思います。第1は、寝たきり予防に効果のある食品、食事。第2に運動を続けられる基本的な体力が衰えにく

い食事。第3に高齢化に伴う食欲低下、低栄養を避けるような食事。基礎代謝量が減りますけれども、それすら摂取できていない方が沢山いらっしゃいます。第4に、本当かなという感じもあるのですが、脳を活性化



どうやってそういう食事を作るのだということになります。体に良い成分をもった食材は数多くございます。例えばブロッコリー、サケ、生姜、ターメリック、サバ・アジ、唐辛子、納豆、トマト。食材の効果、効能をうたってはいけないんでしょうけれども、その成分の効果、あるいは効能というものは確実に存在するわけでございまして、そういったものをうまく組み合わせることによって、ここに代表的に4つにくくられるような食事というのはできるのではないかと考えております。

具体的な商品イメージは、私どもが今出しています気くばり御膳、冷凍のお総菜セットに近いものを考えております。冷凍でなくても十分存在し得ると思っております。配食ビジネスを狙う場合、凍らせてお届けする必要はなく、工場が近くにあれば、作ってすぐにお届けする、容器も少しおしゃれなものにしたいなとか、そんなことを考えています。

イメージとして、4つぐらいの食事のタイプなんていうのはできるかなと思っております。脳血管疾患予防食、低栄養予防食、認知症予防食——こう呼べるかどうかはちょっと別でございしますが、そして骨粗鬆症予防食。要するに、一人一人によって栄養状態とこれまでの食経験、健康状態が違うわけですから、それを一人一人診断して、その方に向いたバランスのとれたオーダーメイドの食事というのも可能かなとおもいます。アンチエイジングサイエンスということで、今いろいろな先生が研究をされておりますので、そうした先生方とぜひ組みさせていただきたいと思っております。

最終的に、私のきょうのお話のテーマでありますアクティブシニアに向けた食ということで考えたときには、一食完結型の調理済み食品、調理済み食というものを、できれば冷凍の技術なんかでお届けするというよりも、つくったその場で配食をさせていただくようなビジネスができればと思います。そしてお届けする方がアクティブシニアの方、一人一人

と毎日顔を合わせ、ちょっとした栄養相談ですとか悩み事相談等もうける、3ヵ月たったら、ちょっと違う食事パターンにしてみましようかというようなご推薦もできるような形で展開をしていきたいなと思っております。ターゲットとするのは65歳以上の要介護に陥らないように注意すべきという年代層の方々。このあたりをコアターゲットにして仮称アンチエイジング食というものが成り立つのではないかと、また、一人暮らし、または夫婦二人での世帯の食事が大変心配だから、シーンとしてはそういう方々を特にターゲットにしたいと考えています。また、単に栄養バランスがいいというだけではなくて、骨粗鬆症になりにくかったり、痴呆症になるのがおくれたり、ずっと元気で歩いていける体力が維持できたりというような食事がありますよというところを、基本特徴にしたいと考えております。

まだまだ夢みたいなどころも少し入ってございますけれども、きつと臨床試験なんかで私どものつくった食事を摂取する群と摂取しない群と分けていけば、当然マーカーといわれる指標を改善できるであろうというように単純に考えております。ただ、〇〇予防食みたいなどころに本当にいけるのかということにつきましても、きちっとしたエビデンスを出すのが先決、いいかげんなことはやらないでおこうと考えています。

————— 質疑応答 —————

Q (聖徳大学 川嶋) 高齢者はかなりわがままで、地域性だとか、季節性とか、いろいろ盛り込まないと難しいと思うんですが、そういう細かな弁当のレシピは、ニチレイの場合、どういう方々がつくられるのでしょうか。

A メニューについてはお客様から注文も多く、一番苦心をするところでございますが、私どもの商品開発の基本的な部分は、社内の管理栄養士などの人材が担当しております。また、社外のシェフや管理栄養士の方との連携によるメニュー開発も進めています。社外のシェフとの連携を表に出した商品としては、気くばり御膳のアップグレード版でカロリーと塩分をコントロールした「シェフバランス」、冷凍食品の「上等用食」がございます。

『アクティブシニア向け食』のコンセプト

NICHIREI

アクティブシニアに向けた一食完結型調理済食

ターゲット(対象顧客)

高齢者層(65歳以上)の男女  
(介護に陥らないよう注意すべき75歳以降の層とその予防を意識し始めるべき65歳~75歳の層)

基本特徴

- ①介護・寝たきりを予防する為に考えられた栄養素
- ②高齢者の一人暮らしにも適した、1食分として適正な量と栄養バランス

シーン(シチュエーション)

一人または夫婦二人世帯での昼食・夕食

価格

供給方法や商品のプレミアム感との兼ね合いで検討が必要。

- Q (川嶋) 実際に使われる高齢者からの意見を取り入れるような仕組みもあるんですか。
- A もちろんございます。実は1つ、京都地区の我々の工場ではないところにお弁当をつくってもらい、配食ビジネスの実験をして、いろいろなデータを得ています。お届けする方が最重要だということがわかってきました。結局「ああ、あなたが届けてくれるなら」という形になります。介護ビジネスと似たところがあるのかもしれない。単なる配送員ではないというところが、この事業をやるとすればキーワードになるのではないかなと思っています。人間というのは、そういうことかなと思います。
- Q (中村学園短期大学 古賀) 届ける方が大変重要ということでございますが、そういう方には、やはり管理栄養士をお考えなのでしょうか、それとも普通の方々をそこまで教育されるお考えでしょうか。フードスペシャリストでもよろしいわけでしょうか。
- A もちろんでございます。ただ、足回りの強い配送員的な形でやるのか。それとも資格をもった方でやるのかということを考える場合、資格をもった方に配送していただくのは難しいのではないかと思います。地域においでのパワーのある50代の主婦の方に、この何十世帯を受け持ってくださいよとお願いできれば、ありがたいと思いますが、その方が果たして管理栄養士の資格をもっていच्छやるか、栄養相談ができるかといったことになると、そこだけに限定するのは多少無理があるだろうと思っております。両者の中間の、管理栄養士さんみたいな資格はないけれども、ただの配送員ではないというところを考えています。実験では、個人事業主として配送の仕事をしていく赤帽さんのモチベーションが高いという結果も出ていますが、より良い形を考えていきたいと思っています。
- Q (文教大学女子短期大学部 中島) 10年以上前に過疎地の独居の高齢者の方の調査をしたことがあります。先生が出された高齢者の食生活と実態のスライドそのままなんです。つくるのが面倒、作るのは好きなものだけになって、食品数が少なくなるんです。1日の食品数の目安は30食品なんですけれども、私たちの調査では20食品を切る状態が結構みられました。先生が考えられている宅配サービスの食品数がどのぐらいか、それを含めて、利用者の摂取食品数をどの程度まで引き上げることを目標にされているか、お聞かせいただければありがたいと思います。
- A 私どもが扱っている食品数は非常に多くに上りますが、1つの宅配食に盛り込む数としては、20品目近くが限界かなと思います。実際問題として、我々の配食ビジネスで1日3食を毎日食べていただくとは思っておりませんで、1週間のうちで何回か利用するとか、奥様が旅行に行かれ、お父さんだけ一人残っちゃったというときに補完食として利用するという場面を想定しています。厳密に1食の中にすべてを盛り込もうという思想は今のところ持っておりません。
- Q (川端) けさの新聞にニチレイさんのお弁当の全面広告が出ていました。試食品があるとのことでしたが、申し込みば配食はしてくださるのですか。
- A ごらんいただいたのは、気くぱり御膳の新聞広告だとおもいます。そこにお試し4食セットというのがございまして、それを申し込んでいただければ配達します。これは

実はアンチエイジング食ではなくて、生活習慣病予防を狙いとして出しているものです。生活習慣病予防も立派なアンチエイジングだよというお考えもありますが、今日お話しした意味でのアンチエイジング食は、今すぐお買い求めいただけるということにはなっておりません。

——了——