会席料理カロリー表示リーフレット作成事業

健康志向に応えるべく、会席料理のカロリー表示に挑戦

料理／全国

①事 業 主 体　全国料理業生活衛生同業組合連合会

②対 象 地 域　32 都道府県

③実施開始年　平成 19 年

全国32都道府県に会員組合をもつ全国料理業生活衛生同業組合連合会（藤野雅彦会長）では、現在、高齢者サービス事業としてカロリー表示つき会席料理のリーフレット作成を進めている。今後の高齢化社会を見すえ、料亭・料理店業界が高齢者にターゲットを絞ったサービスの必要性を感じて取り組む事業である。

日本料理というと日本だけではなく欧米などでも、ヘルシーな料理の代表として挙げられる。なかでも会席料理は、揚げ物以外ではほとんど油を使わないために、ヘルシーなイメージが定着している。しかし、イメージだけでは説得力がない。数字でカロリーを表示し、必要に応じてきちんと説明できることにこだわった。

その背景には、昨今の健康志向への高まりがある。食べ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足などの生活習慣が原因となっているメタボリックシンドロームという言葉をよく聞く。そのメタボリックシンドロームを心配する中高年や高齢者が増えていることから、食生活への関心がより強くなり、「日本料理＝ヘルシー」というイメージだけでは通用しなくなっている。

会席料理の献立ごとにカロリー表示をする作業が進行中だ（全国料理業生活衛生同業組合連合会ホームページから）

この事業のポイントは、高齢者向けの献立提供ではなくカロリー表示サービスにこだわった点といえる。高齢化社会という客観的な情勢と、カロリー摂取を意識する生活風潮を受けて、料亭・料理店業界の新たな挑戦となった。

“挑戦”という言葉を使うのには理由がある。既にファミリーレストランなどでも献立表にカロリー表示がされている。また、日本料理でもすし業界では、握りずしのネタ別にカロリーとコレステロールの表示を行っている。

例えばカツ丼、ハンバーグステーキ、握りずしなど単品の献立の場合は、比較的カロリー計算はしやすい。ところが会席料理の場合、いろいろな素材を少しずつ使っている点がネックとなる。

会席料理の献立の流れを見てみると、①先付け・前菜②吸い物・椀③刺身・造り④焼物⑤揚物⑥煮物⑦蒸し物⑧酢の物・和え物⑨ご飯・止め椀・香の物⑩水菓子――がある。それぞれの料理にいろいろな食材が少しずつ使われ、目で見ても楽しめるのが会席料理の特徴でもある。全ての食材について個別にカロリー計算をして総カロリーを出すのは大変な作業である。

以前から厚生労働省は献立にカロリー表示をするように呼びかけているが、会席料理を扱う料亭・料理業界では、煩雑な作業の大きな壁

があるために実践できなかった。しかし、今回はこのサービス事業のために、その壁に敢えて挑戦する“実験”でもある。会席料理のカロリー計算作業を各店舗単位で行うのはむずかしいため、全国料理業生活衛生同業組合連合会がモデルとなる会席料理を作ってカロリー表示をし、高齢者のお客様向けに対応できるサービスをサポートすることになったのである。

普通、会席料理の献立は月ごとに変えるので、12か月分のモデル献立にカロリー表示をするのが理想だが、現時点では四季、あるいは冬と春の代表的な献立から始めていく予定だ。板前がモデル献立を考え、食材を調達して料理を作り、栄養士にカロリー計算をしてもらうが、カロリー計算は献立ごとにするので、時間を要する。現在、藤野会長の店で料理をつくって撮影をし、カロリー計算をするなどのリーフレット作成に向けての作業が進捗中である。

カロリー表示のあるモデル献立のリーフレットが出来上がれば、各店でお客様に対して、まったく同じ料理でなくてもおよそのカロリーは類推できる。例えばお造りにマグロと鯛が何切れかでカロリー表示がしてあれば、マグロと他の魚の献立であっても、おおよそのカロリーは類推できる。また、1か月ごとに料理内容が変わっても、代表的なモデル料理があれば、ほぼ対応はできるはずだ。

リーフレットが出来上がってからの活用方法は、以下のようなことを考えている。

かつて全国料理業生活衛生同業組合連合会の傘下の組合で会席料理のカロリー計算をしたことがある。そのデータから推測すると一般的な会席料理のカロリーは、約800kcal から900kcal ぐらいで1,000kcal 未満に留まる。成人男子が1日に必要なカロリーは2,400kcal ぐらいといわれている。カロリー摂取量は体重や生活状況などによって個人差がある。高齢者が1回の食事で1,000kcal 近くをとっては多すぎる場合もある。また、会席料理では必ずお酒を飲むので、その分を考慮して献立の一部を省く必要がある方もいるはずだ。

そこで高齢者が会席料理を食べる際に、1日に必要なカロリーを考えてもう少しカロリーを絞りたいというときに、リーフレットを参考にして揚げ物を省くと200kcal 減らせるといった選択ができ、一人ひとりのお客様のニーズに応えることが可能になる。また、お客様が注文する際に「高齢者ばかりなので、カロリーを抑えた献立にしてください」という要望にも、即座に応えられる。

このようなサービスが定着していけば、高齢者だけに限らず、糖尿病などでカロリー制限をしているお客様にも、いくつかの選択肢を提供できると考えている。

そして確実にいえることは、現在の健康志向の風潮から、数年先には「ヘルシーというが、カロリーはどのくらいか具体的に教えてほしい」といった問い合わせや、お客様のニーズに合わせてカロリーを抑えた会席料理を提供してほしいなどの要望が増えることが予想される。しかし、そのときに急いで対応しようとしても間に合わないが、リーフレットがあれば、即、対応できる。

全国料理業生活衛生同業組合連合会としては、数年先のお客様の意識の変化を予測しながらの先取り的な事業と考え、この事業をきっかけとして、店舗ごとにカロリー表示ができるようになれば、という思いもある。

全国料理業生活衛生同業組合連合会
電話 03・3541・1958

料亭、料理店の特別弁当宅配サービス事業

“料亭の味を自宅へ”をコンセプトに

料理／東京都

①事 業 主 体　東京都料理生活衛生同業組合

②対 象 地 域　最大東京都 23 区内の予定

③実施開始年　平成 19 年

東京都料理生活衛生同業組合（藤野雅彦理事長、組合員400人）では、高齢者向け特別弁当宅配サービス事業を展開するための準備を行っている。

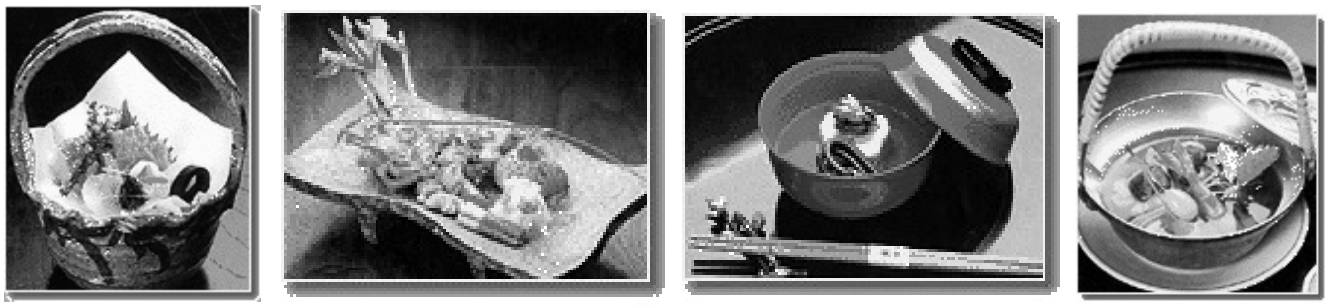
高齢者向けの弁当宅配サービス事業は、すでに企業や団体、市区町村などで行っているが、これらの弁当の多くは工場などで量産したものを配達している。また、都料理組合に所属する料亭、料理店の中にも、会議用の仕出し弁当の配達やデパート内の店舗で弁当販売を行っているところがある。

今回、都料理組合が実施しようとしているサービス事業の特別弁当は、特定の料亭、料理店名を冠した弁当ではない。献立、パッケージなどの仕様、価格などの全てを組合が決める組合の統一ブランドである。“東京の料亭、料理店の特別弁当”として、普通の弁当とは一線を画した“特別”なものにしていく。少し価格は張ってもお客様に十分に満足してもらえるものを目指し、料亭、料理店の“素敵で豪華な弁当”が家庭で味わえるサービスとしていきたいという。

この事業を始めた背景には、外食産業の伸びが行き詰まっている一方で、中食（なかしょく）産業の弁当や惣菜の売り上げが伸びていることにある。デパートの地階にある惣菜や弁当売り場が賑わい、コンビニエンスストアの弁当や惣菜を購入するのは若者だけではなく、手近で求められる便利さから高齢者も利用している。そのような状況に鑑み、料亭、料理店業界でも高齢者にターゲットを絞った新たな事業として、高齢者向けの特別弁当宅配サービスを実施することとなった。

高齢になれば体力は低下し、家族構成の変化による環境の変化が食卓にも影響を与える。そのような点を見据えた上で、高級な弁当を食べたいというお客様のニーズにも応えられる事業にしていきたいと、組合では意気込んでいる。

元気な高齢者は料亭、料理店に来店して会席料理などを楽しむことが可能だ。しかし、高齢になるにつれ遠くまで足を運ぶのがおっくうになり、公共交通機関を利用するのが無理になり、遠出をしてまで外食をしようとする高齢者



（左から）刺身、焼物、吸い物、蒸し物などの料亭料理（東京都料理生活衛生同業組合ホームページより）

が減少していくのは必至だ。しかし、かつて来店して味わった「本格的なおいしい日本料理をもう一度食べたい」と思うお客様はいる。

また、子どもたちが独立して老夫婦２人だけになったり、独居になったりすれば調理をするのが面倒になり、食材の買い物も大きな負担となる。普段は手近な店で求められる弁当や惣菜で済ませていても、時には豪華で、上質の食材を使った弁当や惣菜を食べてみたい。あるいは家族の誕生日などの特別な日には、いつもよりは豪華な弁当を自宅で食べたいと思う方がいるはずだ。

このような高齢者にとって弁当は、自宅で自分のペースでゆったりと食事を楽しむことができるのも魅力となる。しかもその弁当が料亭・料理店の作った特別弁当であれば、満足感もある。“特別な日に自宅で特別弁当を”これをキャッチフレーズにする。

事業を始めるきっかけのひとつに、高級おせち料理の売れ行きがよいこともある。ただしおせち料理の場合は日持ちのするものを入れるので、献立を考えるのは比較的楽だ。しかし特別弁当の宅配となると、時間との戦いがあるので、献立面での苦労も多い。例えば日本料理には欠かせない刺身を献立に入れる場合、時間が経つと味が落ちるし、夏場には鮮度を考慮しなければいけないなどの問題が出てくる。

実際にサービスを開始した場合、朝10時頃に注文を受けたとして、昼頃から調理を始めて夕方４時頃までにはお客様のもとに届けなければいけない。配送時間を考慮して食材や献立を考えていかなければいけないが、「そこは料亭、料理店の腕とプライドをかけて問題を解決していく」という。

現在、藤野理事長を中心して献立や器、配送方法などについて議論している。それらが決まればモデル弁当を作り、撮影をしてカタログ作成に入る。

献立は四季に分けた４種類の弁当を予定している。また、器にも気をつかい、料理が映える器を用意したいと考えているが、豪華さだけを狙うのではなく回収する手間を省き、燃えるごみとして処分できる素材のものを検討中で、環境への配慮を重視している。

配達の手段としてはサービスが充実している宅配便を利用する予定だが、組合に所属する料亭、料理店が都心部に集中しているため、配達区域は限定される。当面は最大23区内に限定されるだろう。スタート時点では特別弁当を扱う店舗は少なくても、事業が軌道にのって需要が増えれば、扱う店舗が増え、さらに住宅地に近い店舗が扱うようになってくれば、配達地域は広がる可能性がある。

すべての準備が整ったところで、サービス事業ができる料亭、料理店を募る。そして、春の特別弁当はＡ料理店とＢ料亭、夏はＣ料理店とＤ料亭と割り当てて実施していくことになる。ここで問題となるのが情報をお客様にどのような方法で知らせていくかである。時には高級な特別弁当を食べたいという、潜在的なニーズをどのように掘り起こしていくかは大きな課題となる。しかも対象とするのは高齢者である。

もっとも確実なのはカタログやチラシ配布かもしれないが、膨大な経費がかかるため、宣伝媒体としてはネットを利用する。東京都料理生活衛生同業組合のホームページや取り扱う店舗のホームページにカタログを掲載して広く宣伝していく。

現在はインターネットを積極的に活用している高齢者は多くないかもしれないが、５年後、10年後に団塊世代が高齢者となる頃には、インターネット活用者はぐんと増える。特別な日以外にも、ちょっと豪華な特別弁当を注文するお客様が出てくると推測する。こういった点から見ても、現在だけでなく将来を見据えた事業といえる。

東京都料理生活衛生同業組合
電話 03・3541・1958

お座敷のいす席の設置・カロリー表示の献立の作成事業

“おもてなしの心”知恵しぼる

料理／福井県

①事 業 主 体　福井県料理業生活衛生同業組合

②対 象 地 域　県下全域

③実施開始年　平成 15 年

◆お座敷のいす席の設置

福井県料理業生活衛生同業組合（山口典之理事長、組合員51人）は平成15年から、畳敷きの座敷にいす席を備えるという思い切ったお客様対策を取り入れた。畳の上に座り続けることが苦痛なお年寄りや畳での生活に慣れていない外国人のことを考えたもの。利用者から好評で、経営面にもプラスとあって、今後もいす席の拡大を図っていくことにしている。

県組合によると、県内の料理業界の歩みは平坦ではなかったという。昭和20年７月の福井空襲では市内の全料理店が焼失してしまうという打撃を受け、同30年代にもたらされた好景気も、第１次オイルショックを契機に陰りが見えはじめ、バブルの崩壊、接待費の規制強化などで大きな影響をこうむった。平成に入ってからも不況に加え、新たなライフスタイルの変化・多様化に伴って人々の食生活にも変化が見られるようになり、日本料理離れに拍車がかかった。

座敷内にずらりと並んだいす席（福井市内で）

昭和34年２月に「福井県料理業環境生活衛生同業組合」として組合が発足したころには、組合員は10支部226人を数えたが、その後、支部数は７支部に、組合員は昭和50年に189人、平成17年には49人にまで減少した。最近になって、食生活を見直そうというスローフードや、地産地消、食育などへの関心の高まりで、日本料理の良さに目が向けられ始めたことから、昨年の組合員は51人とわずかながら増加した。

こうした流れの中で、組合では一歩進んだお客様対策が必要だとして、真っ先に畳敷きの座敷を利用しやすいように工夫することにした。観光などで訪れる外国人が、一様に畳の上に座るのを苦手にしていたことと、お年寄りのためにもなると考えたもので、まず掘りごたつを作ってお客様の反応を見てみた。しかし、こたつの場合も座るのは畳の上とあって敬遠されがちだったため、今度は畳の上にいす席を設けてみたところ、これがお年寄りやひざに痛みのある人、立ち座りの困難なお客様にすこぶる好評だった。

県組合の山本護市副理事長は、「店の玄関脇にスロープを設けて、足の不自由なお年寄りなどに屋内用車いすに乗り換えてもらい、座敷でいす席に移ってもらうという徹底した改善を図っている組合員もいる」と説明している。山口理事長も「お年寄りのためになり、利用機会の広がりにつながるので、組合として全面的にバックアップしていきたい」と前向きの意向を

郷土料理研修会で初めてカロリー表示の献立の作成に挑戦

示している。

◆カロリー表示の献立の作成

組合ではこの座敷のいす席導入とともに、それまで取り組んでいた地産地消や食育の推進といった食材面の取り組みに加えて、自分たちが提供する食事での健康づくりに着目した。長寿社会を支える一翼を担うのが、食を提供する側としての責任と考えたのだ。

平成17年、組合員に対して、献立のカロリー表示の作成方法について説明して具体策を協議。「正式な導入の前に、まず組合員の間で試みてみよう」と翌18年10月、第１回郷土料理研修会を福井市内で開いて、各献立を実際にカロリー計算し、カロリー表示を行ってみた。

昨年６月には、小浜市で開いた「第２回郷土料理ブロック研修会」でも、小浜・敦賀地区２支部共同による郷土・創作料理の研修の中で地域の食への認識を深めつつ、献立のカロリー計算・表示の周知徹底を図った。

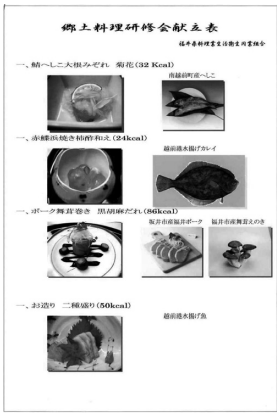
この２回の研修会でカロリー表示に対する組合員の理解が進んだことから、健康づくりの食環境整備を推進している県健康増進課の協力を得ながら取り組みを進めることにした。平成20年１月18日、県健康増進課健康づくりグループの担当２人、組合から山口理事長たち役員３人が出席し、初の打ち合わせを行った。

県や組合の話では、会席料理はその料理の特性からカロリー表示が難しく、単品のカロリー表示はあるが、会席料理コースメニューでカロリー表示に取り組むのは全国的にも珍しいという。

平成20年２月から、モデル店として小浜市にある川口治兵衛副理事長の店で、県の指導を受けながら献立のカロリー表示等の取り組みが始まり、地元保健所の栄養士と店スタッフが健康づくりを念頭に置いた献立について、カロリー表示に向けた作業を進めている。

組合では「平成20年夏頃に座敷内のいす席設置と、カロリー表示の献立の作成についてこれまでの経過と成果を発表し、各支部にモデル店を設置して県の支援を受けながら組合員に理解を求め、全店舗での導入へとつなげていきたい」としている。

一方、県ではメタボリック症候群や生活習慣病の重症化を防ぐには、食事での健康づくりが欠かせないとして、県内飲食店を対象に「健康づくり応援の店」を募集していることもあり、野菜の使用量を増やすことや塩分の量に注意すること等、カロリー表示を通して健康づくりに取り組む組合に大きな期待を寄せている。山口理事長は「私たちの根底にあるのは、“おもてなしの心”。お年寄りなどお客様のためになることなら、これからも知恵を絞っていく」と話している。



カロリーが表示された献立表

福井県料理業生活衛生同業組合

電話 0776・24・1333