2025年度
行政栄養士による活動事例集

2026年6月

公益社団法人 日本栄養士会

2025 年度行政栄養士による活動事例集作成要領

１．趣旨

行政栄養士の公衆栄養業務におけるマネジメント力、事業計画力や事業推進力の向上を目指し、地域保健対策の実践に役立てるため、公衆衛生職域会員による活動事例を収集し、事例集を作成します。

２．活動事例テーマ

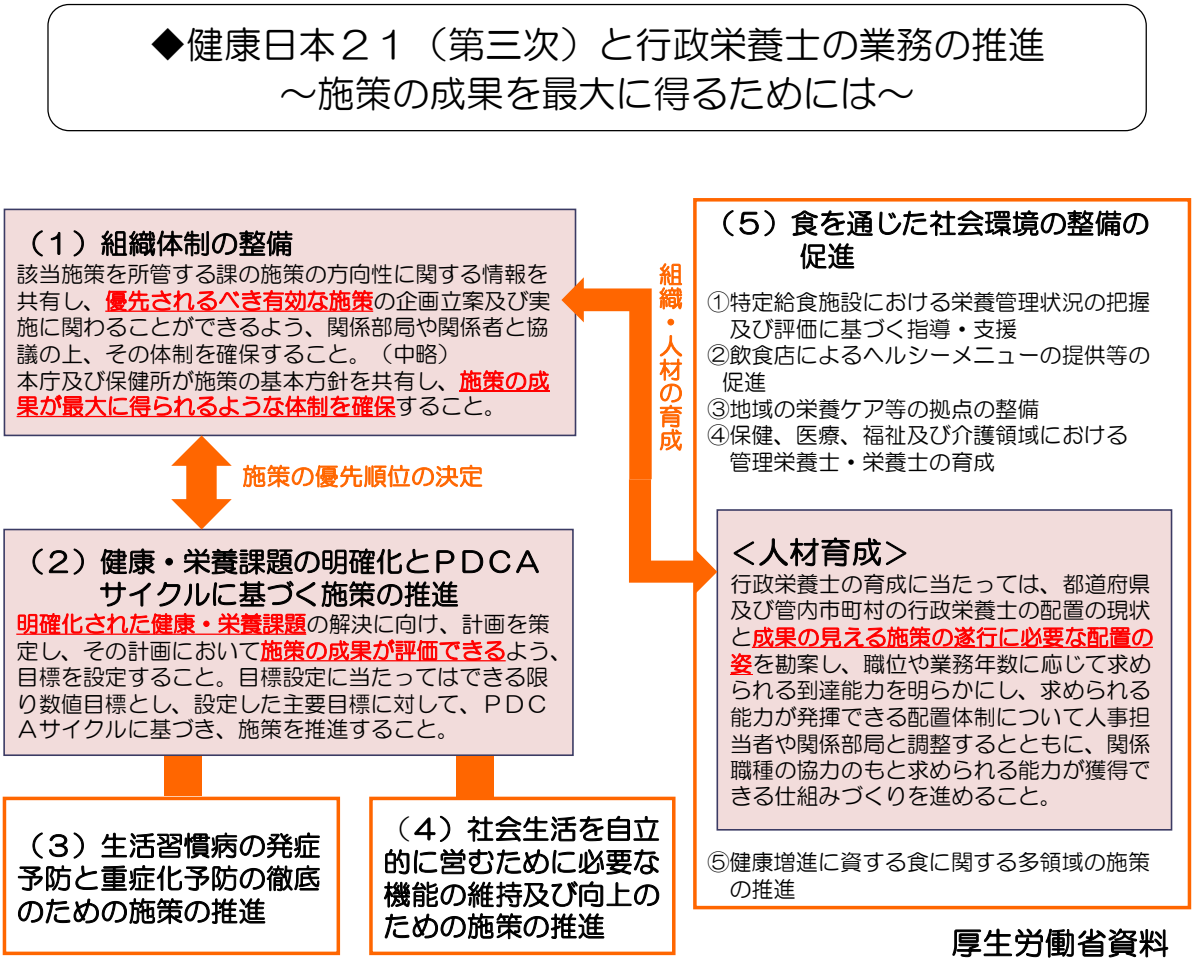
行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の基本方針（行政栄養士業務指針）（平成 25 年 3 月 29 日健が発 0329 号第４号 厚生労働省健康局がん対策・健康増進課長通知）では、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小に向けて、生活習慣病の発症予防や重症化の予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持や向上を目指し、新しい時代の要請に対応するため、行政栄養士の役割を示しております。

業務指針は栄養施策の成果を最大に得るために、都道府県、保健所設置市、市町村における業務の基本的な考え方を下図のとおり、（１）と（２）に基づき、（３）（４）（５）の具体的な施策を展開する構成となっています。

そこで、業務指針の（３）（４）（５）をテーマとして、具体的な活動事例を収集します。

活動事例のテーマ（３）（４）（５）は、次のとおりです。（厚生労働省資料　参照）

（３）生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進
（４）社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進
（５）食を通じた社会環境の整備の促進



【重点テーマ】

人生 100 年時代を迎え、社会が多様化する中で、誰一人取り残さず、より実効性のある取組を進めていくことが必要です。このため、健康日本 21（第三次）では、健康に対する関心が薄い人も、無理なく健康づくりに関われるよう、環境面を整えることが重要である旨を明示しており、栄養施策としては、食環境づくりを始め、多様な主体を巻き込んだ取り組みの推進が求められています。

とりわけ、厚生労働省では、産学官等連携による食環境づくりの推進体制として、「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」（令和 4 年 3 月）を立ち上げ、「食塩の過剰摂取」、「若年女性のやせ」、「経済格差に伴う栄養格差」等の栄養課題や環境課題を重大な社会課題として捉え、産学官等の連携・協働により、誰もが自然に健康になれる食環境づくりを展開し、健康寿命の延伸、活力ある持続可能な社会の実現を目指すとしました。

そこで、事例収集の重点テーマは、上記 3 課題への取り組み（減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくりの推進、若年女性のやせ、栄養格差の縮小）に加え、栄養ケア・ステーションと連携して実施した事業や、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施に関連した事業、多発する自然災害への対応事例について収集します。

【重点テーマに関する事例の一例】

- ■保健部局以外の多領域の関係者との連携・協働した取組（食品産業分野と連携した自然に健康になれる食環境づくりの推進、若年女性のやせ対策など）
- ■経済格差に伴う栄養格差の拡大改善に向けた取組（社会的包摂の視点からの栄養改善）
- ■既存の他事業を活用した取組（例：乳幼児健診等の場を活用した塩分チェックや薄味のすすめによる減塩に向けた取組、放課後児童クラブや子ども食堂等様々な子どもの居場所での食育など）
- ■栄養ケア・ステーションと連携して実施した取組
- ■高齢者の多様な心身の課題に対応した疾病予防・介護予防・フレイル予防のための多職種との連携など、地域包括ケアシステムの推進に関する取組
- ■災害時でも「健康的」な食事を支援するための栄養施策の立案や平時からの具体的な取組

【掲載事例】

活動事例は、原則として各都道府県栄養士会で 2 事例（実施主体が都道府県のものを 1 事例、市町村・保健所設置市及び特別区が実施主体のものを 1 事例）として収集しました。

今回は、都道府県が実施主体 28 事例、保健所設置市及び特別区が実施主体 13 事例、市町村が実施主体 38 事例を掲載しています。

【掲載一覧表（目次）】

■都道府県が実施主体の事例 No1～28、保健所設置市及び特別区が実施主体の事例 No.29～41、市町村が実施主体の事例 No. 42～79

■活動事例のテーマ（３）、（４）、（５）は、次のとおりです。

（３）生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進

（４）社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進

（５）食を通じた社会環境の整備の促進（自然に健康になれる食環境づくりの推進）

■重点テーマの事例を、「◎」で示しています。

都道府県… 24 事例、保健所設置市及び特別区… 8 事例、市町村…28 事例

都道府県の事例　1～9										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
青森県	1	青森県三戸保健所	三八地域働く人の健康づくり応援プログラム定着事業	働き盛り世代の血糖や血圧の標準化該当比が高いことから事業所の健康づくりを支援するため、職能団体と連携した講師派遣・資料提供を実施し、実施後及び3か月後にアンケートのよる効果確認を行った。	○		○		無	有
宮城県	2	宮城県大崎保健所	子どもの健康なからだづくりの推進「家族みんなで体重測定100日チャレンジ」	市町、幼稚園・保育所・こども園等と連携を図り、就学前の幼児と家族を対象に 100 日間体重測定を通し、家族みんなで楽しみながら、健康づくりに取り組み、事前事後アンケートによる取組の評価を行った。	○			◎	無	有
秋田県	3	秋田県秋田中央保健所	市町村における大規模災害時の栄養・食生活支援検討の取組	R7 より県保健所栄養士 WG による検討を開始。フェーズごとの健康課題と栄養・食生活支援及び平時の備え一覧表を作成。次年度は、炊き出し・弁当について検討予定。			○	◎	無	無
福島県	4	福島県会津保健福祉事務所	子ども向け減塩ワークショップの作成	高塩分摂取が県民の健康課題の一つであり、子ども向け減塩プログラムを作成。教育関係者に説明及びワークショップを実施。今後参加者の意見を踏まえ、再構築する。			○	◎	無	無
茨城県	5	茨城県日立保健所（共催：茨城県中央保健所、茨城県ひたちなか保健所）	摂食・嚥下障害の食支援における医療・介護の連携推進の取組み	施設間での栄養情報連携が課題であったので、地域連携及び嚥下調整食の現状把握を行い、食形態早見表の作成と研修を実施。今後、更に学会分類活用の普及を図る。			○	◎	無	有
栃木県	6	栃木県保健福祉部健康増進課	住民主体の高齢者の健康づくり支援事業	住民主体のフレイル予防事業を目指し、R2～6 は人材育成等体制整備、R7 は教室及びスキルアップ研修等を実施。今後は全県的な継続実施に向け事業評価・見直しを図る。		○		◎	無	有
群馬県	7	東毛ブロック保健福祉事務所（伊勢崎・太田・桐生・館林）	栄養・食生活改善業務推進事業	災害時の部局横断による栄養・食生活支援体制を図るために、会議を実施。			○	◎	無	有
埼玉県	8	埼玉県熊谷保健所	管内市と協働実施した事業所への健康教育	事業所給食を通じた減塩対策として、健康教育や環境整備を実施	○			◎	無	有
千葉県	9	千葉県市川保健所（市川健康福祉センター）	給食施設指導事業における適切な施設状況把握のための調査報告体制の整備	給食施設指導事業に係る運営をオンライン化するとともに事務処理及び施策展開のための基礎資料作成の効率化を図る			○		無	有

都道府県の事例　10～17										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
東京都	10	東京都保健医療局保健政策部	飲食店等からの食環境づくり事業「からだ気くばりメニュー店の取組」	市区町村等のウオーキングマップを集約したポータルサイトに野菜摂取、栄養バランス、減塩に取り組む「からだきくばりメニュー店」を掲載し普及事業を実施	○		○		有	有
新潟県	11	新潟県	自然に健康な食事ができる取組促進事業	新潟県独自の基準を満たした中食「からだがよろこぶデリ」をスーパーマーケットで販売し、県民が自らの健康状態に関心を持ち主体的な行動を促す取組			○	◎	無	無
富山県	12	富山県新川厚生センター	新川圏域のﾊｲﾘｽｸ高齢者の口腔と栄養管理体制整備事業	口腔機能低下や低栄養のﾘｽｸを有するﾊｲﾘｽｸ高齢者の誤嚥性肺炎の予防と誤嚥性肺炎の重症化予防を図り、支援体制整備を行った。		○	○	◎	無	無
石川県	13	石川県石川中央保健所	災害時の栄養・食生活支援体制について	災害時に行政栄養士として必要な栄養・食生活支援について検討し、管内版栄養・食生活支援初動対応（アクションカード）を作成し、災害時における保健所業務に栄養・食生活支援活動を位置付けた。			○	◎	無	無
福井県	14	福井県	ふくい省塩プロジェクト推進事業	産学官等の連携・協働による食環境づくりの推進体として「ふくい省塩プロジェクト」を立ち上げた。			○	◎	無	有
山梨県	15	山梨県中北保健所	災害時における備蓄食に関する情報提供及び展示	特定医療費（指定難病）や小児慢性特定疾病受給者に対して、災害時に備えた食料備蓄の重要性について普及啓発を行った。		○		◎	有	無
長野県	16	長野県木曽保健福祉事務所	若い世代（高校生）に対する食支援講座	高校２年生に対し「郷土食」をテーマに、講義（地域の郷土食紹介）と調理実習を各学年に２回ずつ実施。高校３年生には「健康づくり」をテーマに講義（自分の食生活を振り返る）と調理実習の全２回開催。食生活改善推進員とともに実施。	○			◎	無	無
岐阜県	17	岐阜県東濃保健所	減塩対策推進事業	東濃圏域減塩対策検討会を設置し、県包括協定締結企業と協働した減塩キャンペーンとして、スーパーにおいて減塩食品コーナーや試食提供等。スーパー等における減塩食品陳列棚への POP 設置や減塩食品販売状況調査の実施。	○		○	◎	無	無

都道府県の事例　18～25										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
静岡県	18	静岡県賀茂健康福祉センター	静岡県賀茂地域におけるフレイル予防　～10 食品群チェック票の活用～	咀嚼力・栄養・食品摂取の関連を分析し、口腔ケア啓発を併用したフレイル対策を実施することとした。県立大学の助言を得て、「10 食品群チェック」リーフレット等を作成し、市町栄養士が通いの場等で啓発した。			○	◎	無	無
愛知県	19	愛知県半田保健所	ナッジ理論を活用した食環境整備 ―事業所給食の利用者に野菜を食べてもらうための工夫―	事業所に対して、1か月間、野菜小鉢の献立名を「しゃきしゃき」など五感に訴えかけるよう変更した。 変更前の売上数との比較で評価した。			○	◎	有	無
滋賀県	20	滋賀県東近江健康福祉事務所	大学と連携した学生への食育啓発活動	若い世代の朝食欠食、やせ、働き世代の肥満など課題があり、大学生向け体験型講義を実施。食生活を見直すきっかけとなった割合も高く意識啓発ができた。	○			◎	無	無
山口県	21	山口県宇部健康福祉センター	事業所給食施設（社員食堂）における食環境整備の支援	事業所(5)巡回指導を通じて、汁物塩分測定やﾍﾙｼｰﾒﾆｭｰを提案、指導後の継続助言により、食塩量低減と事業所の意識向上が図れた。			○	◎	無	無
徳島県	22	徳島保健所、県健康寿命推進課	災害時栄養管理体制推進におけるアンケート調査の実施及び検討会の開催	市町村地域防災計画への管理栄養士の参画率向上に向けた実態把握と課題解決に向けた検討会を開催した。			○	◎	無	無
香川県	23	香川県西讃保健福祉事務所	管内事業所における「測ってベジ＆骨活チャレンジ」	働く世代へ講話及びﾍﾞｼﾞﾒｰﾀ®を用いた野菜摂取量の見える化を2回実施した。成果が見えたことで、生活習慣改善の動機付けとなった。	○			◎	無	無
愛媛県	24	愛媛県今治保健所健康増進課	高血圧予防対策「愛顔のハート、学び体験」	高血圧予防のため、教育委員会と連携し、子どもと保護者を対象に、「心臓と血圧」「減塩」「禁煙」という3つの体験プログラムを実施した。	○			◎	無	有
佐賀県	25	佐賀県健康福祉政策課	推定野菜摂取量の測定を活用した野菜摂取量の増加に向けた取組	野菜摂取量を見える化するため、ﾍﾞｼﾞﾒｰﾀ®を用いた測定、結果説明、ｱﾄﾞﾊﾞｲｽを実施した。	○			◎	無	有

都道府県の事例　26～28										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
長崎県	26	長崎県県北保健所	給食施設指導～オンデマンド形式での給食施設集団指導～	全ての給食施設が給食に関する研修が受講しやすい環境を整備するため、オンデマンド形式の研修を実施した。			○		無	有
熊本県	27	熊本県健康づくり推進課	産学官連携によるくま塩ヘルシー運動「塩分控えめ弁当開発と販売」の推進	県、養成校、県内全域店舗展開のスーパーが連携し、減塩弁当を開発、販売（今後は事業者の独自の取組として定着見込）。食環境整備連絡会議にて事例紹介し、他団体への波及を図った。			○	◎	無	有
大分県	28	大分県	おおいた食の環境整備事業～食の健康応援団　秋のお弁当キャンペーン～	健康弁当をさらに啓発するため、他機関と連携し、期間や対象弁当を増やし、県公式アプリやインフルエンサーを活用した事業展開を図ることで、販売数や情報発信の増加、新規弁当の開発等に繋がった。	○		○	◎	有	有

保健所設置市及び特別区の事例　29～36										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
北海島	29	旭川市健康保健部	食料品販売店と連携した減塩の実践に向けた取組	市民が減塩を実践しやすい環境を整備するため、食料品販売店と連携し、減塩イベント、減塩食品コーナーの設置、適塩・野菜摂取アドバイス、店内展示による啓発を行った。	○		○	◎	無	有
岩手県	30	盛岡市保健所健康増進課	食環境整備事業「もりおか元気サポート店」登録	市民が外食時にも健康的な選択がしやすくなるよう、健康に配慮したメニューやサービスを提供している飲食店等を登録し、ステッカーを配布、市の SNS や HP で周知した	○		○	◎	有	有
東京都	31	墨田区健康推進課	健康寿命の延伸事業「野菜大好き！大作戦」	保育園や幼稚園、小・中学校等と連携した野菜摂取に関する啓発事業。パンフレットやレシピの作成、ベジチェック測定器を活用した取組を推進。	○				有	有
神奈川県	32	横浜市健康福祉局	食環境づくり事業	健康への関心の有無にかかわらず、バランスの良い食事を選択できる環境を整えるため、大学や食品関連事業者と連携し、横浜市が定めた基準を満たした食事を提供する店舗を登録する制度を創設。			○	◎	無	無
富山県	33	富山市北保健福祉センター	健康教育事業	「栄養・食生活」「身体活動・運動」の観点から健康づくりへの関心を高めるため、健康チェックや医師の講話、栄養士講話、健康教育を行った。	○				無	無
愛知県	34	名古屋市守山保健センター	食育推進講習会　牛乳の大切さを知ろう	給食のない夏休みに栄養バランスについて親子で考える機会として、企業と協働で食育講座を実施し知識の向上を目指す。		○	○	◎	有	有
京都府	35	京都市 伏見区深草支所健康長寿推進課	妊娠中・子育て中女性を対象とした骨粗しょう症予防啓発	乳幼児健診時を利用し、20～40 代女性 100 名の骨密度を測定、保健師・管理栄養士による結果説明を行った。“健診について”の測定は無関心層へ効果的であった。		○		◎	有	有
大阪府	36	大阪市保健所	医療と介護における栄養管理・食事ケアの連携推進のための情報交換会	地域における医療機関k・介護施設等の関係機関が連携し包括的かつ継続的な食事提供が受けられるよう施設栄養士間での情報交換会を実施している。			○		無	無

保健所設置市及び特別区の事例　37～41										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
兵庫県	37	神戸市健康局保健所保健課	市民の食課題解決プロジェクトチーム「食べとう？KOBE」との取り組み	市内食品関連企業等 9 社で構成されたプロジェクトと市の共催により、災害を経験していない市民への防災意識の向上のため防災対策の取り組みを実施している。			○	◎	有	有
岡山県	38	岡山市保健所健康づくり課	ベジ・ファーストOKAYAMAプロジェクト	多機関連携のもと、野菜摂取増に向けた行動変容に繋がる食環境整備を戦略的に展開している。	○		○	◎	有	有
広島県	39	広島市中区地域支えあい課	防災フェアにおける栄養バランスのとれた備蓄食品の展示	ｽｰﾊﾟｰと連携し、栄養バランスの良い備蓄食品の啓発を通じて、有事と平時の栄養改善を図っている。	○		○	◎	無	有
福岡県	40	久留米市保健所健康推進課	若い世代のための食育推進事業	食育に関心を持ち、自ら健全な食生活を実践する市民を増やすため、高校生・大学生を対象にした食育教室及び全市民を対象とした動画配信を行った。	○				有	無
鹿児島県	41	鹿児島市保健予防課保健センター	食生活改善推進員事業	参加しやすい養成講座の実施等、食生活改善推進員の養成・育成、活動支援に取り組むことで、市民の食を中心とした健康づくりの正しい知識と実践の普及を図る。	○				無	無

市町村の事例　42～49										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
北海道	42	小平町役場	動いて楽しい健康イベント	町民がフレイルから介護に移行しないよう、冬季間ウォーキング事業の一環として、ラジオ体操、筋トレ、ウォーキング、栄養講話、試食会、フレイル予防のレシピ配布を行った。		○		◎	無	無
青森県	43	おいらせ町役場健康保険課	小児生活習慣病予防幼児健診事後栄養指導事業	保育施設や学校給食センターと連携し、3 歳児健診で肥満判定された児と保護者に個別指導を実施し、1 年後、再判定し肥満判定者に再指導を行った。肥満度改善（12 人⇒5 人）	○				無	無
岩手県	44	大船渡市保健福祉部健康推進課	令和7年大船渡市大規模林野火災における避難所の栄養・食生活支援	避難所での栄養不足や食塩過多、要配慮者への対応不足等が生じていたため、食事提供体制、献立、物資調達、衛生管理、食物アレルギー対応の6つ視点で支援した。		○		◎	有	有
宮城県	45	栗原市栗駒・鶯沢保健推進室	栗原市食生活改善推進員育成事業（栗駒、鶯沢地区）	健康づくりリーダーとして活動できるよう、尿ナトカリ比測定や塩分チェックシートを取り入れた学習会を実施し、高血圧予防に関する知識の普及地区伝達活動につなげた。	○				無	無
秋田県	46	美郷町福祉保健課	スマー糖減るす教室（糖尿病予防及び糖尿病重症化予防）	空腹時血糖が高い人の割合が県・国と比べて高いため、栄養・運動・生活の連続講座を実施。講座以外に個別相談も行った。10 名中 7 名が運動を継続している。	○				有	無
山形県	47	大江町	子育て中の母親の健康づくりと乳幼児の食育教室（離乳食・幼児食）	育児不安の解消、健康意識の向上を図るため、簡単調理実習を取り入れた教室を実施。参加者の満足度・理解度が高く実用的な学びと親の心身の充実を図ることができた。			○	◎	無	無
福島県	48	西会津町健康増進課	特定健診における推定食塩摂取量測定と 5 年間の評価	住民に自ら食塩摂取量を知り、減塩の動機付けにしてもらえるよう、特定健診で随時尿を提出してもらい、推定食塩摂取量を測定。5 年間の事業評価も実施した。	○			◎	無	無
茨城県	49	茨城県つくば市保健部健康増進課	生活習慣病予防栄養教育事業業務委託事業（ウエルカフェ栄養サロン）	特定保健指導や教室の参加者が少なく、身近なドラックストアで、講話と測定会を実施。健康を意識する機会となった。参加者は高齢者が多く、周知方法等検討が必要。	○			◎	有	無

市町村の事例　50～57										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
栃木県	50	市貝町役場	住民主体の高齢者の健康づくり支援事業における低栄養・フレイル予防効果検証教室で実施した取組について	フレイル予防を目的に、食生活改善推進委員、栄養CSと連携し、3回制の教室を実施し体力測定で改善が見られた。今後は参加者増加に向け、周知や会場等を工夫する。		○		◎	有	無
群馬県	51	吉岡町役場健康福祉課	よしおか健康 No.1 事業における食育教室	食生活改善推進員と連携し、町の健康教室を通じて生活習慣病予防を図る。	○	○			無	無
埼玉県	52	ふじみ野市　保健センター	地場野菜の直売イベントでの野菜摂取の啓発「ベジレベル測定会」	野菜摂取量測定器（ベジメータ）を活用した普及啓発活動。イベント等を通じて市民の野菜摂取量を図る。	○			◎	無	無
千葉県	53	白井市健康課	地域の食品販売店と連携した食環境整備・食の啓発事業①もっとベジ食べるﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ・おいしく減らｿﾙﾄﾌﾟﾛｼﾞｪｸﾄ事業②協賛店におけるﾍﾞｼﾞﾁｪｯｸ&血管年齢測定	野菜摂取（もっとベジ食べるプロジェクト）や減塩（おいしくヘルソルトプロジェクト）の登録事業を通じた啓発事業を実施。食改とも連携し店頭での啓発事業も実施。	○		○	◎	有	無
神奈川県	54	伊勢原市健康づくり課	伊勢原市災害時栄養士活動マニュアルの作成・活用について	災害時における栄養状態の悪化を最小限に止めるため、災害時に避難所開設を担当する地域対策部に市栄養士１名を配置する体制を整え、統括チームと地域対策部の活動マニュアルを作成した			○	◎	無	無
新潟県	55	長岡市健康増進課	生活習慣病予防のための減塩対策事業	市内学校で提供している減塩給食献立を商品化しスーパーで販売、弁当販売、社員食堂での提供へと展開。また、減塩動画を作成し、商業施設、健診会場、スーパー等で放映し普及啓発している。	○		○	◎	有	有
石川県	56	羽咋市市民福祉部健康福祉課健康推進係	健康セミナー―　塩分濃度別みそ汁の試食会	集団健診会場で塩分濃度3種類のみそ汁を提供し家庭での実態を把握するとともに減塩について普及啓発を行った。	○	○		◎	無	無
山梨県	57	南アルプス市役所	マタニティスクールと初期離乳食教室を併催した「はぴベビ☆ごはん教室」	マタニティスクールと生後5～6か月児を対象とした初期の離乳食教室を併せて開催し、妊婦と先輩パパ・ママが交流できる場を提供する。調理実習も実施する。	○	○		◎	無	有

市町村の事例 58～65										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
長野県	58	飯田市保健課	域産域消の食育店で野菜をもっと食べようキャンペーン	市域の食育店で野菜（小鉢一皿分70g）が補える対象メニューを食べ、店舗で QR コードfrポイントをゲットし、飯田市公式 LINE にて抽選プレゼントキャンペーンに応募できる。	○			◎	無	有
岐阜県	59	下呂市役所 健康課	こども園健康教育	尿中塩分測定、食生活アンケートを実施し、1日の食事摂取充足率を個別に算出し資料とし、各園保育参観や給食参観などと同日に、こども園栄養士等が栄養教育を実施。	○				無	無
静岡県	60	牧之原市健康推進課	梅太郎丼を活用した連携した食育事業	学校・保育所給食で提供された後、福祉施設、事業所給食や博士の出身地区の飲食店等を中心に約5,800 食が提供、またレシピ紹介、広報や市 LINE 等での広報活動を行った。			○	◎	有	無
滋賀県	61	日野町福祉保健課	保育所・幼稚園・こども園食育事業	住民ｱﾝｹｰﾄから判明した、10～20歳代の朝食欠食や野菜摂取量が少ない等の課題を解決するため、町立保育所等と連携し、食育事業や保護者アンケートを実施した。	○			◎	有	無
京都府	62	与謝野町役場保健課	食生活改善推進員による料理番組制作	食生活推進員が年に数回、町有線テレビで郷土料理などを「食改さんおうちごはん」として放送し、また町公式 YouTube にも投稿することで、推進員の活動を紹介する。			○		無	有
大阪府	63	熊取町健康・いきいき高齢課	特定健診の場における尿ナトカリ比測定等を活用した高血圧対策	高血圧対策として、尿ナトカリの測定と質問票を分析することで、効果的なアプローチ方法を検討。大阪公立大学と連携・協力している。	○			◎	無	無
兵庫県	64	太子町生活福祉部さわやか健康課	朝食摂取で業務効率アップ研修	町職員健診より朝食摂取増加が業務効率のために必要なため、総務課と一緒に勤務時間内での職員対象の研修会を行い、3 か月後に評価も実施した。	○			◎	有	無
奈良県	65	橿原市健康増進課	減塩推進事業「やさしおベジ増しイベント」	市民の知識向上と意識の醸成を幅広く進めるため、ｽｰﾊﾟｰと連携し、ｲﾍﾞﾝﾄや栄養士会により栄養相談等を行う他、減塩食品や商品の設置等の食環境整備も実施した。	○		○	◎	無	有

市町村の事例 66～73										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
和歌山県	66	和歌山県紀の川市役所	生活習慣病重症化予防事業	集団特定健診結果送付時に、受診勧奨判定地以上の者について「医療機関宛」封筒と健診結果を同封し、その後電話などで対象者に早期受診の必要性を促す。	○				無	無
鳥取県	67	若桜町保健センター	高齢者のためのお喜楽食(おきらく)教室(高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業)	低栄養・フレイル予防のために、専門職と地域のボランティア団体が連携し、地区公民館単位で高齢者に参加してもらい、教室を開催している。		○		◎	無	無
鳥取県	68	鳥取県米子市	フレイル予防栄養充実プロジェクト(フレ飯プロジェクト)	フレイル予防に資する献立「フレ飯(レシピ、弁当、給食)」の開発提供や、フレイル予防に関する普及啓発を行った。			○	◎	無	有
島根県	69	出雲市健康増進課	健康な食環境づくり～市役所売店と連携したお弁当の販売～	市役所売店にて年 3 回健康志向(野菜増・減塩)の弁当提供やﾍﾞｼﾞﾁｪｯｸを実施し、健康的な食環境づくりを進めた。			○	◎	無	有
山口県	70	阿武町健康福祉課	中学生の食の自立に向けた実践型食育事業「ヘルスサポート事業」	中学生の食の自立に向け、ヘルスメイトによる健康ｸｲｽﾞや調理実習(アジ3枚おろし)を通して、ﾍﾙｽﾒｲﾄ自身のやりがいにも繋がった。	○			◎	無	無
徳島県	71	美波町伊在小規模保育園	地産地消で生活習慣病予防！	4･5 歳児の肥満出現率増加を踏まえ、保育園児が自ら収穫した海藻を用いた給食や調理体験を通じて、将来の生活習慣病予防を図った。	○			◎	無	無
愛媛県	72	久万高原町保健福祉課	住民健診における尿中 Na/K 比(ナトカリ比)測定	集団健診で血圧が正常高値以上の住民に対し、尿中ﾅﾄｶﾘ比を測定し、結果説明・保健指導を実施。また、結果データを健診データと関連を分析した。	○				無	無
福岡県	73	宗像市健康福祉部健康課	野菜摂取量増加に向けた取組 ～野菜で「楽しく」「おいしく」健康づくり～	ｷｭｰﾋﾟｰ(株)と共同で「むなかたｴｺｻﾗﾀﾞ」を開発し、ｽｰﾊﾟｰや農産物直売所等で普及啓発を行った。また、食育講演会やﾚｼﾋﾟｺﾝﾃｽﾄ等の啓発ｲﾍﾞﾝﾄも実施した。	○		○	◎	有	有

市町村の事例　74～79										
事例 No.		実施主体	事業名	概　要	事例のテーマ			重点◎	添付資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
佐賀県	74	佐賀県嬉野市健康づくり課	地域ボランティア団体と連携した食育推進事業～みそ玉づくり～	朝食をバランスよく食べる手段として、各種事業の対象者に対して、手作りｲﾝｽﾀﾝﾄみそ汁である「みそ玉」づくりを実施し、啓発を行った。	○		○	◎	無	有
長崎県	75	諫早市健康づくり推進協議会	健康づくり推進事業	市、関連団代、地域からなる3つの専門班と5つの地域活動班で、健康づくりを推進。こども班では肥満傾向児減少に向け、教育委員会、医師会と連携し、実態調査と専門員に紹介するシステムを構築。	○	○			無	無
熊本県	76	宇土市健康づくり課	自然に健康になれる食環境づくり	自然に健康（減塩）になれる食環境づくりに向け、まずは市民への普及啓発を目的に、市内子ども食堂や各種イベント、会議等で減塩食品とPR チラシを配布。	○				無	無
大分県	77	豊後大野市市民生活課	食育キャンペーン	他課主催の多くの市民が集まるイベントにて野菜のレシピや減塩商品を配布。食育ブースを設け、野菜摂取や減塩の展示、フレイル予防や乳幼児の虫歯予防など幅広い年齢層に啓発。	○		○	◎	有	無
宮崎県	78	高鍋町健康保険課（高鍋町健康づくりセンター）	野菜摂取量の増加と適塩の啓発	健康意識の高い人ばかりでなく、不特定多数が集まる農業関係主催イベントにて連携実施することで、栄養だけでない視点から野菜摂取量アップと適塩を啓発。	○		○	◎	無	無
鹿児島県	79	枕崎市健康・こども課	高血圧予防事業「高血圧ゼロの街　枕崎」（食環境整備）	市内スーパー5店舗にて高血圧学会の減塩ポップを提示（売り場の変更に合わせて付け替えを定期的に実施）。通いの場や成人向け栄養講座で減ナトリウム増カリウムを促し、ポップ設置を周知。			○	◎	無	無

No. 1	三八地域働く人の健康づくり応援プログラム定着事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	・本事業活用事業所数の増加　　・健康づくりに取組む事業所の増加と意識の向上	
現状と課題	青森県三八地域（八戸圏域）は、働き盛り世代の住民が県内で最も多く居住し、事業所数や従業員数も県内最多である。また当地域の働き盛り世代では、血糖や血圧等の標準化該当比が全国より高くなっており、特に糖尿病関連の検査値において基準値を上回っている者の割合は全国基準より高く、県内６圏域の中でも最も高い状況である。	
事業の目的	生活習慣病による死亡の多い働き盛り世代が健康で長く働くために、健康について考え、取り組むきっかけづくりとして、事業所において地域の専門職や職能団体等による健康に関する講話や実技指導、情報などを活用しやすい環境づくりを行い、事業所の健康づくりを支援する。	
対　象	青森県三八地域に住所を有する事業所	
連携機関	全国健康保険協会青森支部、八戸労働基準監督署、八戸地方労働基準協会、商工会、地域の健康増進関係団体、地域の職能団体、市町村	
実施時期	令和元年度～	予算財源　事業費：－千円　　財源：一般財源
事業内容	〇令和７年度の事業内容 ①講師派遣と資料提供を実施できる団体等をまとめた一覧表を作成。（４月） ・分野：栄養、運動、こころ、喫煙、口腔、糖尿病、がん ・講師派遣・資料提供団体：地域の健康増進関係団体、地域の職能団体、市町村、青森県三戸保健所 ②事業所からの申込に応じて上記団体に講師派遣（資料提供）を依頼。保健所は日程調整や事業所からの要望及び従業員の健康状況の聞き取り等を行い、団体に情報提供を行う。 ③講師派遣（資料提供）を実施。実施後及び３か月後にアンケートを実施して効果を把握する。 ※栄養分野の申込に限り、希望により食環境整備に関する助言も実施している。 ※（1）資料添付：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（県ホームページ、Instagram、X、kintone、Zoom）・無	
評価 プロセス評価	・延べ申込件数…R1：25 件、R2：５件、R3：６件、R4：９件、R5：10 件、R6：11 件、R7：14 件 ・年１回開催している地域・職域連携推進協議会において、連携機関を参集して当該年度の実績や次年度の方向性等の共有を行っており、協力体制の構築に繋がっている。 ・ホームページや SNS での周知のほか、全国健康保険協会青森支部、八戸労働基準監督署、八戸地方労働基準協会に依頼して幅広く事業周知を行った。	
評価 結果評価	・申込件数は令和２年度に激減したものの、それ以降は令和７年度にかけて増加傾向である。また例年町村部からの申込が少ない傾向にあったが、令和７年度は延べ６件の申込があり対応した。 ・事後アンケートにより、参加者の健康意識の向上が確認された。 ・今後も取組を継続し、活用件数増加や事業所及び従業員の健康意識の向上を図るとともに、統計データ等から働き盛り世代の健康指標の改善について長期的に確認していく。	
課　題	健康づくりに積極的な事業所とそうでない事業所の差が大きい。	
その他	「働く人の健康づくり事業」（県ホームページ） https://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenko/ha-hoken/ouennprogram.html	

工夫した点	・周知を連携機関に依頼したことで、健康づくりに関心が高い多くの事業所に広めることができた。 ・講師派遣等を実施する前に聞き取りを行い、講師に情報提供することで、事業所のニーズに沿った内容にすることができた。 ・令和７年度、食環境整備に関する助言は２回実施。実践までは至らなかったものの、健康づくりの選択肢の一つとして方法を知っていただく機会になったと考える。

キーワード：働き盛り世代の健康づくり、講師派遣、資料提供

実施主体	青森県三戸保健所	所在地	青森県八戸市大字尻内町字鴨田７
電話番号	0178-27-5111	ＦＡＸ番号	0178-27-1594
担当者	柴　華江	E-mail	kae_shiba@pref.aomori.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 2	子どもの健康なからだづくりの推進「家族みんなで体重測定１００日チャレンジ」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ⑦
指標と目標値	・児童・生徒における肥満傾向児の減少：県平均に近づく ・チャレンジ参加者における適正体重者（２０歳以上）の割合の増加：実施前より増加		
現状と課題	メタボ該当者・予備群の割合が全国ワースト下位である宮城県において、当所管内はメタボ該当者・予備群の割合に加え、肥満者及び肥満傾向児の割合も県平均を上回っている。この課題を踏まえ、地域の職域関係機関・教育機関・職能団体・行政等で構成する保健所健康づくり事業企画・評価会議において「体重ははたちの頃の自分をキープ」を健康づくりのキャッチフレーズの１つとして令和４年度に設定したが、当所事業で適正体重維持を目的とした取組は少なかった。また、市町等から子どもの肥満対策は難しく、肥満傾向児が増加する時期もはっきり把握できていないとの声があったことから、令和５年度に子どもの体格推移調査を実施し、肥満傾向児の割合は小学校低学年で大きく増加していることが把握できたため、就学前の幼児とその家族をターゲットとした取組が必要と考えた。		
事業の目的	・「体重測定」から始める健康的な生活習慣づくり ・家族みんなで　楽しみながら適正体重を目指す（維持する）		
対　象	・管内幼稚園・保育所・こども園に通う幼児（３歳以上）とその家族 ・管内幼稚園・保育所・こども園の職員		
連携機関	・管内市町　　・管内幼稚園、保育所、こども園		
実施時期	・令和６年７月１日から１０月８日まで（１００日間） ・令和５年１０月（体格推移調査）	予算財源	事業費：２０８千円 財源：国保特会繰入金
事業内容	①記録カード等を活用した１００日間の体重測定 ②健康なからだづくりセミナー、SNS やアプリ等による健康情報提供 ③体重測定日数に応じた賞品の提供　　④事前事後アンケートの実施による取組評価 ※（1）資料添付　：　有・[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（２次元コードによるアンケート、アプリ経由の情報発信）・無		
評価 プロセス評価	・保健所健康づくり事業企画・評価会議で地域の関係者と実施内容を検討。 ・市町への相談、連携により、管内全市町（６市町）で実施できた。 ・実施施設への説明と打合せにより、目的を共有し役割分担しながら事業を実施した。		
評価 結果評価	４７５名が参加し、測定日数が６０日以上の者の割合は幼児７０．２%、家族７９．４%、職員９１．１%だった。家族への事後アンケートで、自身の適正体重を知っている者の割合は男性で１１．６%、女性で２０%増加し、男性の６２．５%、女性の６３．１%が定期的な体重測定を継続できると回答した。２０歳以上では、適正体重者の割合が男性４．８%、女性３．６%増加し、肥満男性の４４．４%、肥満女性の７１．５%が体重減少した。		
課　題	参加者の感想からは家族で楽しく適正体重を意識する機会になったことが伺えたが、健康づくりに関心の高い家庭が参加する傾向があった。今後は肥満傾向児や健康に関心が薄い家庭に声掛け等で参加を促す工夫や、市町等との連携・協力により施設が主体となって継続できるよう支援を行う必要がある。		
その他			

工夫した点	①ツール（体重記録カード）の工夫　②達成賞・参加賞の設定　③二次元コードによるアンケート実施

キーワード：体重測定の習慣化、適正体重維持、家族みんなで取組む健康づくり

実施主体	宮城県大崎保健所	所在地	宮城県大崎市古川旭４丁目１番１号
電話番号	0229-87-8010	ＦＡＸ番号	0229-23-7562
担当者	健康づくり支援班 星　裕子	E-mail	nh-thbke@pref.miyagi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 3	市町村における大規模災害時の栄養・食生活支援検討の取組	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	検討会参加の７市町村（管内６，管外１）が、検討・共有した栄養・食生活支援内容を市町村地域防災計画に盛り込む。	
現状と課題	令和５年に管内１町管外１市において大雨による水害被災の経験はあるが地域が限定的であり、県レベルでも大規模災害被災の経験や支援の経験は多くない。また、県レベルのマニュアルやガイドライン等については、令和７年度から県保健所栄養士ワーキンググループによる検討が始まった段階。	
事業の目的	大規模災害が発災した場合のフェーズ別の健康課題とその対応を整理し、栄養士が行う栄養・食生活支援内容を関係者と共有する。	
対　象	管内及び希望のあった管外の自治体担当者	
連携機関	関係自治体、公益社団法人秋田県栄養士会	
実施時期	令和７年２月～令和８年２月現在進行中	予算財源　事業費：　0　千円 財源：
事業内容	●R7.2.21　管内栄養士（行政、施設）を対象とした災害時の栄養・食生活支援セミナーにおいて、令和５年大雨災害被災給食施設と自治体栄養士の事例紹介後、平時に備えるべき「ヒト」「モノ」「情報」についてグループワークを実施。その後、管内自治体からワークの継続希望があり、近隣の管外１市からも参加希望があった。 ●R7.8.24　第１回検討会を管内外７自治体に更に管外１自治体の参加を得て実施。グループワークによりフェーズ別の健康課題やあるべき支援を整理した。 ●R8.2.24　管内外７自治体による第２回検討会開催予定 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価　プロセス評価	管外自治体も参加しやすくするため、管轄保健所の事前調整や公文書発出を丁寧に行い、全ての自治体が参加できるよう、早くから日程調整を行い、他事業も同日に開催する等、会場や実施日時に配慮した。	
評価　結果評価	各自治体において、必要性は感じていても取り組むことができなかった災害時の栄養・食生活支援の明文化に着手できた。またグループワークを多く取り入れたことにより自治体間の関係性が深まった。 現在進行中の取組であり、現段階での成果品はフェーズごとの健康課題と栄養・食生活支援及びその平時の備えの一覧表であり市町村栄養士が持つイメージの整理程度であるが、今後は市町村が主体となる「炊き出し・弁当」について整理、検討をすすめる。	
課　題	検討内容は地域防災計画に反映または紐付け記載を目標としているが、自治体規模、栄養士職の配置数や職位・経験年数が幅広であること。	
その他	Web 開催の検討	

工夫した点	市町村が実践的に使用できるものに特化したこと。

キーワード：市町村　災害時　栄養・食生活支援

実施主体	秋田県秋田中央保健所	所在地	秋田県潟上市昭和乱橋字古開 172-1
電話番号	０１８－８５５－５１７０	ＦＡＸ番号	０１８－８５５－５１６０
担当者	佐藤直美	E-mail	akitahw@pref.akita.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No. 4	子ども向け減塩ワークショップの作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	指標：1 日当たりの食塩摂取量の減少（20 歳以上）　目標値（R14）：男性 7.5g、女性 6.5g	
現状と課題	本県の県民の健康課題としては急性心筋梗塞死亡率が高く、メタボ該当者の割合が多い等の高塩分摂取がリスクとなる健康指標が悪い状況にある。令和 6 年国民健康・栄養調査結果において食塩摂取量は男性 11.1g、女性 9.0g と改善がみられたものの目標値には達しておらず、さらなる食環境整備の推進が必要である。	
事業の目的	上記の課題を踏まえた本県の減塩推進ネットワーク会議での意見交換にて“子どもの頃からの減塩教育が重要”と示されたことを受け、管内で子どもへの効果的なアプローチを行いたいことから、減塩について分かりやすく・自分事として考えるきっかけとなるようなプログラムの作成を目的に実施した。	
対　象	栄養教諭、学校栄養職員、給食調理員、市町村、市町村教育委員会、管内教育事務所	
連携機関	―	
実施時期	令和 7 年 8 月	予算財源　事業費：　0 千円 財源：
事業内容	(1)　プログラムの作成 厚生労働省　健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブの「子ども向け減塩普及啓発資料」をもとに、会津保健福祉事務所において所要時間約 30 分間のプログラムを作成。 (2)　プログラムの説明・体験 ア　特定給食施設等講習会（学校）の中で上記対象者に対し、プログラムの説明及びワークショップ体験を実施。 イ　アンケート（理解度、満足度：4 段階評価）を実施。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	プログラムの説明・体験について、ワークに時間を要し予定時間（約 30 分間）を超過したため、ワーク中の声掛けや所要時間の見直しが必要。また、アンケートについて理解度・満足度及び意見等自由記載の内容としたが、学校の食育の場での展開可能性に関する内容も取り入れ評価することを検討したい。	
評価 結果評価	実施後のアンケート回答にて、全員が「理解できた」「満足」と回答したことから、プログラムはわかりやすく適切な内容であったと考えられる。また、参加者の意見において、減塩に関して食育の提案をしていくことが必要と思った、食育の授業の参考になるとの意見があり、学校の食育の場でも展開できる内容である可能性が示唆された。	
課　題	当取組について、最終的な指標「1 日当たりの食塩摂取量の減少」への寄与の程度の把握が困難であり、今後ロジックモデル等により取組と指標を整理し、成果の見える化を図る必要がある。	
その他		

工夫した点	参加者が主体的に参加できるようクイズや料理カードを活用したワークを取り入れた。また、自分自身で取り組む減塩行動を考え、実践を促す内容とした。

キーワード：減塩、特定給食施設、学校、子ども、食育、ワークショップ

実施主体	福島県会津保健福祉事務所	所在地	福島県会津若松市城東町 5-12
電話番号	0242-29-5519	ＦＡＸ番号	0242-29-5289
担当者	渡辺　春佳	E-mail	watanabe_haruka_01@pref.fukushima.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 5	摂食・嚥下障害の食支援における医療・介護の連携推進の取組み	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤
指標と目標値	指標：①日本摂食嚥下・学会分類コードに基づく食形態の位置づけのある施設の割合 ②食形態早見表に掲載する施設数　③他施設との栄養管理に関する連携をしている施設の割合 目標値：令和 7 年度時点に比べ増加させること　※令和 7 年度の値：①53%、②42 施設、③71%	
現状と課題	令和 6 年の診療報酬および介護報酬改定で、栄養管理にかかる情報連携に関する加算の新設や拡大がなされたが、施設間における栄養情報連携はあまり盛んにされていない。また、病院や介護施設では、施設により嚥下調整食等の呼称と形態、栄養量等がさまざまで一致せず、対象者が施設間を移動する際に食形態等の情報が正しく引き継がれないことで、栄養管理を困難にしている現状があった。	
事業の目的	地域連携および嚥下調整食に関する現状把握を行い、連携促進のツールとして食形態早見表（以下、早見表）を作成するとともに、研修会を開催し、県北・県央地域の栄養管理の質の向上および地域連携の推進を図る。	
対　象	水戸市保健所および茨城県中央・ひたちなか・日立保健所管内の給食施設として登録のある病院、老人保健施設、老人福祉施設、介護医療院　計 254 施設	
連携機関	（公社）茨城県栄養士会、水戸市保健所	
実施時期	令和 7 年度	予算財源　事業費：320 千円 財源：一般財源（県単）
事業内容	①　現状把握のためのアンケート調査の実施：対象施設あてに地域連携および嚥下調整食に関するアンケート調査を実施し、78 施設より回答が得られた。結果は③の研修会にて報告した。 ②　早見表の作成：各施設における嚥下調整食について、学会分類に基づく食形態と施設独自の食形態に分けて、対象施設宛に作成を依頼し、一覧表を作成。公表の同意が得られた施設の情報について、各保健所のホームページ上に掲載した。 ③　研修会の開催：学会分類についての講演、医療・介護施設からの事例発表、アンケート結果の報告、情報交換を盛り込んだ研修会を 3 保健所管内 2 カ所で開催した。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：[有]（いばらき電子申請届け出サービス、ホームページ）・無	
評価　プロセス評価	①　アンケート回収率：30.7%　②研修会参加者　延 90 名	
評価　結果評価	早見表掲載施設数：学会分類に基づく食形態 42 施設、施設独自の食形態 45 施設 研修会の満足度：講演、事例発表に対し「参考となった」と回答した割合　91～93%	
課　題	早見表の掲載施設数の増加を図り、より実用的な活用を図る必要がある。また、アンケート結果より学会分類に基づく食形態のある施設は 53%（41/78 施設）に留まっており、普及にかかる支援が必要である。	
その他	食形態早見表掲載 URL： https://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/hiho/kenko/hitathc/kenko/sesshokuennge.html	

工夫した点	医療圏を超えて県北・県央地域の連携を促進するため、近隣 3 保健所および水戸市保健所で連携し、共催で実施した他、好事例の収集や技術的支援を得るため、（公社）茨城県栄養士会とも連携し、共催で実施したこと。広域の施設を対象としたため、研修会場を 2 カ所設定したこと。

キーワード：嚥下調整食、栄養情報連携

実施主体	茨城県日立保健所 （共催：茨城県中央保健所、茨城県ひたちなか保健所）	所在地	茨城県日立市助川町 2-6-15
電話番号	0294-22-4192（直通）	ＦＡＸ番号	0294-24-5132
担当者	永井　加奈	E-mail	hiho04@pref.ibaraki.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 6	住民主体の高齢者の健康づくり支援事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤
指標と目標値	低栄養傾向の高齢者の減少（65 歳以上の BMI20 以下の者の割合）※県健康増進計画（R7～17 年度）	
現状と課題	保健事業と介護予防の一体的実施に係る人材不足等のため、関係機関・団体等との連携体制構築・強化と、併せて住民主体のフレイル対策が地域で推進されるよう基盤を整備する必要がある。	
事業の目的	各地域でのフレイル予防の取組において、標準的な指導の実施と、住民ボランティアと地域の資格職、行政機関が連携した住民主体のフレイル対策を推進する。	
対　象	食生活改善推進員、一般住民	
連携機関	県食生活改善推進員協議会、県栄養士会、県医師会、県歯科医師会、県看護協会、県歯科衛生士会、県リハビリ専門職協会、県薬剤師会、県ケアマネージャー協会、大学（研究機関）、市町、保健所等	
実施時期	令和２(2020)年度～	予算・財源　事業費：12,141 千円（R7）　財源：国保ヘルスアップ支援事業
事業内容	**令和２～６年度：事業に取り組むための体制整備** 地域の標準的なフレイル予防の取組が行われるよう指導資材を作成するとともに、専門職（とちぎフレイル予防アドバイザー）や食生活改善推進員（とちぎフレイル予防サポーター・リーダー）などのフレイル予防に係る人材を育成し、社会資源の確保を行った。 その後、市町が効果的な企画・実施・評価の手法を習得するための効果検証事業（9/25 市町）を実施し、実効性のあるフレイル予防教室を実施する体制を整えた。 **令和７年度～：各地域における低栄養・フレイル予防事業の実施** （１）低栄養・フレイル予防教室の開催 効果検証事業等をふまえ、食生活改善推進員が中心となり、地域の専門職や市町と連携し、住民主体のフレイル予防教室を各地域で展開した（23/25 市町）。 【内容】標準資材を使用した栄養（口腔含む）・運動・社会参加についての講話や実技等 【方法】①単発講座：フレイルに係る動機付け ②複数回講座（例. ３回１クール）：フレイル予防の定着と行動変容支援 ③とちぎフレイル予防サポーター養成講座（住民向け）：フレイル予防の普及の拡大 【講師】食生活改善推進員、専門職等　※専門職の人材派遣経費は県栄養士会に委託 （２）人材育成 新たな住民リーダー（サポーター・リーダーおよびサポーター）の養成やスキルアップ研修の実施により、人材育成と質の向上を行った。 ※（1）資料添付：無　（2）使用した ICT ツール：有（フレイルチェックリストや改善動画の WEB 掲載）	
評価 プロセス評価	事業説明（会員向け）１回、（事務局向け）１回、　食改理事会での進捗管理　年３回、 後期高齢者医療広域連合主催の市町向け会議で情報提供　年２回	
評価 結果評価	とちぎフレイル予防サポーター・リーダー養成　24 回 467 名、とちぎフレイル予防サポーター養成　12 回 179 名、フレイル予防教室の開催　51 回 853 名（令和６年度）	
課　題	体系的に実施できるような仕組みづくりを行ったが、これを全県的に継続して実施していけるよう定期的に事業の評価・見直しを図る必要がある。	
その他	これらの取組を推進し、健康寿命の延伸を図るため、県総合計画(R8～)に以下を指標として設定した。 ・とちぎフレイル予防サポーター・リーダー(食生活改善推進員)養成数　・フレイル予防教室参加者数	

工夫した点	各市町で低栄養・フレイル予防を標準的な内容で計画的かつ体系的に実施できるよう、資材作成、人材育成、効果検証と体制を整備し、また県総合計画にも位置付け、県全体で取り組む仕組みとした。

キーワード：低栄養、フレイル予防、住民主体

実施主体	栃木県保健福祉部健康増進課	所在地	栃木県宇都宮市塙田 1-1-20
電話番号	028-623-3094	ＦＡＸ番号	
担当者	佐々木　千尋	E-mail	sasakic01@pref.tochigi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 7	栄養・食生活改善業務推進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	管内自治体において部局横断的な災害時の栄養・食生活支援体制の整備を目指す。	
現状と課題	群馬県では災害時の栄養・食生活支援体制の整備を進めているところであるが、東毛ブロック管内自治体では保健部局と防災部局との連携が十分に進まないことが課題である。また、行政栄養士が単独または少人数配置の自治体が多く、単独で準備や対応を行うには限界がある。そのため、自治体間や部局を超えたネットワークを構築し、保健部局と防災部局の連携を強化しながら、災害時の栄養・食生活支援体制を整備していく必要がある。	
事業の目的	大規模災害発生時における栄養・食生活支援活動を円滑に実施し、被災者の心身の健康維持を図るため、東毛ブロック管内自治体において保健部局と防災部局の連携を促進し、部局横断的な災害時栄養・食生活支援体制を整備することを目的とする。	
対　象	（1）東毛ブロック管内市町及び保健福祉事務所に勤務する管理栄養士・栄養士等 （2）東毛ブロック管内及び県防災部局担当者等	
連携機関	東毛ブロック管内市町保健部局、東毛ブロック管内防災部局、県防災部局	
実施時期	令和６年度～令和７年度	予算財源：事業費：４９千円　財源：一般
事業内容	■令和６年度…「令和６年度東毛ブロック栄養・食生活改善推進会議（第１回）」の実施 対象：東毛ブロック管内市町及び保健福祉事務所に勤務する管理栄養士・栄養士等 内容：〇講義「災害時の栄養・食生活支援について」 講師　女子栄養大学公衆栄養学研究室　准教授　久保　彰子　氏 〇グループワーク「地域防災計画等を確認し、災害時の栄養・食生活支援を考える」 進行　保健福祉事務所管理栄養士 助言　女子栄養大学公衆栄養学研究室　准教授　久保　彰子　氏 ■令和７年度…「令和７年度東毛ブロック栄養・食生活改善推進会議」の実施 対象：（1）東毛ブロック管内市町及び保健福祉事務所に勤務する管理栄養士・栄養士等 （2）東毛ブロック管内及び県防災部局担当者等 内容：〇講義「災害時の栄養・食生活支援について～災害部局との連携～」 講師　女子栄養大学　准教授　久保　彰子　氏 〇群馬県の災害時栄養・食生活支援に関するマニュアル等の共有 〇災害時栄養・食生活支援（訓練）の事例紹介…3 自治体からの発表 〇意見交換会 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（Microsoft Teams・Foams）　・　無	
評価 プロセス評価	・ 参加者数（参加自治体数）：令和６年度：１９名（１０市町、４保健福祉事務所）、令和７年度：保健部局３０名（９市町、４保健福祉事務所）・防災部局７名（４市町、県防災部局） ・ 令和６年度会議でのグループワークにて、「防災部局との連携が必要」との声が上がったため、令和７年度会議では県及び管内自治体防災部局担当者も出席していただくこととなった。	
評価 結果評価	・各会議での意見交換や終了後のアンケートより、災害時の栄養・食生活支援体制整備や部局間連携の必要性について、関係者の認識を高めることができたと考える。 ・令和７年度会議は、保健部局と防災部局の担当者が直接面識を得る機会となり、部局間連携への契機とすることができた。	
課　題	「令和７年度東毛ブロック栄養・食生活改善推進会議」では、管内すべての市町防災部局からの参加が叶わなかったため、今後も行政栄養士と防災部局が集まる会議等を継続していく必要があると考える。	
その他		

工夫した点	活動経験豊富な講師に対し、過去の経験等を含む具体的な講義を依頼することで、参加者の危機意識の向上を図った。

キーワード：栄養・食生活改善業務推進事業、災害時の栄養・食生活支援、他部局連携

実施主体	東毛ブロック保健福祉事務所（伊勢崎・太田・桐生・館林）	所在地	群馬県伊勢崎市下植木町４９９（代表：伊勢崎保健福祉事務所）
電話番号	0270-25-5066	ＦＡＸ番号	0270-24-8842
担当者	鈴木	E-mail	isehofuku@pref.gunma.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 8	管内市と協働実施した事業所への健康教育		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ① ⑦
指標と目標値	高血圧対策に取り組んでいる者の増加（血圧の計測頻度・運動習慣・減塩への取組み）		
現状と課題	管内は脳血管疾患の標準化死亡比が高く、働き世代への高血圧対策が喫緊の課題であった。給食施設のある事業所へ給食施設指導と従業員への健康管理状況の把握を目的に市職員と訪問したところ、高血圧に該当する従業員が約５割いること、社員食堂の献立作成は社員の嗜好中心で給食運営に改善の余地がありそうなことが分かった。これらの課題解決のために市保健センターと協働で健康教育を企画・実施した。		
事業の目的	働き世代で無関心層の①健康に関する知識の定着②ヘルスリテラシーの向上③食塩摂取量の減少		
対　象	事業所従業員		
連携機関	市保健センター、事業所、健康保険組合		
実施時期	令和７年６月～令和８年２月	予算 財源	事業費：　17 千円 財源：市町村等健康支援事業
事業内容	事業実施にあたり事業所の健診データを提供いただき、健康課題を分析。 ①　事業所食堂内での健康教育の実施(市保健センター主体) ソルセイブ（食塩味覚閾値判定ろ紙）を使った塩辛さの比較と高血圧対策に関する講話 30 分を計２回実施。 「今日からできる高血圧対策」をテーマに県・市・事業所との比較による健康課題を説明や居酒屋メニューを題材としたクイズを行った。 ②　社員食堂内の環境整備(保健所主体) (1) 社員食堂の質問紙調査（利用頻度や満足度・味付け）(2)卓上 POP の設置(3)卓上調味料の減塩化 卓上 POP は食事だけでなく、運動・ストレス面等幅広く作成、また自分事として捉えてもらえるよう事業所特有の情報を盛り込んだ。卓上調味料は減塩醤油が継続的に設置されることになった。喫食者が「減塩」と気づかないようラベルを剥がした。 ＊上記の内容について健康保険組合へ声掛け、事業実施報告を行った。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（Microsoft Forms）　・　無		
評価 プロセス評価	・3 者間打合せ 3 回、市との打合せ 5 回実施。打合せ以外でも電話等で進捗確認等行った。 ・健康教育の参加者は 131 名(1 回目 40 名、2 回目 91 名) ・社員食堂の満足度アンケートの回答者は 67 名。		
評価 結果評価	①　現状値(n=113)：血圧計測「ほとんどしない」62%、減塩意識「あまりしていない・していない」43% ②　健康教育：約 8 割が内容を理解していた。印象に残ったことにソルセイブ体験の他、高血圧のリスクや減塩が挙げられた。実践できそうな減塩方法は「汁を残す」が最も多かった(74 名)。 ③　食堂の環境整備：回答者かつ社員食堂利用者のうち、37%が味付けが「濃い・少し濃い」と回答した(n=43)。また、4 月から血圧計を購入・食堂内に設置することになった。 ＊2 月中に最終評価のための質問紙調査を実施し、指標の評価を行う。		
課　題	外国人従業員が 2 割いる中で完全には英語版の用意ができず、対応が不十分だったこと。 次年度以降の事業の拡げ方についての検討が必要。		
その他			

工夫した点	市や事業所と連携して事業を実施したこと。 事業所担当者の協力を得て、健診データを提供いただき事業所の健康課題を分析したこと。

キーワード：地域職域連携、高血圧対策

実施主体	埼玉県熊谷保健所	所在地	埼玉県熊谷市末広 3-9-1
電話番号	048-578-4548	ＦＡＸ番号	―
担当者	木村･大浜	E-mail	K2328113@pref.saitama.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 9	給食施設指導事業における適切な施設状況把握のための調査報告体制の整備	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	県型保健所管轄の全ての給食施設からの運営現況報告書提出	
現状と課題	従来、千葉県の県型保健所が管轄する給食施設からの調査報告書提出は全施設から行われていたが、近年、届出施設数急増により提出割合が低下傾向。施設状況を把握した上での指導への影響が課題。 また、報告内容確認・入力作業負担、集計・分析への活用、郵送料金値上げによる予算確保も課題。	
事業の目的	給食施設からの提出簡便化や確認・集計作業省力、管内状況把握のための分析を容易にする等を目的とし、紙面提出を求めていた給食施設運営現況報告書について、オンラインでの報告体制を構築する。	
対　象	千葉県内の県型保健所管轄の給食施設	
連携機関	主務課（千葉県健康づくり支援課）、県型保健所	
実施時期	(1)令和５年度　報告書内容の見直し (2)令和６年度　報告書の電子化作業	予算財源　事業費：　0　千円 財源：
事業内容	(1)報告書内容の見直し：従来、給食施設から紙面での報告を求めていた給食施設運営現況報告書の電子化を行うにあたり、他の報告内容との重複省略や、各施設の災害時対策の把握のため、報告書内容の見直しを行った。 (2)報告書の電子化作業：(1)で改訂した報告書内容を、千葉県が設置しているオンライン電子申請システム「ちば電子申請サービス」を用いて電子化した。併せて、報告データ集計用ファイル、システムによる報告確認作業にあたる保健所担当者向け手引き及び、報告を行う給食施設担当者向け説明動画を作成した。 (1)(2)の作業は複数の県型保健所担当者が連携して行った。また、全県型保健所担当者が集う業務検討会にて、テスト運用等を含めた内容の精査を行った。実務運用開始は令和８年５月予定。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（　ちば電子申請サービス　）　・　無	
評価　プロセス評価	・複数の県型保健所担当者と連携し、県内状況を効果的に把握するために実用的な報告書となった。 ・全県型保健所の協力のもと、オンライン報告内容のテストを行い、適切な電子化ができた。 ・保健所担当者向け手引きや給食施設担当者向け説明動画、オンラインシステム利用不能施設用の紙面様式の整備等、実務運用開始後の円滑な運用に向けた体制整備ができた。	
評価　結果評価	・報告提出割合については実務運用開始後の評価となる。状況を分析把握し、適切な指導実施が可能。 ・紙面様式等の印刷費用(100 千円※)及び、郵送料の削減効果(200 千円※)。 ・オンラインシステムの入力規制設定による不明回答減少で、入力確認時間の削減効果(110 時間※)。 ・報告書入力作業時間の削減効果(110 時間※)。　※全県型保健所分合算による想定値。	
課　題	実務運用開始後、運用課題を把握し適宜改善する必要がある。また、県型保健所が給食施設に求めている他の調査報告等についても、オンライン報告の体制構築が求められている。 報告書データを活用した、施設状況の分析・把握を行い、業務への活用が期待されている。	
その他	作業担当（令和 5～6 年度）習志野保健所、市川保健所、印旛保健所、香取保健所、海匝保健所、夷隅保健所、安房保健所、千葉県健康づくり支援課	

工夫した点	・他県の先行事例を参考として、現在使用可能なシステムで構築できる体制を整備した。 ・作業を行う保健所担当者だけでなく、全ての県型保健所を交えてテスト運用を行うことで、活用しやすいシステム構築を目指した。

キーワード：給食施設調査報告、業務効率化、DX

実施主体	千葉県市川保健所 （市川健康福祉センター）	所在地	千葉県市川市南八幡 5-11-22
電話番号	047-377-1102	ＦＡＸ番号	047-379-6623
担当者	田邉　雅子	E-mail	ichiho-eiyo@mz.pref.chiba.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 10	飲食店等からの食環境づくり事業「からだ気くばりメニュー店の取組」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	【東京都健康推進プラン２１（第三次）　栄養・食生活分野】　※いずれも 20 歳以上の指標 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が１日２回以上の日がほぼ毎日の者の割合：増やす、野菜の１日当たりの平均摂取量：増やす、食塩の１日当たりの平均摂取量：減らす	
現状と課題	食習慣の改善の意思をみると、男性では「食習慣に問題はないため改善する必要はない」、女性では「関心はあるが改善するつもりはない」が最も多い状況である。 都民が健康的な食生活を送れるよう、普及啓発の実施に加え、外食や中食利用の多い都民が食生活の改善に気軽に取り組めるような環境整備が重要である。	
事業の目的	飲食店等において、野菜摂取・栄養バランス・減塩に係る取組を行う「からだ気くばりメニュー店」の店舗数増加を図り、適切な量と質の食事を都民の誰もが選択できるような食環境整備を推進する。	
対　象	東京都民	
連携機関	東京都保健所管内（多摩地域・島しょ地域）の飲食店等食品関連事業者	
実施時期	通年 ※からだ気くばりメニュー店の取組は令和６年度～実施	予算財源　事業費：　1,717 千円（事業全体額） 財源：東京都一般会計
事業内容	**■「からだ気くばりメニュー店」の推進**　※概要は別紙チラシ参照 保健所等にて飲食店等へ周知を行い、「からだ気くばりメニュー店」の店舗数増加を図る。 また、地域住民に向けたからだ気くばりメニュー店の周知を行い、外食時の利用等を促すことで、都民の健康的な食生活を支援する。 【HP】「からだ気くばりメニュー店」のご紹介 https://www.hokeniryo1.metro.tokyo.lg.jp/kensui/ei_syo/eiyouhyoji/yasaimenu.html **■ポータルサイト「TOKYO　WALKING　MAP」と連携した情報発信** 区市町村等のウォーキングマップを集約したポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」（東京都保健医療局）と連携し、からだ気くばりメニュー店の店舗情報をサイト上や各ウォーキングコース上に掲載する（コース周辺情報検索及びウォーキングコースの近くのメニュー店が Google マップ上に掲載）ことで、都民への啓発を行うとともに、メニュー店への来店を促す。 ※本サイト上には、「からだ気くばりメニュー店」の掲載に加え、特別区や保健所設置市で実施している、健康に配慮したメニューの提供等を行っているお店の紹介も行っている。また、各店舗情報については、各保健所等で追加更新できる仕組みを構築し、随時新しい情報を提供することが可能。 【HP】ポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」https://www.tokyo-walkingmap.metro.tokyo.lg.jp/ ※（1）資料添付　：　有　・　無　（2）使用した ICT ツール：　有（　ホームページ　）　・　無	
評価　プロセス評価	・関係機関と連携した広報誌等での周知を行い、都民への啓発及び店舗数増加に取り組んだ。 ・ポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」と連携した情報発信を行い、都民への啓発強化を図った。	
評価　結果評価	からだ気くばりメニュー店店舗数：358 店舗（令和７年 11 月末現在）	
課　題	・新規店舗増加に向けた取組強化及び既存店舗への情報提供の拡充 ・「からだ気くばりメニュー店」の認知度向上	
その他		

工夫した点	健康づくりに関する取組（野菜摂取増加・栄養バランス・減塩）を幅広く設定することで、多くの飲食店等を対象とした。庁内連携により、ポータルサイト「TOKYO WALKING MAP」に「からだ気くばりメニュー店」を掲載することにより、健康的な食に関心のない都民にも目を向けてもらいやすくした。

キーワード：食環境整備、野菜摂取増加、減塩、栄養バランス、庁内連携

実施主体	東京都保健医療局保健政策部	所在地	東京都新宿区西新宿 2-8-1
電話番号	03-5320-4357	ＦＡＸ番号	03-5388-1427
担当者	中嶋恵、織本智香	E-mail	S1150302@section.metro.tokyo.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

別紙：都民向け周知チラシ

東京都

知ってほしい！ 行ってほしい！

からだ気くばりメニュー店

多摩・島しょ地域にある

このマークが目印です！

野菜たっぷり　栄養バランス　減塩サポート

「からだ気くばりメニュー店」とは、
お客様の健康づくりに役立つ野菜たっぷりのメニュー、
栄養バランスや減塩に配慮したメニューを
提供するお店のことです！

飲食店等の皆様へ

「からだ気くばりメニュー店」として、健康に配慮したメニューの提供にご協力いただけるお店を募集しています。詳しくは東京都のホームページをご覧ください。

都民の皆様へ

「からだ気くばりメニュー店」は右上のステッカーが目印です！東京都のホームページでお店の紹介をしていますので、ぜひご利用ください。

東京都　からだ気くばりメニュー店

からだ気くばりメニュー店 は

以下３つの取組の中から、１つ以上を実施しているお店です！

野菜たっぷり……1食当たり、生の重量で120ｇ以上の野菜を使用したメニューがある

メニュー例
やきそば
キャベツ　50ｇ　にんじん　20ｇ
もやし　50ｇ
120g以上の野菜を使用している

栄養バランス……主食・主菜・副菜が揃った1食分のメニュー がある

主食・主菜・副菜がそろった
バランスのよい食事がとれます！

1食分の例

①主食　＼＼米やパン、麺類など／／

②主菜　＼＼魚や肉、卵、大豆製品など／／

③副菜　＼＼野菜や藻類、きのこ類など／／

減塩サポート……減塩に配慮したメニューや工夫がある

①～④の中から、１つ以上の取組を行っています。

① 減塩食材を使用するなど、減塩に配慮している

② 減塩調味料（減塩しょうゆなど）やかけ過ぎを防止する調味料入れ（滴下タイプやスプレータイプなど）を設置している

滴下タイプ

③ ドレッシングやソースなどの調味料をかけずに別添えで提供できる（お弁当及びセルフサービスを除く。）

④ 注文時に汁物や漬物を減らす、又はキャンセルできる

店舗の詳細については、
東京都　からだ気くばりメニュー店　で検索をお願いします。

東京都保健医療局保健政策部健康推進課　03-5320-4357

No. 11	自然に健康な食事ができる取組促進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ① ⑦
指標と目標値	【評価指標】主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合(20 歳以上)60%、食塩摂取量(20 歳以上)7g未満【事業指標】けんこう time 推進店登録数 (新潟県食育推進計画、健康にいがた21)	
現状と課題	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事(以下、「バランスのよい食事」という。)が1日2回以上の日がほぼ毎日の人(20 歳以上)の割合は減少。特に、子育て世代の 30 歳代で最も低く、この年代においてバランスのよい食事を妨げる要因として、「仕事や家事が忙しい」、「面倒」等があげられている。また、食塩摂取量(20 歳以上)は、目標値を未達成。これらの現状を踏まえて、県民の食生活を改善につながる食環境づくりの推進が必要。	
事業の目的	県民の健康課題の要因となる食の課題(主食・主菜・副菜がそろわない、野菜不足、食塩過多)の解決に向け、県が登録したスーパーマーケット等(以下、「けんこう time 推進店」という。)と協働して健康に配慮した中食の提供や啓発活動を展開し、県民が自らの健康状態に関心を持ち主体的な行動につなげられることを目指す。	
対　象	①普及啓発:新潟県民の特に働く世代 ②けんこう time 推進店の対象:スーパーマーケット、惣菜卸売業、事業所向け配達弁当業者	
連携機関	県内スーパーマーケット・惣菜卸売業者・事業者向け配達弁当業者、新潟県立大学、新潟医療福祉大学、新潟市	
実施時期	令和２年４月から現在	予算財源：事業費：34,722 千円 財源：国補 1/2、一般財源 1/2
事業内容	いつでも健康に配慮した食事※1ができる環境づくりとして、「からだがよろこぶデリ※2」をスーパーマーケット等と連携し、目印として商品にシールを貼付して販売 【対象】主菜、副菜、主菜＋副菜、弁当の4種 (※1:主食・主菜・副菜が揃っている、野菜がとれる、減塩につながる、※2:新潟県独自の基準を満たした中食) 1　食環境づくりの推進体制の構築 学識経験者等との基準作成やけんこう time 推進店と本事業の方向性や県民の健康づくりを推進する食環境づくりについて意見交換会を実施 2　からだがよろこぶデリの商品開発支援 県地域機関(保健所)と連携し、事業者への商品開発を支援 3　からだがよろこぶデリの認知度向上・利用促進 認知度向上・利用促進と併せて、健康的な食生活PRのためのキャンペーンの実施や市町村や協定企業等と連携した、子育て世帯に向けた情報発信を実施。 ※（1）資料添付　：　無 （2）使用した ICT ツール：　無	
評価 プロセス評価	【けんこう time 推進店登録店舗数及び商品数】R6 末時点:259 店舗 91 品 【キャンペーン応募者数】R6:1,034 件(R2～6 の累計:3,625 件) 【子育て世帯への普及啓発数】R6:27,020 件	
評価 結果評価	【からだがよろこぶデリの認知度】R5:9.6%から R6:20.0%に増加 【バランスのよい食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合】H30 :56.8%から R6:50.2%に減少 【ふだんの食事で主食・主菜・副菜をそろえることを意識している人の割合】R2:75.4%から R5:74.8%で変化なし 【食塩摂取量】R1:10.3g から R5:10.2g で変化なし　※いずれも 20 歳以上の数値	
課　題	けんこう time 推進店及び対象諸品は増加し食環境の整備は進み、認知度向上や利用促進のための啓発活動も行っているが、県民が自らの健康状態に関心を持ち、食生活改善のための行動変容につながっていない。	
その他		

工夫した点	・取組開始時は、対象が主菜、副菜の2種であったが、利用のしやすさの観点から対象を現在の4種類に拡充 ・購入者へのインセンティブとして、利用促進キャンペーンを実施。健康づくりに関心の低い層へもアプローチ

キーワード：食環境整備、中食、官民連携

実施主体	新潟県	所在地	新潟県新潟市中央区新光町４番地１
電話番号	025-280-5198	ＦＡＸ番号	-
担当者	中川 圭子	E-mail	ngt040240@pref.niigata.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可		

No. 12	新川圏域のハイリスク高齢者の口腔と栄養管理体制整備事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤
指標と目標値	口腔衛生・口腔機能・栄養状態に問題を抱える高齢者の重症化予防を図り誤嚥性肺炎を防ぐ。 （誤嚥性肺炎死亡率：維持または減少、高齢者の低栄養の割合：維持または増加、健康寿命：延伸など）	
現状と課題	新川圏域の高齢化率は 2022 年で 36.6%であり、2040 年には 43.1%、2050 年には 45.4%になると推計されている。また、誤嚥性肺炎による死亡率は令和 2 年以降上昇傾向（2022 年 48.3、2023 年 66.8）を示し、今後も高齢化に伴い口腔機能や栄養状態に問題を抱える高齢者の増加が見込まれる。 当圏域では、在宅要介護高齢者の口腔衛生、口腔機能、栄養支援体制が十分ではなく、医療機関から在宅要介護高齢者の誤嚥性肺炎の再初入院が増加している。	
事業の目的	口腔機能低下や低栄養のリスクを有するハイリスク高齢者の誤嚥性肺炎の予防と誤嚥性肺炎の重症化予防を図り、誤嚥性肺炎予防のための支援体制整備が必要である。そのために、令和 6 年度は在宅要介護高齢者の誤嚥のリスクである口腔機能と栄養状態の実態を明らかにすることを目的とした。	
対　象	在宅要介護高齢者（65 歳以上の要介護 1～4 で通所サービス利用中の者）	
連携機関	居宅介護支援事業所（35 か所）、郡市医師会、郡市歯科医師会、富山県歯科衛生士会、富山県栄養士会栄養ケアステーション、病院（医師、看護師、管理栄養士）、地域包括支援センター、介護保険組合	
実施時期	令和 6 年度～	予算財源：事業費：450 千円 財源：一般財源
事業内容	1　口腔と栄養にかかる在宅医療・介護連携推進に関する連絡会の開催（2 回） 第 1 回：事業説明、調査の説明と実施の了承、意見交換（参加者 22 名） 第 2 回：令和 6 年度調査結果（概要）報告、令和 7 年事業計画、意見交換（参加者 20 名） 2　調査説明会：同一内容で 3 回実施、対象者：介護支援専門員 82 名（参加者 63 名：76.8%） 3　実態調査「令和 6 年度新川圏域における口腔機能と栄養状態に関する実態調査」（R6.11 月実施） 対象者 330 名（内、有効回答 326 名：98.7%） 4　実態調査の結果のフィードバック（対象者 330 名とその担当介護支援専門員） ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価 プロセス評価	・連絡会において、関係者間で課題を共有し、調査実施の了承をえた上で、実施することができた。 ・実態調査説明会は、調査員が参加しやすいよう、地区別、会場、WEB など工夫を行い圏域の全 35 か所の居宅介護支援事業所からの参加があり全事業所に協力を得られることができた。	
評価 結果評価	在宅要介護高齢者の 8 割以上が、口腔機能、低栄養、誤嚥の何かしらのリスクを有していた。 ・誤嚥性肺炎の既往があった者は 4%。 ・オーラルフレイル（OF-5 で 2ｐ以上）57.4%、低栄養（MNA-SF・GLIM 基準）5.5%、誤嚥のリスクあり（DRACE で 4ｐ以上）27.6%、その 3 つとも非該当の者は 19.6%で、3 つとも重複の者は 5.5%。	
課　題	・誤嚥のリスクには、オーラルフレイル、低栄養が関連しておりそれらの維持・向上が必要である。 ・リスク者を見つけ、専門職（歯科、栄養）に繋げるための仕組みが必要である。	
その他		

工夫した点	調査後に、オーラルフレイル、栄養状態、誤嚥のリスクのスクリーニング結果について、個人結果票を作成し全員に返却した。また、担当介護支援専門員への個人結果票の共有により「口腔と栄養のアセスメントの参考になった」「ケアプランに落とし込みたい」といった前向きな意見があり、介護支援専門員の資質向上にもつながったと考える。

キーワード：在宅要介護高齢者、高齢化率、誤嚥性肺炎、オーラルフレイル、低栄養、誤嚥のリスク、多職種連携

実施主体	富山県新川厚生センター	所在地	富山県黒部市堀切新 343
電話番号	0765-52-2647	ＦＡＸ番号	0765-52-4440
担当者	坂本　聡美	Ｅ-mail	Satomi.sakamoto@pref.toyama.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 13	災害時の栄養・食生活支援体制について	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	管内市町行政栄養士との顔の見える関係づくりと災害時に初動から連携できる体制づくり 栄養・食生活支援初動対応（アクションカード）の検討・作成	
現状と課題	管内行政栄養士連絡会で災害時の栄養・食生活支援について定期的に議題のひとつとしていたが、具体的に何をしてよいかイメージがつかない状況であり、なかなか体制整備にまで繋がらなかった。	
事業の目的	発災後の県民の健康危機を最小限にするため、行政栄養士として災害時に必要な栄養・食生活支援について市町、保健所が協力して検討する。また、管内行政栄養士の顔の見える関係づくりを進め、有事の際にも初動から連携できる体制を構築することを目的とする。	
対　象	管内市町行政栄養士	
連携機関	石川県栄養士会	
実施時期	令和２年度～	予算財源　事業費：　千円、財源：
事業内容	【令和２～６年度】　管内行政栄養士連絡会の開催 ・「大規模災害時の栄養・食生活支援活動ガイドライン」を用いて、災害時の行政栄養士の役割を確認。各市町の災害時の体制等について情報交換 ・災害時に活動する団体は様々あり、栄養・食生活支援で活動する JDA-DAT や県栄養士会がどのような活動を行うのか、県栄養士会から講師を招いて研修会を実施。 ・災害時の応援派遣事例を共有し、災害派遣で大切にすること、事前に学ぶべきことを整理するため、災害派遣の取組事例から学ぶ。 ・令和６年能登半島地震における各市町の栄養・食生活支援について振り返り 【令和７年度】　管内行政栄養士連絡会の開催（３回/年） ・各市町や保健所、県の災害対応に関する現状について ・県内の他保健所で作成しているものを参考に、アクションカードの作成（市町行政栄養士の被災状況確認、特定給食施設等の対応、要配慮者支援の体制整備、支援要請、栄養・食支援に係る全体会議実施など） ・災害時のアレルギー対応について検討（相談窓口の開設や、担当課、備蓄の状況など） ※（1）資料添付　：無　（2）使用した ICT ツール：無	
評価　プロセス評価	アクションカードの作成をとおして、災害時に立地条件や地域性からどんなことが必要になるのか、なにが足りないのかを市町行政栄養士と具体的にイメージし、検討することができた。 発災時には初期からスムーズに連携することができるよう、担当名簿の整理と職場に登庁することが困難な場合も想定した連絡体制を構築した。	
評価　結果評価	管内版栄養・食生活支援初動対応（アクションカード）の作成 所内の地震等災害時初動マニュアル（各課業務編）に組み込み、災害時の保健所業務に栄養・食生活支援活動も位置付けることができた。	
課　題	人事異動等で担当が異動した際にも継続的にアクションカードの内容を確認し、適宜見直しや改定していく必要がある。防災計画や災害時マニュアル、アクションカード等の災害時対応の中に栄養・食生活支援活動を位置づけ、他職種にも専門職としてすべき業務内容を認識してもらう必要がある。	

工夫した点	市町行政栄養士と一緒に検討することで、市町の中でも具体的に体制について考えていくことやアクションカードの作成など検討してもらえるように働きかけた。

キーワード：災害時の栄養・食生活支援、体制整備、アクションカード

実施主体	石川県石川中央保健所	所在地	石川県白山市馬場 2-7
電話番号	076-275-2252	ＦＡＸ番号	076-275-2257
担当者	企画調整課　塚本	E-mail	e150903@pref.ishikawa.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 14	ふくい省塩プロジェクト推進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	「ふくい省塩プロジェクト」参画事業者数　10 事業者（立上げ初年度） 【第５次元気な福井の健康づくり応援計画（R6～R11）】 食塩摂取量の減少（20 歳以上）　男性 8.0g 未満　女性 7.0g 未満（R4 現状値：男性 11.9g　女性 9.9g）	
現状と課題	県民の食塩摂取量は減少傾向であったが、令和４年度県民健康・栄養調査で増加に転じ、目標から乖離している状況にある。生活習慣病による死亡のリスク要因として、食事因子では「塩分の高摂取」が最も高く、健康寿命の延伸に向け、効果的に減塩が進む体制づくりが必要である。	
事業の目的	県の健康・栄養課題を踏まえ、産学官等の連携・協働による食環境づくりの推進体として「ふくい省塩プロジェクト」（以下「省塩 PJ」）を立ち上げ、効果的かつ戦略的に「省塩」を進めることにより県民の健康寿命のさらなる延伸を目指す。	
対　象	食品製造事業者、食品流通事業者、メディア等の事業者、県内市町	
連携機関	食品関連事業者、食品関連団体、メディア（出版）、学術関係者（経済、栄養）、福井県栄養士会、福井県食生活改善推進員連絡協議会）、市町、健康福祉センター（県型保健所）	
実施時期	令和６年４月～令和７年３月	予算財源　事業費：　６６３千円 財源：国庫＋一般財源
事業内容	５月　市町への事業説明 ７～９月　食品関連事業者および市町対象 減塩の取組みに関する実態調査 ・減塩の取組みの現状、省塩 PJ に期待する取組み等について調査（200 事業者、17 市町対象に実施） ９～11 月　実態調査に回答があった事業者に対する個別ヒアリング（５事業者に実施） １、２月　「ふくい省塩プロジェクト」検討委員会 ・実態調査結果および県の健康・栄養課題を踏まえ、省塩 PJ のビジョン、活動内容、参画要件等を協議 ２月　市町職員等対象「食環境づくりの推進に関する研修会」 ・講演（「食環境づくりに関する国内外の動向と行政の役割」女子栄養大学　副学長　武見ゆかり氏）、県・市町の事例発表を実施 ３月　省塩 PJ 参画事業者募集説明会 ・事例紹介（株式会社サンプラザ（大阪府）　代表取締役社長　山口力氏）、省塩 PJ の概要説明を実施 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（Microsoft Teams、YouTube）　・　無	
評価 プロセス評価	・検討委員会の開催　２回 ・市町対象研修会の開催　１回（令和７年３月末までアーカイブ配信実施）	
評価 結果評価	・研修会の参加市町数　16 市町　【目標：全 17 市町】 ・省塩 PJ 参画事業者数　８事業者（令和７年４月時点）　【目標：10 事業者】	
課　題	省塩 PJ 参画事業者の拡大、省塩 PJ を活用した市町保健事業の推進、県民の省塩に対する意識向上および省塩の実践	
その他	「省塩（しょうえん）」とは、県民に減塩を前向きにとらえて取り組んでもらうよう「省エネ」とかけた福井県オリジナルの言葉である。	

工夫した点	・事業者への実態調査や個別ヒアリングを通じて、福井県の食環境（省塩）に関する現状と課題を整理 ・市町の保健事業に資する取組みとなるよう、市町の実態や要望の調査、事業説明・研修会を実施

キーワード：減塩、食環境整備、産学官連携

実施主体	福井県（一部業者委託）	所在地	福井県福井市大手３丁目 17－１
電話番号	0776-20-0352	ＦＡＸ番号	0776-20-0726
担当者	健康政策課　森川渚	E-mail	kenko-seisaku@pref.fukui.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 15	災害時における備蓄食に関する情報提供及び展示	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	平時からの食料備蓄の重要性や具体的な備蓄食品について、普及啓発を図る。	
現状と課題	令和５年度に実施した、「難病患者の生活に関するアンケート」結果より約５割が、「小児慢性特定疾病児童等の生活に関するアンケート」結果より、約４割が飲水・食料等の備蓄をしていない。	
事業の目的	特定医療費(指定難病)や小児慢性特定疾病受給者の中には、慢性疾患による特殊食品が必要な方や摂食・嚥下に課題がある方がいる。災害発生直後は、避難所で提供される食料が食べられない場合があるため、平時からの食料備蓄の重要性について普及啓発を行う。	
対　象	令和５年度～令和７ 年度 特定医療費(指定難病)・小児慢性特定疾病受給者及びその家族	
連携機関	―	
実施時期	令和５年度～令和７年度	予算 財源　事業費：０千円 財　源：なし
事業内容	【令和５年度】災害時の備蓄食についてのチラシ配布及び展示 ・特定医療費(指定難病)更新受付期間中の来庁者数：550 名 【令和６年度】災害時の備蓄食についてのチラシ配布及び展示 ・特定医療費(指定難病)更新受付期間中の来庁者数：741 名 【令和７年度】災害時の備蓄食についてのチラシ配布及び展示 ・特定医療費(指定難病)更新受付期間中の来庁者数：912 名 展　示：令和５～7 年度特定医療費(指定難病)更新受付期間中のみ実施 チラシ：令和５～6 年度は、特定医療費(指定難病)更新受付期間中の来庁者の中で希望する者へ配布 令和７年度は、特定医療費(指定難病)更新対象者(1,788 名)及び小児慢性特定疾病更新対象者(184 名)へ配布 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	災害時の食料備蓄に関するチラシの配布や展示を実施したことで、特定医療費（指定難病）受給者および小児慢性特定疾病受給者とその家族に対し、食料備蓄の必要性や具体的な備蓄内容について効果的に普及啓発することができた。	
評価 結果評価	令和５年度に調査を実施後、飲料・食料の備蓄状況について再調査を実施していないため、結果評価はできていない。	
課　題	令和５年度から実施している普及啓発の効果を検証するため、飲料水・食料の備蓄を行っている者の割合の変化や、備蓄内容の具体的な状況を把握する必要がある。	
その他	―	

工夫した点	・令和５～6 年度は、特定医療費(指定難病)更新期間中の希望者へチラシ配布を実施したが、令和７年度はチラシを管内の特定医療費(指定難病)・小児慢性特定疾病の全受給者へ配布を行い、広く普及啓発を行った。 ・単年度で終わるのではなく、継続して平時からの食料備蓄の重要性について普及啓発を行い、意識向上を図った。

キーワード：災害、備蓄食

実施主体	山梨県　中北保健所	所在地	山梨県韮崎市本町 4-2-4
電話番号	0551-23-3073	ＦＡＸ番号	0551-23-3075
担当者	健康支援課	E-mail	ch-hokenf@pref.yamanashi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

○令和７年度　備蓄食の展示

○令和７年度　災害時の食料備蓄に関するチラシ

令和７年６月 中北保健所作成

災害時に備えて、食品の家庭備蓄をしましょう

過去の経験によれば、災害発生からライフライン復旧まで 1 週間以上を要するケースが多くみられます。また、災害支援物資が３日以上到着しないことや、物流機能の停止によって、１週間はスーパーマーケットやコンビニなどで食品が手に入らないことが想定されます。

このため、**最低３日分～１週間分×人数分の食品の家庭備蓄**が望ましいといわれています。 特に、乳幼児、妊産婦、食べる機能(かむこと・飲み込みこと)が弱くなった方、慢性疾患の方、食物アレルギーの方は、**避難所で配られる食事が食べられない可能性**もあります。普段から災害時に備えて、食品の家庭備蓄をしましょう。

◆R5 年度実施「難病患者の生活に関するアンケート」結果(中北保健所管内分)より◆

◆災害時の食生活の注意点◆

①水分をしっかりとりましょう！

災害時、水道が止まると飲料水の不足やトイレ数の不足から、水分摂取を控えがちです。また、食事の量が減るので、食事からとる水分摂取が自然と減ってしまいます。水分が不足すると、脱水やエコノミー症候群、便秘などの原因にもなります。水分は意識してたくさんとるようにしましょう。

②しっかり食べましょう！

災害時は食事の回数も量も少なくなりがちです。暑さや寒さのなどのストレスや、非日常的な環境に負けない体力をつくるために、食事はしっかり食べましょう。食欲がない時には、エネルギーのある飲料や汁物、甘い食べ物を食べることから試してみましょう。

③身体を動かしましょう！

避難所生活では、身体を動かす量が減りがちです。気分転換もかねて、「脚や足の指を動かす」「かかとを上下に動かす」「室内や外を少し歩く」「軽い体操」など、こまめに身体を動かしましょう。

◆家庭備蓄の例～一般的な備蓄食品(１人分/日)◆

✓**栄養バランス**を考え、**家族の人数や好みに応じた備蓄内容・量**を決めましょう！

✓水は、**１人１日当たり３リットル**を目安に備蓄しましょう！

◆要配慮者のための食品備蓄のポイント◆

【高齢の方】
- レトルトやアルファ米のおかゆ
- インスタントみそ汁、即席スープ
- 好物の食品、飲み物　等

【食べる機能が弱い方】
- やわらかいレトルトご飯
- レトルトの介護食品
- とろみ調整食品　等

【慢性疾患の方】
- 代謝性疾患や高血圧 → 一般の方と共通した備えで、献立を工夫する
- 腎臓病 → 低たんぱく、低カリウムのレトルト食品、特殊食品を多めに備える

参考：「災害時に備えた食品ストックガイド」「要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド」
農林水産省大臣官房政策課 食料安全保障室 平成 31 年３月発行

No.16	若い世代（高校生）に対する食支援講座	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ②、③、⑦
指標と目標値	第４次長野県健康増進計画より ・適正体重を維持している者の割合（2029 年度：20 歳以上 66%） ・１日あたりの食塩摂取量（2029 年度：20 歳以上７ｇ未満） ・１日あたりの野菜摂取量（2029 年度：20 歳以上 350ｇ以上） 長野県食育推進計画（第４次）より ・食育に関心がある若い世代の割合（2027 年度：20 歳代男性 37%、女性 60%） ・若い世代の朝食欠食率（2027 年度：20 歳代 15%以下）	
現状と課題	・木曽郡内の全町村において高齢化率が 40%以上であり、従属人口を支える生産年齢人口の健康増進と疾病予防のために早期から適切な生活習慣を身につける必要がある。 ・特定健診結果から、男女ともに BMI25kg/㎡以上、HbA1c5.6%以上の割合が県より高い。 ・県民健康・栄養調査結果から、食事をするときに特に何も気をつけていない人の割合は 15～19 歳、20 歳代に多く、朝食を欠食する人の割合も同様の年代に多い。	
事業の目的	・食育の機会が減少する高校生の時期に健康的な食生活について学び実践することで、自分自身で望ましい食の選択、健康管理ができることを目指し、生涯を通じた健康づくりにつなげる。 ・核家族化、住民同士のつながりの希薄化などにより異世代交流の機会が減少している。そこで地元の食育ボランティアの協力を得ることで交流の促進を図る。	
対　象	木曽郡内Ａ高校２、３年生家庭科選択者	
連携機関	長野県食生活改善推進協議会木曽支部	
実施時期	【２年生】令和７年 10 月 27 日、28 日 【３年生】令和７年 11 月 10 日、13 日	予算財源 事業費：　38 千円 財源：　県（健康増進対策費）
事業内容	【２年生】「郷土食」をテーマに、講義（地域の郷土食紹介）と調理実習の全２回実施。 内容（一部）：〇郷土食紹介と試食　〇調理実習（五平餅、おおびらなどの郷土食メニュー） 【３年生】「健康づくり」をテーマに講義（自分の食生活を振り返る）と調理実習の全２回実施。 内容（一部）：〇BMI、食事チェック　〇朝食欠食、食塩・野菜摂取等について　〇塩分濃度の異なるみそ汁飲み比べ　〇調理実習（食塩、野菜量に配慮したメニュー） ※いずれも、食生活改善推進員の協力を得て実施（郷土食の説明及び調理補助） ※（1）資料添付　：　無　　（2）使用した ICT ツール：　無	
評価 プロセス評価	・家庭科教諭打合せ６回（メール）、食生活改善推進員打合せ３回（電話）を実施。打合せの意見を基にカリキュラムを作成し、実施することができた。 ・講座参加者数（生徒数）は延べ 12 名。	
評価 結果評価	・事後アンケートによると、参加した生徒全員が「郷土食」への関心と「減塩・野菜量に配慮した食事」の実践意欲が高まっていた。 ・異世代交流であることと、郷土食の継承への使命感が食生活改善推進員の活動意欲向上につながっており、令和８年度も講座への参画要望が出ている。	
課　題	本講座は家庭科選択者を対象としているため、選択しない生徒への介入ができない。	
その他	本講座は平成 17 年に「郷土食」をテーマに開始、平成 26 年から「健康づくり」も取り入れ実施。	

工夫した点	講義では自分で食生活等を振り返る時間を設け、自分事として捉えてもうらことを意識した。

キーワード：若い世代、望ましい食の選択、生涯を通じた健康づくり

実施主体	長野県木曽保健福祉事務所	所在地	長野県木曽郡木曽町福島 2757－1
電話番号	0264-25-2232	ＦＡＸ番号	0264-24-2276
担当者	小沢　瑞希	E-mail	kisoho-kenko@pref.nagano.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 17	**減塩対策推進事業**	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	食塩摂取量の減少　現状 9.1g（2022 年）→目標値 7.0g 未満（2034 年） 普段塩分の摂り過ぎに気を付けている人の増加　現状 56.5%（2022 年）→目標値 70%以上（2034 年）	
現状と課題	東濃圏域は県全体と比べ肥満該当者は少ない一方、高血圧有病者（予備群含む）が多く、県内で人工透析患者も最多である。食塩摂取量は 9.4g と県平均（9.1g）を上回るため、地域一体となった減塩対策が必要である。	
事業の目的	乳幼児期から高齢期まで切れ目ない減塩対策を推進するため、保育・教育・保健分野の関係者によるネットワーク構築を目的に検討会を開催する。 また、食品製造販売企業と連携し、消費者の行動変容を促す仕掛けづくりや減塩食品販売状況調査を行い、地域の食環境整備を推進する。	
対　象	東濃圏域５市の保育、教育、保健の部署に属する管理栄養士等、大学教員、スーパー、ドラッグストア食品製造企業	
連携機関	食品製造企業、スーパー、ドラッグストア、中京学院大学、管内５市	
実施時期	令和６年度～令和７年度	予算財源　事業費：３０　千円 財源：一般財源
事業内容	①東濃圏域減塩対策検討会 東濃圏域の健康・食生活の状況と課題、各機関における減塩対策の取組み、意見交換 ②岐阜県包括協定締結企業と協働した減塩キャンペーン スーパー（３店舗）において減塩食品コーナーの設置、食品製造企業（４社）による減塩食品の試食提供、保健所・市管理栄養士の栄養相談、食生活改善推進員による啓発、食品製造企業（４社）共同企画「減塩食品を購入して応募すると４社詰め合わせセットが当たる」 ③スーパー等における POP 掲示 減塩食品陳列棚に減塩を促す POP 設置 ④減塩食品販売状況調査 保健所及び市の管理栄養士が、スーパー６店舗を訪問し、減塩食品の販売状況を把握 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	・減塩キャンペーン参加人数　390 人 ・減塩 POP 設置店舗数　16 店舗 ・減塩食品販売数　85 品／6 店舗平均	
評価 結果評価	・保健以外の分野で栄養施策を担う管理栄養士等とも、地域の健康・栄養課題の解決のための連携の必要性を共有できた。 ・減塩食品販売状況調査を行った店舗に調査結果を還元し、減塩食品の販売を促した。	
課　題	検討会で議論した内容を実践につなげるような仕掛けづくりが必要である。 減塩食品販売調査を経年的に実施し、販売状況の推移を把握する。	
その他		

工夫した点	・岐阜県包括連携協定企業と保健所、市が協働し、健康課題の解決に向けた取組みを実施 ・食品製造企業４社が共同で減塩応援企画を実施

キーワード：減塩、食環境整備

実施主体	岐阜県東濃保健所	所在地	岐阜県多治見市上野町 5-68-1
電話番号	0572-23-1111	ＦＡＸ番号	0572-25-6657
担当者	安江	E-mail	yasue-aki@pref.gifu.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 18	静岡県賀茂地域におけるフレイル予防　～10 食品群チェック票の活用～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤
指標と目標値	第４次静岡県健康増進計画「低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者（65 歳～74 歳）の割合」 現状値　18.6%（2020 年度）、目標値　13%未満（2035 年度）	
現状と課題	当センターは伊豆半島南部に位置し、人口は 53,407 人(R7.5)、管内高齢化率は 46.8%（R7.4.1）と県平均の 30.9%を大きく上回り、県内でも有数の高齢化が進む地域。若年労働者を雇用する企業が少ない。特定健診データ（R4）を県と比較すると、賀茂地域は高血圧症有病者、習慣的喫煙者、噛みにくい又は噛めない、朝食欠食が週３回以上、毎日飲酒などの標準化該当比が男女とも高い。	
事業の目的	「10 食品群チェック」ツールを管内市町とともに作成・活用し、通いの場等で普及啓発を行うことで、地域の高齢者がフレイル予防のための食生活に関する知識を得て、行動変容につながることを目指す。	
対　象	通いの場参加者、サロン参加者、シニアクラブ、市町健康教室参加者等の管内住民	
連携機関	管内６市町（健康づくり担当部署、高齢者担当部署）、地域包括支援センター、健康づくり食生活推進員等食のボランティア団体、静岡県立大学　等	
実施時期	10 食品群チェック票の活用は、令和７年５月から（継続中）	予算財源　事業費： 財源：
事業内容	R6：管内６市町と咀嚼力・栄養・食品摂取の関連を分析。咀嚼低下群は緑黄色野菜、淡色野菜の摂取量が少なく、菓子類、油脂類、砂糖類等が多いことが判明。食品摂取の多様性は筋力や身体機能の低下リスクを下げるとの先行研究もあることから、食品の多様性に注目。噛めない人でも多様な食品を食べられるよう、適切な口腔ケアの啓発も併用し、効果的なフレイル対策を実施することとした。 R7：静岡県立大学の助言を得て、管内６市町と「10 食品群チェック」リーフレット等を作成。市町栄養士が通いの場等で、食品摂取の多様性の重要性を啓発し、望ましい食行動への行動変容を支援した。 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価 プロセス評価	・健康課題やデータ分析の結果から、必要な事業を考えることができた。 ・通いの場やサロンの関係者等と連携し、10 食品群チェックを啓発することができた。	
評価 結果評価	・高齢者が数日～１週間単位で自身の食事の傾向を確認し、食べていない食品の傾向に気づき、食品の種類を意識して食べることにつながった。 ・栄養士がツールを活用して説明することで、短時間で食事の偏りを可視化し、参加者の達成感につなげることができた。	
課　題	・マンパワー不足、栄養士不在でも定例的に食事のチェックが行えるよう、通いの場等でスタッフ・関係者にツールの活用方法を説明し、実施支援を行う。 ・10 食品群チェックはフレイル予防の視点のツールで、主食の摂取を前提とする旨を周知する。 ・噛みにくい人も多様な食品を摂れるよう、市町と連携し、調理形態の工夫、代替食品提案、嚥下配慮の献立例など具体的な働きかけを検討する。 ・メタボ予防からフレイル予防への転換を促す 50～60 代を対象に効果的な情報発信と実践支援を行う。	
その他		

工夫した点	データ分析の結果から、必要であると考えられた事業を企画した。 管内のデータを分析し、市町とともに事業を企画したことで、皆が主体的に取り組むことができた。 企画、実施にあたり静岡県立大学の先生に助言をいただきながら進めることができた。

キーワード：フレイル予防、10 食品群チェック、県保健所と管内市町との連携協働

実施主体	静岡県賀茂健康福祉センター	所在地	静岡県下田市中 531-1
電話番号	0558-24-2037	ＦＡＸ番号	0558-24-2169
担当者	宇津木　志のぶ	E-mail	kfkamo-kenzou@pref.shizuoka.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 19	**ナッジ理論を活用した食環境整備 ―事業所給食の利用者に野菜を食べてもらうための工夫―**		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ①,⑦
指標と目標値	半田保健所管内の特定給食施設に該当する事業所給食において、喫食者の健康のために給食に対して何らかの取り組み（野菜摂取量向上や減塩等）を行っていると回答した割合は 73.6%である。 今後は長期目標として 100%を目指す。		
現状と課題	喫食者の健康のための取り組みの中でも、野菜摂取量向上のための取り組みを行っていると回答した割合は 51.2%、ナッジ理論を活用している（野菜以外の減塩等の健康に関する取り組みも含む）と回答した割合は 10%にとどまり、いずれも高くない結果であった。		
事業の目的	ナッジ理論を活用した食堂利用者の野菜摂取量向上 ナッジ理論の有用性や容易性の検証及び啓発		
対　象	事業所食堂の利用者		
連携機関	特定給食施設（事業所、委託給食会社）		
実施時期	令和６年９月２日から令和６年９月２８日	予算 財源	事業費：０円 財源：０円
事業内容	カフェテリア方式の事業所に対して、９月の１か月間、野菜をメインとした副菜（小鉢）を、おいしそうに感じるような献立名に変更した。「健康」というキーワードをなるべく思い起こさせず、「ほくほく」や「しゃきしゃき」など五感に訴えかけるような献立名を採用した。 例：かぼちゃの煮物→ほくほくかぼちゃの煮物 前回のサイクルメニューにて提供された小鉢の売上数と、今回の売上数を、各日の来場者数で除した割合を比較した。 ※（1）資料添付　：有 （2）使用した ICT ツール　：無		
評価 プロセス評価	担当者から「献立名を変更するだけだったので負担が少なかった」との意見あり 事前に担当者と、県の野菜摂取状況やナッジ理論の活用例を説明して、今回の取り組みに対して同意を得た、その後どのように献立名を変更するか打ち合わせを行った。保健所からは変更例のみを提示し、実際の献立名の変更は事業所に一任して、作業の簡便さや負担感を検証した。		
評価 結果評価	調査期間の１７日のうち１３日（７６．５％）が、献立名を変更した小鉢の売上割合の方が多かった。 担当者からは、献立名を変更するだけだったので負担が少なく、これだけで効果があるとは驚きだったと意見が挙がった。		
課　題	１か所の施設で試験的に実施した取り組みであるため、今回の結果を踏まえて、さらに多くの事業所に同様の取り組みを実施し、再現性の確認が必要である。		
その他	今回のようなメニュー表示の工夫は、野菜摂取量向上だけでなく、減塩食品の選択や、適正なエネルギー量に設定されたヘルシーメニューの選択を促す可能性がある。		

工夫した点	ナッジ理論を用いて食材や味付けなどの変更は行わず、献立名だけを変更することで、事業所の少ない負担で、給食利用者の野菜摂取向上につながるようにした。

キーワード：ナッジ理論、野菜摂取量向上、自然に健康になれる、産官学連携

実施主体	愛知県半田保健所	所在地	半田市出口町１丁目４５番地４
電話番号	0569-21-3354	ＦＡＸ番号	0569-24-7142
担当者	池井戸拓也	E-mail	handa-hc@pref.aichi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

ナッジ理論を活用した食環境整備
―利用者に野菜を食べてもらうための工夫―

半田保健所では、事業所給食施設に対して、そっと後押しをして人々の自発的な行動を促す「ナッジ理論」を活用した食環境整備を行い、効果測定を実施しました。

検証　野菜をメインの材料としている小鉢を自然に利用者が選択することをねらいとして、普段の献立名から、おいしそうな献立名に変更すると売上は増加するか

対 象

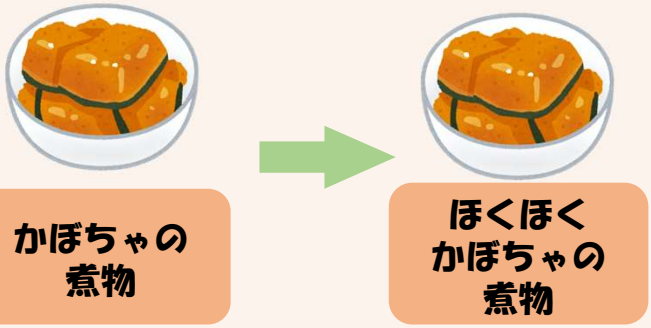
事業所食堂の利用者　約350名

期 間

令和６年９月２日から
令和６年９月２８日まで
➡土日祝日を除いた１７日

内 容

食材や味付けなどの変更は行わず、以下の例のように献立名のみをアレンジしました。



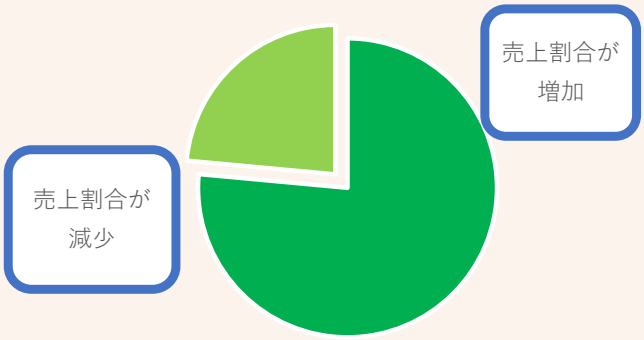
かぼちゃの煮物　➡　ほくほくかぼちゃの煮物

集 計

前回全く同じ献立を提供した日の対象小鉢の売上割合（売上数/来場者数）と、今回の売上割合を比較しました。

結 果

調査期間のうち１３日が、前回の売上よりも増加しました。



以上のことから、ナッジ理論を活用した献立名の変更は、喫食者の食事の選択に影響を与える可能性があることが分かりました。

★ご協力いただいた企業★
ファイザーファーマ株式会社（事業所）
コンパスグループジャパン株式会社（委託給食）
住所：武豊町

あいち食の健康チャレンジ

No. 20	**大学と連携した学生への食育啓発活動**	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ②⑦
指標と目標値	・バランスのとれた食事に気をつけている人の割合の増加〔20 歳以上総数　目標：増加(R11 年度)） ・朝食の欠食率の減少〔20～30 歳代男性・女性　目標値：各 15%(R11 年度)〕 ・食育に関心を持つ県民の割合の増加〔目標値 90%以上(R11 年度)〕出典：滋賀県食育推進計画(第 4 次)	
現状と課題	令和 4 年度滋賀の健康・栄養マップ調査では、子どもや若い世代における朝食欠食率や若い女性のやせ、働き盛り世代の肥満者の割合は増加傾向にあり、食育に関心を持つ県民の割合は減少傾向という状況である。また栄養については、食塩の過剰摂取や野菜の摂取量不足の課題があり、中でも 10～20 歳代の若い世代は他の年代よりも問題がある。	
事業の目的	学生が望ましい食事バランスについて学ぶことにより、自分の普段の食事について具体的にどうしたらいいのかに気づき、実践できることを目的とする。	
対　象	A 大学学生　25 名	
連携機関	A 大学、滋賀県健康しが推進課、公益社団法人滋賀県栄養士会	
実施時期	令和 7 年 7 月から 11 月	予算財源　事業費：　100 千円 財源：県子ども・若者基金、国庫、一般財源
事業内容	１．打ち合わせ 講義時間を活用し２回（２週連続）で啓発を行うこと、事前課題として学生に１日分の食事写真を提出してもらうことを決定した。 ２．啓発活動の実施 （１）学生は、事前課題として「1 日分の食事写真」の提出。 （２）第１回目：①食事バランスガイドを用いた講義、②食事写真を活用したグループワーク （３）第２回目：①推定野菜摂取量の測定会、②測定結果を活用したグループワーク ※学生の理解度等については、受講後アンケート調査を実施する。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	事前課題：食事写真 24 名提出　→朝食欠食者　10 名（41.7%） 第１回目：25 名参加、受講後アンケート：回収率(100%)、①理解度：よく理解できた(64.0%)、まあ理解できた(36.0%)、②今後の食生活で気を付けようと思うところはあった者 25 人(100%) 第２回目：23 名参加、受講後アンケート：回収率(100%)、①食生活の改善を意識した者 17 人(73.9%)、②食生活を実際に変化（改善）させた者 10 人(43.5%) 大学との連携により事業を展開でき、打ち合わせから開催までの時間、実施時期も計画どおり進めることができた。また受講後のアンケートも参加者全員の回収を得ることができた。	
評価 結果評価	２回の啓発を通じ、実際に食生活を変化（改善）させたと回答した者が約４割いた。今回の実施内容により、学生が望ましい食事バランスについて学ぶことにより、自分の普段の食事について具体的にどうしたらいいのかに気づき、実践することができた。	
課　題	より多くの大学等とも連携・協力し、若い世代（学生）の食生活の課題解決への効果的な啓発活動を行う必要がある。	
その他	本事業は、A 大学と県が包括連携協定を結んだことをきっかけに進められたものである。 今後も他部局との連携で、栄養の課題解決につながる施策を展開していきたい。	

工夫した点	事前課題として学生に 1 日分の食事写真を求め、その食事写真を活用したグループワークを行うことにより、学生が普段の食事について具体的にどうしたらいいのか気づけるように努めた。

キーワード：大学生、食事写真、食育啓発

実施主体	滋賀県東近江健康福祉事務所	所在地	滋賀県東近江市八日市緑町 8-22
電話番号	0748-22-1309	ＦＡＸ番号	0748-22-1617
担当者	清水	E-mail	ea32500@pref.shiga.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 21	事業所給食施設（社員食堂）における食環境整備の支援	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ① ⑦
指標と目標値	長期目標：高血圧者の割合の減少 中期目標：成人１日あたりの食塩摂取量の減少（男性 7.5g 未満、女性 6.5g 未満） 短期目標：事業所給食施設での食塩提供量の減少（１食あたり 3g 未満）	
現状と課題	山口県では、心疾患や脳血管疾患による死亡率が高く、そのリスク要因である高血圧や脂質異常症の人の割合も全国平均を上回っている。また、令和４年県民健康栄養調査の結果から、食塩の過剰摂取（成人男性 9.5g/日、女性 8.1g/日）及び野菜の摂取不足（234.3g/日）が課題となっている。そのため、働く世代が自然に健康になれる環境づくりとして、事業所給食施設の食環境整備を推進している。	
事業の目的	管内事業所給食施設（社員食堂）が、利用者に応じた健康的な食事（栄養バランスがとりやすい、野菜 120g 以上、食塩 3g 未満）を提供し、また、健康教育の場となるよう、食環境整備を支援する。	
対　象	管内事業所給食施設（社員食堂）	
連携機関	管内事業所給食施設、給食委託会社	
実施時期	令和７年７月から令和８年３月	予算財源　事業費：　千円 財源：
事業内容	事業所給食施設（社員食堂）での給食提供の状況把握及び食環境整備の支援 ・給食提供状況の把握（山口県特定給食施設等栄養管理状況報告書及び巡回指導の実施） ・汁物の塩分濃度測定 ・利用者に応じた食事を提供するための助言、ヘルシーメニュー（栄養バランスがとりやすい、野菜 120g 以上、食塩 3g 未満）の提供及び減塩実施の提案 ・栄養教育の媒体（啓発ポスター及びリーフレット等）の提供 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	・管内５事業所で巡回指導を実施。事業所担当者、産業保健師、給食（委託会社）担当者と、働く世代の健康課題について共有。利用者に応じた食事を提供するため、事業所と給食委託会社との連携について助言し、ヘルシーメニューの提供や減塩の実施を提案した。 ・汁物の塩分濃度を測定。塩分(測定値 0.7～1.3%)の見える化により、減塩への意識づけができた。 ・巡回指導実施後、電話やメール等により、給与栄養目標量の設定や献立作成について、継続的に助言。事業所担当者が、適正な栄養管理の実施に向け、改善に取り組む施設があった。	
評価 結果評価	・給与栄養目標量を設定している施設が増加。R6：３施設/５施設→R7：４施設(１施設検討中)/５施設 ・１食あたりの食塩提供量が減少。R6：2.3g～5.7g/４施設(未把握１施設)→R7：1.8～4.5g/５施設 ・１事業所で、味噌汁の減塩(味噌の使用量を減少)を実施。今後の段階的な実施については検討中。	
課　題	・事業所給食施設では、利用者の嗜好やコストを優先する傾向があり、ヘルシーメニューの提供や減塩に対して消極的であるため、事業所の意識向上が必要である。 ・事業所給食施設では、利用者がとった食事や調味料の量を把握することが難しく、家庭等での食事も個人により異なるため、ヘルシーメニューの提供や減塩実施の効果を検証することが困難である。	
その他		

工夫した点	巡回指導では、事業所担当者と給食委託会社担当者とが連携できるよう、情報共有を図った。また、巡回指導実施後も助言を継続し、事業所担当者との関係づくりに努めた。

キーワード：

実施主体	山口県宇部健康福祉センター	所在地	山口県宇部市琴芝町１丁目 1-50
電話番号	０８３６－３１－３２０２	ＦＡＸ番号	０８３６－３４－４１２１
担当者	伊藤　裕子	E-mail	a13220@pref.yamaguchi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 22	災害時栄養管理体制推進におけるアンケート調査の実施及び検討会の開催	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	・市町村地域防災計画の策定（改訂）に管理栄養士が関与する市町村を増やす。（R7:9.1%⇒R9：増加） ・平時の災害対策に管理栄養士が参画する市町村を増やす。（R7:4.5%⇒R9：増加） ・災害発生時に管理栄養士等が栄養・食支援業務に参画することになっている市町村を増やす。 （R7:36.4%⇒R9：増加）	
現状と課題	・市町村管理栄養士の多くが、災害時の食支援に対応することになっていない。 ・市町村地域防災計画の策定に市町村管理栄養士が関わっていない（関わる立ち位置になっていない） ・有事の際の食支援の実際が理解できていない市町村管理栄養士が多い。	
事業の目的	①　災害時における食支援に関するアンケート調査 市町村における栄養改善担当者における災害時食支援に関する実態を把握する。 ②　保健所における検討会の開催 調査結果を踏まえ、市町村管理栄養士の災害対策における資質向上を図る。	
対　象	市町村栄養改善担当者（市町村管理栄養士が未配置の自治体においては保健師等）	
連携機関	市町村	
実施時期	①　令和７年６月　　②令和７年12月	財源　事業費：　0　千円　　財源：
事業内容	①　アンケート調査の実施及び結果の共有 ・R7.4-5：アンケート内容については、県庁及び保健所担当者とともに作成 ・R7.6：県内２４市町村の栄養改善担当者の所属する部署にアンケートを実施 ・R7.10：災害時栄養管理体制推進事業研修会（県主催）において結果共有 ②　検討会の実施 ・日時：R7.12.16　午後２時から午後４時まで ・開催方法：集合型　　・参加者：管内管理栄養士11名、保健師１名 ・内容 情報提供：アンケート結果、各市町村の地域防災計画における食支援に関する事項等 グループワーク：災害対策における管理栄養士の位置づけ、現状の課題、課題解決にすべきこと等 ※（1）資料添付　：　有　・　無　（2）使用したICTツール　無	
評価　プロセス評価	・検討会参加率：9/13市町村(69.2%)　（育休中の市町村は出席者なし） ＜②事業後のアンケート結果より＞ ・情報提供の理解度「よく理解できた：54.5%」「理解できた：45.5%」	
評価　結果評価	検討会は継続して毎年実施し、３年目(R9)に①の内容のアンケートを実施し評価を行う。 ・市町村地域防災計画の策定（改訂）に管理栄養士が関与する市町村を増やす。（R7:9.1%⇒R9：増加） ・平時の災害対策に管理栄養士が参画する市町村を増やす。（R7:4.5%⇒R9：増加） ・発生時に管理栄養士等が栄養・食支援業務に参画することになっている市町村を増やす。 （R7:36.4%⇒R9：増加）	
課　題	管理栄養士未配置の町村があり、災害時食支援の重要性について理解を求めることが難しい。	
その他		

工夫した点	検討会はオンラインを併用せず集合型とし、対面で意見を言い合える雰囲気づくりと環境に配慮した。

キーワード：災害時食支援の実態、顔の見える関係性の構築、地域防災計画における食支援関係項目

実施主体	徳島保健所、県健康寿命推進課	所在地	徳島市新蔵町３丁目80
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	竹谷 水香	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 23	管内事業所における「測ってベジ＆骨活チャレンジ」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ⑦
指標と目標値	健康寿命の延伸 野菜摂取量の増加　目標 350g/日（健やか香川 21 ヘルスプラン第 3 次） 測定後のアンケートで生活習慣を改善したいと思うと回答した者の割合　60%以上		
現状と課題	健康寿命の延伸を実現させるためには生活習慣病等の発症予防や重症化予防、生活機能の維持が重要であり、若い時期から健康意識を醸成していく必要がある。しかし、従来の健康づくり事業では参加者が高齢者に偏っており、健康無関心層が多いとされる働く世代への介入が不十分であった。		
事業の目的	ベジメータ®等の健康測定器による生活習慣や健康状態の見える化により野菜摂取量の増加などの行動変容を促し、継続的な生活習慣改善と疾病予防につなげる。		
対　象	香川県西讃地区の事業所従業員（10～60 代）		
連携機関	香川県西讃地区の 2 事業所		
実施時期	①令和 6 年 10 月　②令和 7 年 10 月、12 月	予算財源	事業費：生活習慣・健康状態見える化事業 3,514 千円　財源：国庫支出金、一般財源
事業内容	事業所従業員に対し、ベジメータ®による野菜摂取量の測定機会を 2 回設け、行動変容を促した。 ①事業所による所内研修の一環として 2 回測定を実施 1 回目：管理栄養士による野菜を食べるコツ等の講話と野菜摂取量測定 2 回目：約 2 週間後に 1 回目の参加者とその他従業員に対し、野菜摂取量の測定 ②事業所食堂にて、野菜摂取量等の測定イベントを実施 ①、②ともに 1 回目・2 回目の各測定後にアンケートを実施した。 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無		
評価 プロセス評価	①1 回目は 3 グループに分けて講話と測定を行い、2 回目は測定時間を分けて少ない待ち時間で測定できるようにした。 参加者：1 回目　講義 84 名、野菜摂取量測定 72 名　2 回目　54 名（内、2 回測定者 45 名） ②食堂の副菜コーナーに野菜摂取を促進する POP を配置し、測定後すぐに行動変容できるよう促した。 参加者：1 回目　野菜摂取量測定 172 名　2 回目　157 名（内、2 回測定者 51 名）		
評価 結果評価	①2 回測定者のうち 1 回目より測定値が増加した者は 64%、最も推定野菜摂取量の少ない層は 2 回目で 11%減少した。また、生活習慣を改善しようと思う者は 87%、やや思う者は 13%であった。 ②測定者全体の結果平均が 2 回目で約 14%増加した。また、2 回目で摂取不足がある層の人数が減少し、推定野菜摂取量が 350g 以上の層が増加した。		
課　題	測定のための時間や場所を事業所で設けてもらう必要があり、連携できる事業所の拡大が必要。 2 回目測定後の継続的な生活習慣改善のためのアプローチが必要。		
その他			

工夫した点	事業所における健康づくりの取組として実施することで、健康に関心がない人も参加できるようにした。また、測定に加え講話等を行うことで具体的な行動についてイメージをしやすくするとともに、2 回の測定機会を設けることで行動の成果を見える化し、生活習慣改善の動機づけとした。

キーワード：働く世代、生活習慣・健康状態の見える化、野菜摂取量

実施主体	香川県西讃保健福祉事務所	所在地	香川県観音寺市坂本町 7-3-18
電話番号	0875-25-3082	ＦＡＸ番号	0875-25-6320
担当者	藤田　優香	E-mail	seisanhoken@pref.kagawa.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 24	高血圧予防対策「愛顔のハート、学び体験」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	健康づくり啓発事業に参加し、健康づくりに対する意欲が高まったとする参加者数を増加させる。	
現状と課題	愛媛県は心疾患の死亡率が男女ともに全国ワースト１（令和３年人口動態統計）であり、そのリスク因子となる高血圧有病者の割合も高いことから、愛媛県の健康課題を「高血圧」として取り組んでいるところである。しかしながら、令和４年愛媛県県民健康調査の県民１日当たりの食塩摂取量は平均10.1g であり、愛媛県第３次県民健康づくり計画等の指標である１日当たりの目標値７g 未満から 3.1g も上回っていることから、減塩対策を含む生活習慣病の改善の必要がある。	
事業の目的	本県の健康課題である「高血圧」の予防は、子どもの頃からの意識づけが重要であることから、子どもとその保護者を対象に、高血圧に関わる「心臓と血圧」「減塩」「禁煙」の３つのアクティビティからなる体験プログラム（愛顔のハート、学び体験）を実施し、子どものみならず家族の長期的な生活習慣病予防行動につなげる。	
対　象	管内小学校５・６年生とその保護者	
連携機関	実施小学校、町健康推進課	
実施時期	令和７年５月 27 日	予算財源　事業費：16 千円（県全体 685 千円） 財源：県費、一部国費
事業内容	全体でのオリエンテーション時に「心臓と血圧」を実施し、その後、グループに分かれ「減塩」「禁煙」の２つの体験プログラムを順番に実施。 （１）「心臓と血圧」 ねらい：心臓と血圧について基本から学び、高血圧がもたらす血管や心臓への影響を理解する。 （２）「減塩」 ねらい：塩分の高い食事や偏った食事が生活習慣病につながり、高血圧から心臓にも悪い影響をもたらすことを認識し、減塩やバランスの良い食事の大切さを知る。 （３）「禁煙」 ねらい：喫煙がもたらす健康への影響を理解し、生活習慣病や循環器疾患の予防のための禁煙を啓発する。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　(有)（ タブレット端末用アプリ「Smorkerface」 ）　・　無	
評価 プロセス評価	円滑に事業が進められるよう、事前に教育委員会や実施校と打合せを行った。また、実施にあたり多くのスタッフが必要となるため、養護教諭、栄養教諭、町の保健師及び管理栄養士と連携・協力して実施した。	
評価 結果評価	事業実施後、保護者と児童それぞれにアンケートを実施した。保護者、児童ともに全員が「高血圧やその予防のために大切なことがよく分かった・わかった」「今日学んだことを、生活に活かしたい」と回答した。また、児童全員が「今日学んだことを、家族や周りの人に伝えようと思う」と回答しており、児童を介した大人への生活改善が期待できる。	
課　題	・事業実施後のアンケート調査のみのため、生活習慣等への影響について中長期的に効果があるか確認する必要がある。 ・継続的な実施に向けた体制づくりを行う必要がある。	
その他	今後、学校や市町で広く展開していけるよう、実施方法や媒体をパッケージ化する必要がある。	

工夫した点	水風船を使った心臓の重さの体験、ストローを使った COPD 体験、料理カードを使った献立作成など、たくさんの体験活動を取り入れたこと。また、参観日等を活用して親子で参加できるようにしたこと。

キーワード：

実施主体	愛媛県今治保健所健康増進課	所在地	愛媛県今治市旭町１丁目４-９
電話番号	0898-23-2500	ＦＡＸ番号	0898-23-2531
担当者	上岡　舞	E-mail	ima-kenkozosin@pref.ehime.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No. 25	推定野菜摂取量の測定を活用した野菜摂取量の増加に向けた取組	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑦
指標と目標値	第３次佐賀県健康プラン目標値 ・野菜摂取量の増加（350g/日）	
現状と課題	令和４年県民健康・栄養調査において、県民の１日当たりの野菜摂取量は 239.7g であり、目標値である 350g に約 110g 不足している状況である。このため、県民の野菜摂取量の増加を図る必要がある。	
事業の目的	野菜摂取量を「見える化」することで、県民が自身の野菜摂取状況を客観的に把握できるようにし、野菜をより積極的にとろうとする意識の向上を図り、野菜摂取量の増加につなげることを目的とする。	
対　象	県民、事業所従業員　等	
連携機関	事業所、食生活改善推進協議会　等	
実施時期	令和７年８月～	予算財源　事業費：　4,158 千円（備品購入費） 財源：　一般財源（県単）
事業内容	○ベジメータ®を活用した推定野菜摂取量の測定会の開催 推定野菜摂取量の測定と結果説明、野菜摂取量を増やすためのアドバイスを行う。必要に応じ、アンケートや展示等を実施する。 県や保健福祉事務所の事業等において活用する。また、希望する事業所等にベジメータ®の貸し出しを行う。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（県公式ウォーキングアプリ「SAGATOCO」）　・　無	
評価 プロセス評価	・参加者数：延べ 1326 人（男性 479 人、女性 847 人） ・ベジスコア平均値：327（推定野菜摂取量 262g）男性 306、女性 338（男性がどの年代でも女性より低い） ・ベジスコア 438（推定野菜摂取量 350g）以上の者の割合：男性 6.4%、女性 19.1% ※R7.8.5～R8.1.13 測定分（性別・年代・スコアを把握している者のみ集計）	
評価 結果評価	第３次佐賀県健康プランの中間評価・最終評価時に評価予定。 ・野菜摂取量の増加（350g/日）	
課　題	複数回行わないと、野菜不足の改善につながったか評価しにくい。	
その他		

工夫した点	様々な事業やイベントと組み合わせて実施した。

キーワード：野菜摂取量

実施主体	佐賀県健康福祉政策課	所在地	佐賀県佐賀市城内 1-1-59
電話番号	（0952）25-7075	ＦＡＸ番号	（0952）25-7268
担当者	健康づくり･歯科保健担当	E-mail	kenkoufukushiseisaku@pref.saga.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 26	給食施設指導～オンデマンド形式での給食施設集団指導～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	管内給食施設における研修の受講率を向上させる。より良い給食を提供できる施設を増加させる。	
現状と課題	R6 年度栄養管理報告書より管内給食施設の中には研修の受講がない施設が 24%あることや給食施設への聞き取りにより本所が主催する研修会が唯一の研修の機会となっている施設もあることが分かった。また、集合型で研修を実施する場合には、受講者の業務との兼ね合いによる時間的制約があるほか研修会場から遠い給食施設もあり、全ての給食施設が受講しやすい環境整備が必要である。	
事業の目的	オンデマンド形式での研修の実施により受講者の都合の良い時間や場所での受講に加え、理解を深めたい場合の繰り返しの聴講、調理従事者だけでなく施設管理者の受講など様々な受講により、よりよい給食施設の運営の支援をする。	
対　象	給食施設従事者、管理者	
連携機関	秘書・広報戦略部 広報課、県北保健所 衛生環境課	
実施時期	令和 7 年 11 月 18 日～12 月 15 日	予算財源　事業費：　5　千円 財源：健康増進費
事業内容	集合形式の研修会の一部を録画（8 月 7 日）し、YouTube にて研修動画を公開した。（11 月 18 日～12 月 15 日）対象者へは郵送で開催通知を行うとともに、保健所ホームページに動画、資料（ダウンロード可）を掲載した。 内容：①情報提供「長崎県の栄養・健康の現状について」（5 分）②情報提供「管内給食施設の状況について」（8 分）③講話「給食施設の衛生管理について」（18 分） 評価：動画再生回数、アンケートにより実施。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：(有)（YouTube、Forms　　）　・　無	
評価 プロセス評価	栄養管理報告書の提出依頼に併せて研修会実施の周知を実施したことで全ての給食施設に効果的に研修会の周知ができた。受講後アンケートにより研修の出席状況、理解度などを把握した。	
評価 結果評価	アンケート提出数 個人：120 件、施設:72/128 施設(受講率 56.3%)、管理者受講施設：8/128 施設(受講率 6.3%) 動画再生回数：①233 回②194 回③267 回。アンケート提出数より再生回数が多い理由としてアンケート提出者以外が受講した可能性や繰り返し受講したと考えられる。アンケート結果より理解度は「理解できた」「おおむね理解できた」との回答が合わせて 100%であった。受講者からは「空いた時間に受講できた」、「繰り返し受講することで理解度が上がった」、「移動せずに受講できたので良かった」、「調理従事者全員が受講することができよかった」と概ね好評であった。また「動画の公開期間をもっと長くしてほしい」といった意見が挙がった。	
課　題	施設管理者の受講が少なかった。研修を受講しなかった施設について理由を分析し、今後の受講率向上を目指す必要がある。また、目的に応じて、集合形式並びにオンデマンド形式、どちらも利点を活かした研修企画が今後は必要。	
その他	今後は、集合形式で実施する研修会の事前学習としての活用も検討していきたい	

工夫した点	集合形式の研修の中から全ての施設に必要な内容を編集し、動画として公開した。また、動画を内容ごとに分け受講者が学びたい内容を繰り返し受講しやすくした。アンケートは Forms、紙媒体の 2 つを用意し受講者が回答しやすい方法を選べるようにしより多くの人が回答できるようにした。また、所属する施設名を記名してもらうことで施設ごとの受講状況を確認できるようにした。

キーワード：給食施設集団指導、オンデマンド、動画、受講しやすい研修、業務効率化

実施主体	長崎県県北保健所	所在地	長崎県平戸市田平町里免 1126-1
電話番号	0950-57-3933	ＦＡＸ番号	0950-57-3666
担当者	廣渡 のどか	E-mail	s10930@pref.nagasaki.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No.27	産学官連携によるくま塩ヘルシー運動「塩分控えめ弁当開発と販売」の推進	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	(複数回答可) ①
指標と目標値	くま食健康マイスター店の指定数の増加（目標：500 店舗/R11 年度）、県民の食塩摂取量の減少（目標：8.0ｇ未満/R11 年度）、県民の野菜摂取量の増加（目標：350g/R11 年度）	
現状と課題	県民の野菜摂取量は男性 267ｇ、女性 252ｇと約 100ｇ不足し、食塩摂取量は男性 10.3ｇ、女性 8.7ｇと超過している。また県民の約 2 割が外食を、約 4 割が中食を利用するなど食の外部化が進んでいる。 健康寿命の延伸に向け、自然に健康になれるような食環境の整備が重要である。	
事業の目的	県内全域に店舗があるスーパーマーケットと管理栄養士養成施設と県の三者が連携協働し「美味しく減塩できる弁当」の開発及び販売を通して、働き盛り期の県民の食環境整備をめざす。 働き盛り期をターゲットとし概ね 600 ㎉未満、塩分 3g 以下で「薄味を感じさせず、ボリュームもある満足感の高い弁当」を開発し販売につなげる。また、販売実績、消費者の反応を通して本取組をブラッシュアップし、好事例として食品関連事業者へ横展開を図る。	
対　象	県民（特に健康に関心の低い働き盛り世代）	
連携機関	大手スーパーマーケット、委託先：管理栄養士養成施設（食育サークル）	
実施時期	令和６年度、令和７年度	予算財源　事業費：300 千円（令和７年度）財源：一財
事業内容 ※令和７年度に実施分について記載	＜各機関の取組み＞　※①管理栄養士養成施設 ②大手スーパーマーケット ③県健康づくり推進課 ①食育サークルの学生を中心に、塩分控えめメニューの考案、弁当のネーミング検討 ②学生の考案メニューを踏まえ、弁当として販売可能になるまでの全工程を担当。食材の調達、複数回の試作、試食会の実施、イベントの会場提供及び県内各店舗での販売。 ③事業企画及び進捗管理（委託含む）。関係者連携に向けた顔合わせ会、複数回の調整会議の実施。マスコミ、SNS 等を活用した取組の周知。熊本県食環境整備推進連絡会議における好事例の横展開など ＜3 者で連携した取組み＞ ・塩分控えめ弁当開発に向け、定期的な打合せや随時メールでの情報共有を実施。 ・弁当販売に併せ、合同で減塩・野菜摂取啓発イベントを実施。 ※（1）資料添付　：　無　（2）使用した ICT ツール：　有（テレビ CM、県政ラジオ、Instagram）	
評価　プロセス評価	・働き盛り期をターゲットとしていたが、売価との兼ね合いもあり男性にとってはややボリューム感に欠ける仕上がりになった。また、野菜量についても目標の 120g を下回る結果となった。 ・食環境整備推進連絡会議において事例紹介を行い、他団体への波及を図った。	
評価　結果評価	・事業者の独自の取組として定着見込み（R8 年度以降）・県民の食塩摂取量の減少（R11 年度） ・県民の野菜摂取量の増加（R11 年度）・減塩弁当を取り扱う食品関連事業者の増加（今後把握予定） ・くま食健康マイスター店の指定数　223 店（令和 7 年 12 月時点）	
課　題	売価設定との関係から今回はボリューム面の課題が残ったため開発時に売価設定等も含めた意見交換を行う等、細やかなすり合わせを行う必要がある。また、年代別の購入状況については、データ提供を依頼するなどして確認する必要がある。今後、塩分控えめな弁当や食事が市場へ定着することを目指し、県内の食品関連事業者に継続的な働きかけを行う必要がある。また、消費者自身が望ましい食品選択ができるよう引き続き消費者に対する教育を行っていく必要がある。	
その他		

工夫した点	大学や企業と連携したことで、健康無関心層を含む幅広い世代の方に塩分控えめ弁当を手に取ってもらうことができた。また、食環境整備推進連絡会議の中で事例紹介を行い他団体への波及を図った。

キーワード：減塩、産学官連携、食環境整備

実施主体	熊本県健康づくり推進課	所在地	熊本市中央区水前寺 6-18-1
電話番号	096-333-2252	ＦＡＸ番号	096-383-0498
担当者	眞原　葉月	E-mail	mahara-h-dk@pref.kumamoto.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 28	おおいた食の環境整備事業～食の健康応援団　秋のお弁当キャンペーン～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①③⑦
指標と目標値	食塩摂取目標量　男性 7.5g 未満　女性 6.5g 未満　野菜摂取目標量 350g 以上 （第三次生涯健康県おおいた 21）	
現状と課題	県民の半数が中食外食を週に 1～2 日以上利用しており、利用頻度が多いほど野菜摂取量が少なく、食塩摂取量が高い。食塩摂取量　男性 14.8ｇ　女性 11.3ｇ　野菜摂取量　男性 257.0ｇ　女性 255.8ｇ （令和 4 年県民健康づくり実態調査）	
事業の目的	キャンペーンを通じ、弁当販売者には健康的な商品の開発・販売を促し、消費者には健康的な商品の認知・購入のきっかけを提供することで、中食分野における健康的な商品の定着・拡大・消費を目指す。	
対　象	県民（ターゲット：20 代～40 代の働き世代）	
連携機関	県型保健所、市町村、大分県栄養士会、トキハインダストリー、コープおおいた、イオン九州、東洋食品、地元インフルエンサー	
実施時期	令和 7 年 10 月 17 日～11 月 16 日	予算財源　事業費：　1,142 千円 財源：国　1/2　県　1/2
事業内容	【背景】令和 5～6 年度まで減塩弁当の普及啓発として、15 日間弁当にシールを貼り、アンケートに答えた方の中から抽選で 100 名へ 500 円の QUO カードＰａｙをプレゼンするキャンペーンを実施したが、期間が短く例年 13,000 食の販売にとどまっていた。他機関と連携、理解を得ることで期間や対象弁当を増やし、県公式健康アプリと絡めた事業展開を考えた。【内容】「食の健康応援団」に登録している店舗の対象弁当に、二次元コード付きのシールを貼る。購入者は、県公式健康アプリ「あるとっく」のミッションから、シールの二次元コードを読み取ると、「あるとっく」で使用できる抽選券を２枚獲得し、さらにアンケートに回答すると、抽選で当選した方に、QUO カード Pay（500 円分）プレゼント。 ※（1）資料添付　：（有）・　無 （2）使用した ICT ツール：（有）（県公式アプリ「あるとっく」　）　・　無	
評価　プロセス評価	県が「食の健康応援団」として登録している健康的な弁当の PR ができ、保健所や市町村との連携により、キャンペーン参加店舗の拡大に繋がった。さらに、地元インフルエンサーへの投稿依頼により、約 2.7 万人の県民へ情報発信が行えた。キャンペーンを契機に新しい弁当の開発に取り組む店舗もあった。また、令和 5 年度からの減塩弁当キャンペーンの実績を踏まえ、各社への働きかけにより、キャンペーン期間を従来の 15 日間から 1 か月間へ延長し、販売数も 2 万食以上増加した。	
評価　結果評価	弁当販売数　35,000 食以上　アンケート回答数　440 人 再購入意向　購入したいと思う 82%　やや思う 18%　思わない 1% 満足度　満足 74%　やや満足 24%　不満　2%	
課　題	キャンペーン以外も継続した健康的な弁当の購入を促すことが必要である。	
その他	－	

工夫した点	県公式健康アプリ「あるとっく」を活用し、ミッション達成に加え、アンケートを実施し、利用者のニーズや意見を把握した。さらに、アプリのダウンロードの促進を図るとともに、アプリ内でキャンペーン以外の健康情報の発信等を行った。

キーワード：うま塩もっと野菜、減塩、野菜たっぷり、エネルギー控えめ、食環境整備、弁当、健康、スーパー

実施主体	大分県	所在地	大分県大分市大手町３丁目１番１号
電話番号	097-506-2865	ＦＡＸ番号	097-506-1730
担当者	下田　祐子	E-mail	Shimoda-yuko@pref.oita.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	（可）・　不可		

食の健康応援団

秋のお弁当キャンペーン

あるとっく
－OITA－

ダウンロードはこちらから

Google Play で手に入れよう
Google Play
(Android)

App Store からダウンロード
App Store
(iPhone)

大分県公式健康アプリ『あるとっく』のミッションから
二次元コード読取＆アンケートにお答えください

開催期間 令和7年 10月17日～ 11月16日 まで

抽選で
QUOカードPay 500円 が当たる！

食の健康応援団 (2025年11月16日まで)
大分県
秋のお弁当キャンペーン
健康アプリ『あるとっく』のミッションから
二次元コード読取＆アンケートに答えると
抽選で QUOカードPay500円
が当たる！
「あるとっく」から応募
OPEN
応募期間 10/17～11/16
あるとっく －OITA－

このシールが目印！

No. 29	**食料品販売店と連携した減塩の実践に向けた取組**	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①、⑦
指標と目標値	第４次旭川市食育推進計画（令和５年度～令和９年度）において食塩摂取量の減少を指標のひとつとして定め、男性 13ｇ/日未満、女性 10ｇ/日未満を目標としている。	
現状と課題	旭川市民（20 歳以上）の１日あたりの食塩摂取量は、男性 14.8ｇ、女性 11.9ｇと高い水準にある（令和３年度旭川市栄養調査結果）。さらに、本市の各疾患の標準化死亡比（SMR）では、虚血性心疾患や腎不全による死亡率が特に高い状況である。これらの疾患の主要な危険因子である高血圧を予防・改善するためには食生活の改善が不可欠であり、特に食塩の過剰摂取を抑制することが課題となっている。	
事業の目的	本事業の目的は、市民が減塩を実践しやすくなるような働きかけを行うことであり、食料品販売店と連携して、適塩に関する正しい情報を提供したり、イベント開催により減塩食品の体験を促したりすることで、食料品を購入する場で自然と適塩を意識できる食環境を充実させることである。	
対　象	食料品販売店の利用客	
連携機関	市内食料品販売店６店舗、旭川食生活改善協議会	
実施時期	イベント：５月、７月、８月、10 月、12 月、１月 適塩等に係る情報の店内掲示：８月下旬～９月末	予算 財源　事業費：　－　千円 財源：
事業内容	①健幸イベント「あさしお適塩ライフ」の開催：減塩食品の試食、うす味みそ汁の試飲、減塩食品コーナーの設置、栄養士や保健師による適塩・野菜摂取（カリウム摂取）のアドバイス、減塩食品の配付等 ②店内掲示：市民が食料品を購入する際に、減塩食品や食品の栄養成分表示に目が向きやすくなるよう、店内に掲示物を設置し、情報提供を行う（市内６店舗で一斉に実施）。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（市ホームページ、市 SNS、市アプリ）　・　無	
評価 プロセス評価	・イベント：実施回数（年６回）、準備・運営状況（実施の都度、計画書を作成して円滑に実施できた）、参加者数（５月～10 月実施計 266 人）、参加者にブースごとにアンケートを実施（毎回）。 ・店内掲示：掲示店舗数（市内６店舗）、掲示期間（39 日間）、掲示内容（適塩、野菜摂取等）、店舗従業員に事後アンケートを行った。	
評価 結果評価	・イベント：市アプリや SNS、食料品販売店のチラシ等、様々な媒体による周知により集客があった。試食アンケートでは、減塩醤油と通常の醤油のいずれも、「おいしい」と答えた割合が同程度であった。参加者にとって減塩食品が味覚的に遜色なく、健康維持のための選択肢としても十分に魅力があると認識されることは、減塩食品の普及と適塩行動の促進につながる可能性がある。 ・店内掲示：店舗従業員へ任意の事後アンケートを行い、47 名から回答があった。結果は、掲示物があまり認識されておらず、効果が限定的であったと判断されるものであった。しかし、評価を通じて課題が明らかになり、次年度以降の改善に具体的な指針を得ることができた。	
課　題	イベントでは継続的な実施や参加者層の拡大、行動変容意図の測定が課題。 店内掲示は認知度や効果が限定的であり、掲示物の内容や配置、店舗従業員の協力体制の構築が必要。	
その他	イベント名の「あさしお適塩ライフ」は、量や程度が少ない塩（＝浅（あさ）い塩（しお））で、健康によい適切な量の塩を摂取する食生活のことを指す。	

工夫した点	イベント参加者には市の公式アプリである「あさひかわ健幸アプリ」のポイントを付与する仕組みとしたため、アプリユーザーを集客することができた。

キーワード：減塩、適塩、食環境整備、スーパー

実施主体	旭川市健康保健部	所在地	北海道旭川市７条通９丁目 48 番地
電話番号	0166-23-7816	ＦＡＸ番号	0166-26-7733
担当者	藤原	E-mail	kenkozukuri@city.asahikawa.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 30	食環境整備事業「もりおか元気サポート店」登録	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	① ⑦
指標と目標値	①適正体重を維持している者の増加（肥満者割合の減少）：男性 28.0%、女子 19.0%以下②食塩摂取量を減らす：１日の食塩摂取量 7.0ｇ未満③野菜の摂取量を増やす：１日の野菜摂取量 350.0ｇ以上④朝食を毎日食べる人の割合を増やす：90.0%以上 （第３次もりおか健康 21 プラン）⑤登録店舗数：登録可能店舗の５割	
現状と課題	① 脳血管疾患年齢調整死亡率は男女とも全国と比較して高い〈男性 140.9 女性 66.0（盛岡市 R2：人口動態統計)、男性 93.8 女性 56.4（全国 R2：人口動態統計特殊報告)〉②成人肥満者の割合（40～69 歳）は男女とも増加している〈男性 33.9%女性 22.6%（もりおか健康 21 プラン策定時 H25)〉、男性 37.5%女性 23.1%（第３次もりおか健康 21 プラン策定時 R5)〉③盛岡市国民健康保険における疾患別総医療費（R4）外来医療費の中で糖尿病が男女とも最も高い（1 位）④1 日の野菜摂取量は 280.0ｇ（岩手県 R4）と目標値の 350.0ｇに達していない。⑤1 日の塩分摂取量は 10.1ｇ（岩手県 R4）と目標値の 7.0ｇに達していない⑥朝食を食べる人の割合が減少している〈87.0%（第２次もりおか健康 21 プラン策定時 H25)、81.5%（第３次もりおか健康 21 プラン策定時 R5)〉	
事業の目的	市の健康課題である肥満や脳血管疾患、糖尿病等の発症予防対策のため、飲食店等が健康づくりをサポートできるよう支援し、市民が健康への関心の有無に関わらず利用しながら自然に健康になるための食環境整備を飲食店等と協働して行うことより、市民の健康的な生活習慣の推進を図り、健康づくりに資することを目的とする。	
対　象	市民	
連携機関	市内飲食店、弁当・惣菜販売店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア	
実施時期	令和７年８月～令和 10 年３月（継続予定）	予算財源：事業費：134 千円 財源：国庫補助金（1/2）一般財源（1/2）
事業内容	市内の登録要件を満たした飲食店等を「もりおか元気サポート店」として登録し、登録表示品を配布。登録店舗の利用及び健康情報へのアクセスにより、登録店並びに市民の健康増進を図る。 【登録要件】（1）店舗屋内全面禁煙（2）アンケート協力（3）健康情報の発信（4）健康に配慮した通年メニューの一品以上提供 ※（1）資料添付　：　(有)　・　無 （2）使用した ICT ツール：　(有)（　Forms、市 HP、X、LINE　　）　・　無	
評価 プロセス評価	１．登録店舗数：飲食店９店舗　コンビニストア 41 店舗（R8.1 現在） ２．店舗の意識変化：登録するにあたり、減塩調味料への変更や健康に配慮したメニューの追加など、店舗の意識変化が見られた。	
評価 結果評価	野菜の摂取量及び塩分摂取量については、もりおか健康２１プランの中間評価（R12）で把握予定。	
課　題	登録申請しやすいように内容を工夫し、登録対象店舗にチラシを郵送したが、登録店舗数増加につながらない現状にある。今後は、登録店舗数増加につながるよう、より取り組みやすく、わかりやすい内容等丁寧な周知が必要と思われる。	
その他		

工夫した点	登録しやすいよう申請に Forms 使用。店舗用の登録表示に二次元コードを貼り付け、店舗及び市民が情報を得やすいようにした。Google マップを活用し登録店舗を探しやすいように工夫した。

キーワード：食環境整備、バランスメニュー、野菜摂取、減塩、栄養成分表示

実施主	盛岡市保健所健康増進課	所在地	岩手県盛岡市神明町３番 29 号
電話番号	019-603-8305	ＦＡＸ番号	019-654-5665
担当者	袴田　麻里子	E-mail	kenkozosin@city.morioka.iwate.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

1．周知ポスター（協力店舗向け）

2．周知ポスター（市民向け）

3．健康に配慮したメニューの登録要件

健康に配慮したメニュー 選択要件

健康に配慮したメニュー		飲食店	弁当又は惣菜屋	スーパーマーケット	コンビニエンスストア
① バランスメニューの提供					
	1食あたり、主食・主菜・副菜の3つがそろって提供すること※	○	○	○	○
② 野菜たっぷりメニューの提供	(ア)～(ウ)のいずれか1つ以上				
(ア)	緑黄色野菜を含む2種類以上の野菜（きのこ、海藻、こんにゃくを含む）が1食あたり120ｇ以上のメニュー※	○	○	○	○
(イ)	1品あたりの70g以上の野菜を提供している（きのこ、海藻、こんにゃくを含む）※	○	○	○	○
(ウ)	サラダバーを提供している（きのこ、海藻、こんにゃくを含む）※	○			
③ 塩分控えめメニューの提供	(ア)、(イ)のいずれか1つ以上				
(ア)	食塩相当量が1食あたり2.5ｇ未満である	○	○	○	○
(イ)	減塩しょうゆ、滴下型しょうゆボトル、穴あきレンゲ等の塩分対策ツールの設置	○			
④ 朝食メニューの提供					
	朝9時までに開店し、朝食メニューとして主食・主菜・副菜の3つがそろっていること※	○			
⑤ 栄養成分表示					
	エネルギー及び食塩相当量表示をしていること	○	○	○	○

※は補足事項を必ずお読みください

4．登録店ステッカー

No. 31	健康寿命の延伸事業「野菜大好き！大作戦」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	（3）生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	（4）社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	（5）食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可）
指標と目標値	野菜摂取量（20～59 歳） 現状値（令和 5 年度）男性 242.2ｇ、女性 225.3ｇ 目標値 350ｇ ※墨田区栄養（野菜）摂取量調査（ＢＤＨＱ方法による）		
現状と課題	・前回調査（令和元年）の結果と比較すると、全体で約 37g 摂取量が減少 ・野菜料理を取る割合の減少（特に年齢が若いほど低い）		
事業の目的	寝たきりになる原因となる高血圧、心疾患、脳血管疾患等の循環器疾患の有病率を下げ、健康寿命を延ばすことを目標に、野菜摂取に着目した取組を推進する		
対　象	区民、保育園児及び保護者、給食施設など		
連携機関	保育園、小・中学校、各主管課、病院・事業所		
実施時期	平成 28 年度～令和 7 年度（継続）	予算 財源	事業費：１，０８３千円 財源：　一般財源
事業内容	区民の栄養（野菜）摂取状況を平成 28 年・令和元年・令和 5 年に調査により把握し、調査結果等をパンフレットにまとめて配布。区民の野菜摂取量をより増加させるため、保育園や小・中学校、関係各課、地域関係者と連携しながら普及啓発を推進する。簡単な野菜レシピを区ホームページや料理投稿のウェブサイトで紹介している。令和６年度からは、カゴメ（株）のベジチェックを年間レンタルして、保健所事業の食生活講習会や食育イベント、がん啓発イベント等で野菜摂取度の測定を実施し、野菜摂取増量の動機付けを行っている。また、区内保育園と保育主管課の食育の取組にもベジチェックを活用している。 ①野菜大好き！大作戦ＰＲパンフレットの作成・配布 区の「野菜大好き！大作戦」の取組について紹介するＰＲパンフレットを区内各所で配布。 ② 区内給食施設の取組紹介、野菜レシピ作成・紹介 区内の保育園や小・中学校、病院等で実践中の野菜摂取向上の取組及び人気の野菜レシピをホームページで紹介。また自宅で作れる野菜の簡単レシピをホームページ及び料理投稿ウェブサイトで紹介。 ③ 野菜摂取啓発活動 区民に対して健康事業、すみだ食育フェス等で、ベジチェック測定・パネル展示・リーフレットの配布等を通じて野菜摂取を啓発。また保育主管課と協力し、保育園児に対して栄養士や保育士による食育とベジチェック測定を組合わせた活動を行う。 ※（1）資料添付　：　有（野菜大好き！大作戦ＰＲパンフレット）・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（HP、LINE、COOKPAD）　・　無		
評価 プロセス評価	・区ホームページ等掲載レシピの閲覧状況 ・健康事業、イベント、保育園のベジチェック活用状況		
評価 結果評価	・ベジチェックの数値変化 ・栄養（野菜）摂取量調査の野菜（推定野菜摂取量）の変化		
課　題	健康無関心層へのアプローチ		
その他			

工夫した点	保育園児には食育と測定（野菜摂取レベルでの判定）をセットで行い、約２か月後に再測定している

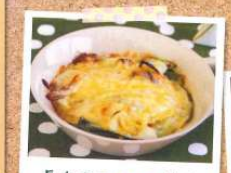
キーワード：健康づくり 健康寿命延伸　野菜摂取量　ベジチェック　野菜レシピ　食育

実施主体	墨田区健康推進課	所在地	東京都墨田区横川５－７－４
電話番号	03-3622-9165	ＦＡＸ番号	03-3623-2108
担当者	高橋 ・ 沼澤	E-mail	kenkousuishin@city.sumida.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

野菜を食べて健康になろう！ 野菜の取組＆野菜レシピ

区のホームページでは、野菜を使ったレシピや野菜摂取向上の取組について、紹介しています。区内施設で提供されているレシピや、時短レシピ、コンビニを上手に活用したレシピをたくさん掲載していますので、ぜひ作ってみてください！ 野菜レシピはクックパッドでも紹介しています。

- 区内施設のレシピ
  - 保育園、学校
  - 病院
  - 事業所等
- 野菜レシピ
  - 簡単調理レシピ
  - お弁当レシピ
  - コンビニ活用レシピ
- クックパッド
  - 野菜の簡単調理レシピ


長ネギのチーズ焼き

かぶと鶏肉の煮物

にんじんのみそきんぴら

ごぼうのコロコロ焼き

タコライス

バインミー

丸ごと玉ねぎ

野菜の春巻き

無断転載・複製禁止
この電子出版物に関連した著作物はイラストを使用しています。

発行：健康推進課 地域保健担当　発行日：令和7年3月　キャラクターデザイン：ほやのあやこ　編集：現代けんこう出版

健康寿命UP大作戦！ 野菜大好き！大作戦

墨田区民の健康寿命は東京都の平均よりも短く、寝たきりの原因となる高血圧、心疾患、脳血管疾患等の「循環器疾患」の有病率も高くなっています。
区では、区民の皆さんに「健康で不自由なく暮らせる期間」である「健康寿命」をのばして、いつまでも元気に暮らしていただくため、「野菜摂取」に着目して取組を推進しています。

墨田区民は野菜不足!?

野菜摂取推奨量は1日あたり約350ｇと言われていますが、令和５年度に墨田区民が１日に食べる野菜の量を調査したところ、232.8g（推定野菜摂取量）と、依然として国の平均摂取量より少ないことが分かりました。

前回（令和元年度）の調査結果と比べると、全体で約37gも減少しました。
目標の350gとの差がさらに広がりました。

令和５年度　墨田区の栄養（野菜）摂取量調査結果（BDHQ方法による）
- 有効回答数　区内在住で20～59歳の男女1000人（無作為抽出）のうち414人
- 調査時期　令和５年11月

「朝・昼・夕 ベジタベル30（サーティー）」って何？

推定野菜摂取量調査（28年度）の結果から1日に食べる野菜の量が「あと約100g足りない」ことがわかりました。1回の食事で100gの野菜を増やすのは大変ですが、毎食で約30gずつ食べれば理想の量に近づきます。そこで、「朝・昼・夕 ベジタベル30」をスローガンに、すみだの「野菜大好き！大作戦」を展開しています。

30gの野菜の例

墨田区

野菜のチカラで生活習慣病をやっつけろ！

生活習慣病ってなに？

日本人の３大死因といえば、がん・心疾患・老衰です。そして、がん・心疾患を引き起こす原因として、高血圧・糖尿病・脂質異常症・動脈硬化などが知られています。これらの多くは「生活習慣病」と呼ばれています。言葉のイメージから、たいしたことがないと受け取る人もいますが、放置して悪化すると死にいたる危険があることを忘れてはいけません。

高血圧 ／ 糖尿病 ／ 脂質異常症 ／ 動脈硬化
↓
心筋梗塞、脳梗塞など命に関わる危険性が！

栄養素のはたらきとバランス

栄養素のはたらきを車に例えると、炭水化物と脂質は車のエネルギー源となるガソリンにあたります。たんぱく質は筋肉や血液のほか、骨や皮膚をつくる基になることから、車のボディといえるでしょう。また、体の調子を整えるビタミンやミネラルは、オイルに例えることができます。

これらのバランスが悪いと、車が上手く走れないように、栄養素のバランスが崩れると、思うように体が動かなくなってしまいます。

野菜に秘められたチカラ

生活習慣病は、野菜を積極的にとることで予防できることが知られています。たとえば、食物繊維は、脂質やコレステロールの吸収を緩やかにします。β-カロテンは体内でビタミン A に変わり、皮膚や粘膜を丈夫にしたり免疫力を高めたりします。

また、カリウムは体内の余分な塩分を排出しやすくする作用があります。このように、野菜には私たちの体を健康に保つはたらきがあるのです。

1日にとるべき350g ってどれくらい？

なぜ野菜を350ｇ食べるとよいの？

国民健康・栄養調査のデータをもとに野菜をどれだけ食べればカルシウム・カリウム・ビタミン C・食物繊維等の栄養素を十分に確保できるか解析を行った結果、350ｇという数字が出されました。

また、１日 350ｇの野菜を摂取することで、高血圧や糖尿病の予防にも効果があることが報告されています。

毎食、主食・主菜・副菜をそろえましょう

栄養バランスのよい食事とは、炭水化物、たんぱく質、脂質、ビタミン、ミネラルなどが偏りなくとれる食事のこと。主食、主菜、副菜をそろえ、多様な食品をとることが大切です。

1食のなかで、主食、主菜、副菜を！

塩分にも気をつけましょう

令和５年国民健康・栄養調査では全国平均食塩摂取量は、１日あたり 男性10.7g、女性9.1gでした。

１日あたり食塩摂取目標量
男性7.5g未満　女性6.5g未満です。
※高血圧及び慢性腎臓病（CKD）の重症化予防のためには、男女とも１日あたり6.0g未満を目標とする。

減塩のコツ

【 調理する場合 】
- 薄味でもおいしくなるように、だし（うま味）を利用する
- みそ汁は野菜たっぷりにして汁の量を減らす
- 旬の物や新鮮な食材を使い、持ち味を生かす
- 味付けにレモンや酢などの酸味、わさび、辛子などの香辛料を使う

【 外食・中食の場合 】

高塩分のものを避ける	めん類は汁を残す	塩分ゼロの白飯を
ドレッシングやソースは使わない、または減らす。みそ汁は１日１杯程度に。	カップめんの塩分は約5.5gもある。汁を全部残せば２～３g減塩できる。	おにぎり、おすし、パンには塩分がある。白飯（パックごはん）なら塩分0g。

No. 32	食環境づくり事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ①②⑦
指標と目標値	第３期健康横浜２１（詳しくは、計画の第３・４章を参照）※評価する年度：令和 14（2032）年度 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上 ほぼ毎日食べている市民の割合：50%以上 栄養バランスのよい食事を選択できる環境づくりに資する取組を行っている店舗数：145 店舗以上		
現状と課題	①　栄養バランスの良い食事をする市民が減少している。 ②　脂質異常症 LDL（悪玉）コレステロールが高い。（特に男性） ③　男性の体重増加（20 歳から 10 ㎏以上増えている人の割合）が全国平均より多い。		
事業の目的	横浜市健康増進計画及び横浜市食育推進計画に基づき、関係機関並びに民間団体・民間事業者等と連携して「食育」を推進し、健康への関心の有無にかかわらず、誰もが栄養バランスのよい食事を選択できる食環境づくりを進めることを目的として実施する。		
対　象	区内食品関連事業者（スーパー、飲食店、給食施設等）、横浜市民		
連携機関	国立大学法人お茶の水女子大学、食育推進検討部会（学識経験者、保健医療専門家、健康に関連するボランティア団体・食品関連事業者等企業の各種団体の代表者）		
実施時期	令和６年度～継続中	予算 財源	事業費：8942 千円（R6、R7 の総額） 財源：一般会計、国庫補助
事業内容	１　ハマの元気ごはん提供店登録制度の推進 健康への関心の有無にかかわらず、誰もが栄養バランスのよい食事を選択できる食環境を整えることを目的とし、横浜市が定めた栄養バランスのよい１食の栄養価の基準を満たした食事を提供する店舗を登録する制度を創設し、登録店舗拡大のための登録勧奨や市民への広報を実施。 ２　栄養バランスのよい食事についての普及啓発 食環境づくりを進めるとともに、栄養バランスのよい食事について理解し、実践する市民を増やすための普及啓発を実施。 (1) 講座や教室等における、「栄養バランスのよい食事」や「規則正しい食生活」について具体的でわかりやすいリーフレットを活用した啓発 (2) 手のひらで野菜摂取量を推定する機器で、推定野菜摂取量を見える化し、栄養バランスのよい食生活についての普及啓発を実施 ※（1）資料添付　：　無 （2）使用した ICT ツール：　無		
評価 プロセス評価	・局と 18 区が連携し、登録店舗の勧奨を実施。 ・ホームページ、SNS 等で登録店舗の PR を実施。 ・登録制度の紹介用動画を作成し、各区のデジタルサイネージや研修会等で PR を実施している。		
評価 結果評価	結果評価については、令和 10 年度に中間評価を実施予定。「ハマの元気ごはん提供店登録制度」については、令和６年度 10 月から実施しているため、令和７年度末に経過を確認する予定。		
課　題	食品関連事業及び市民に対して、登録制度の効果的な PR の場、PR 方法を検討中。		
その他	第３期健康横浜２１：https://www.city.yokohama.lg.jp/kenko-iryo-fukushi/kenko-iryo/kenkozukuri/21/naiyo/3rd/kaitei.html ハマの元気ごはん提供店登録制度：https://www.city.yokohama.lg.jp/kenko-iryo-fukushi/kenko-iryo/kenkozukuri/kankyodukuri/hamanogenkigohan.html		

工夫した点	食環境づくり事業を始めるにあたり、実施の２年前から学識経験者、食品関連事業者と制度の基準について検討し、１年前に食品関連事業者と連携しモデル事業を行い、実装できるかを検証した。

キーワード：食環境づくり

実施主体	横浜市健康福祉局	所在地	横浜市中区本町 6-50-10
電話番号	045-671-2454	ＦＡＸ番号	045-663-4469
担当者	鈴木礼子、山田薫	E-mail	kf-kenkouyokohama@city.yokohama.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可		

No. 33	健康教育事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	(複数回答可)
指標と目標値	富山市健康プラン21（第３次）の推進（運動習慣者・歩数の増加など） ・日常生活における歩数の増加（指標：1日歩数が 3,000 歩未満と回答した者の割合） 【現状値】 男性 28.9% 女性 35.5% 【目標値】 男性 24.0% 女性 31.0% ・スマートウエルネス推進事業の推進（骨祖しょう症健診受診率の向上） ・骨粗しょう症検診受診率の向上（指標：骨粗しょう症健診受診率）【現状値】 14.5% 【目標値】 24.0%	
現状と課題	国が定める方針に沿って、令和6年度から令和17年度までの「富山市健康プラン21（第3次）」を策定したところである。この策定に際して、健康づくりに関する市民意識調査を実施し、その結果から見えてきたポイントの一つに、歩く頻度が少ないことが挙げられた。特に就労世代が意識的に身体を動かしていない結果から、「栄養・食生活」「身体活動・運動」の観点から健康づくりへの関心を高め、実践へつなげる支援が必要である。	
事業の目的	(1)生活習慣病（骨粗しょう症を含む）予防のための適切な生活習慣（運動・食事）を理解できる（健康教室①②） (2)適切な生活習慣のための目標を設定し、振り返ることができる（健康教室②③） (3)歩数が増加する（健康教室③）	
対 象	富山市北エリアの地域住民（定員20名程）	
連携機関	富山市医師会、食生活改善推進員、保健所地域健康課、公益財団法人富山市スポーツ協会	
実施時期	令和6年10月、令和７年2月	予算財源：事業費：健康教育事業費 報償金 35 千円 栄養指導材料費 6千円 特定財源：県支出金 健康増進費補助金
事業内容	・健康チェック（骨密度測定、血圧測定）健康教室①、②、③ ・医師講話 「医師に学ぶ!生活習慣病予防とは」健康教室① ・栄養士講話「運動力を引き出す食事のコツ～管理栄養士とミニクッキング～」健康教室① ・栄養士によるミニクッキング「スキムミルクごはんでおにぎり作り」（食生活改善推進員協力）健康教室① ・健康運動指導士「お楽しみコースで健康ウォーキング」健康教室② ・健康運動指導士「運動力アップ!お楽しみレクリエーション」、ニュースポーツの実施。健康教室③ ※（1）資料添付 ： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無	
評価 プロセス評価	参加者21名 ・実技（ミニクッキング）では、自分で簡単に作れることや、骨粗しょう症予防に有効な栄養素を補えられることを体験、実感してもらえた。 ・専門職による運動指導で、正しい運動の仕方を学べた。	
評価 結果評価	・管理栄養士による講義と実技（ミニクッキング）を取り入れたことで、参加者の意識改善が見られた。（実施したアンケート結果より、牛乳・乳製品、カルシウムを多く含む食品の摂取量が増えた。） ・3回の教室を通して、日常生活に運動を取り入れる頻度が増えた。	
課 題	・参加者以外の住民にも健康情報を発信していくことが必要。	
その他		

工夫した点	・馴染みのある「おにぎり」を題材として使うことで、食事面からの骨粗しょう症予防への関心を高められた。 ・自分が住んでいる地域のウォーキングコースを設定したことで、地域密着型の教室になった。

キーワード:

実施主体	富山市北保健福祉センター	所在地	富山県富山市岩瀬文化町 23-2
電話番号	076-426-0050	FAX番号	076-426-9210
担当者	平井	E-mail	hirai.misako.72@city.toyama.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 34	食育推進講習会　牛乳の大切さを知ろう	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	「名古屋市食育推進計画」に基づき、年２回以上保健センターが地域において食育に取り組む団体、企業、大学等と連携し、食育の広がりを目指し、食育への関心のある人と取り組みをしている人を増やす。	
現状と課題	・名古屋市が行っている食育に関するアンケートでは「栄養バランスを考えた食事の実践度」が女性（63.6%）より男性（44.4%）の方が、10 台～30 代は他の年代よりも意識が低い傾向がある。（10 代 37.8%、20 代 41.9%、30 代 49.2%、40 代～50%以上）小学生の保護者である世代や数年後自立する小学生に給食がない期間、家庭の食事で栄養バランスを整える手法を伝える。	
事業の目的	・保護者の給食の栄養管理の依存が強く、学校給食で牛乳を飲用している児童の休み期間中の摂取量低下に対し、企業との協働による食育講習会で家庭で行う栄養バランスを考えた食事を親子で楽しく学ぶ。	
対　象	名古屋市守山区内　小学生とその保護者	
連携機関	雪印メグミルク株式会社　中部支店　中部 CR 企画推進室　食育担当	
実施時期	令和７年７月２２日（火）10 時～12 時	予算財源　事業費：　13,219　千円 財源：食育の総合的推進
事業内容	・「牛乳の大切さを知ろう」雪印メグミルク株式会社　管理栄養士講話 ・「カルシウムが多い食べ物を知ろう」守山保健センター　管理栄養士講話 ・他都市の給食体験（試食メニュー：揚げパン、牛乳、豆腐スープ、キャベツとみかんのサラダ） ※試食のみで実習はなし、栄養バランスランチョンマットで確認 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（市公式 HP、区 LINE、LOGO フォーム　）　・　無	
評価　プロセス評価	「牛乳」が、どのような過程を通じて味わうことができるかを企業から学ぶことに「食育」としての意義があり、保健センターの管理栄養士からは成長過程にある児童とその保護者には牛乳だけではなく食べてほしい食品の紹介をすることで栄養の知識の向上と食の大切さを伝えることができた。	
評価　結果評価	参加者は低、中学年だったので、企業の方も対象に合わせた話だけでなく、クイズの実施で、楽しみながら学ぶことができた。給食体験の時間では、通常とは違い自分の分は自分で盛り付けることで必要量を実感してもらえた。保護者も家庭では気が付かない児童の食行動を見る新鮮さと食事の意義を楽しく学んでもらい有意義なものとなった。	
課　題	参加することで知識の向上は、理解度で測れたが、参加した児童が休み期間に「牛乳」を摂ることができたか、家庭での栄養バランスの実践ができたかは確認できなかった。媒体に、記録用紙等の配付で保護者へ意識づけを実施するなど次回は行いたい。	
その他	学校には栄養教諭が在籍するが、２校に１名で業務を行っているため家庭での栄養管理の助言をすることを保健センターと手分けすると効率的である。経費や内容の充実だけでなく、ライフコースアプローチと食育を考えても必要と思われる。	

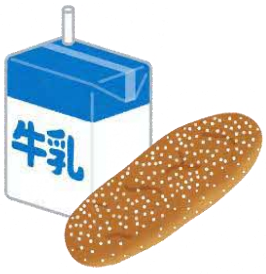
工夫した点	市公式ＨＰだけでは参加者が少ないと考え、LINE での広報や参加したくなるチラシの作成を心がけた。

キーワード：栄養バランスの実践　若い世代への食育　ライフコースアプローチ

実施主体	名古屋市守山保健センター	所在地	名古屋市守山区小幡一丁目３番１号
電話番号	052－796-4624	ＦＡＸ番号	052－796-0040
担当者	保健予防課　長谷部真子	E-mail	a7964624@moriyama.city.nagoya.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

雪印メグミルク（株） ねん　守山保健センター くみ

小学生じかんわりひょう

		火	【日にち】令和７年７月22日
受付 9:45 ｜ 10:00		【参加費】 無料	【場所】 守山保健センター　栄養室
1	10:00 ｜ 10:45	生活	牛乳の大切さを知ろう （雪印メグミルク株式会社）
2	10:50 ｜ 11:15	家庭科	カルシウムが多い食べ物を知ろう （守山保健センター管理栄養士）
給食 11:15 ｜ 終了 12:00		【予定献立】※スタッフが調理します。 揚げパン、牛乳、豆腐スープ、 キャベツとみかんのサラダ	
申し込み 小学生対象 先着16組		右記の二次元コードから 令和７年７月11日（金） ～18日（金）まで	

- 持ち物：エプロン、マスク、三角巾、手拭きタオル、筆記用具、お茶
- 問合せ：守山保健センター保健予防課　管理栄養士　☎052-796-4624

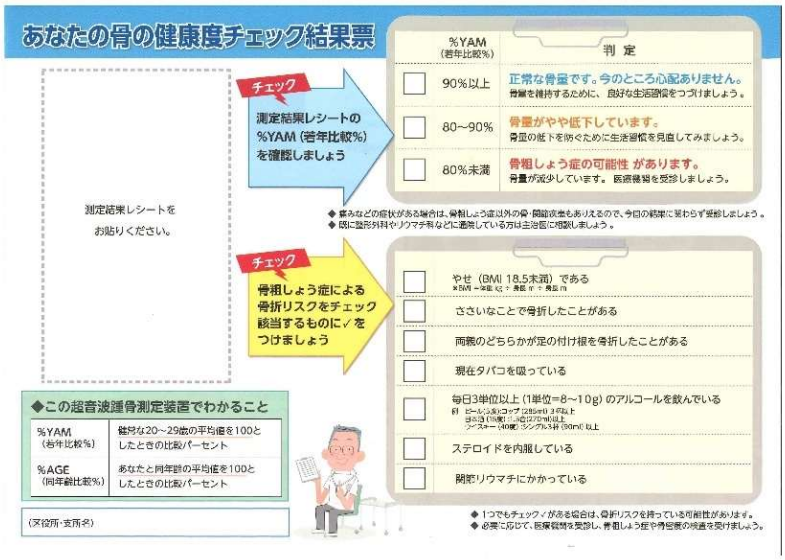
No. 35	妊娠中・子育て中女性を対象とした骨粗しょう症予防啓発	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ②、③、⑦
指標と目標値	令和6年度より地域における健康づくり事業に係る重点取組として骨粗しょう症予防を掲げ、広く市民に啓発する。（数値目標値の設定は行っていない。）	
現状と課題	京都市では、各ライフステージに応じた健康教室やイベント会場等で骨密度測定等を行い、骨粗しょう症予防を啓発している。骨粗しょう症の予防のためには、若い時期により高い骨量を獲得することが重要であるが、京都市において20歳・30歳代女性における「やせ」の課題が大きく、将来的に骨粗しょう症につながるリスクを抱えている。令和6年度に伏見区役所深草支所で実施した、乳幼児親子向けイベント及び離乳食講習会に参加した保護者、3歳児健診の付添い保護者（合計50名）に対し、試行的に骨密度測定を実施した結果、若年層でのYAM値（若年比較%）が90%未満の者が83%を占め、骨量減少または骨粗しょう症の可能性と判定であり、若年女性において顕著な低骨密度の可能性がある。※本市の骨密度測定は超音波踵骨測定装置を用い、判定区分は次のとおり。正常：YAM値90%以上、要注意：YAM値80～90%未満で骨量減少の可能性、80%未満で骨粗しょう症の可能性	
事業の目的	若年女性の低骨密度の状況を踏まえ、乳幼児健診等の母子保健事業の機会を有効に活用し、妊娠中・子育て中の女性の骨密度の実態を把握し予防啓発を行う。若年期からの骨の健康意識を向上し、将来的な骨粗しょう症の発症リスクを低減する。	
対　象	伏見区深草支所管内在住の20代～40代女性	
連携機関	連携課：伏見区役所深草支所　子どもはぐくみ室	
実施時期	令和7年7月～11月	予算財源：事業費：50千円（報償費、通信運搬費） 財源：地域における健康づくり事業予算
事業内容	1．プレパパママ教室、乳幼児健診の待合時間もしくは終了後に骨密度測定・啓発 当日に骨密度測定を案内し、希望者のみ測定を実施した。 2．20代～40代の女性対象骨粗しょう症予防教室※子連れ参加可能 骨密度測定を実施後、小児科医の講話、健康運動指導士による運動指導、管理栄養士による食生活の講話を行った。 3．深草ふれあいらんどでの希望者へ骨密度測定・啓発（乳幼児親子向けイベント） ＜3事業に共通＞身長、体重、小児期～学童期の運動習慣の有無と詳細、カルシウムを多く含む食品の摂取頻度についてアンケートを行った。また、測定後に保健師・管理栄養士より資料を用いて結果の説明と骨粗しょう症予防のための情報提供を行った。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用したICTツール：[有]（　教室のみ　教室申込時に伏見区HP、Kintone、formbridge）・無	
評価 プロセス評価	合計100名（世代別内訳：20代23名、30代57名、40代20名）の骨密度測定を行った。乳幼児健診では、事前に骨密度測定の案内はせずに、健診の当日受付時や待ち時間に測定勧奨を行った。骨粗しょう症予防教室は、区のHPに掲載し、インターネット申込も可能としたが、参加者数が9名と少なかった。	
評価 結果評価	100名のうち、BMI18.5未満9名、BMI18.5以上25未満69名、BMI25以上17名、BMI算出不可（未回答）5名であった。（20・30代のみではやせ7.5%）また、YAM値について、90%以上が31名、80%以上90%未満が29名、80%未満が40名であった。年代が上がるにつれて、骨密度低下の割合が大きくなった。（グラフ参照）また、骨密度測定の結果やアドバイスを受け、生活を改善しようとする参加者の声もあった。	
課　題	多忙な子育て世代に啓発をするにあたって、集合型の教室では参加者を集めにくいことが分かった。	
その他	体験型で骨密度測定の結果がその場ですぐわかるため、想定よりも多くの保護者が測定を希望し、啓発につながったと考える。食生活や運動習慣等のアンケート結果については、今後分析を行う。	

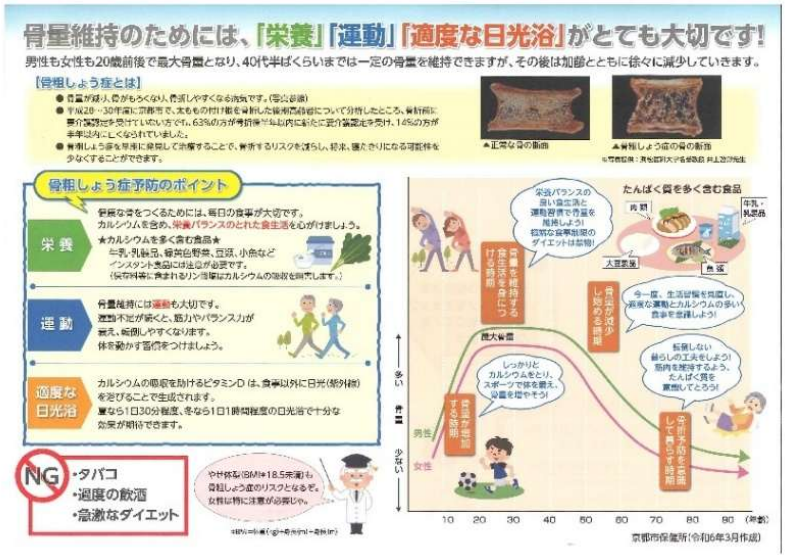
工夫した点	○乳幼児健診や親子向けイベント等、ターゲット層が深草支所に足を運ぶタイミングの“ついで”に測定ができる等、無関心層にも届けられる工夫を行った。

キーワード：骨粗しょう症予防、若年女性、他課既存事業との協働

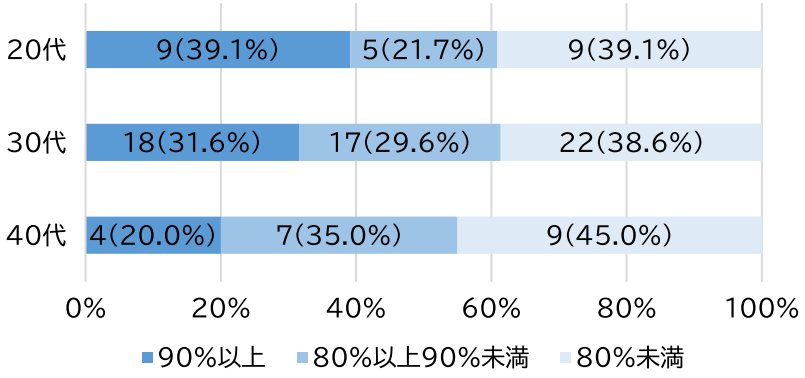
実施主体	京都市 伏見区深草支所健康長寿推進課	所在地	京都市伏見区深草向畑町９３－１
電話番号	075-642-3876	ＦＡＸ番号	075-642-3240
担当者	車田　明美	E-mail	fukakusa-kenko@city.kyoto.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

結果説明・情報提供資料（両面カラー印刷１枚）





年代別と骨密度測定結果（YAM値）



年代別 YAM 分布	90%以上 （人）	80%以上 90%未満 （人）	80%未満 （人）	合計（人）
20 代	9	5	9	23
30 代	18	17	22	57
40 代	4	7	9	20
合計	31	29	40	100

No. 36	医療と介護における栄養管理・食事ケアの連携推進のための情報交換会	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	（3）生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	（4）社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	（5）食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	医療と介護における栄養管理・食事ケアの連携の取り組みの強化（目標値は定めていません）	
現状と課題	特定給食施設（病院・介護保険施設）の栄養管理に関する指導・支援では、地域の医療・介護等の質の向上を目的に、必要なネットワークの構築に向けた調整や、入退院（入退所）前後の連携を促すことが求められている。しかしほとんどの病院・介護保険施設の管理栄養士は一人配置であり、他種別施設の管理栄養士との交流もない中で、他施設との連携に踏み出すのは難しいという声を巡回指導時によく聞く。連携のためにまずお互いの業務を知ることと、顔の見える関係づくりから始める必要があると判断した。	
事業の目的	地域における医療機関・介護保険施設等の関係機関が連携して包括的かつ継続的な医療・介護を提供し、患者や入所者が継続して適切な食事提供を受けられるよう、施設栄養士間での連携強化を進めることを目的とする。	
対　象	大阪市内病院、介護老人保健施設、特別養護老人ホーム及び介護医療院に勤務する管理栄養士、大阪市内各区保健福祉センター栄養士。	
連携機関	大阪市内各区保健福祉センター　　大阪府栄養士会（令和 6 年度）	
実施時期	令和 6 年度～	予算財源　事業費：　36 千円（郵便料） 財源：
事業内容	対象施設の管理栄養士相互の情報交換会を、東西南北のブロックごとに分かれて 4 回開催。事前アンケート・特定給食施設指導時の聞き取り項目を取りまとめた情報提供と、情報交換を行った。情報交換は「同種」「異種」のグループで 2 回行い、各自が他施設に聞きたいことを書き出し、それに答える形ですすめた。出席者：213 名（病院 79 名、介護老人保健施設 46 名、特別養護老人ホーム及び介護医療院 84 名、保健福祉センター4 名） 開催報告 HP　https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000650346.html ※（1）資料添付　：　有　・（無） （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・（無）	
評価 プロセス評価	事後アンケートにより、参加者の満足度は高く、継続した開催を希望する声が多数であった 〇今後の事業に活かすことができる　97.5%　　〇次回も参加したい　99.5%	
評価 結果評価	事後アンケートにより「情報交換会開催により連携は進んだ」と答えた者は 72.1%であった。自由記載では「他種の管理栄養士業務内容について話を聞く機会は貴重であり、大変参考になった」「規約上同じ名称の食種であっても施設種別により内容が違い情報連携の重要さがわかった」「栄養情報連携書において求めている情報、求められている情報を共有でき、連携書に記載すべき内容の理解が深まった」等の記載が多数であった。	
課　題		
その他		

工夫した点	できるだけ自由に話し合う時間が長くなるよう時間配分を検討した。また参加者同意の上、施設名・栄養士名・電話番号・メールアドレス等の名簿を共有した。

キーワード：同職種の情報連携

実施主体	大阪市保健所	所在地	大阪市阿倍野区旭町 1-2-7-1000
電話番号	06-6647-0670	ＦＡＸ番号	06-6647-0803
担当者	大内田　由美	E-mail	oouchida-yumi-pa@city.osaka.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	（可）・　不可		

No.37	市民の食課題解決プロジェクトチーム「食べとう？KOBE」との取り組み	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	①⑥
指標と目標値	・災害時でも健康に過ごすために「平時からのローリングストック・パッククッキングの推進」 ・食物アレルギー対策の促進（災害時に備えた家庭での食糧備蓄の促進） ・食品関連事業者等との連携による食環境づくりの推進 神戸市食育推進計画・モニタリング指標より:家に食料・飲料備蓄している人の割合食料 52.5%（R1）	
現状と課題	全国各地では地震や豪雨が多発し、防災意識と備蓄の重要性が高まっているが、本市では、震災を経験していない市民が増えている中、で家庭での備蓄啓発は十分に浸透しておらず防災意識の向上が課題。	
事業の目的	市内食品関連企業等 9 社で構成された市民の食課題解決プロジェクトチーム「食べとう？KOBE」との共催により、ローリングストック・パッククッキングの普及啓発を行い、防災意識の向上を図り、食糧備蓄をしている市民の割合を増加させる。	
対　象	市民、特に阪神・淡路大震災を経験していない若い世代と食物アレルギーのある子をもつ保護者	
連携機関	食べとう？KOBE（共催）・市内大学生防災サークル（協力）・庁内防災関係部局	
実施時期	令和６～７年	予算財源：事業費：422 千円 財源：一般財源（地域保健費）
事業内容	①【食べとう？KOBE 防災レシピコンテスト開催・受賞作品集作成】R6.11 に募集を開始。1 次審査通過の 11 組を対象に、R7.1 に 2 次審査と表彰式を実施し、受賞作品集を R7.3 に市 HP で公開。最優秀賞は、市くらしの防災ガイドで紹介。R7.4 月には、「震災と未来のこうべ博」に企業ブースとして出展。教育委員会を通じ、学校給食だより 6 月号へレシピ集の二次元コードを掲載。 ②【おいしく備える！簡単！防災レシピの作成】食べとう？KOBE×神戸学院大学「防災女子」×神戸市で、フェーズフリーなレシピ集を作成し、R8.1 に HP で公開。神戸防災のつどい 2026 にて、試食紹介。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　[有]（市イベント情報サイト「おでかけ KOBE」、kintone）　・　無	
評価 プロセス評価	①市広報や企業リリースや web・SNS 等で若い世代へも広く周知できた（評価は未実施）。募集要件を明確化し、応募をオンラインに一本化して利便性を向上。 ②大学と企業の連携によりレシピ考案し、日頃からの備蓄のほか、災害時でも温かい食事の提供や栄養バランスの重要性について共有した。	
評価 結果評価	①58 作品の応募があり、若年層の応募も高く、一定の成果を得た。受賞作品は熱源・包丁不使用,パッククッキング対応など実用性が高く、HP 公開を通じて備蓄の重要性を周知できたが、アクセス数が約 1,000PV と少なく更なる広報強化が必要。一方、広報を通じ庁内関連部局（危機管理・建設・食糧備蓄、区役所等）との連携が図れた。 ②パッククッキングや備蓄方法、11 のレシピを掲載し、栄養バランスやアレルギー特定原材料についてピクトグラム等を用い分かりやすくまとめた。イベントでの配布、区役所架配、HP 公開を通じ、市民へ広く周知。公開直後のため、アクセス数の評価は未実施。	
課　題	一過性に終わらせず、企業・大学・庁内関係部局との連携をいかに継続し、市民の防災意識の向上・食糧備蓄の促進につなげられるか検討していきたい。次年度、市民アンケート調査にて関連するモニタリング項目の評価を行う予定。	
その他	「食べとう？KOBE」定例会（市・企業）を年 4 回程度実施し、以下の取組も実施している。 バランス良く食べとう？夏休み親子クッキング：毎年 8 月に市内小学生とその保護者 12 組を対象に実施（R7 応募数：450 件）。内容は、食に関するミニ講話、お買い物体験、調理実習。	

工夫した点	企業が主体となり大学・市が協力する体制で役割を分担し、実用性の高い防災レシピづくりと周知につながる取組ができた。企業側が主体性をもちつつ、市民の健康・防災対策につながる取組を支援。

キーワード：フェーズフリー、災害時食物アレルギー、パッククッキング、ローリングストック、産学官連携

実施主体	神戸市健康局保健所保健課	所在地	兵庫県神戸市中央区加納町 6 丁目 5－1
電話番号	078-322-6512	ＦＡＸ番号	
担当者	梅永美保・木村美乃	E-mail	kenkou_shokuiku@city.kobe.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

添付資料

【食べとう？KOBE 防災レシピコンテスト】

・2 次審査（調理・試食）

・食べとう？KOBE 防災レシピコンテスト受賞作品集

【おいしく備える！簡単！防災レシピ】

No. 38	ベジ・ファーストＯＫＡＹＡＭＡプロジェクト	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①　⑦
指標と目標値	「ベジ・ファースト（野菜から食べよう）」をスローガンに野菜１日３５０ｇ摂取を官民連携のもと目指す	
現状と課題	○岡山県の平均野菜摂取量：２３５ｇ（令和６年国民健康・栄養調査結果） ○岡山市の生鮮野菜購入量　数量：４７位　金額：４９位　（総務省家計調査Ｒ３～５年平均値） ○肥満者・糖尿病有病者の割合の増加（健康市民おかやま２１（第２次）最終評価）	
事業の目的	市民の健康づくりを推進するための「健康市民おかやま２１（第３次）」計画の一環として、生活習慣病を予防するため、自然に野菜摂取量が増える食環境整備を進める。	
対　象	４０～６０歳代の働き世代、健康無関心層を中心とした市民	
連携機関	健康づくりボランティア団体各種関係組織、小売店・飲食店、企業、マスコミ、庁内の関係部署等	
実施時期	令和６年８月３１日～（６年間を予定）	予算 財源：事業費：4,400 千円（Ｒ７） 財源：補助金（国庫支出金）と一般財源
事業内容	①自然に野菜摂取量が増える環境づくり ○小売店・飲食店との取り組み ・協力店の募集と登録　・野菜の購買意欲を高める取り組みの実施、野菜たっぷりメニューの提供等 ○機運醸成のための取り組み ・イベント、SNS 等による啓発・ロゴマーク入りのぼり旗、ポスター等の掲示　・取り組み強化期間設定 ②個人へのアプローチ ○推定野菜摂取量の測定会の実施 ・各地域と連携し、各種イベント等で実施し、野菜を食べる動機づけを図る ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　[有]（専用 Instagram、ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞ・ﾃﾞｼﾞﾀﾙｽﾀﾝﾌﾟﾗﾘｰ）　・　無	
評価 プロセス評価	協力店登録数は目標を達成し、啓発にとどまらず具体的な取組を実践する店舗も増加するなど、事業の広がりがみられた。また、庁内外で連携イベントを開催し、マスコミ・SNS の活用により幅広い世代への周知が進んだ。推定野菜摂取量測定会を各地域と連携して様々なイベントや定例会等で実施した。その際には、栄養委員等の健康づくりボランティア団体の協力を得て、フードモデルやパネル展、野菜レシピ等の資材を活用し、市民の気づきや健康意識の向上につながったと考えられる。	
評価 結果評価	協力店登録件数：目標の１００店舗／年達成（Ｒ６：１４１、Ｒ７：１１１） 推定野菜摂取量測定会参加者数拡大（Ｒ６：３３３６人、Ｒ７：５７０９人） 野菜摂取レベル平均の上昇（Ｒ６：５．８、Ｒ７：６．０）	
課　題	アンケート結果では「野菜を意識して食べている」と回答した約７割が目標とする野菜摂取レベルに達していなかった。意識と実際の摂取量に乖離がみられることから、生活習慣の改善に向け、引き続き環境整備と普及啓発を図る必要がある。	
その他	市長定例会見において本プロジェクトの概要説明を行い、広く周知を図った。取組強化期間は８月３１日（やさいの日）からスタートした。	

工夫した点	推定野菜摂取量を可視化できるベジチェック®を活用し、実施前後のアンケートを行うことで、市民の気づきを促し、生活習慣改善への意欲向上につなげた。また、SNS による継続的な情報発信やデジタルスタンプラリーの実施により、市民が楽しみながら協力店を利用できる環境づくりを進めた。協力店登録では、メインターゲット層の利用頻度が高い居酒屋や弁当店等の拡充を図った。さらに、健康分野に限らず、スポーツや子育て関連イベント等においても普及啓発を行い、幅広い層へのアプローチを実施した。

キーワード：野菜、食環境整備

実施主体	岡山市保健所　健康づくり課	所在地	岡山県岡山市北区鹿田町一丁目 1-1
電話番号	086-803-1263	ＦＡＸ番号	086-803-1758
担当者	田畠　真由美	E-mail	kenkouzoushin@city.okayama.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

ベジ・ファーストから始めよう!

ベジファーストとは？ 食事のときに野菜から食べること

ベジファーストの効果

- 満腹感が得られ、食べ過ぎを抑えることができます
- 食後の血糖値の上昇を緩やかにし、血管を守ります
- 野菜を食べる習慣が身につくことで、自然に食事全体のバランスが整います

実践ベジファースト

ポイント1 最初に野菜を食べる

- 最初に野菜をはじめ、きのこ・海藻類を食べることで、満腹感が得られます。次にたんぱく質がとれる肉や魚などのおかず、最後に炭水化物が多い主食の順に食べましょう。

ポイント2 ゆっくり食べる

- 野菜は5分かけてよく噛んで、ゆっくり食べ、主食までの時間をあけるとより効果的です。

注意

※食事について医師から指示受けている人は、その指示に従ってください。
※食欲がない方や低栄養の心配のある方は、野菜を先に食べることで、ほかのおかずが食べられなくなる可能性があります。
たんぱく質のおかずを優先して食べましょう。

1日 350g以上の野菜を食べよう

生活習慣病などを予防して健康な生活を維持するための目標量

野菜350gはどのくらい?

両手でおよその量をはかることができます

野菜料理なら5皿分 ※1皿70gが目安

- 野菜炒めなど、大皿料理の場合は2皿と数えます
- 朝1皿、昼2皿、夕2皿を目標にしましょう

すべての世代で野菜が不足しています

◎岡山県の平均野菜摂取量は**232.4g/日**
目標まで**120gも不足**しています
目標の350gを摂れている世代はありません
（出典：R3岡山県民 健康調査）

◎食生活は、主食、主菜、副菜を基本に、食事のバランスを整えましょう
◎まずは、**毎日野菜＋1皿（70g）**を目標に、意識して野菜摂取を心がけましょう

岡山市 OKAYAMA CITY

公式HP ● 詳しくはこちらから
ベジ・ファーストOKAYAMA

No. 39	防災フェアにおける栄養バランスのとれた備蓄食品の展示		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ⑥　⑦
指標と目標値	第４次広島市食育推進計画 評価指標「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている人の割合」の目標値（令和８年度）50%以上		
現状と課題	令和５年度に実施した「食育に関する調査」において、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている人の割合」は 47.3%と、目標値を下回っている。		
事業の目的	健康無関心層を含めた地域住民に対し、有事に備えた栄養バランスの良い防災備蓄食品を切り口として、主食・主菜・副菜をそろえたバランスの良い食事を平時から行うことを周知する。		
対　象	広島市中区中島地区住民		
連携機関	株式会社フジ、フジグラン広島、地域団体、中区地域起こし推進課、中区地域支えあい課		
実施時期	令和 7 年 11 月 30 日（日）	予算財源	事業費：　0 千円 財源：
事業内容	・中島地区で開催した防災フェアにおいて、フジグラン広島店の店長（防災士）におすすめの備蓄食品の提供を受け、中保健センターで主食、主菜、副菜、水分、嗜好品に分類して展示。来場者には栄養バランスを意識した備蓄食品と平時からの食事について説明。 ・本展示ブース来場者に土産品(さば味噌煮缶、ローリングストック説明資料、レシピ)を配付するとともに、設置した大型モニターにより、ローリングストックの説明及び魚缶詰を使用したレシピ動画を放映。 ※ 土産品は 200 セット用意。さば味噌煮缶と展示食品は㈱フジ及びフジグラン広島が提供。 ※ 本市健康づくり計画「元気じゃけんひろしま21」の市民の行動目標である「主食・主菜・副菜をそろえるなど栄養バランスを意識した食事を心がけます」の視点で展示と説明を行い、普及啓発を行う。 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（モニターにて動画放映）　・　無		
評価 プロセス評価	本展示ブースの来場者数は 215 名であった。防災訓練終了後に立ち寄る方が多く、若年層から高齢者まで、健康無関心層を含めた多くの方に展示を見ていただくことができた。展示説明で有事に備えて平時から栄養バランスの良い食事をとることの大切さを伝えることで、意識変容につなげることができた。また、スーパーマーケットや他部署との連携により、効果的に事業を実施することができた。		
評価 結果評価	参加者に平時と有事に栄養バランスの良い食事をとることの大切さを周知し、意識変容につなげることができた。具体的な行動に結びついたかどうかの評価は難しいが、令和８年度に実施予定の「食育に関する調査」において「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている人の割合」等の結果を参考にする。		
課　題	様々な地区で実施していくことが重要であるため、来年度以降も継続して実施していく必要がある。		
その他	防災フェアは小学校区を変えながら毎年実施しているため、今後も開催地区付近のスーパーマーケット等と連携して継続実施していく予定である。また、本イベントと同様の切り口で様々なイベントにおいて、多機関と連携した取組を実施していくよう計画している。		

工夫した点	スーパーマーケットや他部署等との連携によって事業を実施しているところ

キーワード：災害、災害備蓄食品、ローリングストック、バランスの良い食事、健康無関心層へのアプローチ

実施主体	広島市中区地域支えあい課	所在地	広島市中区大手町四丁目１番１号
電話番号	082-504-2528	ＦＡＸ番号	082-504-2175
担当者	茶木　佐栄子	E-mail	chaki-s@city.hiroshima.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 40	若い世代のための食育推進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	「第４次久留米市食育推進プラン」目標指標 ① 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を１日２回以上ほぼ毎日食べている市民の割合 【令和３年度(基準年) 50.9%→令和８年度（目標値）60%】 ② 食を通じた健康づくりをテーマとした動画再生回数（累計） 【令和２年度(基準年) 12,778 回 ⇒ 令和８年度（目標値）＋100,000 回】	
現状と課題	栄養バランスに配慮した食生活を実践する市民の割合が年々減少、特に若い世代での割合が低い傾向である。また、令和６年度国民健康・栄養調査結果からも、野菜摂取量の減少や食塩摂取量の下げ止まりなどの食の課題が見られる。	
事業の目的	若い世代を含めて、食育に関心を持ち、自ら健全な食生活を実践する市民を増やす。	
対　象	市民	
連携機関	高校・専門学校・大学、給食施設、くるめ健康づくり応援店（ｽｰﾊﾟｰﾏｰｹｯﾄ、ｺﾝﾋﾞﾆｴﾝｽｽﾄｱ、飲食店等）	
実施時期	通年	予算財源　事業費：　千円 財源：
事業内容	（１）対面型による食育事業の実施 高校生・大学生対象の食育教室、イベントにて講話、調理実習、体験等を実施。 （２）ICT ツールを活用した情報発信・啓発 動画配信：季節毎に１食分の献立提案、レシピを YouTube で配信。市公式 LINE 等で情報拡散。 デジタルサイネージ活用：スーパーや食堂等のモニターを活用して発動画を放映。 アプリの活用：インセンティブを活用した市民の健康づくりの推進を促すアプリ内でおすすめ献立の紹介や健康・食生活改善に関する情報を定期的に発信。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　[有]（YouTube・LINE・HP・デジタルサイネージ・アプリ）・無	
評価 プロセス評価	多様な方法で若い世代への周知の機会を増やし、情報を入手しやすい環境づくりを進めることができた。 （１）食育教室　回数・参加者数：　28 回・855 人(R4～R6 ３ヵ年累計) 学園祭出展　実施校・参加者数：１校・３回・参加者数 226 人(R4～R6 ３ヵ年累計) （２）動画配信数：14 シリーズ、44 本(R4～R6 ３ヵ年累計) 動画放映協力：６か所(R6)・９月食生活改善普及運動月間 アプリ内お知らせ配信回数：30 回（R6）	
評価 結果評価	教室やイベントの参加のアンケートでは、理解度は高く、自身の食生活に役立てたいとの回答が多くみられ、意識向上の効果があったと考えられる。また、動画再生回数も R8 目標回数を達成見込であり、一定の関心と需要があることが考えられた。【動画再生回数：累計＋89,458 回（R6）】 一方で、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を実践する市民の割合は、年々減少している。 【令和７年度市政アンケートモニター調査結果：37.1%、(20～39 歳：25.7%)】	
課　題	啓発により意識や関心の向上はみられるが、実践、継続につながりにくい。料理・食品の選択、調理方法等のより具体的な実践方法と実感がもてる工夫が必要。 特に若い世代へは、介入する機会の確保が他世代に比べてより難しい。無関心層も含めて自然と目に入る、耳にする機会を増やすため、引き続き環境づくりを進めていくことも必要だと考える。	
その他		

工夫した点	

キーワード：

実施主体	久留米市保健所健康推進課	所在地	福岡県久留米市城南町 15-5
電話番号	0942-30-9331	ＦＡＸ番号	0942-30-9833
担当者	山口	E-mail	ho-kenko@city.kurume.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

事業名：若い世代への食育推進事業

別添資料

＜対面型等事業（久留米市内高校生・大学生等）＞

食育教室・イベントの実施

教室では、学校の要望に合わせた講話や調理実習等を行います。自身の体格（やせ、肥満）や主食・主菜・副菜を揃えて食べること、朝食摂取のメリット、嗜好品との付き合い方等を伝えています。
また、学園祭などでのイベント時に参加型の啓発ブースにて食育推進を図っています。

食育ポスター配布

年に1回、市内高校や大学、専門学校に対して、食育ポスターを作成・配布をしています。
毎年、テーマを替えながら、主食・主菜・副菜をそろえることや減塩、朝食摂取の重要性を伝えています。

＜ICT ツール活用した啓発＞

料理動画で生活習慣病予防を啓発

おすすめの料理献立１食分を市公式 YouTube へ動画で掲載しています。
（二次元コードより市公式
ホームページが閲覧できます）
市公式 LINE への紹介画像を掲載し、市民へ広く周知しています。

モニターを使った啓発動画の放映

野菜摂取促進等の動画を作成し、施設のデジタルサイネージ等にデータを提供しています（縦型と横型動画、各 30 秒程度）。

健康ポイントアプリによる啓発

インセンティブを活用した健康ポイントアプリの利用者向けに、アプリ内のお知らせ配信機能を活用して、おすすめ料理動画等を定期的に紹介しています。

No. 41	食生活改善推進員事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	集会・対話訪問による指導延べ人数 令和６年度実績　86,599 人、令和７年度見込み　80,200 人、令和８年度目標　86,500 人	
現状と課題	令和４年度に実施されたかごしま市民すこやかプラン最終評価のためのアンケート調査では、「肥満者の割合」が２０～５９歳男性で 34.4%、４０～５９歳女性で 17.8%と、計画策定時の平成２３年度より増加傾向にある。一方で、２０～３０歳代の女性の「やせの割合」は減少傾向にあり改善しているが、65 歳以上の「やせの割合」は男女ともに変わらない傾向にある。また、「１回の食事で、主食・主菜・副菜をすべてとるようにしている割合」「減塩に気を付けている人の割合」は策定時より減少しており、市民自らが食の重要性を認識し、正しい食習慣を心掛けることができるようにする必要がある。	
事業の目的	食生活改善推進員を養成、育成し、市民の食生活を中心とした健康づくりの正しい知識と実践の普及を図る。	
対　象	市民、食生活改善推進員	
連携機関	保健予防課、市内保健センター	
実施時期	昭和３５年～	予算財源：事業費：2,524 千円（R7） 財源：鹿児島市一般会計
事業内容	市民が、ボランティアを志し、自主的に食生活改善を中心とした健康づくりのための普及啓発活動を行うことを推進するために、「国民健康づくり地方推進事業実施要綱」に基づき実施する。 １　食生活改善推進員の養成（２保健センター） ２　食生活改善推進員連絡協議会の育成 ３　食生活改善推進員の活動支援 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価　プロセス評価	養成講座修了者　令和６年度　35 人、令和５年度　43 人、令和４年度　20 人	
評価　結果評価	食生活改善推進員活動状況	

年度	令和４年度		令和５年度		令和６年度	
推進員数	305人		319人		288人	
活動延回数	集団	対話訪問	集団	対話訪問	集団	対話訪問
	1,379回	22,330回	1,622回	23,616回	1,573回	24,039回
指導延人数	8,993人	63,603人	12,514人	72,956人	11,619人	74,980人
1人当りの回数	4.5回	73.2回	5.1回	74回	5.5回	83.5回
1人当たりの指導人数	30人	209人	39人	229人	40人	260人

課　題	食生活改善推進員へのなり手不足、高齢化のため推進員数が減少傾向にある。
その他	

工夫した点	食生活改善推進員養成講座での参加者の負担を少なくするため、１日の講義時間を増やし、開催日数を少なくした。

キーワード：

実施主体	鹿児島市保健予防課 保健センター	所在地	鹿児島市
電話番号	099-268-2315	ＦＡＸ番号	099-803-6927
担当者	宮（南部保健センター）	E-mail	nanbuhoken@city.kagoshima.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No. 42	動いて楽しい健康イベント	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤
指標と目標値	町民がフレイルから介護に移行しないようにフレイル評価基準の握力の数値より高いこと。	
現状と課題	冬期間施設無料開放によるウォーキングは参加しているが、効果のある運動や栄養の知識に乏しい。	
事業の目的	フレイル予防のための栄養知識の習得、効果的な運動の体験により社会参加に繋がる事業を目的とする。	
対　象	町民（高齢者）で冬期間施設無料開放によるウォーキング利用者	
連携機関	包括支援センター、社会福祉協議会	
実施時期	令和 6 年 12 月～令和 7 年 6 月	予算財源　事業費：　10　千円 財源：　一般財源
事業内容	冬期間（12 月～翌年 3 月）のみ施設無料開放によるウォーキング事業の一環として栄養、運動、社会参加を促すため栄養士が 3 部構成によるイベントを実施。当初は冬期間の予定が、期間を延長し時期や天候なども踏まえて不定期に実施。①ラジオ体操②筋トレ（スロースクワット）③ウォーキング（インターバルウォーキング）、栄養講話とフレイル予防のレシピを配布。イベント内容は反応や状況により変更する。筋肉強化レシピをイベント時に試食会として提供したこともある。 ※（1）資料添付　：　有　・　㊙ （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価 プロセス評価	イベントの内容について参加しやすいように、幅広く認知されるラジオ体操を取り入れたこと。 筋トレは腰・腰痛持ちの参加者がいるので体に負担のかからないリズムストレッチを取り入れる工夫をしたこと。	
評価 結果評価	リズムストレッチは音楽に合わせて動くため、早いテンポでは難しい様子の町民もいたが楽しいとの反応もあった。内容により難しいものもあったが好評だった。 実施回数　6 回　参加人数　51 人（延べ人数）	
課　題	参加者が固定化しないようにより広くより多くの方に参加してもらえるような内容や周知の方法ができると良いと考える。	
その他		

工夫した点	栄養士がフレイル予防に栄養の他に運動と社会参加を促す健康イベントを担当して開催するところ。

キーワード：

実施主体	小平町役場	所在地	小平町字小平町 216 番地
電話番号	0164-56-2111	ＦＡＸ番号	0164-56-2110
担当者	髙橋	E - mail	takahashi.keiko@town.obira.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	㊙　・　不可		

No. 43	小児生活習慣病予防　幼児健診事後栄養指導事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	健康おいらせ２１　第４次食育推進計画より ・幼児期の肥満児（肥満度 20%以上）の割合を減らす（3 歳児割合　R5　2.9%➡R16　2.0%）	
現状と課題	・R5 年度健診時の幼児間食摂取状況等調査では、「甘味食品 1 日 3 回以上飲食する習慣がある割合」は 1 歳半 12.5%、3 歳児 20.1%で、どちらも県平均よりも高い状況にある。さらに当町の学校保健統計においても、肥満と判定された小中学生のうち高度肥満（50%以上）の判定割合が小学校で 1.54%、中学校では 3.54%と全国及び県の割合よりも高く中学生は約 2 倍となっている。	
事業の目的	幼児期から栄養バランスのとれた適切な食習慣の確立を目指し、個に合わせた栄養指導を継続することで、学童期以降も含めた生活習慣病を予防する。	
対　象	3 歳児健診において肥満度 15%以上と判定された児とその保護者	
連携機関	町内保育施設栄養士、学校栄養教諭（町立学校給食センター）	
実施時期	令和３年度～継続	予算：事業費：15 千円 財源：財源：一般
事業内容	・3 歳児健診で肥満度 15%以上と判定された児と保護者に個別栄養指導を実施する。 ・1 年後に再度保護者に連絡し、保育施設等での計測値を確認し判定を行う。 ・確認時に肥満度 15%以上の場合は面談を設定し、食事記録、生活習慣問診表に基づき再度指導を行う。 【再指導時の実施項目】 ・身体測定 ・食事、間食、飲料ほか、十分な睡眠や運動についてききとり ・要指導項目に関する資料配布 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	保育施設栄養士や学校給食センター栄養教諭と課題や情報を共有し、連携体制の構築を図った。 効果的な個別面談にするため、相談日の設定のほか、訪問実施など柔軟に対応した。	
評価 結果評価	R8.1 月　時点 令和 6 年度　3 歳児健診　健診事後指導対象者（肥満度 15%以上）　12 人（全体の 5.9%） 事後指導　8 人　➡　R7（1 年後）肥満度改善　5 人　改善率　41.7%	
課　題	食習慣がもたらす肥満リスクについては、本人のほか家族全体での取り組みが必要であるが、認識が乏しい場合複数回の指導が必要となり、改善につながりにくいため、就学後も見据えた関係機関の連携体制を強化する必要がある。	
その他		

工夫した点	乳児期の離乳食教室や個別栄養相談、1 歳半健診での個別栄養指導など早期介入を実施し、正しい食習慣の確立を図ることで、その後の肥満児割合の上昇を抑える取り組みをしている。

キーワード：

実施主体	おいらせ町役場健康保険課	所在地	青森県上北郡おいらせ町中下田 135-2
電話番号	0178-56-4551	ＦＡＸ番号	0178-56-4364
担当者	廣瀬	E-mail	mariko.hirose@town.oirase.aomori.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 44	令和７年大船渡市大規模林野火災における避難所の栄養・食生活支援	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	・大船渡市地域防災計画に基づく健康管理活動班の編成と支援 ・大船渡市国土強靭化地域計画に基づく避難生活環境の確保 ・避難所における栄養参照量（日本人の食事摂取基準 2025 年版を基に算出）	
現状と課題	・弁当の栄養素不足（ビタミン類、カルシウム）、食塩過多 ・原材料表示の欠如 ・弁当の長時間の常温放置 ・要配慮者（咀嚼困難、食物アレルギー、制限食、乳幼児等）への対応不足 ・延焼拡大により状況が刻々と変化し、柔軟な判断が必要	
事業の目的	避難生活の長期化に伴う栄養の偏り防止と生活再建に向けた食環境整備を行う。	
対　象	令和７年大船渡市大規模林野火災に伴う避難者	
連携機関	農林課、商工企業課、地域福祉課、岩手県（健康国保課、大船渡保健所、釜石保健所、宮古保健所）、食生活改善推進員団体連絡協議会（大船渡市、陸前高田市、住田町）	
実施時期	令和７年２月～５月	予算財源：事業費：　千円 財源：災害救助法（炊き出しその他による食品の供与）
事業内容	避難所での食事提供体制、献立、物資調達、衛生管理、食物アレルギー対応を６つのポイントに整理し実施した。 １．適温食の提供（電気ポットの常設、炊き出し団体との調整支援により温かい汁物を継続提供。） ２．栄養バランス（弁当業者との調整、食品コーナーへの「食事の選び方」掲示、野菜ジュースのプッシュ型配送。） ３．食中毒予防（リーフレット掲示、調理日表示、廃棄徹底、炊き出しマニュアル整備。） ４．個別相談（相談窓口の掲示と個別対応。） ５．食物アレルギー対応（除去食提供、原材料表示徹底。） ６．食環境整備（支援物資を活用した食生活改善推進員による家庭料理の提供、食事スペースの設置。） ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　[有]（　庁内チャット　）　・　無	
評価 プロセス評価	庁内チャットで情報共有し、迅速に連携できた。	
評価 結果評価	・６つの視点で課題把握し、効果的支援を実施。 ・ビタミン類、カルシウム不足解消、食塩相当量低減。 ・誤配、食中毒無し。	
課　題	夏場の食品管理やハラル対応、乳幼児食など要配慮者の個別対応が不十分。	
その他	食生活改善推進員の協力により支援物資を有効活用できた。体操などの交流で生活リズムとこころのケアにも寄与した。	

工夫した点	６つのポイントごとに Excel で毎日の対応を記録し、進捗管理と課題把握を実施した。

キーワード：林野火災　災害　栄養・食支援

実施主体	大船渡市保健福祉部 健康推進課	所在地	岩手県大船渡市盛町字下舘下 14-1
電話番号	0192-27-1581	ＦＡＸ番号	0192-22-8572
担当者	岡崎　暁子	E-mail	ofu_kenkou@city.ofunato.iwate.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

【1. 適温食の提供】

電気ポット常設

温かい汁物

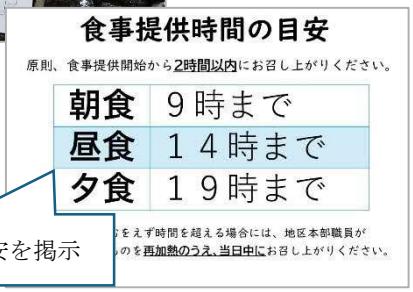
【2. 栄養バランス】

おすすめ食品は
手前に配置

食品常設コーナーに
ポスター掲示

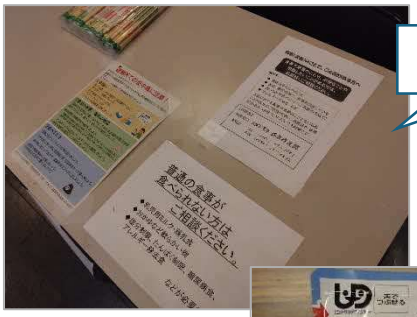
【3. 食中毒予防】

リーフレット掲示



食事提供時間の目安を掲示

【4. 個別相談】

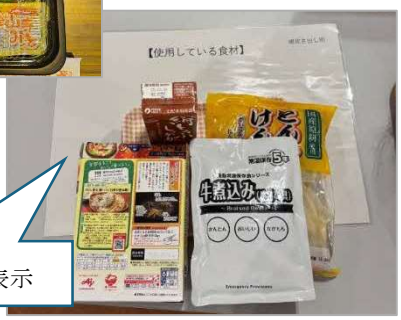


相談窓口の掲示

必要時、個別対応

【5. 食物アレルギー対応】

アレルギー代替食



炊き出しの原材料表示

【6. 食環境】

食事スペースの確保

食生活改善推進員の協力に
よる家庭料理の提供

No. 45	栗原市食生活改善推進員育成事業（栗駒、鶯沢地区）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	「第２次栗原市総合計画」　「第４期くりはら市民２１健康プラン」 「第４期栗原市食育推進計画」「栗原市国民健康保険第３期データヘルス計画」	
現状と課題	本市の健康寿命は、男性 79.04 歳、女性 83.34 歳と県（男性 79.86 歳、女性 84.11 歳）と比較し低い（R4）。また、健康診査の結果より、高血圧、高血糖の有所見者割合が高く、脳血管疾患の標準化死亡比は国・県を上回っている。幼少期や若いうちから健康に関心を持ち、規則正しい生活習慣を身に付けてもらうため、地域ぐるみで取組が必要である。	
事業の目的	健康づくりと生活習慣病予防の推進及び食育推進のため、知識及び技術の学習をすることにより、食生活改善推進員（健康づくりリーダー）として地域で活動できるようにする。	
対　象	栗原市食生活改善推進員協議会栗駒分会 31 名（養成講座受講者 3 名含む） 栗原市食生活改善推進員協議会鶯沢分会 19 名（養成講座受講者 3 名含む）	
連携機関	栗原市食生活改善推進員協議会、各行政区自治会	
実施時期	令和 7 年 9 月～12 月	予算：事業費：120 千円 財源：財源：一般会計
事業内容	毎年、9 月～12 月の間に栗原市食生活改善推進員育成事業の一環として定例学習会を各分会 2 回実施している。 1 回目　①尿ナトカリ比測定、塩分チェックシートの実施 ②　講　話「高血圧予防の食生活を広めるために」 ③　グループワーク「尿ナトカリ比を測定してどう感じたか」、「高血圧予防の食事を広めるために」 ④　調理実習「ナトカリレシピ」、各分会で考案したナトカリレシピの検討 ※2 回目は、①、②、③、④に加え栄養士が作成した高血圧予防の啓発資料（食改だより）を用い、地区伝達活動を想定した演習を実施。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・[無]	
評価 プロセス評価	参加者数：栗駒分会　1 回目 20 名（参加率 64.5%）　2 回目 19 名（参加率 61.2%） 鶯沢分会　1 回目 14 名（参加率 73.6%）　2 回目 13 名（参加率 68.4%） 尿ナトカリ比の自己測定を行い、会員が自身の塩分、野菜、果物摂取の状況を知ることで食生活を見直すきっかけとなり高血圧予防に関する知識の普及・啓発を図ることができた。	
評価 結果評価	参加者から「減塩食材を増やしたい」「根菜の蒸し料理を取り入れたい」「昼食にも野菜を取り入れたい」等の声が多く、健康意識の向上につながった。今後の食改の高血圧予防の取組として、健康教室等でのみそ汁塩分測定や食改だよりの地区配布が提案され、地区伝達活動につなげた会員もみられた。	
課　題	学習した内容を自治会等の場で地区伝達活動をする会員が少ないため、地区伝達活動の実施が困難な背景を把握し、学習内容を検討する必要がある。	
その他		

工夫した点	行動変容の把握を目的に、学習会 2 回とも尿ナトカリ比測定と塩分チェックシートを実施した。あわせて、地区伝達活動につなげるため、食改が地区で活用できる高血圧予防資料として「食改だより」を作成した。

キーワード：高血圧予防、尿ナトカリ比測定、地区伝達活動

実施主体	栗原市栗駒･鶯沢保健推進室	所在地	栗原市栗駒岩ケ崎円鏡寺後 155 番地
電話番号	0228-45-2137	ＦＡＸ番号	0228-45-6025
担当者	後藤　則子	E - mail	kurikoma_uguisuzawa_hoken@kuriharacity.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 46	スマー糖減るす教室（糖尿病予防及び糖尿病重症化予防）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	参加者の行動変容の有無、血糖値に関する理解を深める、運動習慣の継続実施	
現状と課題	町の医療費の現状は、令和２年度より糖尿病の医療費が右肩上がりであり高血圧の医療費を超え、令和３～６年度には外来医療費で最も高い疾患となった。また、検診結果の糖尿病に関する検査では、特に空腹時血糖値の高い人の割合が県全体・国と比べて多いのが現状である。	
事業の目的	血糖値が年々高くなってきている方を対象に、糖尿病についての理解や生活習慣の見直し、将来のあるべき姿をイメージでき、糖尿病の発症を防ぐことができる。	
対　象	特定健診結果で「空腹時血糖 110～125 mg/dl または HbA1c5.6～6.4%」に該当する者	
連携機関	なし	
実施時期	令和 7 年 9 月～12 月	予算財源：事業費：20 千円 財源：国民健康保険特別会計
事業内容	➢ 血圧測定、問診 ➢ 健康相談（保健師、管理栄養士、健康運動指導士） ➢ 体組成計測定 ➢ 講話（保健師、管理栄養士） ➢ 実技（健康運動指導士） ※（1）資料添付　：　㊒　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　㊟	
評価 プロセス評価	・担当者間で事業実施前の打ち合わせを行い、抽出した 634 名に案内通知を送付し 10 名の方が参加。 ・計画通り教室を開催することができた。（計画 9 回中 9 回実施、参加者 10 名、延べ 72 名参加。） ・参加者の特徴及び行動変容を評価し、次年度以降の課題を抽出した。	
評価 結果評価	教室内アンケートにて参加者が、糖尿病や血糖値に関することについて理解できたと回答あり。本教室から、町で実施している健康教室への参加を促し、10 名中 7 名の参加者が運動を継続して実施できている。	
課　題	これまでは、肥満傾向の参加者が多かったため体重減少率も評価に加えていたが、対象の HbA1c を下げたところ、標準体重や痩せの参加者も数名いたため評価が難しかった。来年度以降は、対象選定時の HbA1c や評価項目に BMI を加える等の修正が必要と考えられる。	
その他	○ 野外活動の学習も実施することで、外食時の食事の選び方や屋内外での正しい歩き方（歩幅等）等を実際に体験してもらうことができた。 ○ 1 月中の健康教室の参加状況を確認し、フォローアップ教室を開催するか or 個別フォローとするか決定する。	

工夫した点	参加者自身の課題や健康と向き合い、目標を達成できるよう講話以外にも、保健師・管理栄養士・健康運動指導士と 1 対 1 で相談できる日（相談日）を設けた。

キーワード：

実施主体	美郷町福祉保健課	所在地	秋田県仙北郡美郷町土崎字上野乙 170-10
電話番号	0187-84-4900	ＦＡＸ番号	0187-85-2107
担当者	齋藤　麻里	E - mail	hoken@town.akita-misato.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	㊀　・　不可		

スマー糖（とへ）減るす教室

ってどんなことをするの？

この教室では、運動や栄養、血糖値を上げないための生活について、
仲間と一緒に実践しながら楽しく学ぶことができます！

運 動

健康運動指導士の先生が、代謝を良くする体づくりの方法や、自宅でもできるトレーニングなどを、実践しながらお教えします。

健 康

生 活（休 養）

町の保健師が、血糖値が上がると体に起こる影響や、血糖値を上げないための生活習慣、休養をとることなどについて、講話や個別面談をします。

栄 養

町の管理栄養士が、事前に書いていただく「食事日記」をもとに、皆さんの食事傾向を分析します。また、栄養バランスや食事のポイントについてもお話します。

屋内で実施するもののほかに、町外での野外活動も予定しています。

～これまでの野外活動の様子～

運動・栄養・生活を意識することが健康に繋がります。

健康のプロと一緒に学んでみませんか？

No. 47	子育て中の母親の健康づくりと乳幼児の食育教室（離乳食・幼児食）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥・⑦
指標と目標値	健康意識の向上、育児不安の解消、参加人数	
現状と課題	精神的・時間的余裕の枯渇：自分の時間が皆無。この状態が続くと喜びである育児が「苦痛」になる。 地域からの孤立：身近に頼れる友人がいない「アウェイ育児」。 健康のパラドックス：子どもを想うあまり、自分の健康を削り取っている。	
事業の目的	不安の解消：専門的な知識と具体的な実践方法を伝え、離乳食・幼児食に対する心理的負担や悩みを軽減する。母の健康の再定義：母親自身の食事の大切さを啓発し、子どもを想うからこそ自分自身をケアする「健康意識の向上」を促す。つながりの創出：楽しい育児を共有できる環境を整え将来にわたり安心して暮らし続けられる町を目指す。	
対　象	育児中の母親とその子、子育て中の食事等について学びたい方、	
連携機関	子育て支援センター　食生活改善推進協議会　総務課危機管理係	
実施時期	5 月･7 月	予算財源　事業費：　60 千円 財源：　一般会計
事業内容	5 月テーマ「食物アレルギーについて」：寸劇、食物アレルギーについて講話、エピペン使用方法（エピペンテスター使用）、簡単調理実習、パネルシアター「黄・赤・緑で元気なからだ」 7 月テーマ「乳幼児の熱中症予防」「いざという時の心構え～子育て中のママ達へ～」：講話、パックッキング、食育の話エプロンシアター「はやね・はやおき・あさごはん」 ※月齢に合わせた食事と簡単に調理できるママに食べて欲しい食事の調理実習　ベビーフードや育児便利グッズの紹介、参加者の交流会 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	参加人数：5 月大人 6 名・小人 4 名　7 月大人 7 名・小人 4 名　合計 21 名が参加し、満足度・理解度共に 100％と高い評価を得ました。炊飯器調理等の簡単レシピや防災知識の習得が、離乳食作りの負担軽減と育児への自信に繋がっています。「ゆっくり食事ができた」との声もあり、実用的な学びと親の心身の充足を両立させた、意義深い事業となりました。	
評価 結果評価	参加者の健康意識は 100％向上し、具体的な行動変容が見られました。「早寝・早起き・朝ごはん」といった規則正しい生活リズムの定着に加え、栄養バランスを考慮した食事作りを心がけるようになっています。本事業を通じて得た知識が、日々の習慣として定着し、家庭内での主体的な健康管理に繋がっています。	
課　題	子育て支援センターの設備（椅子・遊具等）は充実している一方、調理室がない点が課題です。給湯室を利用し、調理器具一式を保健センターから搬入して対していますが、準備の負担が大きく効率的とは言えません。今後の継続実施に向け、調理環境の整備や運用の効率化、外部施設の活用検討が求められます。	
その他	子育て支援センターを開催することで支援センター職員と連携をとりやすい。	

工夫した点	子育て支援センターでの開催や簡単レシピの導入により子育て世代が気軽に参加しやすいように工夫。

キーワード：

実施主体	大江町	所在地	山形県西村山郡大江町左沢 882－1
電話番号	0237-62-2114	ＦＡＸ番号	0237-62-4736
担当者	横山　幸子	E - mail	hoken@town.oe.yamagata.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 48	特定健診における推定食塩摂取量測定と５年間の評価	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑦
指標と目標値	１日食塩摂取量　男性７．５ｇ未満、女性６．５ｇ未満	
現状と課題	西会津町の特定健診における高血圧者の割合は同規模自治体より高く、減塩対策が課題となっている。福島県民の１日食塩摂取量は、男性 11.9ｇ、女性 9.9ｇであり、男女とも全国ワースト２位（H28）という過剰摂取の状況であったことから、減塩のための食環境整備に取り組まれている。同じ H28 の町栄養調査結果では、男性 12.7ｇ、女性 10.9ｇと県よりさらに多い状況だった。	
事業の目的	住民に自らの食塩摂取量を知り、減塩の動機づけにつなげてもらえるよう、随時尿から推定食塩摂取量を測定している。この度、令和３年から令和７年までの測定データが蓄積したところで、今後の保健指導に役立てるため、５年間の平均値等から評価を試みた。	
対　象	毎年 8～9 月に実施する集団健診による特定健診受診者(40～74 歳の国保加入者)	
連携機関	（公財）福島県保健衛生協会、西会津町健康づくり協力員	
実施時期	令和３年８月～令和７年９月（継続予定）	予算財源　事業費：１１６千円（5 年間） 財源：一般会計
事業内容	特定健診の尿検査と同時に随時尿を提出してもらう。（公財）福島県保健衛生協会に委託し、測定。 健診結果を返却する際、個別の特定保健指導の中で推定食塩摂取量の結果についての説明も行った。 令和４年、５年には、前年の度数分布表を用い、自分の結果がどこに位置するかをシールで貼り付けてもらい、目標値との差や、全体の中での自身の値の意識付けを行った。 エクセルを使用してデータの集計を行った。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価 プロセス評価	受診案内時に推定食塩摂取量の測定について特別に案内をしていなかった。 個別結果説明では、夏場の熱中症予防として塩分摂取を心掛けていたとの意見が多数聞かれる。 令和３年当初の過剰摂取のインパクトが年々薄れてきて減塩の継続に至っていないのではないか。	
評価 結果評価	推定食塩摂取量の平均値は、令和３年、４年、５年、６年、７年の順に男性 9.8g(n＝416)、9.5g(n=423)、9.2g(n=377)、9.3g(n=314)、9.7g(n=303)、女性 9.5g(n＝374)、9.4g(n=368)、9.4g(n=326)、9.5g(n＝298)、9.7g(n=295)であり、男性は３年連続減少、女性は２年目に減少したものの、その後はともに上昇傾向であった。	
課　題	公費で行う検査結果を有効に活用するため、周知方法を工夫することはもちろんのこと、効果が得られないと判断される場合は、他の方法の検討も必要である。	
その他	東北大学と宮城県登米市などで尿ナトリウム・カリウム比を測定し、高血圧対策に有効な可能性が確認されている。福島県立医科大学健康増進センターから、同じオムロン(株)のナトカリ計を借用し測定することができる。他自治体の事例を参考に住民にとって実効性のある事業を行っていきたい。	

工夫した点	塩分の多さを指摘するのではなく、自ら気づいてもらうよう促している点。

キーワード：推定食塩摂取量、減塩の継続

実施主体	西会津町健康増進課	所在地	福島県耶麻郡西会津町野沢字下小屋上乙 3308
電話番号	0241-45-4532	ＦＡＸ番号	0241-45-2229
担当者	物永　葉子	E-mail	kenkou@town.nishiaizu.fukushima.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No. 49	生活習慣病予防栄養教育事業業務委託事業（ウエルカフェ栄養サロン）		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ① 、⑦
指標と目標値	第４期つくば市健康増進計画【令和３年度（2021 年度）から令和７年度（2025 年度）まで】 ・特定保健指導の利用率（つくば市国保加入者）・・・目標値：45.0% ・脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病・高血糖、血圧高値、脂質異常、BMI 高値の指摘事項に対する取組状況（放置者の割合）・・・目標値：減少		
現状と課題	令和６年度のつくば市民の主な死亡原因は、老衰を除くと、1 位が悪性新生物、2 位が心疾患、3 位が脳血管疾患である。特定健診の結果では、LDL コレステロールの有所見者の割合が 50%を超えており、国や県より高い状況である。生活習慣病予防および重症化予防のため、特定保健指導をはじめ生活習慣改善教室を開催しているが、参加者数の伸びは十分とはいえない。		
事業の目的	生活習慣改善レベル者や、生活習慣改善講座等の健康づくり教室への参加に消極的な方を対象とし、身近なドラッグストアで健康づくり教室を開催することで、参加しやすい環境を整え、生活習慣見直しのきっかけづくりを支援する。		
対　象	つくば市在住の方		
連携機関	ウエルシア薬局株式会社		
実施時期	通年	予算 財源	事業費：79 千円 財源：一般財源
事業内容	テーマに合わせた測定や試食及び栄養・食事のポイントを紹介する。 【令和７年度のテーマ】　骨粗しょう症予防、脂質異常症予防、高血圧予防 【令和７年度の測定内容】骨強度、血管健康度、体組成（各回希望者のみ） ※（1）資料添付　：有 （2）使用した ICT ツール：無		
評価 プロセス評価	ドラッグストアという身近な場を活用し、市民が気軽に健康や食生活について学ぶ機会を提供した。アンケート結果からは、測定会や栄養の講話が評価され、食生活や健康行動について意識するきっかけとなったことがうかがえる。 また、管理栄養士の存在を知り、今後の栄養相談利用を希望する参加者が多く、専門職への認知向上や栄養相談を身近に感じてもらうことにつながったと考えられる。 一方で、参加者の多くが高齢者層であったことから、開催場所や周知方法がどの年代に効果的であったのかを整理する必要がある。より幅広い世代に参加してもらうための周知方法や実施手法について、引き続き工夫していきたい。		
評価 結果評価	令和６年度（2024 年度）実績 ・延べ参加者数：66 名 ・意識の変化（複数回答）：適塩に取り組む 36 名、野菜１日 350g を目指す 28 名、主食・主菜・副菜をそろえる 25 名、毎日体重や血圧をはかる 19 名、朝食の回数を増やす 8 名		
課　題	より多くの市民が参加しやすい環境を整えるために開催会場や開催回数を増やす必要がある。		
その他			

工夫した点	幅広い市民の参加を促進するため、平日開催では参加が難しい方にも配慮し、開催日程に土曜・日曜・祝日を加えた。

キーワード：産学官等連携、生活習慣病予防

実施主体	茨城県つくば市保健部健康増進課	所在地	茨城県つくば市研究学園一丁目１番地１
電話番号	029-883-1111	ＦＡＸ番号	029-868-7535
担当者	江幡　早矢加	E - mail	wef050@city.tsukuba.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可		

2025年度 ウエルカフェ栄養サロン

参加費 無料

栄養士が
テーマに合わせた食事のポイントをご紹介します！

テーマ	ウエルシア つくば桜店(各2回)	ウエルシア つくば豊里店	ウエルシア つくば小茎店
コツコツ健康 **骨元気** ☆骨強度の測定	4/22(火) 2026/3/8(日)	5/6(火)	9/14(日)
いきいき健康 **血管若返り** ☆血管健康度の測定	8/10(日) 2026/1/11(日)	11/9(日)	6/3(火)
おいしく健康 **適塩**生活 ☆本当の「おいしさ」がわかる試食体験	10/12(日) 12/14(日)	7/13(日)	2026/2/8(日)

時間 10:00～11:00
測定会(30分)
栄養講話(30分)

対象 つくば市在住の方
定員約10人

すべてのテーマで **体組成**が計測できます！
※体組成は20歳以上から測定できます。

申込み 開催日の前日までに電話で
※日曜日開催は、金曜日まで（当日参加もOK）
029-883-1111（平日8:45～16:30）

問合せ先　つくば市保健部 健康増進課

調味料の食塩含有量の目安

食品名	小さじ(5ml)	食塩量	大さじ1(15ml)	食塩量
しょうゆ(濃い口)	6g	0.9g	18g	2.6g
しょうゆ(うすロ)	6g	1g	18g	2.8g
精製塩	6g	5.9g	18g	17.9g
淡色辛みそ	6g	0.7g	18g	2.1g
みりん	6g	0g	18g	0g
料理酒	5g	0.1g	15g	0.3g
マヨネーズ	4g	0.1g	12g	0.2g
トマトケチャップ	6g	0.2g	18g	0.6g
中濃ソース	7g	0.3g	21g	1.0g
ウスターソース	6g	0.5g	18g	1.4g

参考：文部科学省「日本食品標準成分表2020年版（八訂）」より算出

食育の推進に関する情報

管理栄養士考案レシピ集

いばらき美味しおスタイル指定店

つくば市保健部健康増進課 作成

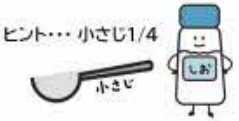
令和7年度
ウエルカフェ栄養サロン

おいしく健康
適塩生活

人間が生きていくために最低限必要な食塩量は何グラムだと思いますか？

1日あたり　　g

ヒント… 小さじ1/4

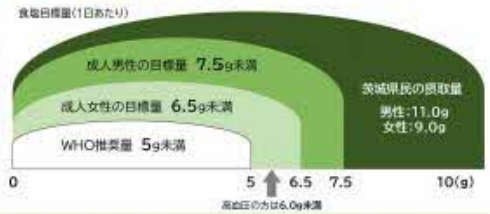


測定結果　測定日　年　月　日

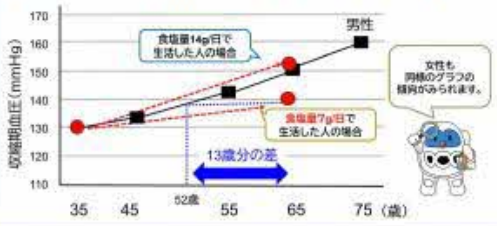
血圧

収縮期 _____mmHg　拡張期 _____mmHg

私たちは塩を摂りすぎています！



適塩は早く取り組めば取り組むほど、効果がでます



適塩生活のポイント

1 食塩量の多い食品を控える(漬物、麺類の汁など)
2 うす味に慣れる(うま味を活用する)
3 栄養成分表示をみるクセをつける

栄養成分表示を見る（例:和風だしの素）

ノーマル:食塩量 0.4g　控え:食塩量 0.14g　無添加:食塩量 0.03g

おいしさってなんだろう？

うま味成分は、口中香の感じ方を強めるとも言われています。

うす味でもおいしく食べることができる！
よく咀嚼することで、食品からうま味がでてより味わいが強くなる！

咀嚼は肥満予防、糖尿病予防にも◎

No. 50	**住民主体の高齢者の健康づくり支援事業における低栄養・フレイル予防効果検証教室で実施した取組について**	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ④、⑤
指標と目標値	市貝町健康増進計画・食育推進計画第２期「栄養・食生活」の目標項目「低栄養傾向（BMI20 以下）の者の減少」について令和９年度までに男性 11.0%以下、女性 16.0%以下を目指す。	
現状と課題	令和４年度市貝町健康増進計画・食育推進計画第２期中間評価において「低栄養傾向（BMI20 以下）の者」の割合は 60 歳以上男性：13.1%、60 歳以上女性：20.4%であった。平成 29 年度計画策定時の値（男性：12.3%、女性 18.4%）から増加し、フレイル予防の周知・実践について課題が見られた。	
事業の目的	栃木県では令和６年度より食生活改善推進員協議会を実施主体とした住民主体の高齢者の健康づくり支援事業が開始されている。本事業を実施し、住民にとって身近な存在である食生活改善推進員を活用し当町の低栄養傾向の者の減少を目指すとともに、食改自身の活動意欲を高める事業展開を検討する。	
対　象	65 歳以上の市貝町民	
連携機関	神奈川県立保健福祉大学、十文字学園女子大学、栃木県栄養士会、栃木県栄養ケア・ステーション（認定栄養ケア・ステーションうつのみや）、市貝町食生活改善推進員協議会	
実施時期	令和６年７月～９月	**予算財源**　事業費：50 千円 財源：一般財源
事業内容	開催方法：参集型全３回 対　　象：65 歳以上の町民 内　　容：１・３回目：講話「みんな元気にフレイル予防」（認定栄養ケア・ステーション管理栄養士） 測定（身長・体重・握力・歩行速度テスト・椅子立ち上がりテスト） ２ 回 目 ：講話「フレイル予防の食事について」（町食生活改善推進員） ※全３回を通し、食生活改善推進員は、受付・進行、測定補助、講話を担当 ※参加者は、毎回、教室前後に「食改を活用した事業実施進捗チェックリスト」とアンケートを実施 （1）資料添付　：　[有]　・　無　（「食改を活用した事業実施進捗チェックリスト」） （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	各回の内容により食生活改善推進員の人数を増やす、町保健師に測定を依頼する等状況に応じて適宜計画を変更し、円滑に教室を運営できるようにした。	
評価 結果評価	教室参加者は延べ 28 名で、全３回参加した６名を対象として集計した。握力、歩行速度テスト、椅子立ち上がりテストで平均値、中央値ともに改善が見られた。フレイルセルフチェックではフレイルリスク該当数３つの割合は減少し、該当なしの割合が増加した。また、従事した食生活改善推進員へのアンケートから、全員が教室実施にやりがいを感じたと回答があった。	
課　題	教室参加者の増加に向けて、対象者の特性を踏まえた周知方法や継続して参加するための工夫を行っていく必要がある。	
その他	令和７年度は前年度の実施を踏まえ、参加者が訪れやすい町有温泉施設での実施や既存のコミュニティを活用した対面での周知を行い、フレイル予防教室を実施した。	

工夫した点	食生活改善推進員による講話では、令和５年度県作成の笑顔ハツラツレシピを活用して町独自の食材購入マップを作成した。地域に根差した内容で参考になると参加者からも好評であった。

キーワード：低栄養・フレイル予防、食生活改善推進員協議会

実施主体	市貝町役場	所在地	栃木県芳賀郡市貝町大字市塙 1280
電話番号	0285-68-1133	ＦＡＸ番号	0285-68-4671
担当者	町民くらし課　岡　愛七美	E-mail	hokenshi01@town.ichikai.tochigi.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

食生活改善推進協議会(食改)を活用した事業実施　進捗チェックリスト

（自治体名：　　）

*1　5段階評価例：　a:十分対応ができている　b :対応ができている　c :あまり対応ができていない　d :対応ができていない　e: 判断がつかない

大項目	中項目	小項目	5段階評価*1 (a-e)	内容	評価に関する特記事項
ストラクチャー評価	庁内体制	栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
	社会資源との連携	栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
		栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
		栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
		栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
プロセス評価	進捗管理	栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
	分析	栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			
アウトプット評価	ポピュレーションアプローチ	栄養			
		運動			
		社会参加			
		口腔機能			

市町村における高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施　進捗チェックリスト　振り返り編(厚生労働省)を改変

No.51	よしおか健康No.1事業における食育教室	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	第４次吉岡町健康づくり計画(令和７年度～令和１３年度) バランスのとれた食事をしている人の割合　現状値 32.3%　→　目標値 40.0% 自分で料理を作れる割合　現状値 73.7%　→　目標値 75.0%	
現状と課題	町健康増進計画アンケートの結果より、バランスのとれた食事をしている人の割合は 32.3%であり、前回調査した 30.4%(令和元年度)より増加しているが、未だ割合は低く達成目標に達していないことが分かった。バランスのとれた食生活の重要性を普及し、食生活改善を促進する活動を行っていく必要がある。	
事業の目的	地域住民同士での食育教室を通し、バランスのとれた食生活の重要性を認識し、自身の食生活を見直すことを目的とする。	
対　象	20 歳以上の町内在住者	
連携機関	よしおか健康推進協議会、食生活改善推進員（若草会）	
実施時期	令和７年６月～令和８年１月	予算財源　事業費：33 千円 財源：一般財源
事業内容	町管理栄養士がバランスの良い食事の摂り方、メタボ予防、健康寿命についての講話を行い、その後各グループに分かれて調理実習を行った。 実施回数：５回（同内容を代表推進員に２回、希望のあった地区で３回実施） テーマ：メタボ予防の長寿食 献立名：ごはん、鮭の甘酢野菜あんかけ、ほうれん草海苔和え、まろやか味噌汁、フルーツヨーグルト ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価 プロセス評価	・実施回数５回 ・参加者数合計５１名（男性２９名、女性２２名） よしおか健康推進協議会、食生活改善推進員(若草会)と連携し、事業を実施できた。	
評価 結果評価	「バランスの悪い食事ばっかりだったので見直したい」、「普段は料理しないがやってみたい」等の前向きな感想が出され、バランスの良い食事をとる行動や自分で料理を作る行動に繋がることが期待できる。	
課　題	主食・主菜・副菜とはどういうものか等の「バランスの良い食生活」を実行していくための、正しい知識の普及が今後も引き続き必要である。	
その他		

工夫した点	調理が初めての人もいるため、各地区の食生活改善推進員に参加をしてもらいサポートを得た。

キーワード：「健康寿命延伸」「メタボ予防」「バランスの良い食事」

実施主体	吉岡町役場健康福祉課	所在地	群馬県北群馬郡吉岡町下野田 560
電話番号	0279－54－7744	ＦＡＸ番号	0279－54－8681
担当者	南雲　有理子	E-mail	kenko@town.yoshioka.gunma.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 52	地場野菜の直売イベントでの野菜摂取の啓発「ベジレベル測定会」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑦
指標と目標値	第２期ふじみ野元気・健康プラン　基本目標２「栄養・食生活・食育活動の推進」より ・主食・主菜・副菜がそろった食事を１日２回以上食べている人の割合（成人） 61.5%(H28)→54.6%(R4)→60.0%(R12 目標) ・１日のうち、野菜を使った料理を含む食事の回数を「まったく食べない」と回答する人の割合（成人） 2.5%(H28)→ 4.5%(R4)→減少(R12 目標)	
現状と課題	第２期ふじみ野元気・健康プランより、「主食・主菜・副菜がそろった食事を１日２回以上食べている人の割合」や「１日のうち、野菜を使った料理を含む食事の回数」に対して「まったく食べない」と回答する人の割合が悪化している。また、健康無関心層や、既存の保健事業（特定保健指導や健康相談等）の利用者以外の住民に対する啓発機会の不足が課題となっている。	
事業の目的	・健康増進や生活習慣病予防を目的とし、野菜摂取量測定器（ベジメータ®）を用いて住民自身に野菜摂取量の過不足を把握してもらうことで、野菜摂取量の増加や食生活改善等の行動変容につなげる。 ・地場野菜の直売イベントと併せて測定会を実施することで、地産地消の促進を図る。	
対　象	市民　（地場野菜直売イベントの参加者）	
連携機関	産業振興課	
実施時期	令和６年９月～令和８年３月（通年実施）	予算財源：事業費：－千円 財源：－（他予算事業の機器を併用）
事業内容	市役所で実施される地場野菜の直売イベントの一角に測定コーナーを設置し、測定会を行った。 ベジメータ®による測定（約 15 秒）→管理栄養士の結果説明（結果票とスコア記録カードの配布、野菜摂取の啓発）→アンケートボードでの意識調査（今後の野菜摂取についての意識変化を問うもの） 測定コーナーには、野菜 350g のフードモデルや、市認定の元気・健康レシピリーフレットを展示した。 ※（1）資料添付　：　無　（2）使用した ICT ツール：　無	
評価 プロセス評価	令和７年６月までの間に計６回実施し、延べ 483 人が参加した。屋外での実施であり、天候等の理由で中止することもあった。複数回参加者からは「次回の測定結果を楽しみに野菜摂取を心がけた」「食生活を見直した」といった声が聞かれている。参加者が測定前後に野菜直売を利用する様子もみられている。	
評価 結果評価	参加者のうち、スコア判定上、野菜摂取量が１日 350g に満たないと推測される人の割合は 44.1%であった。測定後の意識調査では、参加者の約８割が「今後、もっと野菜を食べたいと思う」と回答している。今後、第２期ふじみ野元気・健康プラン評価時の市民調査において、野菜摂取や地産地消に関連する質問への回答結果等を総合的に評価していきたい。	
課　題	複数回参加者のスコア平均値がＡ評価（１日の推定野菜摂取量 350g 以上）であることから、すでに野菜を多く摂取している人が測定会に関心を持ち、積極的に参加したことが考えられる。本来のターゲットである野菜摂取不足の人や無関心層の住民への効果的な啓発方法について、さらに検討する必要がある。	
その他	ベジメータ®による野菜摂取量の数値化は参加者の反響がよいことから、測定と啓発の場をさらに広げている。（地域のお祭りや自治組織向けの健康教育、学校給食試食会等）	

工夫した点	地場野菜の直売イベントで、気軽に野菜摂取量測定を体験できる環境を整えたこと。 通年実施とし、複数回参加者のスコア変化を追えるよう、参加者に記録カードとＩＤを付与したこと。

キーワード：野菜摂取量の増加、地産地消

実施主体	ふじみ野市　保健センター	所在地	埼玉県ふじみ野市福岡 1-2-5
電話番号	049-262-9040	ＦＡＸ番号	049-264-8284
担当者	小松	Ｅ-mail	kenkouyobou@city.fujimino.saitama.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 53	**地域の食品販売店と連携した食環境整備・食の啓発事業** **①もっとベジ食べるプロジェクト・おいしく減らソルトプロジェクト事業** **②協賛店におけるベジチェック&血管年齢測定**	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①⑦
指標と目標値	第３次しろい健康プラン食育推進計画 ・１日に野菜料理を５皿以上食べる人の割合の増加　令和７年度までに 15%以上 ・減塩や薄味を心がけている人の割合の増加　令和７年度までに 65%以上	
現状と課題	白井市の死因別構成比は、悪性新生物、心疾患、脳血管疾患の三大生活習慣病が約６割を占め、国や県と比較して心臓病や腎不全の割合が高くなっている。食生活については、１日の野菜摂取量 350ｇ以上の人が 9.7%、減塩に気をつけている人が 56.6%と低い状況にあり、特に 30～50 代の食生活で課題が多かった。市の事業参加が少ない年代や無関心層も含め、多くの市民が自然に健康になれるよう、市民に身近な食品販売店と連携した食環境整備を行う必要がある。	
事業の目的	①野菜摂取や減塩に配慮した商品の提供や情報提供を行う協賛店の普及により、野菜・減塩商品の選択や健康に関する情報取得機会が増えることで、健康的な食生活を実践する市民の増加を図る。 ②食生活改善推進員や包括連携協定締結企業が市民に身近な協賛店へ出向き啓発や測定会を行うことで、野菜摂取及び減塩の必要性を理解し、健康的な食生活を実践する市民の増加を図る。	
対　象	①市内に住所を有する食品販売店等 36 店舗　②協賛店におけるベジチェック＆血管年齢測定会の参加者	
連携機関	①②食品販売店、白井市食品衛生組合、②白井市食生活改善推進員協議会、包括連携協定締結企業	
実施時期	①令和５年６月～現在（通年） ②令和７年 9～11 月	予算財源　事業費：　25 千円（R7） 財源：　一般財源
事業内容	①野菜摂取や減塩に配慮した商品の提供、それらの啓発ポップ・リーフレット・ポスターを設置する食品販売店等を「もっとベジ食べるプロジェクト」「おいしく減らソルトプロジェクト」の協賛店として登録する。協賛店は、市が作成したミニのぼり旗、啓発媒体の設置により、来店者へ野菜や減塩商品の購買行動を促す。また年４回送付される食育通信や野菜・減塩レシピを設置し、来店者へ情報提供を行う。 ②協賛店へ食生活改善推進員が出向き、野菜摂取や減塩の啓発、健康情報やレシピを配布する。また包括連携協定締結企業がベジチェック・血管年齢測定と、野菜摂取や循環器疾患等の情報提供を行う。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	①R4 白井市食品衛生講習会での事業周知・アンケート調査、食品販売店への個別聞き取り調査、白井市栄養士連絡会での事業及び媒体等の検討、R5 庁内システムでのプロジェクト名・媒体等アンケート ②R6 協賛店に新規啓発案打診・測定会希望調査、R7 協賛店との打ち合わせ →制度創設や新規啓発の立案の際は、事前に対象店舗へのアンケートや聞き取り調査を行い、店舗の意見を参考にした。また、白井市栄養士連絡会や庁内アンケートも活用し、事業や媒体等を決定した。	
評価 結果評価	①登録店舗数：野菜９店舗・減塩９店舗、店舗での資料啓発数・持ち帰り率：3540 枚・66% 収縮期血圧 130ｍｍHg 以上の割合：49.0%、野菜 350ｇ摂取割合：12.6%、減塩意識の割合：55.7% ②測定会実施店舗数：５店舗、測定会参加者数：市内 263 人、市外含む 390 人 野菜を食べようと思った人の割合：84.0%、減塩しようと思った人の割合：77.0% →登録店舗数や啓発数等のアウトプット指標は年々改善しているが、市民アンケートにおける野菜摂取量や減塩意識のアウトカム指標は現時点で大きな変化は見られなかった。	
課　題	アウトカム評価は改善がみられていないことから、効果的な啓発と店舗数の増加に向けた取組が必要。	
その他	位置づけ：第３次しろい健康プラン食育推進計画・重点的取組（令和 4～8 年度）	

工夫した点	制度創設の際に、食品販売店の聞き取り調査意見を反映させた。これにより店舗の協力体制が得られた

キーワード：食環境整備、食品販売店、野菜摂取、減塩、無関心層

実施主体	白井市健康課	所在地	千葉県白井市復 1123
電話番号	047-497-3494	ＦＡＸ番号	047-492-3033
担当者	金田　智実	E-mail	kenkou@city.shiroi.chiba.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

地域の食品販売店と連携した食環境整備・食の啓発事業

①もっとベジ食べるプロジェクト・おいしく減らソルトプロジェクト事業

▲啓発グッズ

▲広報

▲登録証

▲もっとベジ食べるプロジェクト協賛店でのポップ掲示

▲ポスター

▲野菜レシピ（年４回送付）

▲食育ミニカード

▲食育通信（年４回送付）

▲もっとベジ食べるプロジェクト協賛店でのポップ掲示

▲ポスター

▲商品 RP 用ポスター

▲食育通信（年４回送付）

②協賛店におけるベジチェック&血管年齢測定

▲啓発チラシ

▲啓発ブース

▲野菜 350ｇフードモデル

▲塩分パネル

No. 54	伊勢原市災害時栄養士活動マニュアルの作成・活用について	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑥
指標と目標値	・各地域対策部への市栄養士配備　全８箇所への配置 ・非常用食料や飲料を用意している人の増加（Ｒ１年 59.9%） ・非常用食料を準備している方の中で、主菜や副菜を用意している人の割合の増加（Ｒ１年 60.0%）	
現状と課題	市では災害時に避難所開設に係る地域対策部が８地域あるが、地域によっては栄養士・管理栄養士の配備がなく、配備されていても行政職員としての配置で、専門性を生かせる業務の想定はされていない状況であった。	
事業の目的	市栄養士等が避難所の状況を把握し、早期から栄養アセスメントを行い、また、支援物資等関係機関との連絡調整などのマネジメントを行うことで、栄養状態の悪化を最小限に止めることをめざす。さらに、平常時の食の備え等について普及啓発を推進する。	
対　象	伊勢原市職員である栄養士・管理栄養士（学校勤務も含む）	
連携機関	危機管理課、学校教育課、保育・幼稚園課、管内保健所、市食生活改善推進団体、 市災害ボランティア、市食品衛生協会、自治会	
実施時期	令和２年度から実施、継続中	予算財源　事業費：　0　千円 財源：　無
事業内容	市栄養士等が、避難所等の状況を把握し、早期から栄養・食生活支援に関するアセスメントやマネジメントを行うために、地域対策部ごとに市栄養士１名を配置する体制とし、統括チームと地域対策部チームの業務について、マニュアルを作成した。マニュアルの改定や内容の調整、研修会、平常時の栄養活動の情報交換等を、各所属栄養士とその所属長の参加に加え、管内保健所と危機管理課へ参加依頼し、「庁内栄養士連絡調整会議」の中で実施している。Ｒ７年度はマニュアル中にある炊き出し用献立を活用し、市総合防災訓練にて食生活改善推進団体、災害ボランティア、自治会、食品衛生協会と共に炊き出し訓練を実施した。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	①　平常時に災害時栄養・食生活支援活動に関して、情報交換や連絡調整の実施→庁内栄養士連絡調整会議の継続実施→年１回以上の開催継続できた ②　各地域対策部への栄養士配備→R7 年度時点で全８カ所配備が継続できている	
評価 結果評価	①　非常用の食料や飲料の用意をしている人の割合の増加　：　R1：59.9%⇒R3：64.6% ②　非常用食料を準備している方の中で、主菜や副菜を用意している人の割合の増加　： R1：60.0%⇒R3：65.8%	
課　題	マニュアルに基づいた実際の具体的な活動をイメージし、より実　践的な内容に改善するために、まずは机上訓練等が必要。	
その他	市栄養士が駆けつけられない場合や、保育園給食や学校給食が再開する等の通常業務復帰に備えて、支援栄養士要請の為の帳票類などを本マニュアル内で常備するようにした。	

工夫した点	マニュアル中の様々な調査・依頼等様式は、既存の県マニュアル様式を活用し、互換性を持たせた。教育委員会所属の栄養士については、小学校校長会等に出向き地域対策部への配備を説明・依頼。地域対策部名簿にも「栄養士」と職種を明記し、職員全体に存在をＰＲ。総合防災訓練に自ら参加し、炊き出しなど食に関わる部分で事務職員を支援し、行政栄養士の役割やできることをＰＲ。

キーワード：

実施主体	伊勢原市健康づくり課	所在地	神奈川県伊勢原市田中 348 番地
電話番号	0463-94-4609（直）	ＦＡＸ番号	0463-93-8389
担当者	市川祐子	E - mail	kenkou@isehara-city.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 55	生活習慣病予防のための減塩対策事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①、⑦
指標と目標値	生活習慣病の予防や改善のために、ふだんから適正体重の維持や減塩等に気を付けた食生活を実践する市民の割合の増加（現状値：62.8%（令和４年度）→目標値：75.0%）※第４次長岡市食育推進計画指標	
現状と課題	・当市では高血圧に起因する脳血管疾患による疾病負荷が国、県と比較して高い状況である。 ・食塩摂取量は日本人の食事摂取基準の目標値より高い。（令和５年県民健康・栄養実態調査報告） ・１日２回以上野菜を摂取している市民の割合は、年々減少している。（令和４年度長岡市食に関するアンケート調査結果） ・長岡市民は、食育への意識の向上が見られるが、実際の行動や結果に結びついていないこと、働く世代の結果が悪化していることが課題である。	
事業の目的	○食事の面からの高血圧予防対策として、減塩に気を付けた食生活を実践する市民の増加 ○健康づくりへの意識が薄い世代へのアプローチ	
対　象	全市民（特に若い世代・働き盛り世代）	
連携機関	①学校給食減塩献立商品化：市内スーパー１社（㈱マルイ）、市内割烹１社（たいしん）、市内企業１社（マコー㈱）、市教育委員会学務課、市学校栄養教職員 ②減塩動画放映：市内スーパー２社（㈱マルイ、イオン）、市関連施設、専門学校等 ③野菜摂取啓発 POP 掲示・減塩ポスター掲示：市内スーパー５社（マルイ、原信ナルス、ウオロク、イオン、アピタ）、市内コンビニ４社（ｾﾌﾞﾝｲﾚﾌﾞﾝ、ﾛｰｿﾝ、ﾌｧﾐﾘｰﾏｰﾄ、ﾃﾞｲﾘｰﾔﾏｻﾞｷ）	
実施時期	通年（令和５年度から事業開始）	予算　事業費：1,496 千円 財源　財源：一般財源
事業内容	①学校給食減塩献立商品化 平成 31 年度から全市立学校(81 校)で提供を開始した減塩給食献立を、令和５年度から、スーパーで主菜と副菜を販売。令和７年２月からは、弁当販売(約 1,000 食)、社員食堂(約 400 食)で提供を開始。 ②減塩動画放映 令和７年度から、スーパー、健診会場、市関連施設、商業施設、市公式健康アプリ、健康教育の場面で、減塩啓発動画（30 秒程度：５本・長編：１本）を放映。 ③野菜摂取啓発 POP 掲示・減塩ポスター掲示 連携機関の協力を得て、令和５，６年度は POP のみ、令和７年度からは POP に加え減塩ポスターの掲示 ◆①～③は、長岡市食育推進会議（年１回）で実施状況を報告し、提言は実務担当者会議で共有する。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　[有]（YouTube、市公式ホームページ、市公式健康アプリ）・　無	
評価 プロセス評価	働く世代が利用するスーパーやコンビニと連携したり、教育関連の講座や商業施設等で啓発動画を放映することにより、若い世代や健康づくり無関心層へのアプローチにつながった。	
評価 結果評価	減塩うまみランチについては、令和７年度喫食後アンケートにおいて、「味付けがおいしい：90.0%」「減塩の工夫がわかった：80.0%」という結果が得られ、全体として好意的に受け入れられていることが確認された。今後も、食育月間の取組終了後及び年度末にアンケートによる評価を継続する。	
課　題	・減塩献立を活用した取組の賛同企業が増えない。（現在：３企業→目標：増加） ・減塩うまみランチを購入した人を対象にした、ふだんの食事の味付けとの違いや、感想などについての二次元コードを使ったアンケートの回答率が低い。	
その他		

工夫した点	関心の薄い世代へのアプローチとして、日常生活の中で自然に情報を受け取れるような取組とした点

キーワード：減塩・企業と協働・動画配信

実施主体	長岡市健康増進課	所在地	新潟県長岡市幸町２－１－１
電話番号	0258-39-7508	ＦＡＸ番号	0258-39-5222
担当者	田中　麻衣子	E-mail	kenkou@city.nagaoka.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

事業記録写真

①学校給食減塩うまみランチ商品化　　②減塩動画放映

◆Ｒ７年度販売献立

＼このシールが目印！／

ながおか
減塩うまみランチ
長岡市
学校給食コラボ

スーパーでの販売の様子

電子 POP モニターを活用した
減塩啓発動画の放映

市役所内の電子掲示板を活用した
減塩啓発動画の放映

③野菜摂取啓発 POP 掲示・減塩ポスター掲示

No. 56	健康セミナー―　塩分濃度別みそ汁の試食会	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑦
指標と目標値	高血圧の改善(140/90mmHg 以上の者の割合)　20%以下 特定健康診査の実施率向上　60%　　（第３期羽咋市健康づくり基本計画より引用）	
現状と課題	羽咋市のI度高血圧以上の割合はやや増加傾向にあり（R5：22.0%、R6:23.7%）、未治療者への受診勧奨や日常生活における高血圧予防の啓発について更なる取り組みが必要。	
事業の目的	適塩を知ることで減塩を意識した食生活を目指し、食生活全体の改善に対する意識向上をうながす。	
対　象	地域住民	
連携機関	羽咋市市民福祉部健康福祉課健康推進係、羽咋市食生活改善推進協議会	
実施時期	令和７年７月４日、13 日、16 日	予算財源　事業費：　10 千円 財源：健康増進事業費
事業内容	・みそ汁の試食コーナー ・教育コーナー ・汁物の塩分測定コーナー 羽咋市集団健診の会場に来場した市民を対象に、「うすめ」、「ふつう」、「こいめ」の３種類の塩分濃度のみそ汁を試食してもらい、自宅のみそ汁と比較した結果をアンケートに記入する。 調理は羽咋市食生活改善推進員が担当した。 教育コーナーでは、減塩に関する動画、食塩摂取目標量の模型の展示、資料（石川県　減塩のすすめ）、いしかわヘルシー&デリシャスメニューの配布を行った。 汁物の塩分濃度測定コーナーでは、来場者が持参した汁物の塩分濃度を測定した。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価　プロセス評価	・健診会場で行うことで、より多くの市民に適塩の大切さを知っていただく機会になった。 ・実際に塩分濃度の違うみそ汁を飲み比べて数値でも確認することで、普段の汁物の塩分濃度が高いことを認識し、改善に向けて取り組みたいと思う参加者が多かった。	
評価　結果評価	減塩を意識していないと答えたもののうち、81%がセミナー後に減塩に対する意識が変化した。	
課　題	・想定より来場者が少なかったため、セミナーがあることの周知や市民健診受診者の呼び込み等、集客の方法を検討する必要がある。 ・セミナー後の継続的な支援が難しい。	
その他	羽咋市食生活改善推進協議会の活動の一環として行った。	

工夫した点	見る、食べるなど実際に体験することで適塩を学べるようにした。

キーワード：生活習慣病予防　減塩　食生活改善推進協議会

実施主体	羽咋市市民福祉部健康福祉課 健康推進係	所在地	石川県羽咋市旭町ア 200
電話番号	0767-22-1115	ＦＡＸ番号	0767-22-3995
担当者	小坂・今江	E-mail	fkushi5@city.hakui.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No.57	マタニティスクールと初期離乳食教室を併催した「はぴベビ☆ごはん教室」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ②⑦
指標と目標値	【南アルプス市健康かがやきプラン（第３次健康増進計画・第２次食育推進計画）】 〇低出生体重児の出生割合　基準値（H29）：7.9%⇒目標値（R11）：減少 〇妊婦同士で情報交換できる友人や仲間がいる母親の割合　基準値（H30）：73.8%⇒目標値（R11）：増加 〇子どもの食事のリズムを大切にしている親の割合（1.6 歳）　基準値（H30）：96.9%⇒目標値（R11）：増加 〇子育てに自信が持てない親の割合（1.6 歳）　基準値（H30）：35.7%⇒目標値（R11）：減少	
現状と課題	マタニティスクールは、妊娠をきっかけに家族全体の健康づくりにつながる情報提供ができる重要な機会であるが、参加者が少ないことが課題となっており、産後を具体的にイメージできる内容が求められていた。また、これまで生後７か月児を対象に実施していた離乳食教室のアンケートから、悩みや困りごとは離乳食開始直後に多いことが分かり、5～6 か月頃に教室を実施する必要性が明らかになった。	
事業の目的	マタニティスクールと生後 5～6 か月児を対象とした初期の離乳食教室を併せて開催し、妊婦と先輩パパ・ママが交流できる場を提供する。妊婦が子育てのイメージを具体化するとともに、妊娠期から初期の離乳食について学ぶ機会とする。また、乳児の保護者にとっては、先輩パパ・ママとして出産後の生活を振り返り、育児に自信を持つとともに、離乳食の進め方を再確認する機会とする。	
対　象	妊婦とその家族、及び生後 5～6 か月の乳児とその保護者	
連携機関	託児ボランティア（教室開催時の託児支援）、食生活改善推進員（調理サポート）	
実施時期	令和６年４月から 隔月に１回（年６回）開催	予算　事業費：２６０千円 財源　財源：一般会計
事業内容	・産後の生活に関する座談会（担当：助産師） ・妊娠期・授乳期に大切な食事について（担当：管理栄養士） ・離乳食のすすめ方について（担当：管理栄養士） ・調理実習（鉄・カルシウムがとれる１品、食塩濃度 0.8%の野菜スープ、初期の離乳食の調理） ・個別相談（担当：助産師、管理栄養士） ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（　母子手帳アプリ「母子モ」）　・　無	
評価 プロセス評価	助産師や保健師等の多職種と、参加する妊婦や保護者の状況を事前に共有し、毎回、参加者に応じた内容の座談会を実施することができた。	
評価 結果評価	教室参加後のアンケートでは、妊婦および乳児保護者の全員が、教室参加の目的を達成できたと回答した。自由記載の感想から、妊婦は先輩パパ・ママや妊婦同士の交流により安心感を得るとともに、自身の食習慣を見直すきっかけとなっていることが分かった。 また、乳児の保護者は、保護者同士・赤ちゃん同士の交流ができ、インターネットや育児書だけでは分かりにくい離乳食の作り方や進め方を学ぶことができた様子がうかがえた。	
課　題	妊婦の夫や乳児の父親の参加が増加しており、需要が高まっている一方、会場の規模やスタッフの人員体制の制約から、１回あたりの対応人数に限りがある。	
その他		

工夫した点	妊娠期に参加した者が、出産後に初期の離乳食教室として再度来所することを想定し、大人向けメニューについては、４回ごとに内容を変更して実施した。

キーワード：食を通じた妊娠期からはじまる子育て支援

実施主体	南アルプス市役所	所在地	山梨県南アルプス市飯野 2806-1
電話番号	055-282-7259	ＦＡＸ番号	055-284-6019
担当者	新海　みちる	E-mail	michiru-o@city.minami-alps.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 58	域産域消の食育店で野菜をもっと食べようキャンペーン	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①　⑦
指標と目標値	「第４次飯田市食育推進計画」…１日当たりの野菜摂取量の増加（350ｇ/日）	
現状と課題	市民の野菜摂取量は令和４年度の食事調査からほぼ横ばい（R4：306ｇ、R5：316ｇ、R6：309ｇ）であり、約 50ｇ不足している現状がある。また、令和６年度食事調査結果より、食物繊維の充足率（中央値）が 65%で、食品群別にみてみると、食物繊維を多く含む淡色野菜、きのこ、果物、海藻、いもが不足している。以上のことから、市民が健康維持増進のために野菜摂取量を増やす取組が必要。	
事業の目的	「飯田市域産域消の食育店」と協働で「野菜を食べようキャンペーン」を行い、野菜摂取量を増やすことで生活習慣病予防につなげる。また、企業との協働実施で、食育店の周知を行う。	
対　象	一般市民（飯田市に住所のある方）	
連携機関	飯田市域産域消の食育店	
実施時期	令和７年７月１日～令和７年９月 30 日	予算財源　事業費：360 千円 財源：一般会計
事業内容	①飯田市域産域消の食育店で不足分の野菜（小鉢一皿分 70ｇ）が補える対象メニューを食べてもらう。 ②店舗で QR コードを読み取りポイントをゲットし、飯田市公式 LINE にてキャンペーンに応募する。 ③ポイントに応じて抽選で食育店のプレゼントが当たる。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（　LINE　）　・　無	
評価　プロセス評価	参加店舗：19 店舗／35 店舗（野菜提供：17 店舗、プレゼントのみ提供：２店舗） 対象メニュー提供者数：141 名 キャンペーン目的来店者数：40 名 応募者数：23 名（A 賞【5,000 円分】２名、B 賞【1,000 円分】21 名） ※応募者の５名は市外のため抽選対象外 当選者数：12 名（A 賞２名、B 賞 10 名）	
評価　結果評価	第４次飯田市食育推進計画の進捗と併せて市民の野菜摂取量の評価を行う。	
課　題	システム上、同店舗で一日２回以上読み込めなかったり、アプリを使って二次元バーコードを読み込むとエラーとなったりするため、対象メニューを食べても応募できなかった方がいるのではないかと考えられる。参加店舗や応募者数（対象メニュー提供者数）増加のための効果的な方法を検討していく必要がある。	
その他	対象メニュー提供者数は、事後アンケートの回答があった５店舗合わせて 141 名と、回答の無かった店舗で想定される人数を含め、野菜摂取量増加の機会になったのではないかと考える。	

工夫した点	キャンペーンに応募する（ポイントゲット）手段として、飯田市公式 LINE を活用した。野菜を提供できない店舗でも、プレゼントを用意いただき、参加していただいた。保育園・小中学校にチラシを配布し、食育店の周知を行った。（一部の高校・短大へはポスターを配布、市役所市民ギャラリーへはポスター等の掲示を行った）

キーワード：域産域消の食育店　野菜摂取キャンペーン　やさいの日　LINE　おいしいプレゼント

実施主体	飯田市保健課	所在地	長野県飯田市大久保町 2534
電話番号	0265-22-4511	ＦＡＸ番号	0265-22-4884
担当者	北原　由紀恵	E-mail	hoken@city.iida.nagano.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 59	こども園健康教育		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可）
指標と目標値	適正な塩分摂取ができる者の増加 毎食バランスよく食事が摂取できる者の増加		
現状と課題	下呂市ではどの年代においても目標量以上の塩分摂取をしている者の割合が高く、特に、幼児期では目標量以上の塩分摂取をしている者が 90%以上となっている。また朝食欠食率は 0%だが、野菜を毎朝食べている者はわずか 25%となっている。		
事業の目的	塩分摂取目標量、野菜摂取量を理解し、それが将来の生活習慣病発症予防につながることを理解し実践することができる。		
対　象	市内こども園（6 園）年長児保護者 151 名		
連携機関	市内こども園		
実施時期	令和 7 年 7,8 月	予算 財源	事業費：　39　千円 財源：一般
事業内容	【事前準備】 ①尿中塩分測定、食生活アンケートの実施 ②生活アンケートより、1 日の食事摂取充足率を個別に算出し資料として作成 【健康教育（集団指導）】 ①保健師：・体の発達について（体格、肥満度）・尿検査結果（腎臓の働き、塩分との関係） ・食事量について（各自 1 日の充足率をアンケートから算出） ②こども園栄養士：・年長児に必要な栄養量について ・給食での調理の工夫（減塩のポイント、野菜摂取、バランス）について ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)		
評価 プロセス評価	尿中塩分測定と食生活アンケートを同時に実施し健康教育での資料として使用したことで、自分事としてとらえ、塩分と身体、生活とのつながりがわかり、より深い学びの場となった。		
評価 結果評価	健康教育後の保護者の感想から、将来の健康のためには幼少期からの適正な塩分摂取と野菜摂取が必要であることの理解はできていた。		
課　題	3 歳児健診においても塩分の過剰摂取と野菜摂取不足が課題であったが、年長児においても同じように塩分の過剰摂取、野菜摂取不足が課題となっていることから、継続した食支援が必要である。		
その他	各園保育参観や給食参観などと同日に実施したことで多くの保護者に参加していただいた。		

工夫した点	こども園栄養士による健康教育で、家庭でできる減塩や野菜摂取量増加の工夫を具体的に伝えたこと。

キーワード：減塩、こども園、尿中塩分測定

実施主体	下呂市役所　健康課	所在地	岐阜県下呂市森 960 番地
電話番号	0576-24-2222	ＦＡＸ番号	0576-25-3888
担当者	山下　粛恵	E-mail	kenkou@city.gero.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 60	梅太郎丼を活用した連携した食育事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①⑤
指標と目標値	第４次牧之原市食育推進計画：食育に関心のある人の割合の増加（現状値：令和５年 68.2%→目標値：令和 12 年 90%）朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の回数（令和５年週 7.2 回→令和 12 年週 10 回以上）地域で共食したいと思う人が共食する割合（令和５年 39.9%→令和 12 年 50%）	
現状と課題	国（令和６年度 80.8%）に比べて食育に関心のある人の割合が低く、食育を実践しやすい環境づくりを行うために、市民と地域、食育に関係する団体、行政等が連携を深めて食育を推進していくことが重要であり、第４次牧之原市食育推進計画の「わたしとみんなでつなげる食育」を基本姿勢としている。	
事業の目的	鈴木梅太郎博士の功績を周知し、鈴木梅太郎丼を推進することで、幅広い世代や関係機関と連携し、地産地消の推進や健康づくりを推進し、市の名物料理になるよう取り組んでいく。	
対　象	市民及び市内在勤者	
連携機関	中部健康福祉センター、食品衛生協会、小中学校、認定こども園、健康づくり食生活推進協議会、ちょっとサポーター、牧之原市商工会、ビタミンネットワーク、秘書広報課、子ども子育て課、学校総務課、学校教育課、お茶特産課、商工企業課、健康推進課	
実施時期	令和４年度から継続実施	予算財源　事業費：　０千円 財源：
事業内容	令和４年度に、市食育推進会議の中で学校関係の委員より、博士の出身校である地頭方小学校の児童が博士の功績を学び周知することを目的に、東京大学の学生食堂で提供されている「鈴木梅太郎丼」を活用し、関係者が連携した食育活動の実施について提案があった。梅太郎丼は 12 月 13 日、市の「ビタミンの日」に合わせて、学校、保育所給食で提供された。その後、中部健康福祉センターから周知した福祉施設、事業所給食や博士の出身地区の飲食店、宿泊施設を中心に約 5,800 食が提供された。また、健康づくり食生活推進協議会、ちょっとサポーターによる調理実習やレシピ配布等の普及啓発を実施した。「まきはぐ総合サイト」では、レシピ紹介、広報まきのはら、市の LINE 等での広報活動を行った。 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価　プロセス評価	鈴木梅太郎丼の啓発活動をとおして、産官学民が連携することができた。 高齢者の介護予防、フレイル対策として、低栄養予防献立提供と共食を推進することができた。	
評価　結果評価	令和４年度　小中学校６校、保育所給食８園、飲食店１店舗。 令和５年度　小中学校 12 校、保育所給食８園、福祉施設１か所。 令和６年度　小中学校 12 校、保育所給食８園、福祉施設、事業所 10 か所。 飲食店、宿泊施設 11 店舗。まきのはら産業フェア内でのイベント実施１回。 令和７年度　小中学校 12 校、保育所給食８園、福祉施設、事業所 17 か所。飲食店、宿泊施設 11 店舗。 令和４年度～　健康づくり食生活推進協議会によるレシピ配布 300 枚	
課　題	飲食店、宿泊施設等での提供を進めるにあたって、窓口や調整をする事務局が必要になってきた。	
その他		

工夫した点	食育推進会議を通じたことで多機関の連携した取組につながったこと。

キーワード：産官学民の連携事業、鈴木梅太郎博士、ビタミン B1

実施主体	牧之原市健康推進課	所在地	静岡県牧之原市静波 999-1
電話番号	０５４８-２３-００２４	ＦＡＸ番号	０５４８-２４-１００５
担当者	大岩仁美	E-mail	kenko@city.makinohara.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

牧之原市の施設の皆様へ

鈴木梅太郎博士の功績をたたえてビタミンB1
たっぷりの丼を紹介します！！
夏バテ防止メニューとしても！あなたの施設でも提供してみませんか？

RIDE ON MAKINOHARA

鈴木梅太郎丼の定義♪

博士の功績をたたえてビタミンB1を多く含む食品を使った丼が、東京大学　農学部の学食で提供されています。

①ビタミンB1を豊富に含む食材を使用していること（豚肉、黒米、麦　等）
②鈴木梅太郎の名前にちなんで梅干を使用すること
（梅干しを刻んで味付けに使用してもよい。）
③味付け、使用する野菜等についてはアレンジ可能

鈴木梅太郎丼、普及の目的♪

牧之原市出身の博士は東京大学で学び、ビタミンB1を発見し「オリザニン」と名付けました。ビタミンを発見した日をビタミンの日と制定しました。

普及の目的は、博士の功績を周知し、鈴木梅太郎丼を推進することで、幅広い世代や関係機関と連携し、地産地消の推進や健康づくりを進めることで食育を推進していくことです。

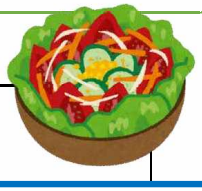
★鈴木梅太郎丼

12月13日は
ビタミンの日

＜１人当たりの栄養成分＞

エネルギー	451kcal	たんぱく質	17.6ｇ
脂質	4.9g	食塩相当量	2.3ｇ

参考レシピ



＜材　料＞（4人分）

米	2合
○黒米	大さじ1
酒	大さじ1
○豚肉こま切れ	２００ｇ
◆玉ねぎ	1個
サラダ油	大さじ1
◆すりおろしにんにく	小さじ1
すりおろししょうが	小さじ1
しょうゆ	大さじ2
砂糖	大さじ1
酒	大さじ2
梅干し	2個

○ビタミンB1を多く含む食品
◆ビタミンB1の吸収を助ける食材

黒米は喫食者に合わせて白米や麦等に変更してください。

＜作り方＞

①米は研いで、黒米はさっと洗い、炊飯器の釜に2合分の水と酒を入れて浸水させてから炊く。
②玉ねぎは半分に切り１センチ幅に切る。
フライパンにサラダ油を熱し、にんにく、しょうがと肉を炒める。肉の色が変わったら玉ねぎを加え、火が通ったら、調味料、細かく刻んだ梅干しを混ぜる。
③器にご飯を盛り付け、豚肉を盛り付け完成。

各施設で
ビビンバ風や
あんかけ風など
食べやすくアレンジ
してくれました。

レシピ提供：牧之原市健康づくり食生活推進協議会
牧之原市健康づくり食生活推進協議会は市の健康づくりや食育の推進をとおしてSDGsを推進している団体です。

SUSTAINABLE DEVELOPMENT GOALS

協力：中部保健所　健康増進課　　問い合せ先：牧之原市健康推進課　電話0548-23-0024

No. 61	保育所・幼稚園・こども園食育事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ③
指標と目標値	日野町健康づくり・食育計画（第４期） 「朝食の欠食率の減少」　目標値 小学５年生 1.0%以下、中学２年生 3.0%以下 「野菜をほとんど食べない人の割合の減少」　目標値 10.0%以下 「食生活でバランスのとれた食事に気をつけている人の割合の増加」　目標値 55.0%以上 「塩分濃度 0.7%のみそ汁が薄いと思っている人の割合を減らす」　目標値 35.0%以下 「塩分チェック表の点数が 14 点以上の人の割合を減らす」　目標値 30.0%以下	
現状と課題	【現状】 ・住民アンケートでは、朝食をとる人の割合が増加している一方で、１０歳代、２０歳代の朝食欠食率が高い。また、朝食を毎日食べていない児童の割合が増えている。 ・住民アンケートでは、若い世代の野菜をほとんど食べていない（１日１皿以下）割合が高い。 10、20 歳代男性 40.9%、10、20 歳代女性 21.4%、30 歳代男性 23.8%、30 歳代女性 18.1% ・塩分濃度 0.7%のみそ汁が薄いと思っている中学生及び住民の割合が６割と多い。 【課題】 ・１０歳代、２０歳代の朝食欠食率が高い状況がみられるため、子どものころからの正しい食に対する考え方、健康的な食生活習慣を定着させる取り組みが必要。	
事業の目的	子どものころから、健康的な食生活習慣を定着させる。	
対　象	町立保育所・幼稚園・こども園の５歳児	
連携機関	町立保育所・幼稚園・こども園、日野町健康推進協議会	
実施時期	平成２７年度から	予算 財源　事業費：　357 千円 財源：一般財源、国民健康保険保険者努力支援交付金
事業内容	①町立保育所・幼稚園・こども園の５歳児に対する食育事業 ・ごはんクッキング　・カレークッキング　・みそ汁クッキング・おやつクッキング ・お箸の持ち方 ②町立保育所・幼稚園・こども園の５歳児保護者に対するアンケート実施 ※（1）資料添付　：　[有]　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　[無]	
評価 プロセス評価	①年度初めの園長会で食育事業の説明、協力依頼し、スムーズに実施することができた。町立保育所・幼稚園・こども園の職員から食育事業報告を提出してもらい事業改善につなげることができた。 ②町立保育所・幼稚園・こども園と連携し保護者向けアンケートを配布、回収をすることができた。アンケートに合わせて健康的な食生活、地産地消の啓発ができた。	
評価 結果評価	①野菜が苦手な園児も自分で作った料理は少しでも食べてみようとする姿があった。 ②食育事業を通じて主食・主菜・副菜を組み合わせた食事１日２回以上食べる頻度を毎日にしたいと回答した保護者は約７割となった。	
課　題	町立保育所・幼稚園・こども園５歳児の食生活習慣を改善するだけではなく、保護者自身の健康的な食生活習慣定着も大切である。園児、保護者に対する効果的な取り組みの検討が必要。	
その他		

工夫した点	保護者アンケートに合わせて、保護者へ食生活の啓発を実施した。

キーワード：食育

実施主体	日野町福祉保健課	所在地	滋賀県蒲生郡日野町河原一丁目１番地
電話番号	0748-52-6574	ＦＡＸ番号	0748-52-6503
担当者	檜皮　順子	E-mail	hoken@town.shiga-hino.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

令和７年度食育事業実施アンケート

日野町では、「食への関心を高め楽しく食べる子どもに育つこと」を目的に、町立保育園、幼稚園、こども園の５歳児を対象に下記の内容でこれまで４回の食育（クッキング）を実施しました。

● ごはん　● ツナカレー　● みそ汁　● お箸の正しい持ち方

食育について保護者の皆様のご意見をお聞きし、今後の子どもの食育事業や健康事業を進めていく上で参考にさせていただきたいと思います。なお、お答えいただいた内容で個人が特定されることや目的以外に使用することはありませんので、回答にご協力いただきますよう、よろしくお願い申し上げます。

問１　子どもが家に帰って食育（クッキング）の話をしましたか。

１．した　　２．しなかった

問２　子どものお箸の持ち方は、食育後に上手になりましたか。

１．上手になった　　２．変化なし（最初から正しく持っていた）　　３．変化なし（正しくない持ち方のまま）

問３　クッキングで作ったもの以外で、子どもと一緒に作った料理があればご記入ください。

（　　）

問４　家で子どもに手伝ってもらったことのある項目全てに〇をつけてください。

１．お米研ぎ　２．包丁を使って切る　３．混ぜる　４．炒める　５．焼く　６．皮をむく

７．（食材を）洗う　８．盛り付け　９．食卓の準備　10．後片付け　11．野菜などの収穫

12．その他（　　）

問５　食育（クッキング）により、子どもが変わったと思われる点があれば教えてください。

（　　）

【以下は、あなたのご家庭の食生活にかかることについてお伺いします】

問６　いつもの調理に使用されている出汁（だし）は、次のうちのどれですか。

（複数ある場合は、該当するものすべてに〇をつけてください）

１．天然素材（昆布・かつお・煮干など）　２．顆粒だしの素　３．液体だしの素

４．その他（　　）

問７　あなたは、食塩の１日あたりの摂取目標量を知っていますか。

１．はい　　２．いいえ

問８　食塩の１日あたりの摂取目標量は男性は7.5ｇ未満、女性は6.5ｇ未満と定められています。これらはあなたが思っていた量と同じでしたか。

１．はい　　２．いいえ

問９　あなたは、野菜の１日あたりの摂取目標量を知っていますか。

１．はい　　２．いいえ

問 10　野菜の１日あたりの摂取目標量は３５０ｇ以上と定められています。あなたが思っていた量と同じでしたか。

１．はい　　２．いいえ

問 11　あなたの普段の食生活で１日あたりに野菜を３５０ｇ以上食べていると思いますか。

１．はい　　２．いいえ

問 12　子どもの普段の食事に、国産や地場産の食材・食品を意識して選んでいますか。

１．はい　　２．いいえ

問 13　食育クッキングで使われたお米は日野町産のお米です。食育事業を通じて国産や日野産の食材を意識して選びたいと思いましたか。

１．はい　　２．いいえ

食塩摂取目標量は、**３～５歳児で　3.5g 未満**　と大人の約半分量です。（調味料・加工食品などの塩も含む）同じ料理を取り分ける場合には、大人の味付けをする前に取り分けたり、食べさせる量に気をつけましょう。

No. 62	食生活改善推進員による料理番組制作	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	郷土食などの伝統料理や食改員が伝えたい料理を住民に普及する。 食改員の認知度向上をはかる。	
現状と課題	若い世代が地域に伝わる料理を知る機会が少なくなってきている。また、食改員が保健所管内で作成した郷土料理などをまとめたリーフレットを活用する機会が少ない。	
事業の目的	町有線テレビで食改員が料理する様子を放送し、レシピを普及すると共に食改員を周知する場とする。	
対　象	住民	
連携機関	与謝野町食生活改善推進員協議会	
実施時期	平成 24 年度、平成 25 年度、令和 2 年度～	予算財源　事業費：　250　千円 財源：一般財源
事業内容	・番 組 名　「食改さんのおうちごはん」 ・内　　容　1 回の放送につき 1～2 品ずつ食改員が調理し、紹介する。 ※紹介レシピ　H24.R7　保健所管内で作成したリーフレット「伝えたいたんごの味」の中から抜粋（丹後のばら寿司など） H25.R2　保健課提案レシピ（けんちん煮や白和えなど） R3～R6　食改員提案レシピ（旬の食材を使用したもの、お節料理など） ※R7 から町広報誌、町公式 YouTube にも掲載 ・放送回数　H24…12 回　H25…3 回　R2～R6…5 回　R7…6 回 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　(有)（　町公式 YouTube　）　・　無	
評価 プロセス評価	・旬の食材を使用するなど、時期に合った内容にした。 ・食改員のレシピ提案時は、事前に検討会議で内容や作り方を確認し共有を行った。また、1 年分の放送内容をレシピ集にして食改員に配付し、食改員自身の学びにつなげたり、活動時に活用してもらった。	
評価 結果評価	・番組視聴者数を把握する事は難しいが、食改の活動を周知するのに有線テレビは有効な媒体であり、合わせて令和 7 年度は広報誌や YouTube に掲載する事で、幅広く目にする機会をつくることができた。 ・広報誌を見た住民から意見や感想などの反応があった。	
課　題	有線テレビ未加入世帯がある事や、関心のある方にしか視聴してもらえない事を考慮し、有線テレビだけでなく様々な媒体に掲載している事を周知する事が必要。	
その他	平成 25 年度実施後、制作していない時期があったが、コロナで食改活動が思うようにできない時に復活させた事で、食改自身の活動意欲を保ちながら継続できている。	

工夫した点	旬の食材や、家庭で手に入りやすいものを使った内容とし、自宅でも調理しようと思ってもらえるようにした。

キーワード：食育、食生活改善

実施主体	与謝野町役場保健課	所在地	京都府与謝郡与謝野町字加悦 433
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	小西	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　(不可)		

No. 63	特定健診の場における尿ナトカリ比測定等を活用した高血圧対策	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	第４次健康くまとり２１（健康増進計画・食育推進計画・自殺対策計画）における 【指標】尿ナトカリ比４未満である者の割合　【目標値】１割増加	
現状と課題	熊取町国保特定健診受診の結果、収縮期血圧および拡張期血圧の有所見割合が、大阪府・全国よりも高い。	
事業の目的	高血圧対策として、尿ナトカリ比を測定することにより、減塩およびカリウム摂取増になる食生活改善を促す。また、尿ナトカリ比測定結果と基本属性や質問紙等を分析することで、対象者別の食生活改善に効果的なアプローチ方法を検討する。	
対　象	集団・特定健診受診者のうち、測定に同意した者	
連携機関	大阪公立大学大学院 生活科学研究科 食栄養学分野	
実施時期	令和５年２月～現在も継続	予算財源　事業費：　－　千円 財源：
事業内容	集団・特定健診の検査項目である検尿の残尿を用いて尿ナトカリ比を測定する。 併せて、『基本属性の把握』、『当日の身長・体重・血圧等の結果の把握』、『質問紙（「塩分チェックシート」および「主なカリウム給源となる食品の摂取頻度と摂取量目安」）への記入』を行った。 尿ナトカリ比については、当日の簡易測定機器による結果説明と、後日の結果説明会時に検査機関で測定した尿中 Na 量、K 量およびナトカリ比の結果説明と、２つの方法で行った。 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価 プロセス評価	・令和４年４４６名（うち男性１８４名）に実施し、その後も継続して実施している。 ・大阪公立大学と連携・協力しながら行うことにより、尿ナトカリ比の結果と基本属性や質問紙を掛け合わせて分析し、対象者別の効果的なアプローチ方法の検討材料ができた。	
評価 結果評価	・上記により、尿ナトカリ比４未満の者が８０．７％と、計画の評価項目のベースとなる数値が設定できた。結果評価は、令和１２年度に計画評価として行う予定。	
課　題	・高血圧対策として、減塩による Na 摂取量の減少だけでなく、K 摂取量の増加を促すための、関係機関と連携した取り組み（食環境整備）が必要。 ・尿ナトカリ比について、現在は集団・特定健診受診者等限られた住民での実施であり、多くの住民に周知し、測定の機会を設けることが必要	
その他		

工夫した点	健診当日にも簡易測定機器による尿ナトカリ比の結果を伝えることで、後日来所ができない方に対しても、指導する機会を持つことができた。

キーワード：尿ナトカリ比、高血圧対策

実施主体	熊取町健康・いきいき高齢課	所在地	大阪府泉南郡熊取町野田 1-1-8
電話番号	072-452-6285	ＦＡＸ番号	072-453-7196
担当者	大屋・小松	E-mail	kenkou-kourei@town.kumatori.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 64	朝食摂取で業務効率アップ研修	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ②、③、⑦
指標と目標値	太子町食育推進計画(第２次) 朝食を毎日食べる人(20～40 歳代)　67.9%(令和３年度)→75%以上(令和 13 年度)	
現状と課題	令和５年３月に策定した太子町食育推進計画(第２次)に基づき、令和５～８年度までは朝食摂取率向上の取組について毎年対象を変更し実施。令和７年度は働き世代が対象。	
事業の目的	太子町職員の朝食摂取率の増加及び摂取内容の向上を図ることで、午前中から業務効率を上げ、生活習慣病を予防し、心と体を健康に保つことを目的に実施。	
対　象	太子町職員健診にて実施した朝食摂取状況アンケート結果より、朝食摂取率の低かった年代の本庁勤務職員(5 歳刻みの年齢)として、20～24 歳代及び 30～34 歳代の職員合計 41 人	
連携機関	太子町総務部総務課、太子町食育推進会議	
実施時期	対象者選定アンケート実施：令和７年５月 16 日(金) 研修実施：令和７年９月９日(火)、11 日(木) 事後アンケート実施：令和７年 12 月８日(月)～26 日(金)	予算財源：事業費：0 千円 財源：なし
事業内容	R7.4 月：研修対象者を選定するため、全職員向けに朝食摂取状況アンケートを配布し職員健診にて回収するよう各所属長に依頼。 R7.5 月：アンケート結果を集計し、研修対象者を朝食摂取率が最も低かった 20～24 歳代と 30～34 歳代に決定。対象者に研修参加可能日の調整を行い受講日時決定。各所属長に対象職員の参加を依頼。 R7.9 月 9 日,11 日：勤務時間内に研修を実施(1 時間)。研修後アンケートを実施(結果別添)。 R7.12 月：受講３か月後に再度状況確認アンケートを実施。 ※（1）資料添付　：（有）・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・（無）	
評価 プロセス評価	事前アンケートより対象となる年代を抽出。総務課と相談し対象者が参加しやすいよう日程調整を行い、勤務時間内に研修会を実施。対象者 41 人中 40 人が参加。研修終了時と３か月後にアンケートを実施。	
評価 結果評価	クイズやグループワークを取り入れる、市販飲料の砂糖量展示やみそ玉の見本を見てもらうなど工夫した結果、参加した全ての職員が「とても良かった(75%)」、「良かった(25%)」と回答。午前中から仕事のパフォーマンスを上げるために夜の過ごし方についても見直していきたいという意見もあり、職員自身の食生活を振り返る機会となった。３か月後の状況確認でも、「朝食内容の改善」や「甘い飲料を減らす」などの行動変容につながった。	
課　題	３か月後の状況確認では、朝食を食べる回数を増やした人は５名みられたが、朝食欠食が習慣化した人に固形物の朝食摂取は難しいため、飲み物から取り入れてもらうなど取り組みやすい方法を考える必要がある。また、既に食べている人には朝食内容を充実させることで午前中から最大のパフォーマンスで仕事ができるよう今後も普及啓発していく。	
その他		

工夫した点	庁内職員研修担当課である総務課に協力してもらい勤務時間内に職員研修の一環として実施できたため、研修参加率やアンケート回収率が高かった。

キーワード：働き世代の朝食摂取率向上にむけた取組

実施主体	太子町生活福祉部 さわやか健康課	所在地	兵庫県揖保郡太子町鵤 280 番地１ （太子町役場庁舎３階）
電話番号	079-276-6630	ＦＡＸ番号	079-276-6631
担当者	福井、木村	E-mail	kenko@town.hyogo-taishi.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	（可）・　不可		

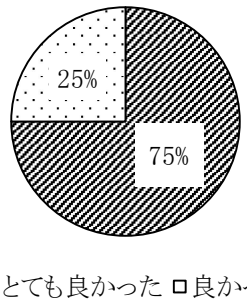
朝食摂取で業務効率アップ研修アンケート結果(講座終了時)

実施日:令和 7 年 9 月 9 日(火)、11 日(木)

アンケート回収人数:40 人

○教室の内容はいかがでしたか?

とても良かった	75.0%	30 人
良かった	25.0%	10 人
どちらでもない	0%	0 人
良くなかった	0%	0 人
無回答	0%	0 人

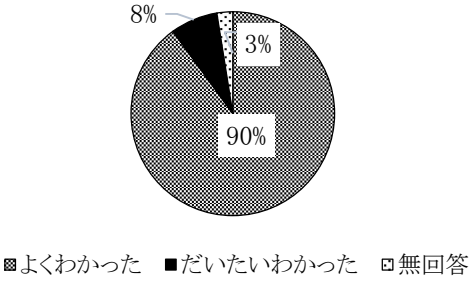


その理由(複数回答)

朝ごはんの大切さが分かった	19 人
説明が分かりやすかった	7 人
食生活を見直すきっかけとなった	5 人
みそ玉の具体的なレシピ提案	5 人
その他(菓子パンがあまりよくないことが分かった、レシピがもらえてよかったなど)	5 人

○朝ごはんを食べる必要性が分かりましたか?

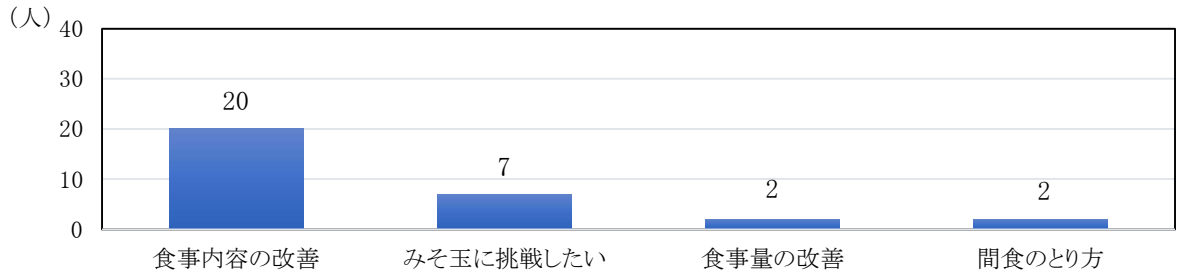
よく分かった	90.0%	36 人
だいたい分かった	8%	3 人
やや分からなかった	0%	0 人
分からなかった	0%	0 人
無回答	3%	1 人



その理由として「朝ごはんを食べるメリットが分かった」と

35 人(87.5%)が回答しました。

○あなたの食生活を振り返って気づいたこと、取り組もうと思ったことはありますか?



○その他感想など自由記述(複数回答)

自宅で実践(レシピ、みそ玉、野菜を食べるなど)しようと思った	5 人
食生活の見直しができた	3 人
朝ごはんを食べようと思った	3 人
内容が分かりやすかった、楽しかった	1 人
朝ごはんの効果・大切さがわかった	1 人

「自宅で実践しようと思った」という感想が多くありました。

○まとめ

今回、朝食摂取で業務効率アップ研修を実施して、参加したすべての職員が「とても良かった」「良かった」と回答していました。現在朝食を食べていないので食べるようにしたい、朝食を食べているが偏りがあるため栄養バランスを考えて食べたいという感想が多くありました。みそ玉の実物の紹介や市販飲料の砂糖量展示など、目で見て分かる媒体を使用したことで理解しやすかったようです。

また、午前中から仕事のパフォーマンスを上げるため夜の過ごし方についても見直していきたいという意見もあり、自分自身の食生活を振り返る機会となったようでした。

No. 65	減塩推進事業「やさしおベジ増しイベント」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		①　⑦(複数回答可)
指標と目標値	①　イベント参加者が減塩への意識を高める ②　来店者の減塩された食品への関心が高まる		
現状と課題	・橿原市で保健事業により予防可能な重篤な疾患として虚血性心疾患・脳血管疾患・腎不全はいずれも死因の上位に位置しており、これらの有病者の基礎疾患では高血圧症が最も多くなっている。特に人工透析患者の 90%以上が高血圧症であり、高血圧予防の推進が重要である。働き世代からの予防が重要だが自身の健康づくりに費やせる時間が少なく、生活習慣改善への意識が低い。啓発の推進とともに、自然に健康になる食環境づくりが求められている。		
事業の目的	・市民の知識の向上と意識の醸成を幅広く進める ・自然に健康になれる食環境整備（減塩された食品が入手しやすい環境づくり）		
対　象	食品スーパー来店客の市民（18～64 歳をメインターゲットとする）		
連携機関	市内食品スーパー３社、奈良県栄養士会、橿原市食生活改善推進員協議会、橿原市がん予防推進員、連携協定を結んでいる生命保険会社、		
実施時期	令和７年９月～令和７年１１月	予算財源	事業費：　２４千円 財源：一般財源
事業内容	・実施場所：市内食品スーパー３店舗 ・実施内容：実施場所ごとの特徴や連携機関にあわせスタンプラリー形式やがん予防との連携イベント、奈良県栄養士会による栄養相談コーナー設置など特色あるイベントを実施。店舗の協力により JSH 減塩リスト掲載食品やかるしお認証商品を集めた啓発コーナーを設置、売り上げデータを比較。 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（　X、LINE、電子フォーム　　）　・　無		
評価 プロセス評価	・参加者数：合計２４４名。３回中１回は予定人数を超えたが、２回が見込み人数の約６割であった。見込みより来店者が少なかったことなどが原因と考えられる。 ・ボランティア・学生・団体・企業各コーナーそれぞれの特徴を生かした運営となった。 ・各団体と連携しての実施は、各会場ともスムーズに行うことができた。		
評価 結果評価	・実施後の意識アンケートでは９割以上の方が減塩や野菜摂取をしようと思うと回答⇒目標①達成 ・期間中１か月間は直近に比べ啓発商品の売上数は増加、イベント３回を通しての相対的減塩量は約 13,000ｇとなった。地域住民の意識向上に加え、食塩摂取量の減少にもつながったと考えられる⇒目標②達成。また、３店舗ともイベント期間中の啓発商品の売上数が前月比増となった。		
課　題	・メインターゲットとする年代の参加割合がいずれの会場も３０％以下と低い。周知方法・実施店舗の検討が必要。		
その他			

工夫した点	・商品の啓発については POP 等を活用し、わかりやすい掲示をこころがけた

キーワード：減塩

実施主体	橿原市健康増進課	所在地	奈良県橿原市畝傍町９－１
電話番号	0744-22-8331	ＦＡＸ番号	0744-24-9124
担当者	畠中	E-mail	kenko@city.kashihara.nara.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 66	生活習慣病重症化予防事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可）
指標と目標値	受診率 72.5%		
現状と課題	総医療費に占める生活習慣病割合内訳では、糖尿病 29.4%、慢性腎臓病 20.5%、高血圧症 20.2%、脂質異常症 11.2%の順に高く、選択死因別割合でも心疾患、脳血管疾患、腎不全が上位 6 位内になっている。 健診結果で血圧、血糖、脂質のリスク保有者が多く、未治療者が多いことから、受診勧奨判定値を超えている者への受診勧奨を強化し、受診に繋げることで血圧、血糖、脂質の重症化を予防する。		
事業の目的	特定健診の結果、受診勧奨判定値以上の者について、医療機関への受診につなげ重症化を予防する。		
対　象	集団特定健診受診者で収縮期血圧≧160mmHg 以上または拡張期血圧≧100mmHg 以上、LDL≧180mg/dl または TG≧500mg/dl（※空腹時、随時を問わない）eGFR45 未満、尿たんぱく（＋）以上：84 人		
連携機関	集団健診委託業者、医師会		
実施時期	令和７年８月～令和８年３月 31 日	予算財源	事業費：124 千円 財源：国保健康保険事業勘定特別会計
事業内容	集団特定健診結果送付時に、対象者に「集団特定健診結果からの医師連絡票」「受診結果連絡票」返信封筒の 3 点を医療機関宛封筒に入れ、結果封筒に同封するよう集団健診委託業者に依頼する。 送付 3 か月後に医師からの返信がない者のレセプトを確認し受診状況を確認。受診確認できない者に電話や訪問にて受診勧奨を実施する。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)		
評価 プロセス評価	通知による勧奨：100%、電話または訪問による実施率：100% 医師からの返信率：46.4%、返信なくレセプト確認率：25% 早期から受診の必要性の電話を実施することで受診にも繋がり次年度も早期に対応する必要がある。		
評価 結果評価	受診率 72.6%(R8.1 月末時点)。結果送付後 3 か月を待たず、対象者に「医療機関宛」封筒と健診結果数値の説明と受診の必要性、受診時には封筒を持参する旨を電話や訪問にて説明した。その結果、受診率は目標数値を達成し医療機関からの返信率が 46.4%と令和 6 年度の 32.4%より上昇した。		
課　題	集団健診会場にて、特定健診受診者全員の面談時に受診の必要性の説明を強化する。また、医師からの返信率を上げるために医師会に事業の説明を再度行い、連携を強化していく必要がある。		
その他			

工夫した点	集団健診の結果が届く頃、対象者に結果の説明と「医療機関様宛封筒」について説明し受診するよう電話を実施、不在の者には訪問を早期に実施することができた。

キーワード：生活習慣病重症化予防

実施主体	和歌山県紀の川市役所	所在地	和歌山県紀の川市西大井 338 番地
電話番号	０７３６－７９－３１３４	ＦＡＸ番号	０７３６－７７－０９１３
担当者	国保年金課　岡田	E-mail	Okada-003@city.kinokawa.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)・　不可		

No. 67	高齢者のためのお喜楽食（おきらく）教室（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ⑤⑦
指標と目標値	低栄養・フレイル予防のために専門職と地域のボランティア団体（食生活改善推進員）等と連携し住民へのフレイル対策を推進する。また、フレイルについて正しい知識を身につけることを目標とする。	
現状と課題	加齢とともに運動機能や認知機能などが低下し、食欲の減退、消化機能の低下、歯の損失、筋力低下、偏食等による低栄養の他、気力の低下などもみられる。高齢化とともに介護予防の取組としても早期に低栄養やフレイル予防対策が必要である。	
事業の目的	認知機能低下の早期発見、運動機能・口腔機能向上など健康講話や調理実習（料理紹介）、試食を行い、高齢者の健康保持増進と要介護状態になることを予防する。さらに地域の高齢者同士のつながりと心の健康の維持向上と日常生活の幅を広げるための支援を行う。	
対　象	町内在住でおおむね６５歳以上の高齢者	
連携機関	保健センター、包括支援センター、食生活改善推進員連絡協議会、ふれあい交流センター、地区公民館	
実施時期	令和７年１０月～１２月	予算財源：事業費：2,795 千円　一般財源（140 千円） 財源：後期高齢者保健事業委託費
事業内容	町内在住高齢者へ呼びかけ、地区公民館単位で実施（集落へ出向き、出張型で教室を行うこともある） フレイル予防を重点としているが、それぞれの地域に合わせた内容をその都度検討して実施 栄養士、保健師、社会福祉士による講話、食生活改善推進員と栄養士によるレシピ紹介（デモンストレーションあり）と試食提供１～２品（持ち帰ってもらう） 保健師による血圧測定、握力測定、フレイル予防のためのストレッチ、筋力アップ体操の実施 講話内【栄養（食習慣）】フレイル・オーラルフレイル、低栄養予防、骨粗鬆症予防、減塩・野菜摂取 【介護予防】フレイル予防、口腔機能向上、運動機能向上、認知症予防について ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価 プロセス評価	実施回数：３回　参加者数：合計３１名　食生活改善推進員：９名（延べ） 事前に専門職と食生活改善推進員と地域の特性に合った内容を協議し、役割分担して実施。終了後は毎回（実施内容や対象者の様子などをふまえて）ふりかえり、次回に向けた見直しを行っている。	
評価 結果評価	多職種が連携して実施している事業であり、特に食生活改善推進員からの呼びかけで参加する人もあるなど、普段から地域で活動している推進員の影響は大きく参加者へ安心感を与えた。また、専門職の視点からも参加者の健康状態や生活習慣、食習慣について実態把握ができた。参加者同士が体操や試食を通して交流することで、人とのつながりや心の健康の維持向上につながるきっかけとなった。 食生活改善推進員にとっても自己研鑽や地域で普及啓発するための学びの場となった。（組織育成）	
課　題	地域の高齢者が参加しやすいよう集落単位での開催も必要（実態把握もできる） 試食や食事提供があることで参加意欲のでる高齢者も、あらためて高齢者（特に独居高齢者）の食事内容や食事摂取状況の把握と引き続き高齢期の食事に関する普及啓発が必要。	
その他		

工夫した点	高齢者にとってわかりやすいように、講話はポイントをしぼり、資料や媒体は大きくするなど配慮した。 献立は家庭や身近で手に入りやすい材料を使い、簡単に調理できるものとし、１品でいろいろな栄養が摂取できる料理を試食提供とした。

キーワード：フレイル予防、食生活改善推進員

実施主体	若桜町保健センター	所在地	鳥取県八頭郡若桜町若桜 801-5
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	山本	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 68	フレイル予防栄養充実プロジェクト（フレ飯プロジェクト）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①⑤
指標と目標値	フレイル度チェック票において BMI 値が 20 以下の人の割合 令和 5 年度 20.7%、令和 6 年度 20.6%、令和 7 年度 20.5%　【目標値】令和 11 年度　17.6%	
現状と課題	米子市では令和 5 年度からフレイル度チェックを全市展開（65 歳以上の市民（要支援、要介護除く））しており、その項目のうち、BMI 値が 20 以下の人が近年 20.6%前後で推移している。これは、令和 5 年国民健康・栄養調査の 17.6%より高い割合となっていることから、低栄養（フレイル）予防に力を入れる必要を感じている。令和 5 年 4 月にフレイル対策推進課が発足し、運動、栄養、社会参加の３つのポイントで啓発しているが、市民の生活に食からのフレイル予防を定着させることが課題である。	
事業の目的	食からのフレイル予防の習慣化を目的に市内医療機関、民間事業者等と協同で市民にアプローチする	
対　象	米子市民（フレイル度チェックは６５歳以上に実施するが若年層へもアプローチする）	
連携機関	市内医療機関、民間事業者等	
実施時期	令和７年４月から令和８年３月	予算財源：事業費：　１１９０　千円 財源：一般会計、介護保険事業特別会計
事業内容	生活習慣病予防、低栄養予防に効果的な食事メニュー「フレ飯」を通じて、食からのフレイル予防に関する普及啓発・情報発信を図る ・冊子「みんなでフレ飯パート３」、「フレ飯レシピカード」、「啓発番組」の制作 ・市立保育所等、小中学校での「フレ飯給食」提供 ・「フレ飯レシピコンテスト」を開催し、コンテスト受賞レシピを市役所食堂で期間限定販売 ・民間事業者と「フレ飯弁当」を開発し、全国へ発信。高校生ともコラボし若年層へもアプローチ ※（1）資料添付　：　有　・　㊡　（米子市ホームページに各種資料あり） （2）使用した ICT ツール：　㊞（米子市フレイル予防アプリ）　・　無	
評価 プロセス評価	「フレ飯給食」を提供にあたり、学校給食課、こども施設課との連携ができた また「フレ飯レシピコンテスト」の開催及び、「フレ飯弁当」の開発では、市内医療関係者、民間事業者、高校生とも協同で取組むことができた	
評価 結果評価	「フレ飯給食」を提供することで、子どものうちから生活習慣を整えることの大切さや、家庭で話題にしてもらうことで親、祖父母世代にもフレイル予防について啓発できた。「フレ飯レシピコンテスト」を開催し、受賞レシピを食堂での提供することで市民に近いところでの啓発ができた。	
課　題	市民により身近な場所（スーパー、飲食店等）、働く世代への啓発に工夫が必要	
その他	イベント等で「フレ飯」の一口試食とともにレシピを配布し啓発した。フレイル予防だけでなく、生活習慣病予防からフレイル予防へのスムーズな移行も大切な要素ととらえ健康対策課とも連携している。	

工夫した点	概ね月１回プロジェクト会議を開催し、市、市内医療関係者、民間事業者等と連携を図った

キーワード：食からのフレイル予防、フレ飯

実施主体	鳥取県米子市	所在地	鳥取県米子市錦町一丁目 139-3
電話番号	0859-23-5458	ＦＡＸ番号	0859-23-5460
担当者	三穂野	E - mail	fureiru-taisaku@city.yonago.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	㊐　・　不可		

No. 69	健康な食環境づくり　～市役所売店と連携したお弁当の販売～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①⑦
指標と目標値	【出雲市健康のまちづくり基本計画・第３次出雲市食育推進計画】 塩分をとりすぎないように気をつけている市民の増加　現状値（R3）33.5%　⇒目標値 50% 野菜を１日５皿以上食べる市民の割合の増加　現状値（R3）5.4%　⇒目標値増加 緑黄色野菜を１日２回以上食べる市民の割合の増加　現状値（R3）43.7%　⇒目標値 50%	
現状と課題	脳卒中の発症率が県平均よりも高く、高血圧者の割合も約６割と高い傾向が続いており、市職員も同様の傾向にある。また、働き盛り世代の健康課題として、減塩への意識が低い、野菜の摂取量が少ない、外食が多い状況がある。	
事業の目的	市役所売店のお弁当を健康志向のメニューにすることで、利用者の減塩および野菜摂取量の向上を図るとともに、自然と健康になれる食環境の整備を図る。	
対　象	来庁者・職員等の市役所売店利用者	
連携機関	市役所売店弁当納入事業所、管内保健所	
実施時期	令和７年９月 18 日、令和７年 11 月 18 日 令和８年２月 20 日　　計３回実施	予算 財源　事業費：　千円 財源：
事業内容	レシピ提供を市役所栄養士が行い、事業所担当者と打ち合わせや試作等、１回につき 3～4 回程度実施。 （１）市役所売店と連携したお弁当の販売、レシピ配布 ・第１回：塩分量 1.8g、地元産の野菜を使用したメニュー（120 食） ・第２回：塩分量 1.7g、１食分の野菜約 120g、学生が実習の成果として考案したメニュー（160 食） ・第３回：塩分量 2.0g、１食分の野菜約 130g が摂れるメニュー（120 食） （２）ベジチェック®の実施　…第１回：98 名、第２回：73 名、第３回：68 名 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（職員グループウェア）　・　無	
評価 プロセス評価	・事業所担当者と打ち合わせや試作等を、連携しながら実施した。企画を複数回実施することで、事業所担当者に、１食あたりの塩分量や野菜量等について理解してもらえる機会となった。 ・３回とも全て完売、うす味や野菜が多いメニューでも残食はほとんどなく、おいしく食べていただけたことが推察される。メインが肉の方が売れ行きがよかった。 ・ベジチェック®の結果から、野菜摂取量不足者が約８割を占め、食環境整備の必要性が示唆された。	
評価 結果評価	①コラボ弁当実施回数：３回、全て完売　②ベジチェック®実施者数：延べ 239 名 コラボ弁当の日は、普段売店を利用しない層へのアプローチが可能となり、継続実施を望む声も得られた。ベジチェック®を併せて実施することで、健康づくりへの関心喚起につながった。	
課　題	減塩や野菜量の充実だけなく、コスト面や提供可能数等を踏まえた運営体制の検討が求められる。継続実施にあたっては、メニュー開発や試作、打ち合わせ等の業務負担への配慮が必要である。	
その他	今後は、県の健康な食環境づくり認定事業との連動を検討する。	

工夫した点	レシピを配布することで、家庭でも作ってもらえるようにした。お弁当にコラボシールを貼ることで、普段のお弁当との差別化を図った。

キーワード：健康な食環境づくり、減塩、野菜摂取、コラボ弁当、地産地消

実施主体	出雲市　健康増進課	所在地	島根県出雲市今市町７０番地
電話番号	0853－21－6976	ＦＡＸ番号	0853－21－6965
担当者	縫　知美	E-mail	kenkou@city.izumo.shimane.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 70	中学生の食の自立に向けた実践型食育事業「ヘルスサポート事業」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ③
指標と目標値	①参加者全員があじをさばくことができる　②生徒一人ひとりが自分の役割を果たし、グループ活動に取り組むことができる　③ヘルスメイトの活動に対する満足度を上げる	
現状と課題	・中学生は勉強や部活動など日々忙しく、幼児期や学童期よりも家庭での食体験が少なくなる傾向にある。成長期でもある中学生の健康な体づくりのためには、保護者の協力だけではなく、自らの健康を考えて食を選び、自分に必要なものを必要なだけ摂取することが大切である。しかし、バランスのよい食生活に対する知識がないと、自分の好きなものを好きなだけ食べてしまう食生活を実践しかねない。	
事業の目的	〇中学生の食の自立に向けた実践型の食育事業　・食に興味関心を持ち、自分自身の健康を考えて、バランスのよい食生活を実践するためのきっかけを作る　・グループごとに協力してテーマに沿った献立作成を行い、調理実習を行う　・あじの三枚おろしを実践し、調理技術を向上させる　・ヘルスメイトと中学生が交流する	
対　象	阿武中学校２年生	
連携機関	阿武中学校　阿武町食生活改善推進協議会	
実施時期	令和７年 10 月～12 月	予算財源　事業費：120 千円 財源：一般財源
事業内容	①　バランスのよい食生活について学ぶ（6 つの基礎食品と 4 つのお皿で食べる）。ゴミの分別・リサイクルについて学ぶ。楽しい食卓の演出について学ぶ（5 つの色をそろえて色どりよく、見た目の美しさも食の大切な要素等） ②　ヘルスメイトによる健康クイズ（1 日の必要な野菜摂取量、1 日の望ましい食塩摂取量等）、グループごとにテーマに沿った献立作成（あじの 3 枚おろしを含む） ③　調理実習・試食（先生方やヘルスメイトも一緒に会食）、試食後のアンケート ④　活動内容についての評価・まとめの発表、今後の食の取り組みについて考える ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　無	
評価　プロセス評価	・中学校との打ち合わせ 3 回、ヘルスメイトとの打ち合わせ 2 回 ・旬の食材や地域の食材を学び、グループ学習ではメンバーの好き嫌いにも配慮しながらバランスのよいメニュー作りを行い、調理実習中の生徒は積極的に取り組み、いきいきと楽しく活動している。	
評価　結果評価	①　初めて魚をさばく生徒もいたがそれぞれのペースで、1 人 1 匹以上のあじをさばくことができた。 ②　決められた役割を果たしながら、グループで協力して 1 食分のメニューを完成することができた。 ③　事業後のアンケートでは担当したヘルスメイト 5 人とも「楽しく、充実した活動であった」と回答し、満足度の高い、やりがいのある活動であった。	
課　題	・活動内容が多く、学校やヘルスメイトも含めて、打ち合わせから実習まで多くの時間が必要。	
その他		

工夫した点	ヘルスメイトが食育ボランティアとしての力が発揮できるように内容を検討。 テーマに沿った内容であればグループごとに作成メニューが違い、オリジナリティが出せる。

キーワード：中学生の食育、食の自立、地域連携

実施主体	阿武町　健康福祉課	所在地	山口県阿武郡阿武町大字奈古 2636
電話番号	08388-2-3113	ＦＡＸ番号	08388-2-0100
担当者	石川　佳子	E-mail	minsei05@town.abu.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 71	地産地消で生活習慣病予防！	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	美波町では、令和５年度の特定健診受診率は 57.5%と国の目標値の 60%に近づいてきたが、メタボ対象者が 21.7%と高く、肥満に生活習慣病の重なりが見られる方が多い。体重の増加は、毎日の生活の積み重なりの結果であるため、幼少期からの食育を推進し、肥満と生活習慣病の減少につなげる。	
現状と課題	令和５年度の 4.5 歳児相談で、肥満度 15%以上のこどもの割合が 20%と急増した。食事内容では、野菜を組み合わせているこどもの割合は、4.5 歳で３食は 20.7%、２食は 58.6%、１食は 20.7%と給食でしか野菜を摂っていない子がいることもわかった。幼児期の肥満は、将来的な肥満や生活習慣病に繋がりやすいとされるため規則正しい食習慣や生活リズムでのフォローが必要である。	
事業の目的	地域で海藻が収穫できるため、保護者や園児が収穫させてもらった“ふのり”“ひじき”を給食にも取り入れながら小学校中学校や関係者に地場産の海藻をおいしく無理なく食べることを啓発し、他の食品ともバランス良く食べることの重要性を幼少期から図ることにより、将来的に生活習慣病を抑制する。	
対　象	保育園の園児及び関係者、保育園に隣接する小中学校	
連携機関	保育園・小中学校	
実施時期	令和７年４月～１２月	予算財源　事業費：　0 千円 財源：
事業内容	園児が収穫した“ふのり”“ひじき”を使ったかき揚げやサラダ・お汁等、園児が食べやすい献立を作成して給食に取り入れ、小・中学校の事業でも食育として推進。保護者に対しても海藻収穫の大変さを伝え、海藻は咀嚼力の向上にもなることや、海藻に含まれるミネラルが高血圧に、食物繊維が高血糖や肥満の予防になること、食事の際の食べる順番についても説明を行った。また、海藻は塩分を含むため水につけてよく洗い塩抜きを必ず行うこと等調理のポイントについても併せて説明した。民生委員が来園の際には試食も提供して健康教育を行った。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価 プロセス評価	献立作成では、海藻の配分によっては園児が食べにくいため、保育士の先生方と相談しながら園児に試食いただき、何度も改善して献立と分量を決定することで、園児にも喜ばれる献立が作成できた。 また、園児がクッキングとして調理もできる１品も検討し、体験型食育に繋がった。	
評価 結果評価	自ら収穫することで漁業従事者等生産者の日頃の苦労を体感してもらい、収穫できた海藻をおいしく食べることが健康に役立ち生活習慣病の予防にも繋がることを知ってもらえた。海藻は園児にとって、噛みにくさもあったが、園児が食べやすい献立にすることができた。海藻サラダは園児達が楽しみながら調理することができた。保育園は学校が隣接するため学校行事を通して地域の方へも推進できた。	
課　題	伊座利地区の取組がモデルケースとなり、町内の他地域への拡大を図っていく。	
その他		

工夫した点	献立作成は、園児が食べやすいように保育士の先生方に相談した。

キーワード：

実施主体	美波町 美波町伊在小規模保育園	所在地	美波町伊座利奥地 220 番地
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	管理栄養士　久米美智	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 72	住民健診における尿中 Na/K 比（ナトカリ比）測定	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可）
指標と目標値	尿中ナトカリ比測定実施率（血圧正常高値以上）　100% 尿中ナトカリ比測定保健指導（結果説明）実施率　100%	
現状と課題	久万高原町の血圧の状況をみると、健診受診者の約半数が高値である。また、重症化しやすい血圧Ⅱ度以上の方についても年々増加傾向であり、治療をしているにもかかわらず、血圧Ⅱ度以上のコントロール不良者の割合も約 50%と高い。これまで高血圧予防に対し、様々なアプローチ方法で取り組んできたが、血圧Ⅱ度以上の減少には繋がっていない。また減塩に対する関心が薄く自らが日頃の食習慣の見直しを行う必要がある。	
事業の目的	尿中ナトカリ比測定により、自分の塩分とカリウムのバランスを認識することで、対象者自らが日頃の食事を見直し、高血圧の予防・改善を行う機会とする。また、町全体のナトカリ比のデータをまとめ、健診データとの関連性を分析し、町民の健康増進に活用することで、健康寿命延伸を図る。	
対　象	住民健診にて特定健診を受診し、血圧が正常高値（120/80）以上の者	
連携機関	JA 愛媛厚生連・愛媛県総合保健協会	
実施時期	令和７年４月～令和８年３月	予算財源　事業費：　467 千円 財源：国民健康保険事業特別会計
事業内容	①　集団健康診査（特定健診受診者）で血圧が正常高値以上の住民に対し、同意書（アンケート）をとり、本事業について同意した住民に対し、尿中ナトカリ比を測定（集団健康診査会場　15 会場） ②　測定終了後、保健センター職員にてナトカリ比測定結果説明・保健指導の実施 ③　尿中ナトカリ比測定結果のデータをまとめ、健診データとの関連性を分析 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価 プロセス評価	令和５年度～集団健康診査会場を限定して事業を開始。令和６年度～測定会場を全集団健康診査会場に拡大することで、対象者を拡大することができた。また、ナトカリ比測定結果と健診結果（血圧値）をあわせて保健指導を実施することで、より効果的な保健指導を実施することができた。	
評価 結果評価	尿中ナトカリ比測定実施率（血圧正常高値以上）　100% 尿中ナトカリ比測定保健指導（結果説明）実施率　100%	
課　題	今後、尿中ナトカリ比測定結果のデータをまとめ、健診データとの関連性を分析し、今後の保健事業に活かす	
その他		

工夫した点	ナトカリ比測定結果と健診結果（血圧値）をあわせて保健指導を実施することで、より効果的な保健指導を実施することができた。

キーワード：ナトカリ比

実施主体	久万高原町　保健福祉課	所在地	愛媛県上浮穴郡久万高原町久万 65-1
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	水野　ゆかり	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　(不可)		

No. 73	野菜摂取量増加に向けた取組　～野菜で「楽しく」「おいしく」健康づくり～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①⑦
指標と目標値	第３次宗像市総合計画（宗像市健康づくり・食育推進アクションプラン）中間目標値（R11） ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が１日２回以上の日がほぼ毎日の人の割合　63.8% ・Ⅱ度高血圧以上の者の割合　6.0%未満 ・脂質異常(LDL160 mg/dl 以上）の者割合　13.0%未満 ・HbA1C6.5%以上の者割合　9.0%未満	
現状と課題	第２次宗像市食育推進計画において、栄養バランスのとれた食事をする人の割合が６割弱と目標に達しなかった。また、市国民健康保険被保険者においては、生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症）の患者数が多く、医療費を押し上げている。	
事業の目的	市民が「楽しく」「おいしく」野菜を食べて、無理なくバランスの良い食生活を送り、自然に健康づくりができることを目的とする。	
対　象	全市民	
連携機関	キユーピー株式会社、宗像市内スーパー９店舗、農産物直売所４店舗、宗像市関係部署	
実施時期	令和７年１月から継続中	予算財源　事業費：531 千円 財源：一般財源
事業内容	１．むなかたエコサラダの共同開発 キユーピー株式会社と共同で季節等に合わせたエコサラダレシピを開発し、宗像市内スーパー９店舗、農産物直売所４店舗で POP の掲示、レシピカードの配布、市公式ホームページ、SNS で発信 ①令和７年 2～4 月：春のサラダウィーク・フレイル予防月間 ②令和７年 6～8 月：食育月間、野菜の日 ２．むなかたエコサラダ啓発イベント（キユーピー株式会社との共同開催） ①令和７年１月：食育講演会時に「親子エコサラダ作り体験」イベントの実施 ②令和７年 7～9 月：市内小学 3～6 年生を対象に「むなかたエコサラダレシピコンテスト」を開催 ※（1）資料添付　：　有　・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（ホームページ、LINE、Instagram、YouTube）　・　無	
評価 プロセス評価	１．むなかたエコサラダ：６種、レシピ配布数：4,000 枚（令和７年１２月現在） ２．むなかたエコサラダ啓発イベント参加者数 ①親子エコサラダ作りイベント：親子 14 組 28 人 ②むなかたエコサラダレシピコンテスト応募数：17 点	
評価 結果評価	第３次宗像市総合計画（宗像市健康づくり・食育推進アクションプラン）中間評価で把握予定。	
課　題	本取組が市民の行動変容につながるには一定程度の期間が必要であるため、今後も連携機関と協力し、無理なく取組を進めていきたい。	
その他		

工夫した点	キユーピー株式会社と連携したことで、生活に身近なスーパーや若い世代への啓発など、新たな切り口、視点を加えて取り組むことができた。

キーワード：むなかたエコサラダ、野菜、楽しく、おいしく、自然に健康づくり、適塩

実施主体	宗像市健康福祉部健康課	所在地	福岡県宗像市東郷１丁目 1-1
電話番号	0940-36-1187	ＦＡＸ番号	0940-36-2831
担当者	荒牧　直子	E-mail	kenkou@city.munakata.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

1.むなかたエコサラダの共同開発

令和７年２～４月：春のサラダウィーク・フレイル予防月間

令和７年６～８月：食育月間、野菜の日

キユーピー株式会社との記者発表	店頭の様子

2．むなかたエコサラダ啓発イベント

①親子エコサラダ作り教室	②むなかたエコサラダレシピコンテスト

No. 74	地域ボランティア団体と連携した食育推進事業～みそ玉づくり～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） 2.3.5.7
指標と目標値	第４次嬉野市食育推進計画（令和５年度～令和 14 年度） 朝食を毎日食べる人の割合（幼児）　現状値 91.2%→目標値 97.8% （小学５年生）　現状値 91.8%→目標値 91.8%以上 （中学２年生）　現状値 86.0%→目標値 90.0% （高校生）　現状値 94.2%→目標値 94.2%以上 （20～39 歳）　現状値 66.9%→目標値 74.0% 乳幼児健診（令和６年度）　朝食をバランスよく食べている人の割合　30.4%	
現状と課題	食育アンケート調査の結果より、朝食を毎日食べている人の割合は中学２年生において 90%を下回っており、20～39 歳では 66.9%と少ないことがわかった。また、乳幼児健診の際に朝食内容の聞き取りをしたところ、朝食を毎日食べていても栄養バランスの良い朝食をとっている家庭は３割程度と少なかった。幼児期から正しい食習慣を身につけ、大人になっても望ましい食習慣を継続し、健康的な食生活を実践できるよう取組を推進する必要がある。	
事業の目的	嬉野市では食育推進会議での提案をきっかけに手作りインスタントみそ汁である「みそ玉」を推進している。朝食をバランスよく食べるための手段として、幅広い年代にみそ玉を広めることを目的とする。	
対　象	市民	
連携機関	嬉野市食生活改善推進協議会・嬉野市食育推進会議	
実施時期	令和７年７月～令和８年２月	予算 財源　事業費：1,150　千円 財源：委託料
事業内容	各種事業の参加者を対象に、みそ玉作りを実施した。また、市報やホームページを用いて作り方を紹介し、啓発を行った。 〈食育事業〉　7・8 月　おやこの食育教室　9・2 月　食生活改善推進員養成講座 10 月　母子保健推進員研修会　12 月　がん検診 〈広報〉　12 月　ホームページ　2 月　市報 ※（1）資料添付　：　有　・　[無] （2）使用した ICT ツール：　[有]（　YouTube　）　・　無	
評価 プロセス評価	みそ玉作りの事業周知は行わず、各種事業の参加者を対象とした。がん検診では受診者全員にみそ玉チラシを配布しながら直接声掛けを行い、食育に関心が少ない方にも参加を呼びかけた。	
評価 結果評価	参加者からは、「忙しい朝にみそ玉は便利」「子どもと一緒に家でも作りたい」「母子保健推進員として、保護者にみそ玉をおすすめしたい」などの声があった。がん検診受診者へのアンケートでは参加者 28 人全員が「みそ玉作りをすすめたい」と回答していた。	
課　題	参加者は比較的健康や食育への関心が高い方が多かったため、無関心層や若年層にも啓発が必要である。	
その他		

工夫した点	家でも実践してもらえるように身近な食材を使用し、短時間で簡単にできることをアピールした。

キーワード：

実施主体	佐賀県嬉野市健康づくり課	所在地	嬉野市塩田町大字馬場下甲 1769
電話番号	0954-66-9120	ＦＡＸ番号	0954-66-9140
担当者	藤井	E-mail	hoken@city.ureshino.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	[可]　・　不可		

No. 75	健康づくり推進事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		〇
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可）
指標と目標値	第四次健康いさはや２１（諫早市健康増進計画）　朝食を毎日食べている子どもの割合の増加 児童・生徒における肥満傾向児の減少		
現状と課題	令和４年度アンケート調査では、朝食を毎日食べている子どもの割合が小学生 89.1%、中学生 89.3%、高校生 84.2%であり、年々僅かずつではあるが減少している状況である。 児童・生徒における肥満傾向児は令和４年度 12.3%である。		
事業の目的	地域や関係団体、関係機関等と連携・協力しながら、生活習慣病の発症と重症化予防、健康づくり活動を推進することにより、健康寿命の延伸及び誰一人取り残さない健康づくり（健康格差の縮小）　の実現を目指す。		
対　象	市民		
連携機関	諫早市健康づくり推進協議会		
実施時期	令和６年度～（第四次健康いさはや２１）	予算財源	事業費：　３，５００千円 財源：　一般財源
事業内容	諫早市健康づくり推進協議会では、生活習慣病予防のため、ライフステージに応じた活動を推進する３つの専門班(こども班・成人前期班・成人後期班)と地域特性に応じた活動を推進する５つの地域健康づくり推進員会に分かれて地域に根ざした活動を推進している。 各班でライフステージや地域の生活習慣病予防のための課題を検討し、テーマを決めて出前講座や伝達活動を行う。乳児期から学齢期を対象とした「こども班」では、朝ごはんをテーマに活動している。また、肥満傾向児の減少に向け、教育委員会と連携し肥満度実態調査を行い専門医療機関等へ紹介するシステムを確立した。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)		
評価 プロセス評価	「健康いさはや２１運動」活動報告会において、各班の１年間の活動について報告 １班１０名程度×８班、協議会の委員２３名で各班報告を行い、意見交換を実施。		
評価 結果評価	第四次健康いさはや２１中間評価		
課　題	活動の評価を数字で表すことが、２１計画の中間評価及び最終評価のアンケート調査のときになるので、毎年の活動の評価方法の検討が必要である。		
その他			

工夫した点	関係団体と連携し、取り組みを推進していること。 教育委員会及び専門医療機関と連携をとっていること。

キーワード：

実施主体	諫早市健康づくり推進協議会	所在地	長崎県諫早市東小路町７番１号
電話番号	0957（22）1500	ＦＡＸ番号	0957（27）0717
担当者	健康推進課　健康づくり担当	E-mail	kenkou@city.isahaya.nagasaki.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

No. 76	自然に健康になれる食環境づくり		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可）
指標と目標値	・減塩に取組む店舗数の増加 ・血圧Ⅱ度以上者（160/100 以上）の割合（特定健診受診者） 6.3%より減少（R17） ・新規脳梗塞患者数 32 人（R6）　減少させる ・新規脳出血患者数 17 人（R6）　減少させる		
現状と課題	令和 6 年度から実施されている国の健康日本 21 第三次における重要な取り組みの一つに「健康的で持続可能な食環境戦略イニシアチブ」がある。このイニシアチブは、「食塩の過剰摂取」、「若年女性のやせ」、「経済格差に伴う栄養格差」などの栄養課題や環境課題を社会課題として捉え、誰もが健康的に生活できる食環境を整備することを目標としている。宇土市においても、特定健診の結果から高血圧が増加していること、要介護の原因疾患として脳血管疾患が多いことが健康課題であり、その要因の一つと考えられる「食塩の過剰摂取」への対策が必要である。		
事業の目的	【最終目標】生活習慣病の発症・重症化予防のため、減塩などの健康づくりに取り組む飲食店や販売店を増やし自然に健康（減塩）になれる食環境をつくる。市民の健康への意識向上も図りたい。 【R7 目標】減塩食品の普及啓発		
対　象	市民、市内子ども食堂関係者		
連携機関	子ども家庭センター、市内子ども食堂関係者、食生活改善推進員協議会、健康づくり推進員		
実施時期	令和 7 年 5 月～令和 8 年 3 月	予算財源	事業費：　0 千円 財源：
事業内容	(1)市内子ども食堂へ減塩食品の配布、掲示の依頼 市内 6 か所の子ども食堂へ減塩食品（福神漬け）を PR チラシとともに配布。利用者への配布、食堂での啓発を依頼した。配布後、子ども食堂関係者の交流会に参加し、市の健康課題や減塩食品配布の目的等の説明を行った。その後、1 か所の子ども食堂からスタッフへ減塩の研修会の依頼をいただき、講話を行い、市の現状や減塩の大切さ等の学習を一緒に行うことができた。 (2)各種イベント、会議等での減塩食品の配布 下記の機会を通じて、減塩食品（お好みソース）と PR チラシの配布を行った。 （レインボーマルシェ、食生活改善推進員学習会、健康づくり推進員研修会、特定健診・高齢者健診結果説明会、成人訪問指導） ※（1）資料添付　：　無 （2）使用した ICT ツール：　無		
評価 プロセス評価	(1)減塩食品配布状況：子ども食堂 6 か所へ 250 個を配布、減塩講習会実施状況:2 回（22 人参加） (2)各種イベント等での配布数：200 個		
評価 結果評価	減塩に取組む店舗数の調査を今後実施していく予定。		
課　題	最終的には、減塩に取組む店舗数を増やしたいが、現時点では減塩食品の取り扱い調査を行うのみにとどまっているため、次の働きかけをどのように行うかが課題である。		
その他			

工夫した点	子ども食堂を通じて減塩食品の配布や説明を行うことで、食堂スタッフや利用者と幅広い年代に PR することができた。減塩食品と一緒に市の健康課題が分かるチラシも付け配布し目的も伝わるようにした。

キーワード：

実施主体	宇土市健康づくり課	所在地	宇土市浦田町 51
電話番号		ＦＡＸ番号	
担当者	児玉　聡子	E-mail	
ＨＰへの連絡先の掲載	不可		

No. 77	食育キャンペーン		
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策		（複数回答可） ①③⑦
指標と目標値	食塩摂取目標量　男性 7.5ｇ未満　女性 6.5ｇ未満　野菜摂取目標量 350ｇ以上（第 3 次豊後大野市健康づくり計画）		
現状と課題	健康づくり計画策定にあたり、実施したアンケートの結果から「緑黄色野菜をほとんど毎日摂取する人」20 歳以上（R4 年）25.2%（目標値）40%　「減塩を心がけた食事をしているか」20 歳以上（R4 年）45.6%（目標値）60%		
事業の目的	人権・部落差別解消推進課が実施する「男女共同参画市民のつどい」の参集者へ野菜のレシピや減塩商品（食塩無添加の顆粒だし）を配布し、減塩と野菜摂取を促す。同時に掲示や歯周病予防とフレイル予防のチラシも事前配布し、幅広い年齢に啓発をおこなう。		
対　象	市民		
連携機関	人権・部落差別解消推進課　（株）理研ビタミン		
実施時期	令和 7 年 6 月 28 日（土）	予算財源	事業費：　千円 財源：
事業内容	野菜摂取と同時に、減塩の効果についても啓発ができるように作成した資料とレシピ、大分県が協働している【おおいた健康寿命応援企業】に協賛する理研ビタミン株式会社提供の「食塩無添加の顆粒だし」と共に、参加者へ声かけをしながら配布。会場のエントランスにブースを設置し、野菜摂取による生活習慣病予防や、減塩のヒントなどの掲示、野菜のレシピを設置した。事前の配布資料には、県からデータで送付されていた「フレイル予防」と「乳幼児のむし歯予防」のチラシも同封し、幅広い年齢層へ食育に関連する啓発をおこなった。配布する際は、食生活改善推進協議会の役員（2 名）も協力。 ※（1）資料添付　：（有）・　無 （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・（無）		
評価 プロセス評価	他課（人権・部落差別解消推進課）がおこなうイベントにあわせて実施できたため、多くの市民へ啓発ができた。		
評価 結果評価	グッズ配布　200 部（顆粒だし、レシピ） 啓発チラシほか　250 部		
課　題	事業の評価ができていない。 昨年はベジチェック®体験コーナーを設置し、野菜摂取の状況を体験できていたが、今年は借りることができなかった。次年度は、活用できるよう早めに対応する。		
その他			

工夫した点	配布分以外に、野菜のレシピ 5 種類（食生活改善推進協議会で実施したもの）を準備し「ご自由にお取りください」と設置した。写真入りのレシピをカラー印刷し、声をかけながらオススメした。

キーワード：減塩、野菜摂取

実施主体	豊後大野市市民生活課	所在地	豊後大野市三重町市場 1200
電話番号	0974-22-1001	ＦＡＸ番号	0974-22-6653
担当者	柴田　幸恵	E-mail	ss1274@city.bungoono.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	（可）・　不可		

食育推進キャンペーン　7.6.28　（男女共同参画市民のつどい）にて

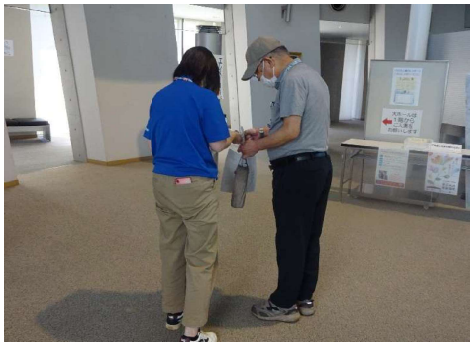
来場者へ配布（約２５０名）

理研ビタミン
株式会社さま　より

健康推進室
（担当）より
野菜レシピ

配布の様子（食生活改善推進員・職員）

食育のキャンペーンを
やっています



豊後大野市
食育推進キャラクター
『なばっピー』

＊特産品の椎茸を
モチーフにした
キャラクターです
＊大分の方言で
椎茸＝なば

野菜のレシピ（５種）

野菜の摂り方（啓発掲示）

各５０枚ずつ準備していた
野菜のレシピ（５種類）は1時間
でほぼなくなってしまいました。

No. 78	野菜摂取量の増加と適塩の啓発	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	〇
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ① ⑦
指標と目標値	高鍋町健康づくり・食育推進計画（Ｒ４） 「１日に必要な野菜(350g)を摂取している人の割合」目標 50%	
現状と課題	【現状】・住民アンケートでは「とれない日が多い」「ほとんどとれていない」男性 69.8%　女性 66.1% 【課題】・国が推奨している野菜の目標量 350gがとれている住民が少ない。健診会場やイベント等での普及啓発を含め、食べてもらえるきっかけづくりを推進する必要がある。	
事業の目的	１農畜産物生産者、販売事業所等、関連する機関が実施するイベントと連携し、年齢性別、健康への関心度に関わらず、住民が無理なく健康づくりに関わることができるよう、野菜摂取量の増加・適塩の推進を目的とした取り組みを実施する。	
対　象	イベントに参加する町民等	
連携機関	農業政策課　他　　イベント協力団体	
実施時期	令和８年２月	予算財源　事業費：　千円 財源：
事業内容	食と農の未来を考えるきっかけづくりを目的とした町のイベント「オーガニックってなんだろうフェス」の会場で行われる、素材の味を感じてもらえる薄味のスープのふるまいにあわせ、野菜３５０ｇ（実物）とそれを使った７０ｇずつの料理（実物）５皿の展示、野菜摂取・適塩チラシの配布を行う。 ※（1）資料添付　：　無 （2）使用した ICT ツール：　無	
評価 プロセス評価	健診会場などの健康意識の高い方が集まる場所ではない、不特定多数の方が参加するイベントで実施。農作物生産者等とつながった農業関係主催のイベントで行うことで、栄養面だけではない視点から野菜摂取量アップを啓発することができた。	
評価 結果評価	高鍋町健康づくり・食育推進計画策定時のアンケート結果	
課　題	野菜価格の上昇、調理技術の低下、・バランスのよい食事をとることへの無関心など、野菜の摂取が増えない・塩分摂取量が減らない要因が多くあるため、さまざまな角度からの取り組みが必要となる。	
その他		

工夫した点	

キーワード：

実施主体	高鍋町健康保険課 （高鍋町健康づくりセンター）	所在地	宮崎県児湯郡高鍋町大字北高鍋 5139
電話番号	0983-23-2323	ＦＡＸ番号	0983-23-2344
担当者	本部（ほんぶ）	E-mail	h-honbu@town.takanabe.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	可　・　不可		

No. 79	高血圧予防事業「高血圧ゼロの街　枕崎」（食環境整備）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に〇印	行政栄養士の基本指針	区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進	〇
重点テーマに該当する場合は 「区分欄に該当数字」	①減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、②若年女性のやせ、③栄養格差の縮小、④栄養ケア・ステーションとの連携、⑤高齢者の介護予防・フレイル対策、⑥災害時における栄養・食生活支援対策、⑦健康無（低）関心層対策	（複数回答可） ①
指標と目標値	高血圧対策への取組を通じ、脳卒中死亡率減少を図り、健康なまちづくりを目指す。	
現状と課題	令和元年における脳血管疾患の標準化死亡比が、全国平均と比較して男女とも約 1.6 倍と大変高く、さらに脳卒中患者に占める高血圧症の割合が男性約 80%、女性約 70%と非常に高かった。	
事業の目的	市内スーパーの減塩食品、野菜売り場等にポップを掲示し、市民が減ナトリウム増カリウムに取り組みやすい環境を整備することを目的とする。	
対　象	市民	
連携機関	市内スーパー	
実施時期	令和６年度～	予算財源　事業費：　千円 財源：
事業内容	日本高血圧学会の減塩ポップを、協力の得られた市内スーパー５店舗の減塩食品、野菜売り場等に掲示した。高齢者の通いの場や成人向けの栄養講座での減ナトリウム増カリウムを促し、ポップ設置の周知を行った。 ※（1）資料添付　：　有　・　(無) （2）使用した ICT ツール：　有（　　）　・　(無)	
評価　プロセス評価	減塩食品の売り場の変更等があるため、定期的に設置場所の確認、付け替えを行うことができた。	
評価　結果評価	減塩している人の割合（塩分チェックシート 8 点未満）を枕崎市健康増進計画「健康まくらざき 21（第 3 次）」の評価において把握予定。	
課　題	長年の生活習慣は変えにくく、高血圧治療などをしていると医師の指示が最優先で、行政からの保健指導等の介入は困難であることから、今後は、若年層にむけての施策が必要である。	
その他		

工夫した点	売り場の変更に合わせて設置場所の付け替えを定期的に行った点。

キーワード：

実施主体	枕崎市健康･こども課	所在地	鹿児島県枕崎市日之出町 231
電話番号	0993-72-7176	ＦＡＸ番号	0993-72-7161
担当者	新森	E - mail	kenkou@city.makurazaki.lg.jp
ＨＰへの連絡先の掲載	(可)　・　不可		

2025 年度行政栄養士による活動事例集

発 行 公益社団法人 日本栄養士会

企 画 公衆衛生職域事業推進委員会

発行日 2026 年 6 月

〒105-0004 東京都港区新橋 5-13-5 新橋 MCV ビル 6 階

TEL：03-5425-6555　FAX：03-5425-6554

URL https://www.dietitian.or.jp/