

2020 年度 行政栄養士による活動事例集

2021 年 7 月

公益社団法人 日本栄養士会

【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。

【活動事例テーマの分類】

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の実現に向けて、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。

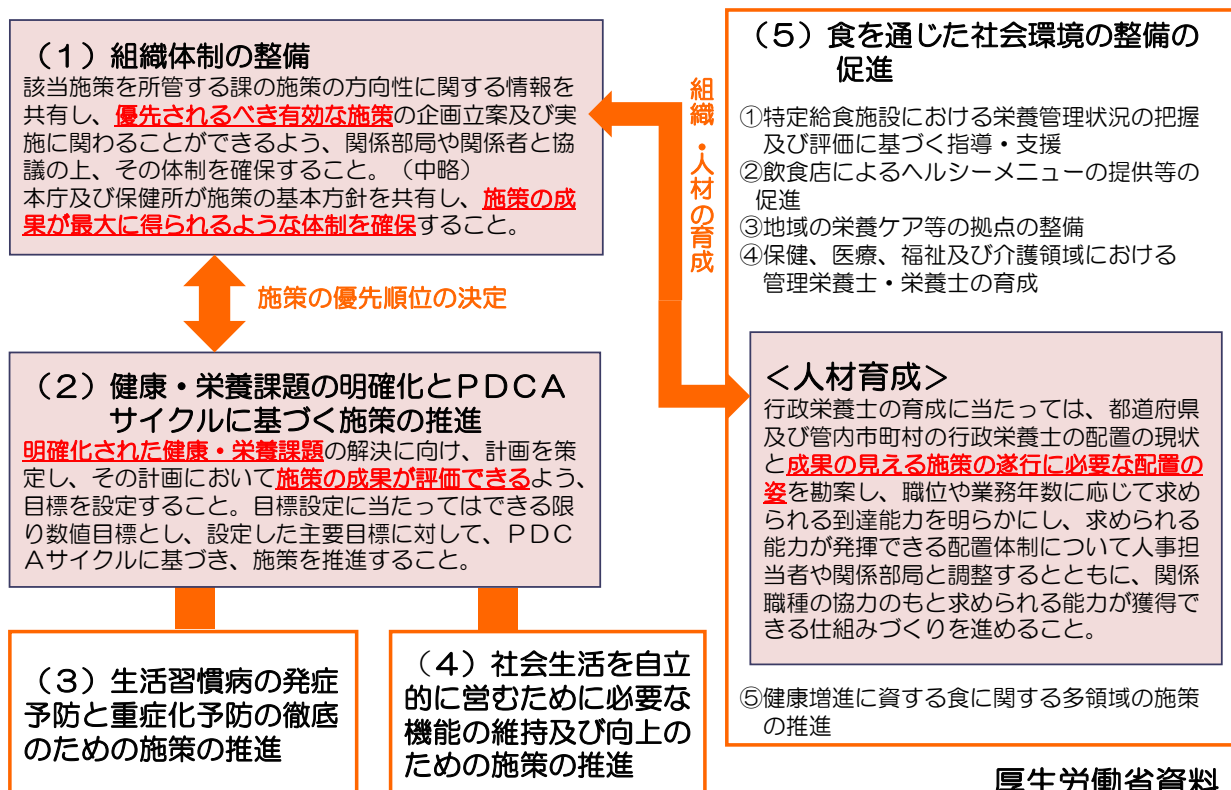
業務指針は、栄養施策の成果を最大に得るために、都道府県、保健所設置市、市町村に おける業務の基本的な考え方を下図のとおり、（１）と（２）に基づき、（３）（４）（５）の具体的な施策を展開する構成となっています。

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。

- （３）生活習慣病の発症予防と重症化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）

◆健康日本21（第二次）と行政栄養士の業務の推進 ～施策の成果を最大に得るためには～



【重点テーマ】

経済財政運営と改革の基本方針 2019～「令和」新時代：「Society5.0」への挑戦～（令和元年 6 月 21 日閣議決定）では、2025 年からさらに 2040 年に向け、人生 100 年時代の安心の基盤は「健康」であるとし、「健康寿命延伸プラン」の推進を掲げています。

健康寿命延伸プランにおいては、健康無関心層も含めた予防・健康づくりの推進及び地域・保険者間の格差の解消に向け、自然に健康になれる環境づくりや行動変容を促す仕掛けなど新たな手法も活用し、次世代を含めた全ての人の健やかな生活習慣形成等、疾病予防・重症化予防、介護予防・フレイル対策、認知症予防等に取り組むこととしています。

そこで、事例収集の重点テーマは、昨年度に引き続き、高齢者の介護予防・フレイル対策を視野に入れた事例とします。特に、自治体の介護・高齢部門に配置されている行政栄養士による事例を積極的に収集し、今後の配置要望活動の参考資料として活用したいと考えております。

また、今年度は新たに、①新型コロナウイルス感染症に対応した「新しい生活様式」における食生活の変化や課題に応じた栄養・食生活支援や、②頻発する自然災害に応じた栄養・食生活支援、③自然に健康になれる食環境づくりの推進の事例についても積極的に収集いたしますので、ご協力よろしくお願いします。

【重点テーマに関する事例の一例】

- 低栄養傾向や低栄養の高齢者の実態把握及びその背景の分析等を進め、改善に向けた効果的な計画の立案、取組の展開（食事摂取基準を活用したフレイル予防など）
- 「地域高齢者向け配食事業の栄養管理ガイドライン」を踏まえた「健康支援型配食サービス」の普及と利活用を推進するための取組
- 「高齢者の保健事業と介護予防」を一体的に実施する仕組みの構築が進められる中で、行政栄養士を含む他職種との情報共有、連携による取組
- 都道府県と市町村が連携し、地域の高齢者の特性を踏まえた保健事業の取組（体制整備）
- 新型コロナウイルス感染症や自然災害への対応を踏まえた栄養・食生活改善施策の立案、取組の展開（大規模災害時に備えた栄養に配慮した食料備蓄量の算出のための簡易シミュレーターの活用など）
- 健康な食事の提供など食環境づくりが健康増進に及ぼす効果の分析

【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を 1 事例、保健所設置市及び特別区、市町村が実施主体のを 1 事例）として収集しました。

今回は、都道府県が実施主体 29 事例、保健所設置市及び特別区、市町村が実施主体 35 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 No. 1 ～ 29、保健所設置市及び特別区、市町村が実施主体の事例 No. 30 ～ 64
- 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：7 事例 保健所設置市及び特別区、市町村：13 事例
- 研修事業などの実践報告の対象事例として推薦できる先進事例を「★」で示しています。
 - 都道府県：6 事例 保健所設置市及び特別区、市町村：9 事例

2020年度 行政栄養士による活動事例集 一覧（都道府県）

都道府県の事例 1～10								
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎：重点			添 付 資 料
					(3)	(4)	(5)	
北海道	1	★ 北海道空知総合振興局 保健環境部 深川地域保健室	災害時等における食環 境整備事業	給食施設管理者研修会を開催した結 果、災害時マニュアル策定施設が増加 した。住民向けに意識啓発を含む食事 ハンドブックを作成し配付も行った。			○	無
青森県	2	★ 青森県健康福祉部が ん・生活習慣病対策課	飲食店麺類塩分改善事 業	外食における主な主食となる麺類の塩 分を調査し、副菜の組み合わせによる 塩分摂取量の調整等、1日の食事の摂 り方について検討した。		○	○	無
岩手県	3	★ 岩手県大船渡保健所	働き盛り世代対象健康 セルフサポート事業(令 和元年度実施)について	企業の健康経営支援及び従業員の体 組成・生活習慣改善が図れ、気持ちの 変化も現れた。企業の健康経営と健康 行動、企業独自の取組みに発展した。	○			有
宮城県	4	宮城県石巻保健所	地域の健康づくりの機運 醸成を目指す「いしのま き・スマート・プロジェクト」	メタボ予防・改善と健康的な生活習慣定 着に向け健康経営の視点も組み入れた ポピュレーションアプローチの推進によ り多様な主体によるとりくみが開始した。	◎		○	有
秋田県	5	秋田県大館保健所	「減塩＆野菜・果物もう 1品運動」	尿中ナトリウム比測定、食事アンケートに よる食生活指導の実施と関係機関との 連携によるライフステージごとの普及啓 発事業を実施した。	○		○	無
山形県	6	山形県 健康づくり推進 課	山形県「減塩・ベジアップ プロジェクト事業」	食を楽しみながら“オールやまがた”で 健康長寿日本一を目指し保健所による 地域食育タスクフォースの設置、学校給 食との連携やメディア活用等を行う。				無
福島県	7	福島県県北保健福祉事 務所	インスタで「“食と健康” 応援店」キャンペーン	「うつくしま健康応援店」等で注文した料 理の写真をInstagramに投稿した利 用者の中から抽選で6次化商品をプレ ゼントするキャンペーンを実施した。			○	有
茨城県	8	茨城県健康・地域ケア推 進課	おいしく減塩！推進事業	「いばらぎ美味しお day」を設定し民間企 業との協働により減塩イベント実施し た。また、適塩メニューを提供する飲食 店等を増やす食環境整備を行った。	◎			無
栃木県	9	★ 栃木県県南健康福祉セ ンター	避難所における栄養・食 生活支援のための資料 集作成	管内市町栄養士会議において、災害時 対応の課題の抽出を行い、避難所での 情報収集シート、栄養相談用資料など の様式集を作成した。			○	有
群馬県	10	群馬県	食育推進研修会「e-ラー ニング」	コロナ禍における新しい研修方法とし て、食育推進担当者等に対する研修 会をe-ラーニング(限定配信)で実施し た。事務作業もデジタル化を図った。			○	無

都道府県の事例 11～20								
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎:重点			添 付 資 料
					(3)	(4)	(5)	
埼 玉 県	11	埼玉県鴻巣保健所	給食施設へのコロナ禍 における情報提供	給食施設ではオンライン環境が整って いない施設が多いため、コロナ禍にお いて集合研修の代替方法を検討し、情 報提供とその活用状況を確認した。			○	無
千 葉 県	12	千葉県印旛健康福祉セ ンター（保健所）	非常時の栄養・食生活支 援活動に関する印旛郡市 保健指導者研究会におけ る取組	災害時等非常時の栄養・食生活支援を 円滑に行うために、管内研究会を活用 し地域防災計画に関する理解を深め組 織間の連携等について検討した。			○	無
新 潟 県	13	新潟県栄養士会上越支部 （新潟県上越地域振興局健 康福祉環境部（上越保健所）	在宅医療栄養ケア推進 事業～嚥下調整食一覧 の作成～	地域の病院、老人福祉施設等において 安全な食形態の提供を実現するため、 嚥下調整食学会分類 2013 に基づく各施 設共通した嚥下調整食一覧を作成した。		○	◎	無
富 山 県	14	★ 富山県新川厚生センター 保健予防課地域保健班	新川圏域における栄養 管理体制整備事業	療養する高齢者の嚥下機能や嚥下調整 食に関する情報を相互に把握し切れ目 ない栄養管理連携体制を整備するため 連携ツールやリーフレットを作成した。		○	◎	無
石 川 県	15	石川県石川中央保健福 祉センター	管内給食施設における 減塩推進のための取り 組み	給食施設の調理従事者を対象として、 生活習慣病予防のために必要な減塩 の重要性を周知し、理解を得るため研 修会を開催した。	○			無
山 梨 県	16	山梨県峡南保健所	栄養士現任教育（母子 保健事業における動画 媒体の作成支援）	管内行政管理栄養士は新任期・中堅期 のみであることから、現任教育の一環と して、母子保健事業で活用できる「だし」 の重要性を伝える動画を作成した。			○	無
長 野 県	17	長野県松本保健福祉事 務所 健康づくり支援課	給食施設における非常 用備蓄状況の把握調査 及び情報共有	給食施設の非常用備蓄状況と備蓄に 対する認識について調査を実施。施設 間相互支援のための非常用備蓄状況 一覧表を作成し、配布した。			○	無
岐 阜 県	18	岐阜県（西濃保健所）	加工食品の試買による 栄養成分の量及び熱量 の分析	栄養成分が表示された加工食品 21 検 体について食品分析機関にて検査を実 施。許容差の範囲を逸脱した食品につ いて食品関連事業者を調査・指導した。			○	無
静 岡 県	19	静岡県西部健康福祉セ ンター	高齢者の低栄養予防に 向けた、途切れない食 支援の推進	食形態マップ、低栄養予防啓発資料、食 支援のための QA 集を令和元年度に作 成。その活用・周知のため、ホームペ ージへの掲載後、研修会を実施した。		◎	◎	有
愛 知 県	20	愛知県江南保健所	高齢者の食の情報を共有 できる体制づくり ー連携ツール「KOFI(コフィ)食 事まるわかり表」の作成ー	言語聴覚士及び企業管理栄養士の協力 のもと、食形態表等一覧表の様式や各 施設への働きかけ等を掲載した食形態 等連携ツール（冊子）を作成した。	○		○	無

都道府県の事例 21～29

事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎:重点			添 付 資 料
					(3)	(4)	(5)	
滋 賀 県	21	滋賀県彦根保健所	健康推進員リーダー研 修会	保健所管内1市4町の健康推進員 が、毎年度末に一同に介して意見交換 会を実施。他市町の取り組みを参考 に、創意工夫した活動に繋がった。	○		○	無
京 都 府	22	★ 京都府 健康対策課・南 丹保健所 他	スーパーマーケットと連 携した適塩の取組	適塩 POP 等と連携した売り場づくりの 結果(R 元:2 店→R2:20 店)、来店者の 約 7 割が適塩意識を向上させ、スーパ ーは適塩惣菜の開発検討を進めた。	○		◎	無
兵 庫 県	23	兵庫県豊岡健康福祉事 務所	高齢者のフレイル・低栄 養予防に向けた食支援 体制と食環境整備	行政や民間企業、ボランティアなど幅広い 関係機関から食支援課題を収集し、支 援方策を共有。フレイル予防ツールは中食販 売店、通いの場等へ広く普及啓発した。		◎	○	有
岡 山 県	24	岡山県備前保健所	みんなですすめる野菜 5 皿の健康づくり	野菜摂取量増を目指し、栄養委員と活 動の手引きや媒体等を作成し、スーパ ーで県民に普及啓発を行うと共に、栄養 委員の活動意欲の向上につながった。		○		無
山 口 県	25	(公財)山口県健康福祉 財団山口県健康づくりセ ンター	減塩に関する普及啓発	アンケート調査により把握した食塩摂取 に関する課題から、減塩に関する啓発 物の作成・教材更新や働き世代を対象 とした普及啓発が行われた。			○	無
徳 島 県	26	徳島県 美馬保健所	糖尿病対策推進事業 にし阿波・糖尿病予防フ ェスタ	年 1 回、各団体と連携し、健康啓発イ ベントを開催(感染症予防対策の徹 底・規模縮小)。県の健康アプリを活用 し、イベント後も継続支援ができる。	○			無
福 岡 県	27	福岡県 健康増進課	福岡県食環境整備事業	関係団体と連携し、複数企業も巻き込 み、大型商業施設にてイベントを開催。 ライブキッチンやインスタライブなどコロ ナ禍の新たな試みも好評を得た。			○	有
大 分 県	28	大分県	健康アプリを活用した食 の環境整備事業の推進	県健康アプリのスタンプラリー機能を活 用し、「食の健康応援団(飲食店)」の登 録拡大を図り、健康的な食事にアクセス しやすい食環境整備を推進した。			○	有
鹿 児 島 県	29	鹿児島県屋久島保健所	次世代のための生活習 慣病予防出前講座	各団体からなる会の取組の一環として 小中高校を対象に出前講座を実施。結 果を学校や会員で共有し職員の関心強 化や地域での対策にも活用している。	○			無

2020年度 行政栄養士による活動事例集 一覧（市町村・特別区）

市町村・特別区の事例 30～39									
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎:重点			添 付 資 料	
					(3)	(4)	(5)		
青 森 県	30	平内町健康増進課	平内町すこやかレシピ 集の作成	脳血管疾患のSMRが男女とも高いこ とから、健康レシピ集を作成し、配布だ けでなく「見て、作って、食べてみる」体 験により実感させることができた。	○		○	無	
岩 手 県	31	★ 八幡平市健康福祉課	学童保育クラブと連携し た健康づくり推進事業～ 食育教室～	学童保育クラブやその指導員研修会、 地域における食育事業を連動させること により、肥満傾向児童割合や0.8%みそ 汁を薄いと感じる児童が減少した。	○		○	無	
宮 城 県	32	山元町保健福祉課	男性食育ボランティア育 成講座	男性も基本的調理技術を身に着け毎日 の食生活に気をつけることにより、生活 習慣病発症予防、重症化予防、低栄養 の改善を図り社会参加にもつなげた。	◎	○		無	
秋 田 県	33	井川町健康福祉課	高齢者食生活教室 「らくらく栄養教室」	高齢者の介護予防を目的に食生活、口 腔ケア、調理実習、運動の教室を実施。 食生活改善推進員が調理補助に入り地 域の高齢者との交流を図る。			○	無	
山 形 県	34	山県市健康医療部(山 形市保健所)健康増進 課	山県市 SUKSK(スクス ク)メニュー認定事業	飲食店の SUKSKメニュー提供により、 住民が適塩摂取や減塩の必要性を理 解し、取組で高血圧予防につながる。ま た、飲食店も減塩メニューの必要性を理 解し、街全体での取組につながる。	○		○	有	
福 島 県	35	★ いわき市 地域包括ケア推進課	さががけ！男の料理塾	65歳以上の男性を対象に自立した食 生活が実践できることを目指し、献立 作成、食材購入、調理実習、栄養バラ ンスを学べる料理講座を開催した。			○	無	
茨 城 県	36	牛久市保健福祉部 健康づくり推進課	離乳食動画の作成	離乳食のすすめ方や調理法の動画を作 成、ホームページ、YouTube に掲載。 市広報、ラジオ番組、新聞、乳幼児健 診、離乳食講習会で広報した。				○	有
栃 木 県	37	さくら市	赤ちゃんキッチン	生後6～8か月の乳児の保護者を対象 に、離乳食のすすめ方、調理法などを 簡単な調理実習により触ってみるなど して固さを確認できるようにした。			◎		無
群 馬 県	38	★ 前橋市長寿包括ケア課	からだ健やか昼食会	昼食欠食の割合が高いほか共食の機 会がほとんどない高齢者が多いという 調査結果から、地域サロンと連携し低 栄養予防の講話と試食を実施した。			◎		無
埼 玉 県	39	三郷市健康推進課	簡単健康レシピ普及事 業	長寿生きがい課と大学が連携し高齢者 に向けた簡単健康レシピを作成し配布 したほか、調理実習を含むフレイル予防 教室を開催した。			○		無

市町村・特別区の事例 40～49								
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎：重点			添付資料
					(3)	(4)	(5)	
千葉県	40	柏市保健所健康増進課	野菜を食べよう柏協力店	地元野菜のおいしさの周知と野菜の摂取量を増やすため、調理師会等団体と連携し市独自の協力店登録事業を実施した。	○		○	無
東京都	41	板橋区立健康福祉センター	コロナ禍における健康福祉センターでの親子対象の食育推進	コロナ禍での新たな方法として、簡単レシピの動画を作成しホームページに掲載するとともに SNS(ツイッター、ケーブル TV)を活用して周知を図った。	○	○		無
東京都	42	三鷹市健康福祉部健康推進課	みたか健康づくりセミナー「フレイル予防でキラリ健康長寿」	地域に密着している住民協議会との共催により、一般市民を対象にフレイル予防のための講演会を開催した。		○		無
新潟県	43	三条市福祉保健部健康づくり課	高齢者保健・介護一体化事業における栄養改善訪問指導	生活習慣病の重度化防止及び低栄養状態の改善を図るため、基準に該当する市内 75 歳以上在宅高齢者に対して訪問栄養指導を行った。	◎			無
富山県	44	★入善町元気わくわく健康課	産学官民で「減塩いいね！プロジェクト」	減塩食品を販売するスーパーや血圧相談ができる薬局を協力店に認定するほか、「みそ汁調査隊」など産学官民が連携して減塩・適塩に取り組んだ。	○		◎	無
石川県	45	金沢市保健所地域保健課	食環境づくり推進事業	外食を含めた適切な食生活の管理を実施するため、「健康づくりサポート店」の普及を推進し、情報を提供する環境を整備した。			○	無
山梨県	46	上野原市	ケーブルテレビを活用した食育活動「わくわくクッキング講座」	コロナ禍であっても、子どもたちに食の大切さと、食育に必要な5つの力等を伝えるため、食生活改善推進員の協力を得て、料理番組風の映像を作成した。		○		無
長野県	47	茅野市役所健康づくり推進課	尿中塩分測定で高血圧対策	特定健診時血圧Ⅱ度以上の人に尿中塩分測定と保健指導(管理栄養士と保健師による個別面接)を実施した。	◎			無
岐阜県	48	神戸町保健センター	中学生の朝食欠食についてのアンケート	町内の中学校の生徒に対し、朝食と給食に関するアンケートを実施。そのアンケート結果をふまえ、今回は朝食に着目した内容のリーフレットを配布した。	○			無
静岡県	49	伊豆市健康福祉部長寿介護課	介護事業所等と連携した在宅高齢者への栄養支援	介護事業所等と連携して低栄養予防やフレイル予防の周知啓発、栄養改善が必要な高齢者に対する個別栄養訪問を開始した。	○	○		無

市町村・特別区の事例 50～59								
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎：重点			添 付 資 料
					(3)	(4)	(5)	
愛 知 県	50	犬山市役所健康福祉部 健康推進課	健康いぬやま応援メニュー スタンプラリー	健康いぬやま応援メニューに認定され た店舗でスタンプラリーを実施。スタンプ を3つ集めると、抽選で認定店で使える 食事券 2,000 円分を22名に贈呈した。	○		○	無
滋 賀 県	51	東近江市 東近江保健センター	東近江市健康フェア	コロナ禍のため、健康づくりフェアを例年の 1 日 1 会場(体験メイン)から 1 ヶ月 9 会 場(展示メイン)に変更。市民への普及啓 発範囲が拡大した。	○			無
京 都 府	52	★ 舞鶴市健康づくり課	スーパーマーケットにお ける食環境整備事業	スーパーと連携し、減塩総菜 6 品とお弁 当等を開発。売上は昨年対比 110%。 既存商品の調味料を減量し、商品の定 着と事業の継続化を図った。			○	無
大 阪 府	53	大阪市健康局 健康づくり課	食環境づくり推進事業 「やさい TABE 店(たべ てん)事業」	外食機会の多い壮年期男性をメインター ゲット。民間企業(ぐるなび、吉本興業)と連 携し、野菜使用量の多い店舗紹介や 野菜摂取の工夫など普及啓発。	◎		○	有
兵 庫 県	54	★ 西脇市くらし安心部 健康課	フレイル対策強化推進 事業「噛んで、食べて、 フレイル予防教室」	フレイル予防教室参加者の前後比較から フレイル評価指標を検証。健康支援型配 食サービスの手法も組み込み、事業者は 新たにフレイル予防弁当を開発した。		◎	○	無
奈 良 県	55	生駒市福祉健康部 健康課	小学生メニューコンテスト テーマ：家族に食べてほ しい野菜たっぷり朝食メ ニュー	コンテストの開催により食事の楽しさを 実感するとともに、健康的で栄養バラ ンスのとれた食生活を送るための食品 の選び方や組み合わせ方を学べた。		○		無
鳥 取 県	56	南部町役場健康福祉課	コツチャレなんぶ(スペシ アルコース)運動と食事 指導の実践	食事記録から食生活の傾向を把握し、 個別指導と集団指導を組み合わせた教 室運営を行うことで、運動習慣や食生活 の改善に一定の効果が見られた。	○			無
岡 山 県	57	総社市	第 2 期健康インセンティ ブ事業(令和元年度)	健康づくりに取り組む市民の増加を目指 し、歩数データ、体組成測定、健診(検 診)受診にポイントを付与しポイントに応 じ市内で使用できる商品券を発行した。	○			無
広 島 県	58	★ 広島市健康福祉局高齢 福祉部 地域包括ケア推進課	広島市短期集中予防支 援訪問サービス(栄養改 善)	介護予防ケアマネジメントに基づき、居 宅において、低栄養改善の相談支援を 短期集中的に提供し、高齢者が自立し た生活が維持できるよう支援を行った。		○		無
山 口 県	59	★ 周南市 あんしん子育て室	地域と連携した食育の 取組「こどもあさごはん ちゃれんじ」	子どもが望ましい食習慣を身につけるこ とを目的に、保育園・幼稚園で食育及び 歯科保健を一体的に推進する仕組みが 作られ食育のネットワークが広がった。	○		◎	有

市町村・特別区の事例 60～64								
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ ◎:重点			添 付 資 料
					(3)	(4)	(5)	
愛媛県	60	西条市中央保健センタ 健康医療推進課	3か月健診、新米パパママ学級	離乳食集団健康教育の中止に伴い、市公式 YouTube チャンネルで離乳食の動画や、集団健康教育の内容を動画配信することで啓発を図った。		○		有
愛媛県	61	松前町子育て・健康課 健康増進係	高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業 (ポピュレーションアプローチ事業)	ヘルスメイトのリーダーを対象に栄養・口腔等のフレイル予防の健康教育を実施、会員や地域住民への伝達講習、ハイリスク者の把握に繋げた。		◎		無
熊本県	62	熊本市西区役所 保健子ども課	食育を通じた防災のまちづくり事業	防災知識や家庭版真空調理法を災害時にキーマンとなる人や、災害弱者や保護者に伝達することで、災害時の「食の自助力」向上を図った。			◎	無
宮崎県	63	★ 西都市役所 地域包括ケア推進係	訪問型短期集中サービス(栄養改善支援)の開始～現在の状況	介護保健部門への管理栄養士配属を機に直営実施。会議等で事業説明・報告を重ね、ケアマネに食支援の重要性を伝えることで支援に繋げた。		◎		無
鹿児島県	64	霧島市 長寿・障害福祉課	介護保険認定者におけるフレイル予防および重度化防止のための訪問栄養指導	ケアマネジャーと同行訪問(アセスメントや栄養指導)することで、介護プランに反映、改善目標の立案・評価、多職種での情報共有を図った。		◎		無

No. 1		災害時等における食環境整備事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・災害時等における給食施設の食事提供マニュアル策定施設及び非常用献立作成施設の増加 （平成 30 年度の災害時における食事提供マニュアル策定施設 63.0%、非常用献立作成施設 70.4%） ・災害時等における食環境整備に関する住民の意識向上	
現状と課題		近年、北海道胆振東部地震による大規模停電や大雨による水害等、管内においても災害に見舞われていることから、災害時等において住民自身の食糧等の確保が重要となってくる。また、給食施設においても、災害時等における食事提供体制の整備が重要となるが、災害時等の食事提供マニュアルや非常用献立の整備状況などに差があり、なおかつ給食提供に係る関係機関のネットワーク構築も課題となっている。	
事業の目的		地域における災害時等による食環境体制整備の構築を図るため、給食施設においては、災害時等でも食事提供を継続できる体制を整え、危機管理対策の一層の充実を図ると共に、住民においては、災害時における食の備えの重要性について意識付けを図る。	
対 象		① 管内給食施設等管理者、管理栄養士、栄養士、調理師、調理員等 ② 管内市町栄養士、市町雇い上げ栄養士	
連携機関		① 大学、管内給食施設等 ② 管内各市町	
実施時期		① 令和元年 8 月 28 日（水） ② 平成 30 年度	
事業内容		① 管内給食施設管理者等研修会において、「これからの給食施設の危機管理対策」と題して、大学講師より、誰が見てもわかるマニュアル作成の重要性などについて、他施設で工夫して取り組んでいる事例を盛り込んで講演いただいた他、実際に各施設で経験した大規模停電時の対応状況等についてグループワークを行った。 ② 管内行政栄養士研修会の場を活用し、市町栄養士等と連携して住民向けの災害時等における食事ハンドブックを作成した。（主な内容：備蓄リスト、備蓄食料品の活用例、食中毒予防、災害時の調理の工夫、バッククッキング、備蓄食材活用レシピ） ※資料添付：有・ ☒	
評価	プロセス評価	① 研修会前に各給食施設の大規模停電時の給食提供状況を調査し、施設規模や施設種別がわかるようにとりまとめ、当日配付することで、グループワーク時や事後も活用されるものとなった。 ② 行政栄養士間で役割分担を決めることで、効率よく連携して作業を進めることができた。	
	結果評価	① グループワークは、施設種別に分けたことで、職種が異なってもスムーズに情報交換ができ、事後アンケート結果からも、他施設が実際に行った災害時の対応や備えなどを知ること、今後の施設の危機管理対策の参考となったとの声が多く聞かれた。（災害時における食事提供マニュアル策定施設：H30 及び R1：63.0%→R2：73.1%、非常用献立作成施設：H30 及び R1：70.4%→R2：84.6%） ② 市町や保健所の各事業で配布し、住民への普及啓発につながった。	
課 題		管内の市町や給食施設の他、関係機関と連携したネットワーク構築の検討が必要である。	
その他			
工夫した点		① グループワーク時の各グループのシートを回収し、全グループ分を給食施設の個別（巡回）指導時に施設へ直接還元することで、研修会を振り返る機会を作ったほか、欠席した施設へも全資料を配布し、情報共有を図った。 ② 食事ハンドブックは、住民の嗜好等を把握している各市町栄養士等がメニュー作成、試作し、写真やイラストを多く取り入れて、手にとってもらえるよう見やすさを重視した。	

キーワード：災害時等の食環境整備

実施主体	北海道空知総合振興局 保健環境部深川地域保健室	所在地	北海道深川市 2 条 18 番 6 号
電話番号	0164-22-1421	F A X 番号	0164-22-1479
担当者	柳原 里美	E - mail	yanagihara.satomi@pref.hokkaido.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ ・ 不可		

No. 2		飲食店麺類塩分改善事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	◎
指標と目標値		健康あおもり 2 1（第 2 次）改訂版における「食塩摂取量の減少（成人）」 8.0 g	
現状と課題		・青森県は、がん、心臓病、脳卒中等の生活習慣病による死亡率が高く、平均寿命が全国最下位であることから、青森県健康増進計画「健康あおもり 2 1（第 2 次）」を策定し、「肥満予防」「食塩摂取量の減少」「野菜摂取量の増加」に取り組んでいる。 ・平成 2 8 年度青森県県民健康・栄養調査の結果、成人の 1 日の食塩摂取量が 1 0 . 5 g と減少していなかった。 ・青森県の食生活の現状として、中華めんの購入量が多く且つ外食における中華そば購入金額が高いことがあげられる。	
事業の目的		外食における主な主食となる麺類（ラーメン・うどん・そば）の塩分を調査し、副菜の組み合わせによる塩分摂取量の調整等、1 日の食事の摂り方について検討する。	
対 象		青森県内の麺類（ラーメン・うどん・そば）を提供する飲食店	
連携機関		青森県食生活改善推進員連絡協議会、青森県立保健大学	
実施時期		平成 2 9 年度～令和元年度	
事業内容		飲食店において提供されている麺類のスープの塩分濃度計測及び、麺類 1 食分のスープ量を計測し塩分量を算出する。 ※資料添付：有・☐	
評価	プロセス評価	年間 100 店舗を目標に調査を実施したが、協力率は年々低くなっている。（H29:102/130 店舗、H30:102/160 店舗、R1:101/174 店舗）	
	結果評価	ラーメンについては、塩分濃度は全国と同程度（1.5%）であるが、スープの量が全国の量（300 g）より多く、結果として 5～6.5 g の塩分量となっている。また濃度や量には、圏域差も見られた。	
課 題		麺類の減塩方法として、店側には食塩相当量やエネルギー摂取が過剰となる提供形態（塩分濃度の高いスープ、ご飯サービス、大きなどんぶりでの提供など）の改善を、県民にはスープを飲み切らないよう啓発し、1 日の中での取り方を考えてもらうようにすることを伝えていくことが必要と考える。	
その他		飲食店の塩分調査は各圏域を単位として実施することから、県協議会は県の保健所と連携を図り円滑な実施に努めた。	

工夫した点		既存事業の更新にもつながるように事業実施の際に工夫した。 （青森県で実施中の「青森のおいしい健康応援店認定事業」の要件を満たすメニューを提供している場合は、県保健所へ情報提供。※中核市保健所では「青森市健康づくり応援店」を実施していることから要件を満たす場合は青森市保健所へ情報提供。）
-------	--	---

キーワード：麺類の減塩、地域の実情に配慮した食環境整備、県民のヘルスリテラシー向上

実施主体	青森県健康福祉部がん・生活習慣病対策課	所在地	青森県青森市長島 1 - 1 - 1
電話番号	—	F A X 番号	—
担当者	芳賀 智恵子（青森県むつ保健所）	E - mail	chieko_haga@pref.aomori.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☐ 可 ・ ☐ 不可		

No. 3		働き盛り世代対象健康セルフサポート事業（令和元年度実施）について（2）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値	沿岸広域振興局大船渡保健福祉環境センター（岩手県大船渡保健所）業務方針 ・企業対象の健康づくり出前講座・チャレンジマッチなどの参加延べ企業数：12 社		
現状と課題	岩手県の気仙地域は定期健康診断における有所見率が6割を超えており、その背景には他の医療圏に比べ喫煙者・多量飲酒者・夕食後の間食をする者が多いなど、様々な生活習慣の課題がある。		
事業の目的	企業の健康経営支援及び従業員の体組成・生活習慣改善		
対 象	本事業への参加を希望する管内企業（5事業程度/年）		
連携機関	岩手労働基準協会大船渡支部（事業周知）等		
実施時期	令和元年6月から概ね令和元年11月頃までの3か月間（以降各企業が自主的に継続）		
事業内容	参加者(希望者)が、3か月間を健康づくりチャレンジ期間として以下の取組みを実践。		
	チャレンジ 期間 (3か月間)	◇初回体組成※測定会・スタート講座(初日)：体組成結果解説、個別アドバイス、目標設定、保健所栄養士による食事と運動の健康講話。	
		◇中間体組成測定会(1か月半後)：取組状況確認、個別アドバイス、目標設定の再検討。	
		◇最終体組成測定会(3か月後)：体組成結果前後差比較、アンケート記入、自己評価。	
	終了後	◇結果報告：企業全体の取組み成果の還元、健康習慣継続の働きかけ。	
		◇その後測定会：最終測定時と体組成比較、健康行動継続チェック、自己評価。	
※体組成:体重、BMI、全体及び部位別の骨格筋量と体脂肪量、内臓脂肪レベル、基礎代謝量等。 ・期間中、歩数計及び血圧計(保健所貸出)を使用し、毎日各自で測定・記録。 ・職場全体での取組みも設定 例) ラジオ体操、出勤時の体調チェック、ウォーキング 等 ・取組み状況や体組成改善度等に成果のあった上位3企業に対して表彰を実施。 ※資料添付： ☒ 有 ・ 無			
評価	プロセス評価	■実施前:労働基準協会を通じて管内500社に周知チラシ送付。衛生管理者研修会にて事業説明。 ■実施中:実施前及び実施中、担当者と頻繁に打合せを行い、参加者の状況把握に努めた。 ■実施後:全体結果（①体組成の変化②健康行動項目の増減③体調や気持ちの変化）を企業に還元。	
	結果評価	■個人の体組成改善等〔全8企業、124名参加。うち前後評価実施89名（男女比5：5）〕 体脂肪量減少:60%、骨格筋量増加:42%、体組成改善:48%、期間中の健康行動実施率：80% ■体調や気持ちの変化等 充実感がある:45%、疲れにくくなった:33%、職場での会話が増加:32%、仕事への集中力UP:21% ■企業の健康経営等 歩数計購入補助、就業後のウォーキング等、企業独自の取組みに発展	
課 題		・過度なトレーニングと極端な食事制限により、骨格筋量減少のケースが若干見られた。 ⇒初回栄養講話及び中間測定時の個別アドバイスを徹底。 ・終了後も健康行動を継続する働きかけが必要。 ⇒終了数か月後「その後測定会」の実施等によりフォローアップ。	
その他		・体組成に大きな数値的变化が無くとも、「よく眠れるようになった」「鏡を見るのが楽しみになった」など、体調や気持ちに良い変化を感じている方が多数。 ・「一人でなくみんなと一緒にだから継続して頑張れた」という意見が多数。職場単位で取組むメリットを実感いただいた。参加者の事業に対する満足度は84.3%であった。	

工夫した点	■体組成測定により自身の体組成及び調節すべき骨格筋量・体脂肪量が見える化 ⇒自身の体組成の現状を知り、改善意欲とやる気が向上。数値化により目標設定もしやすくなる。 ■体組成測定時、体組成結果や生活習慣に応じた個別アドバイスを実施 ⇒個々人に対応した助言をすることにより参加者は効果的で実現可能な行動目標が設定できる。
-------	---

キーワード：健康経営支援 体組成測定 見える化

実施主体	岩手県大船渡保健所	所在地	岩手県大船渡市猪川町字前田 6-1
電話番号	0192-27-9922	F A X 番号	0192-27-4197
担当者	保健課 澤口 夏子	E - mail	natuko-sawaguchi@pref.iwate.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

働き盛り対象健康セルフサポート事業(令和元年度実施)について

○澤口夏子、岩山啓子、加藤孝子、小野泰司、木村博史（岩手県大船渡保健所）

【目的】

気仙地域では、定期健康診断における有所見率が6割を超えるなど、働き盛り世代の健康課題を抱えていることから、健康経営支援及び従業員の体組成と生活習慣改善を目的に当該事業を実施した。

【方法】

3か月間を健康づくりチャレンジ期間とし、参加企業の従業員（希望者）が以下に取組んだ。

チャレンジ前	○参加者募集説明会 説明：事業内容及び気仙地域の健康課題等
	★スタート講座 学習：体組成改善のための食事&運動
チャレンジ期間 (3か月間)	★初回測定会 体組成測定→生活習慣チェック→個別アドバイス→目標設定
	○中間測定会 体組成測定→個別相談→目標見直し
	★最終測定会 体組成測定→各項目前後差比較→健康行動変容自己評価
終了後	★結果報告会 説明：企業全体の取組み成果 助言：健康習慣継続の働きかけ
	○その後 測定会 体組成測定→最終測定時結果と比較→健康行動継続チェック、自己評価

※ ★は必須項目、○は希望

【結果】

1 参加企業及び参加人数

全8企業、124人参加。

※うち前後評価実施89人（男女比5：5）

2 企業の健康経営意識への影響

多くの企業から「健康経営のメリットを感じた」との感想

事業終了後、活動計購入補助や、改善顕著な参加者への表彰、運動講習の開催など、企業独自の取組に発展している。

3 参加者の体組成及び健康行動等への影響

前後評価ができた89人中43人（48.3%）に体組成の改善が見られ、71人（78.9%）が食事と運動の健康行動を期間中継続した。

～体組成等とフィットネススコア（FS）※～

n=89	前後差平均		
	FS増加 (43人)	FS不変 (16人)	FS低下 (30人)
体重(kg)	-1.1	-0.7	-0.4
骨格筋量(kg)	0.5	-0.2	-0.8
体脂肪量(kg)	-1.9	-0.4	0.8
体脂肪率(%)	-2.3	-0.3	1.4
フィットネススコア	3.0	0.0	-2.3
基礎代謝量(Kcal)	18.9	-6.1	-26.9
平均歩数(歩)	795	-188	32

※FS：フィットネススコア。体脂肪量と骨格筋量のバランスの指標。バランスが良いほど高値に、虚弱・肥満型だと低値になる。

～体調や気持ちの変化～（n=89）



～健康行動継続の有無とFS増加～

n=93	健康行動	フィットネススコア増減平均	
		実施	未実施
記録	歩数計を身につけ記録する	0.47	1.15
	血圧を測定し記録する	0.46	0.86
食事	3食欠食しないで食べる	0.62	0.56
	主食・主菜・副菜を揃えて食べる **	1.36	-0.63
	夜遅くに食べ過ぎない **	1.21	-0.92
	間食の時間・内容・量を工夫する	0.74	0.35
	アルコールを飲み過ぎない (n=78)	0.39	0.63
	甘い飲み物を飲み過ぎない	0.69	0.40
運動	脂っこい料理は1日1回まで	1.15	-0.08
	野菜・海藻から食べる	0.80	0.28
	よく噛んで食べる	0.55	0.28
	1日30分以上のウォーキング **	1.89	-0.21
睡眠	ストレッチや筋トレ・スポーツをする *	1.39	0.02
	こまめに動く	1.13	-0.05
	十分な睡眠でしっかり休養する	0.66	0.56

※ * : p<0.05、** : p<0.01

【考察】

本事業終了直後に受けた健康診断結果が前年度より大きく改善した事業所があった（メタボ該当者5割減、高血圧該当者9割減、血中脂質異常該当者6割減）。参加者全体の事業に対する満足度は84.3%であった。

【まとめ】

体組成測定、個別アドバイス、自己評価を組み合わせた本事業は、参加従業員の生活習慣改善の動機付け及び企業側の健康経営意識の向上に効果が見られた。

No. 4	地域の健康づくりの機運醸成を目指す「いしのまき・スマート・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○印 重点テーマには◎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	○
指標と目標値	【短期目標】市町や関係機関と健康課題を共有し、それぞれの機関で取組ができる。 【中期目標】課題となっていた生活習慣等の要因が改善する。 【長期目標】成人のメタボ該当者、予備群の割合や、肥満傾向児の割合が減少する。	
現状と課題	石巻地域は心疾患と脳血管疾患による死亡が多く、メタボリックシンドロームの該当者・予備群、肥満、血圧高値のいずれも男性は石巻地域が県内ワースト1位である。また、生活習慣の状況では、運動習慣がない人、喫煙習慣のある人についても県内で高い状況にあり、健康課題が山積している。	
事業の目的	石巻圏域のメタボ予防・改善の実現に向け、子どもから大人まで生涯にわたる健康的な生活習慣の定着が図られるよう、地域住民が健康づくりを実践しやすい環境の整備等ポピュレーションアプローチの取り組みを推進する。	
対 象	石巻地域の住民及び保健医療関係機関、労働安全関係機関、子育て関係機関、マスコミ関係機関等	
連携機関	市町村、保育・教育関係機関、労働基準監督署、労働基準協会、商業施設、医師会、歯科医師会、薬剤師会、栄養士会	
実施時期	平成 29 年度～	
事業内容	1 事業検討会議・・・圏域の課題を共有し事業の推進目標を達成するために、関係機関・団体等の担当者を参集し会議を開催。当事業が効果的に推進されるよう事業検討・評価を行う。 2 働く人の健康づくり推進事業・・・事業所における健康づくりの機運をつくるため、労基署・労基協会と連携し、事業所単位の取組を支援する事業を実施（歩数UP チャレンジ、運動セミナー、出前講座等）。R2からは「働く人の健康かわら版いしのまきスマート通信」を発行。 3 子どもの健康なからだづくり推進事業・・・教育事務所と連携し、子どもの健康課題解決について関係機関等と協議を行い、基本的生活習慣の定着を目的に保育・教育機関の職員を対象に研修会を開催。また、各保育・教育機関における取組を支援する事業を実施（媒体の貸出等）。 4 関係機関との連携による情報提供・・・重点的に取り組むべきスローガン「歩こう！あと15分」「朝・昼・夕「いただきます」は野菜から」を連携機関とともに協議し決定、その後いしのまき・スマート・プロジェクトポスター作成し配布。その他、地元新聞に健康に関する記事の掲載、同プロジェクトホームページによる関係機関向けの情報を発信中。 ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・いしのまき・スマート・プロジェクトポスターの作成・配布 1,000部（R1） ・働く人の健康かわら版「いしのまきスマート通信」の配布 700事業所×3回（R2～） ・地元新聞に記事掲載 毎月1回（H30～） ・ホームページアクセス数 3,584件（前年比+1,102件）（R1年度末時点）
	結果評価	・上記重点スローガンは管内市町の取組でも共有され、住民に発信されている。 ・「脱メタボ」を目的として、連携しているそれぞれの機関で主体的な取組が始まっている。
課 題	事業の推進目標達成のための具体的な改善策の検討と、健康経営の理念の普及、関係機関と連携したメタボ対策に取り組む必要がある。	
その他		
工夫した点	事業検討会議等の実施をととして、健康課題の共有、検討等を実施したことで、関係機関の連携が図られ事業の協力が得られやすくなった。	

キーワード：

実施主体	宮城県石巻保健所	所在地	宮城県石巻市あゆみ野5丁目7番地
電話番号	(0225)94-6124	F A X 番号	(0225)96-3560
担当者	平原	E - mail	et-kenko@pref.miyagi.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

歩こう! あと15分

その効果

- ▶ 脂肪の燃焼
- ▶ 高血圧の予防
- ▶ 全身のリラックス

いしのまき元氣いちば前
堤防一体空間

宮城オルレ・奥松島コース
新浜岬

東松島市
イート

石巻市
いしびよん

女川町
シーババちゃん

JR女川駅前

みんなで! スマートプロジェクト

石巻圏域
脱! メタボ



仙台・宮城観光
PRキャラクター
むすび丸

「いしのまき・スマート・プロジェクト」は、石巻圏域の子どもも大人も、みんなの健康を応援するプロジェクト。
石巻圏域は「メタボが多い」という課題を打破すべく、
住民の生活に関わる様々な団体と協働し、一丸となって取り組んでいます。



いしのまき・スマート・プロジェクトWebサイト



朝・昼・夕 「いただきます」は 野菜から

その効果

- ▶ 食べ過ぎの防止
- ▶ 肥満の予防
- ▶ 血糖の上昇を穏やかにする

いしのまき・スマート・プロジェクト

宮城県石巻保健所・石巻市・東松島市・女川町

制作協力/株式会社石巻日日新聞社

15

No. 5		「減塩&野菜・果物もう1品運動」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 <u>重点テーマには◎印</u>	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		○
指標と目標値		尿中ナトリウム比 3.0 未満の増加。長期的には脳血管疾患による死亡率の減少を目指す。	
現状と課題		管内は脳血管疾患、胃癌、大腸癌の死亡率が高いことから、平成 27 年度より尿中ナトリウム比を指標とした食生活改善に取り組んできた。しかし、国民健康・栄養調査結果より、本県の野菜摂取量は平均寿命が日本一の長野県と比較して少なく、平成 24 年と平成 28 年ではさらにその差が広がっている。	
事業の目的		関係機関との連携による減塩と野菜・果物摂取増の推進に向けた取組を検討・実践し、長期的には、住民の食生活改善による生活習慣病、特に脳血管疾患の減少を図り、健康寿命の延伸につなげる。	
対 象		地域住民	
連携機関		管内市町（保健部門、農林部門）、管内食生活改善推進協議会、農協婦人部、保育所・学校給食、高等学校、市町教育委員会、直売所等	
実施時期		平成 30 年 4 月～令和 3 年 3 月	
事業内容		【尿中ナトリウム比測定による食生活改善の取組】 1 週間の測定と食事アンケートによる食生活指導（参加者：延べ 237 名） - イベント時の測定と食事アドバイス（参加者：延べ 323 名） 【関係機関との連携によるライフステージ毎の取組】 1. 全体：1) 戦略会議の開催、2) 「減塩&野菜を食べよう」キャンペーンの実施 3) 情報発信 ①WEB を活用した野菜・果物の旬情報等の発信（月 1 回更新） ②旬の野菜・果物カレンダー、野菜摂取等啓発ポスターの作成・配布（各 100 部） 2. 就学前・小中学生：1) 未就学児及び保護者を対象とした食生活状況調査の実施、リーフレット等作成 2) 小中学生を対象とした出前講座の実施 3. 高校生：1) 食生活等状況調査の実施、2) 出前講座の実施、3) 啓発ポスターの原画作成依頼 4. 壮年期：1) 働き盛り世代対象の野菜摂取等に関するアンケート調査の実施、リーフレット等の作成・配布 5. 高齢期：1) サロン等への出前講座 【講演会の開催】鹿角地域の住民を対象とした講演会の開催（参加者：約 80 名） ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	事業初年度に関係機関へ個別の事業説明と、全体会議で趣旨説明及び意見交換を行ったことで、事業に賛同する関係機関と合意形成を図り、その後の連携した取組につなげられた。	
	結果評価	・尿中ナトリウム比測定による食生活改善の取組について、市町健康づくり事業やイベントを活用して実施し、参加者からも良い評価を受けることができた。また、本事業を通して、これまでも協働で事業を実施してきた保健部門の他、地元生産者や直売所、農林・教育部門等との連携が進み、幅広い層に啓発することができた。 ・鹿角市の脳血管疾患の標準化死亡率は、平成 25 年以降男女ともに低下傾向にあるが、全国と比較して高い状態にあることから、今後も鹿角市と連携した取組を継続していく。	
課 題		尿中ナトリウム比測定の参加者は、市町健康づくり事業の参加者等、元々健康意識が高い人が多かった。地域全体へ健康意識の定着を図るためには、食生活改善の必要性が特に高い方（特定保健指導の対象者等）への働きかけを検討する必要がある。	
その他			

工夫した点	尿中ナトリウム比測定では、住民や市町担当者の意見を踏まえて、アンケート様式等の改善を行った。また、減塩・カリウム摂取だけでなく、低栄養予防や食事バランスにも配慮してアドバイスをを行った。
-------	---

キーワード：尿中ナトリウム・カリウム比 減塩 カリウム摂取 高血圧予防 脳血管疾患の減少

実施主体	秋田県 大館保健所	所在地	秋田県大館市十二所字平内新田 237-1
電話番号	0186-52-3955	F A X 番号	0186-52-3911
担当者	武田 翔子	E - mail	Takeda-shouko@pref.akita.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 6		山形県「減塩・ベジアッププロジェクト事業」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		「健康やまがた安心プラン」（山形県健康増進計画） ・野菜摂取量の平均値（20 歳以上） 285.3g（H28）⇒ 350g（R4） ・食塩摂取量の平均値（20 歳以上） 10.3g（H28）⇒ 8g（R4）	
現状と課題		山形県は1日の食塩の摂取量が全国平均と比べ多く、要介護となる原因第1位の脳卒中やその原因となる高血圧の予防が重要な課題となっている。 また、野菜摂取量を増加させることは、肥満を予防し、生活習慣病の予防に役立つとされているが、県民の野菜摂取量は減少している。 野菜摂取量の平均値（20 歳以上） H22 320.2g ⇒ H28 285.3g （県民健康・栄養調査）	
事業の目的		山形が誇る豊かな食を楽しみながら“オールやまがた”で健康長寿日本一を目指す「減塩・ベジアッププロジェクト」を展開し、健康的な食生活の普及定着を推進する。	
対 象		すべての山形県民	
連携機関		スーパー、産直、日帰り入浴施設、山形県立米沢栄養大学、各市町村（関係部署）	
実施時期		令和2年7月～（10月 強化月間）	
事業内容		（1）「減塩・野菜の日」の制定 毎月19日を「減塩・野菜の日」と定め、食生活を見直す日として、広く県民に周知する。 （2）スーパーマーケット等でのキャンペーンの開催 毎月19日を含む1週間のうち、各店舗で定めた日に、スーパーマーケット等で「減塩・ベジアップキャンペーン」を展開し、キャンペーンコーナーを設置するなどして県民に呼びかける。 （3）地域食育タスクフォースの設置 各保健所が事務局となり、食育に関わる様々な部署と連携し、事例検討や情報交換、効果的な啓発活動等を行う。 （4）学校給食と連携した取組み （5）メディアを活用した周知・啓発 新聞や県政テレビ、地域FMラジオ、県のホームページ、SNS等の活用。 （6）共通ロゴマークの作成・活用 ①野菜を食べようプラス1皿 ②減塩チャレンジあとー(マイナス)3g ※資料添付：有・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・プロジェクトに参加するスーパーの店舗数の増 ・共通ロゴマークを貼付した惣菜等の品数の増	
	結果評価	アウトカム指標「野菜摂取量の平均値（20 歳以上）」「食塩摂取量の平均値（20 歳以上）」については、次回（R3 予定）の県民健康・栄養調査で把握予定。	
課 題		共通ロゴマークを各スーパーで作成するのは負担が大きい。（次年度は共通ロゴマークを県内の多くのスーパーに普及するための取組みを実施予定。）	
その他			

工夫した点	・健康無関心層へも働きがけができるよう、スーパーやSNSを活用し、機運の醸成をはかった。 ・「家族団らんの日」「食育の日」「地産地消ウィーク」など様々な取組みが該当する、毎月19日を「減塩・野菜の日」に設定し、「健康的な食生活」を考え、実践する日とした。
-------	--

キーワード：減塩 野菜摂取 食環境整備

実施主体	山形県 健康づくり推進課	所在地	山形市松波二丁目8-1
電話番号	023-630-2919	FAX番号	023-630-2271
担当者	梅津 昭子	E-mail	umetsush@pref.yamagata.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 7		インスタで「“食と健康” 応援店」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○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		福島県県北地方の「うつくしま健康応援店」新規申請 5 店舗。	
現状と課題		福島県では、メタボリックシンドロームの割合が高いことや食塩摂取量が多いことが健康上の課題として挙げられている。また、平成 30 年度～令和元年度の家計調査によると、世帯当たりの外食への支出は年間約 15 万円となっている。	
事業の目的		本県では、食環境整備事業として、「うつくしま健康応援店」や「ふくしまベジ・ファースト協力店」の認証を行っており、本事業では、これらの既存制度を活かし、その認知度の向上及び登録店舗の増加を通して、県北地域の住民（特に食育等のアプローチが難しい若い世代、働き盛り世代）が健康情報を得る機会を増やすことを目的とする。	
対 象		キャンペーン協力店舗及びその利用者	
連携機関		福島県県北地方振興局、福島県県北農林事務所、福島県県北建設事務所、福島県県北教育事務所	
実施時期		令和 2 年 10 月 1 日～令和 3 年 1 月 31 日	
事業内容		福島県の認証制度であり、県民の健康づくりを応援する「うつくしま健康応援店」「ふくしまベジ・ファースト協力店」及び、県産品の消費を応援する「『がんばろうふくしま!』応援店」の認証を受けている飲食店のうち、対象の店舗 60 店の利用者に、注文した料理や購入した商品と、キャンペーン資材または店名のわかる箸袋等を一緒に撮影してもらう。その写真を「#食と健康応援店」「#（利用したお店の名前）」のハッシュタグをつけてインスタグラムに投稿した利用者の中から、抽選で福島県県北地方の 6 次化商品を送るキャンペーン。 参加店舗の飲食店 60 店にキャンペーン資材（チラシ・三角ポップ・ポスター等）を配布。三角ポップは 4 種類作成し、食塩摂取の目標量や朝食の重要性について、健康情報を表示して待ち時間などに読んでもらえるようにした。 ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・キャンペーン開始後にも管内の飲食店に協力依頼を行い、キャンペーンを実施しながら参加店舗を増やすことができた。併せて、各種認証制度を紹介し、新たに認証申請をしてもらうことができた。	
	結果評価	事業未終了のため今後結果評価をおこなっていく。	
課 題		・ SNS の利用者にキャンペーンを知ってもらうための広報の方法や回数。 ・ 店舗側が SNS やインターネットを好まない場合、参加してもらうことが難しかった。	
その他			

工夫した点	・ インスタグラムを活用することで、コロナ禍でも人が集まらずに事業を行えるようにした。 ・ 店舗での食事だけではなく、テイクアウトも含めるなど、現状に合わせて応募要件を決めた。
-------	---

キーワード：食環境整備、SNS、インスタグラム、地域連携

実施主体	福島県県北保健福祉事務所	所在地	福島県福島市御山町 8 番 30 号
電話番号	024-534-4161	F A X 番号	024-534-4105
担当者	佐久間	E - mail	kenpoku.zoushin@pref.fukushima.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

県北地方の応援店で
食べて健康づくり

福島県産の農林水産物を
応援しよう!!



～県北地方限定～

『“食と健康”応援店』 キャンペーン!

知って 食べて 得する

福島県では、応援店の協力を通して皆様の健康づくりや県産食材の活用に取り組んでいます!!

《応募期間》

令和2年10月1日

令和3年1月31日



応援店とは

- 外食でも健康づくりをサポート「うつくしま健康応援店」



- 食べ方の提案を実践「ベジ・ファースト協力店」

- 福島県産農林水産物を食べて応援「がんばろうふくしま! 応援店」



「がんばろう ふくしま!」
応援店



応援店の参加店舗(店)を利用し、
Instagramに投稿 頂いた方から、
抽選で30名に
県北地方の

6次化商品

(3,000円相当)

をプレゼント

(注) 下記 QR コードで確認できます。



応募方法

Step1 Instagramで @kenpokuhc.kenko
をフォロー

Step2

写真を撮影
(例) 料理+三角 POP
購入品+店名がわかるもの

Step3

#食と健康応援店
#利用したお店の名前
をつけてInstagramに投稿



詳しくは
県北保健福祉事務所の
ホームページを
ご覧ください。



注意

- 応募の際は、必ずホームページの応募要項をご確認ください。
- Instagramのアカウント設定を「公開」にしてご応募ください。
- 当選者の方にはInstagramのメッセージ機能を使って連絡いたします。

主催/福島県(県北地方振興局/県北保健福祉事務所/県北農林事務所/県北建設事務所/県北教育事務所)

お問い合わせ/県北保健福祉事務所 健康増進課 (TEL 024-534-4161)

[受付: 月～金曜日(祝祭日除く) 8:30～17:00]

No. 8		おいしく減塩！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○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		(長期) 令和5年度までに成人1日あたりの塩分摂取量を減少させる。 (短期) ①「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)の広報等取組件数 ②「いばらき ^{おい} 美味しおスタイル指定店」の店舗数	
現状と課題		茨城県民は生活習慣病による死亡率が全国に比べて高く、その要因の一つである塩分摂取量も全国平均より多い。健康長寿日本一を目指すためには、県民の塩分摂取量を減らす取り組みを一層推進する必要がある。	
事業の目的		生活習慣病の予防を推進するため、毎月20日を「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)として定め、減塩啓発活動を行うとともに、県が減塩に取り組んでいる店舗等を指定し、指定店を増やすことにより減塩料理が選択できる食環境を整備していくことで、県民の塩分摂取量を減らす取り組みを推進していくもの。	
対 象		①県民(主に家庭での料理を行う層や高齢者等) ②美味しおスタイル指定店から県民への発信	
連携機関		飲食店、弁当店、宅配やスーパーマーケット等	
実施時期		令和2年11月～	
事業内容		①「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)の制定 毎月20日を「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)として定め、減塩の日に併せて民間企業と連携した減塩イベント等により、減塩メニューレシピの発信や減塩商品の販売促進等を実施する。 ②「いばらき ^{おい} 美味しおスタイル指定店」の指定、拡大 適塩メニューを提供する飲食店やお弁当店などを指定し、県全体に指定店を増やすことで、県民が身近な飲食店等で塩分を控えながら、だし汁や旨味などを上手に活用した美味しい料理が選択できる食環境を整備する。 ※資料添付 : 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	① 5社のスーパーに「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)に協力いただき、県内146店舗で減塩商品の販売促進等の取組を行った。 ②減塩に取り組んでいる店舗等を「いばらき ^{おい} 美味しおスタイル指定店」として112店舗指定した。(令和2年12月末現在)	
	結果評価	今年度は初年度であるため評価不能。今後も取組を広げ、県民の塩分摂取量の減少を目指す。	
課 題		「いばらき ^{おい} 美味しおスタイル」を定着させ、県民運動としていきたい。	
その他		美味しく減塩料理が食べられるお店をPRするため、「美味しお ^{おい} スタイル指定店」の知事試食会を開催した。	

工夫した点	減塩というと、味が薄くて美味しくないというイメージをされる方が多いかと思いますが、減塩は美味しくできるということを広く知っていただくとともに、日頃から減塩を意識していただけるよう、「40 ^{しお} 」を半分に減らした20日を「いばらき ^{おい} 美味しお Day」(減塩の日)として決めました。
-------	---

キーワード：

実施主体	茨城県健康・地域ケア推進課	所在地	茨城県水戸市笠原町978-6
電話番号	029-301-3229	FAX番号	029-301-3318
担当者	高橋・安	E-mail	care3@pref.ibaraki.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 9		避難所における栄養・食生活支援のための資料集作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重要テーマには◎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		○
指標と目標値		被災時に適切かつ円滑な栄養・食生活支援を行うための体制強化を図る。	
現状と課題		当センターが管轄している3市3町のうち、地域防災計画に栄養士による食生活支援活動の文言が記載されている市町は4市町あったが、具体的な活動内容について記述されている市町はなかった。適切かつ円滑に、被災時の食生活支援を行えるよう、体制強化を図る必要があった。	
事業の目的		避難所等で活用できる栄養・食生活支援に関する資料を作成することで、災害時の体制整備の推進を図る。	
対 象		市町栄養士、市町防災担当職員	
連携機関		管内市町健康増進担当課	
実施時期		平成28年度～平成30年度	
事業内容		<平成28年度> - 既存の管内市町栄養士を対象とした会議(以下、管内栄養士会議という。)において、新潟県災害時栄養・食生活支援活動ガイドラインチェックシートを参考に災害時対応における課題の抽出を行った。 <平成29年度～30年度> - 管内栄養士会議を活用し、作成する資料イメージを共有し、作成する具体的項目を検討。優先度の高い事項を抽出し、避難所等で必要な掲示・配布用資料の作成及び炊き出し献立例の検討を行った。 - 資料の作成は、管内栄養士会議参加者全員で役割分担し、各自で作成作業を進め、管内栄養士会議を活用して内容の共有と修正等を行いながら作成した。 - 管内栄養士会議における検討は、平成29年度は5回、平成30年度は2回行った。 - 必要時、各市町担当者が庁内連携し、防災担当課等の意見も聞きながら作成した。 ※添付資料 : 有	
評価	プロセス評価	チェックシートを用いたことで、各自の市町の栄養・食生活支援体制に関する課題を明確化することができた。 また、各自の作業を進めるうえで、庁内の多職種や他課とも連携をすることで、庁内での課題の共有や連携の強化を図ることができた。	
	結果評価	避難所において情報収集のための様式や、栄養相談用資料、食中毒予防、食物アレルギーの誤食防止に関する掲示用資料、炊き出し献立例等、場面に応じて活用できる様式集を作成することができた。	
課題		作成後に令和元年台風19号等により被災し、その際に、追加で必要な資料が把握できたため、引き続き資料内容の改善や体制整備の検討を行っていく。	
その他		資料様式は、使用時の状況に応じて随時修正できるようデータにて配布した。	
工夫した点		作成部分を役割分担することで、多種類の資料を効率よく作成することができた。また、各自の作業を通して、庁内他課と連携をとるきっかけづくりとしても活用できた。	

キーワード：避難所、食生活支援、啓発資料

実施主体	栃木県県南健康福祉センター	所在地	栃木県小山市犬塚3-1-1
電話番号	0285-22-1509	FAX 番号	0285-22-8403
担当者	健康対策課 小島	E-mail	kojimah04@pref.tochigi.lg.jp
HP への連絡先の掲載	可		

[資料集に掲載の様式等(一部抜粋)]

22

資料 4

手をよく洗いましょう

避難所では同じ空間に多くの人が集まって生活しているため、風邪やインフルエンザ等の感染症が広がりやすくなっています。予防には手洗いが基本です。

手を洗うタイミング

- ◆ トイレに行った後
- ◆ 調理をする前
- ◆ 食事の前
- ◆ 外から帰った後 等

1. 時計やアクセサリを外す

2. よく手を濡らし石鹸を付け、泡立てる

3. 手のひら、手の甲

4. 指の間、付け根

5. 忘れがちな親指

6. 指先・爪の間

7. 手首

8. 乾いたタオルなどで拭く

● 洗い終わったら、アルコール消毒液で消毒しましょう
● タオルの共有はやめましょう

ー水が使用できない場合ー

1. ウエットティッシュなどで汚れを拭き取る

2. アルコール消毒液で消毒する

No. 1 O		食育推進研修会【e-ラーニング】		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・食育推進計画に基づき食育を推進している市町村の割合 100% ・保健・医療・福祉分野における管理栄養士・栄養士の育成及び資質の向上 市町村食育推進研修会の開催 2回／年 (内訳：妊産婦・乳幼児1回、高齢者1回)		
現状と課題		第3次群馬県食育推進計画では、生涯にわたる食育を推進し、県民の健康寿命の延伸を目指している。既に全市町村で食育推進計画を策定しているが、計画の推進に当たっては最新情報や学習機会の提供・先進事例の共有等、継続した支援が必要である。		
事業の目的		栄養バランスに配慮した食生活の実践等、県民の生涯にわたる食育を推進するため、行政栄養士や食育推進に携わる者がライフステージに応じた食育の方向性を学び、食生活支援への理解を深めることを目的とする。なお、重点テーマを食育の原点となる妊産婦及び介護予防・フレイル対策も視野に入れた高齢者への食生活支援とする。		
対 象		県・市町村食育推進担当者、食育推進リーダー、食育推進会議構成団体等で食育に従事する者、その他 地域で食育活動を実践している者 等 ※「妊産婦編」「高齢者編」共通		
連携機関		公益社団法人群馬県栄養士会 公衆衛生事業部		
実施時期		令和2年12月～令和3年1月		
事業内容		例年、集合型の研修会を開催しているが、新型コロナウイルス感染症の状況を考慮して、各テーマの講義を県庁動画・放送スタジオ「tsulunus」で事前に収録・編集し、後日WEBによる限定配信〔e-ラーニング〕を行った。 (1) 食育推進研修会「妊産婦編」 ・演 題：妊娠期における栄養・食生活支援について <60分> ・講 師：女子栄養大学 准教授 林 芙美 先生 (2) 食育推進研修会「高齢者編」 ・演 題：地域高齢者等への栄養・食生活支援について <80分> ・講 師：女子栄養大学大学院・女子栄養大学 教授 新開 省二 先生 ※資料添付： 有 ・ 無		
評価	プロセス評価	・申込者数：「妊産婦編」93名、(前年比64%)「高齢者編」104名(前年比254%) ・児童福祉施設や高齢者施設等の管理栄養士の参加、一所属からの複数参加が得られた。 ・e-ラーニング研修は、移動時間の省略や時間を融通できる点で評価が高かった。(研修会後のアンケート調査結果) ・参加者の感染症予防に有効であった。		
	結果評価	・食育推進計画に基づき、食育を推進している市町村の割合 100%(R3.1.1現在) ・研修後アンケートにおいて「今後の業務の参考になった」と回答した人の割合 99%		
課 題		・アンケートの回収率が集合型の研修会より低い(集合：約9割、e-ラーニング：約8割)。 ・申込者が実際に研修を受講したか、完全に把握する方法についての検討が必要である。		
その他				

工夫した点	・コロナ禍における新しい研修会の開催方法として、県庁動画・放送スタジオ「tsulunus」(ツルノス)を活用して収録・編集した講演を配信するe-ラーニングを実施した。 ・申込者に対し事前に資料を送付し、研修における理解を促した。 ・e-ラーニングによる研修を評価するため、受講後のアンケートにて、受講機器の種類、業務上の参考度、今後の希望開催方法等を調査した。 ・県の電子申請システムを活用し、名簿作成、アンケート集計等の事務をデジタル化した。
-------	---

キーワード：e-ラーニング、食育、コロナ禍

実施主体	群馬県	所在地	群馬県前橋市大手町1-1-1
電話番号	027-223-1111(代)	FAX番号	-
担当者	富川・金井	E-mail	shokuiku@pref.gunma.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 1 1		給食施設へのコロナ禍における情報提供について	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		管内の特定給食施設等に対して行う研修会について、コロナ禍の中で集合型研修会を情報提供に変更して実施するにあたり、情報の有効活用を確認するため提供資料の活用状況について調査を行う。 提供資料の活用状況：回答施設の８割が活用	
現状と課題		鴻巣保健所管内には、約３５０の給食施設があり、毎年度、給食施設研修会を開催している。すべての施設が研修会に参加できるわけではないため、対象施設を種類別に分けて開催することもある。多くの施設に必要な情報が適切に提供され、それが有効活用されることが事業としての目的である。	
事業の目的		給食施設が常に最新情報や正しい情報を入手し、給食管理、衛生管理、栄養管理等に活用できるように、また他施設との交流の場の提供をする。	
対 象		管内特定給食施設等に従事する管理栄養士・栄養士、調理師、調理員、施設管理者等	
連携機関		管内特定給食施設、当保健所生活衛生・薬事担当、食品安全課、県内保健所	
実施時期		令和２年６～７月	
事業内容		１ 給食施設研修会の企画検討（令和２年５月） ２ 埼玉県給食施設指導実施要綱に基づく、特定給食施設等栄養管理状況報告書の報告について依頼通知（令和２年６月） ３ 令和２年度給食施設研修会を情報提供に変更し、アンケートを同封して通知（令和２年７月） ４ 食品安全課主催のリスクコミュニケーション研修会に協力し、管内施設への通知・参加（令和２年１０月） ５ 給食施設への情報提供アンケート集計（令和２年１２月） ※資料添付：有・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	通知発送数 ①栄養管理状況報告書の報告依頼：３５３施設 ②給食施設研修会（情報提供）：３５１施設 新型コロナ感染症拡大のため、保健所研修会の内容を集合研修から情報提供に変更	
	結果評価	アンケート結果 情報提供した資料を活用すると回答した施設：９７％ 活用方法 ①資料を印刷配付：２７．６％、②資料を回覧：７１．６％、③施設内掲示６１．９％	
課 題		給食施設からの意見では、職員配置やオンラインの環境が整っていないことなど、研修会に参加しにくい状況にある一方で、オンライン等の研修も参加が難しい施設も多いことが明確になった。研修内容とともに開催方法等、今後の企画を検討しなければならない。	
その他		それぞれの施設の状況により、研修を受ける機会に差があるため、保健所として地域の食環境整備を通じた支援方法を時代とともに変えていくことが重要であると改めて感じた。	

工夫した点	通知方法の異なる施設に対して、それぞれに対応する情報提供を行った。
-------	-----------------------------------

キーワード：情報共有 他機関連携

実施主体	埼玉県鴻巣保健所	所在地	埼玉県鴻巣市東４－５－１０
電話番号	０４８－５４１－０２４９	FAX番号	０４８－５４１－５０２０
担当者	山本・三大寺	E-mail	m426461@pref.saitama.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 1 2		非常時の栄養・食生活支援活動に関する ～印旛都市保健指導者研究会栄養士部会における取組み～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・保健所及び管内市町の保健担当管理栄養士及び栄養士が、自然災害時などの非常時に適切な栄養・食生活支援活動のための行動選択ができる。 ・各組織の災害等発生時の体制において栄養・食生活支援の位置づけや活動内容が明確になっている。 ・関係組織(自治体や団体等)の情報を共有し、相互理解と相互支援(協働)をめざす。	
現状と課題		当県では、千葉県地域防災計画の下、災害時保健活動ガイドラインの作成や、保健と防災両担当者を対象とした研修会を開催するなど、災害発生時の対応を効果的に行うための体制づくりに努めている。また、各市町でも、地域防災計画を作成して、災害等発生時の体制整備を行っているところである。しかしながら、計画等は各組織が各々独立して作成しており、実施に向けた実働検討が十分とは言えない。また、栄養・食生活支援が明文化されていなかったり、抽象的な内容も見受けられる。さらに、組織内でも十分な情報共有がなく、令和元年9月の風水害の際には物資の共有支援(要請)に混乱も見られた。	
事業の目的		自然災害等非常時の住民に対する栄養・食生活支援を円滑に行うことができる人材の育成と体制の確保	
対 象		管内市町及び保健所の保健担当管理栄養士・栄養士	
連携機関		印旛都市保健指導者研究会(栄養士部会)	
実施時期		平成 31 年度(令和元年度)～	
事業内容		(1) 令和元年6月10日 講演/演習「災害時の食(事)支援について」 事業検討「災害時の食支援のあり方について」 演習により、支援内容を検討するための被災地区の観察評価視点(避難所を含)を学んだ。また、各地方自治体の地方防災計画(案を含む)の概要や体制等の情報を共有した。 (2) 令和元年12月9日 事業検討「災害を見据えた母子保健事業」 同年9～10月に発生した台風及び風水害の被災状況及び住民対応の実務並びに保健事業の実施について情報共有と意見交換を行った。事業において強化すべき普及啓発内容が検討された。 (3) 令和2年8月24日 情報交換「災害時の食事支援等について」 演習「災害時の食事支援を考える～避難所運営を想定して～」 HUG(静岡県製)を用いた演習を行い、総合的な視点で避難所運営を考える機会とした。演習後の意見発表に対しては、多職種からの講評・意見を得て、改めて支援のあり方を再考した。 ※資料添付 : 有 ・ (無)	
評価	プロセス評価	・それぞれの組織の地域防災計画の内容を理解し、各々が現在の位置づけと役割を確認した。 ・シミュレーションや他機関の情報及び状況共有により、各々が各組織における備えを再検討、一部実行することができた。 ・今後、当該研究会において、災害等非常時対応に関する情報共有を定例開催することにした。	
	結果評価	・それぞれの組織において地方防災計画等に災害等非常時の栄養・食生活支援活動を可能にするための支援内容等の明文化等が検討されている。 ・他者の災害時支援内容を共有したことにより、各々の備蓄計画等を再検討した市町があった。	
課 題		各地方自治体の非常災害時の体制に、栄養・食生活支援活動をその自治体の任務として位置づけるには、防災担当などの多職種多部署の理解が必須である。また、それぞれの地方自治体の協働を可能にするための組織間の相互理解も必要である。研究会における活動の他、多方面への働きかけを要する。	
その他			

工夫した点	災害発生時等非常時体制を一律に整備することをめざすのではなく、まず、それぞれが自分の組織を理解し、次に、他の組織の情報を得て、更に、持ち帰って各自が自分の組織の備えを考えられるように栄養士部会役員で意見を出し合い企画検討・進行了。
-------	---

キーワード：栄養・食生活支援 体制整備

実施主体	千葉県印旛保健所 (印旛健康福祉センター)	所在地	千葉県佐倉市鍋木仲田町 8-1
電話番号	043-483-1134	FAX番号	043-486-2777
担当者	浪川詔子	E-mail	n.nmkw@pref.chiba.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 13		在宅医療栄養ケア推進事業 ～嚥下調整食一覧の作成～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		【指標】嚥下調整食一覧の掲載施設割合 【目標値】掲載施設 100%	
現状と課題		各病院、施設における嚥下調整が必要な食事の形態は、それぞれの施設の基準で取り扱われているのが現状である。各施設、地域間での食形態の情報共有及び連携を図ることが課題となっている。	
事業の目的		施設及び地域、そして多職種と連携を進めていくうえで、関係者が共通の媒体を活用し、対象者に安全な食形態の提供を実現し、さらに QOL の向上及び健康増進を図ることを目的に、各施設における食事形態について、「嚥下調整食学会分類 2013」に基づく各施設共通した「嚥下調整食一覧」を作成し地域で活用していく。	
対 象		上越地域の病院、老人福祉施設等（主に入所系の施設） 127 施設	
連携機関		上越地域在宅医療推進センター、中越 NST	
実施時期		2019 年、2020 年度	
事業内容		【2019 年度】 病院、老人福祉施設を対象に各施設の食事形態調査を行い、「嚥下調整食学会分類 2013」を踏まえた嚥下調整食一覧表を作成し、公表することを目的に実施。 対象施設 127 施設に依頼し、87 施設から回答を得た（掲載施設割合 68.5%）。初回に限り印刷製本し、回答した施設へ結果返却した。また後日、一覧表の活用状況についてアンケート調査を行い、好事例等について研修会を通じて共有した。 地域で広く活用してもらうことを目的として、新潟県栄養士会及び在宅医療に関連する機関の HP に一覧表を掲載し、活用について周知した。 【2020 年度】 2019 年に調査した対象施設を対象に、内容修正、新規掲載を依頼した。10 施設から新規掲載希望があった（掲載施設割合 76.4%）。修正後は、一覧表を新潟県栄養士会 HP 及び関連機関 HP に掲載し、内容を更新した。 ※資料添付： 有 ・ 無 参考：新潟県栄養士会 HP 掲載 「嚥下調整食一覧 施設別ブック」 http://eiyou-niigata.jp/pdf/joetsu_enge_chosei_2020.pdf 	
評価	プロセス評価	継続した事業となるように、支部活動に位置づけた。予算等がなくてもできるよう、システムを組んだ。	
	結果評価	掲載施設割合は、昨年度と比較すると増加した。	
課 題		参加施設数の増加。活用状況を同職種間で共有。多職種への周知、活用促進。	
その他		当部（上越保健所）は、栄養士会支部活動の後方支援として、事業の企画立案、組み立て、実施、進捗管理等の全般についてコーディネートした。	

工夫した点	これまで地域で統一した嚥下調整食一覧はなく、初めて作成した。作成後は、共通媒体として積極的に活用していくために、活用状況を調査し栄養士研修会で好事例を共有した。また、栄養士会支部活動に位置づけ、作成等を通じて同職種間での顔の見える関係づくり、連携体制の構築を心がけた。
-------	--

キーワード：共通した嚥下調整食一覧の作成、同職種・多職種連携、活用好事例の共有

実施主体	新潟県栄養士会上越支部	所在地	新潟県上越市春日山 3-8-34
電話番号	025-524-6132 （新潟県上越地域振興局健康福祉環境部（上越保健所））	F A X 番号	025-524-6998
担当者	星野詩子	E - mail	hoshino.utako@pref.niigata.lg.jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 1 4		新川圏域における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○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		在宅要介護高齢者の栄養状態・オーラルフレイルの現状を明らかにし、得られた結果から課題の整理を行うとともに、在宅サービス機関と歯科関係者等の円滑な連携を図るための施策を検討する。	
現状と課題		管内の4市町の高齢化率は34.8%（令和元年10月1日現在推計）で市町別死因順位別死亡者数・死亡率で肺炎は第5位、誤嚥性肺炎は第7位（平成30年人口動態統計）である。 平成28年度から、病院と施設の栄養管理連携の整備に取り組んでいる。今後、在宅高齢者を含めた栄養管理連携体制へ取組みを展開するにあたり、在宅高齢者の実態把握から課題を明確化し、対策を検討していく必要がある。	
事業の目的		誤嚥性肺炎や栄養状態低下を防止するため、病院・施設・在宅で療養する高齢者の嚥下機能や嚥下調整食に関する情報を相互に把握し、切れ目のない栄養管理連携体制を整備する。	
対 象		在宅高齢者の実態調査： 圏域の65歳以上の在宅要介護高齢者（要支援認定除く）で在宅サービス利用者	
連携機関		管内35か所の病院・高齢者施設、郡市歯科医師会、居宅介護支援事業者協議会、訪問看護ステーション、厚生センター	
実施時期		事業：平成28年度～現在に至る〔調査期間〕令和元年10月1日～10月25日	
事業内容		【令和元年度～令和2年度】 ・栄養管理体制整備事業WG（1回/年） ・連携ツールの作成・更新（1回/年） ・研修会等の開催（1～2回/年） ・食形態調査・連携ツール活用状況調査（1回/年） ・在宅高齢者の実態調査（元年度） ・オーラルフレイル予防のリーフレット作成・配布（2年度） ※資料添付： 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・調査対象者数：281/282名（99.6%） ・有効回答率：275/281名（97.9%） ・リーフレット等の配布機関数：112施設	
	結果評価	在宅要介護高齢者の64.8%が栄養状態に問題を抱え、79.6%が口腔機能に問題を抱えていた。1年に1回以上歯科受診をしている者は23.6%で、栄養状態と有意な関連（ $p<0.05$ ）があった。高齢者の歯科・口腔リテラシーを高めることと、専門職が適切適時に介入できる連携体制の構築が必要である。	
課 題		高齢者に対しては、低栄養・口腔機能低下予防の啓蒙によりその重要性を認識してもらうこと、歯科栄養連携では、在宅サービス機関と歯科診療所や歯科医師と各種専門職との連携体制の構築が必要である。在宅要介護高齢者の栄養状態・口腔機能状態をアセスメントできる人材育成なども必要である。	
その他			

工夫した点	調査結果を、調査協力者の対象者や居宅介護支援専門員だけでなく、圏域の医療、介護、保健福祉等の様々な機関と情報共有した。
-------	---

キーワード：在宅高齢者 栄養状態 オーラルフレイル 食支援 歯科栄養連携 多職種連携

実施主体	富山県新川厚生センター保健 予防課地域保健班	所在地	富山県黒部市堀切新343
電話番号	0765-52-2467	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. 1 5		管内給食施設における減塩推進のための取り組み	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		提供する給食の食塩相当量が給与栄養目標量内にある給食施設の増加。給与栄養目標量については、日本人の食事摂取基準 2020 年版、学校給食摂取基準を目安とする。	
現状と課題		日本人の食事摂取基準 2020 年版では、若いうちからの生活習慣病予防を推進するため、ナトリウム（食塩相当量）について、2015 年度版から成人の目標量が 0.5g/日引き下げられた。また、学校においては日本人の食事摂取基準を踏まえて学校給食摂取基準が定められている。しかし、給食施設の巡回指導において、提供される給食の食塩相当量が基準を超えている施設が少なくない現状にある。	
事業の目的		生活習慣病予防のために必要な減塩の重要性を周知し、理解を得ることで、給食施設で提供される給食の食塩相当量が適切なものになるよう支援する。	
対 象		管内給食施設に従事する調理従事者	
連携機関		管内給食施設	
実施時期		令和 2 年 1 2 月～	
事業内容		管内給食施設調理従事者研修会の開催 ・減塩に関する講義 ・塩分チェックシート、塩味の味覚チェック体験 ・調理従事者へのアンケート ※資料添付 : 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	研修会参加者が減塩の必要性について学び、さらに味覚チェック等により自身の味覚を省みる機会となったことで、減塩への意識を向上させることができた。給食の塩分濃度を評価する客観的指標として、塩分濃度計を紹介したところ、塩分濃度計を持っていない施設の方全員が「使ってみたい」と回答された。	
	結果評価	今後、塩分濃度計の貸し出し及び給食施設指導時等に活用することにより、評価する予定である。	
課 題		・おいしく減塩を実現するための調理の工夫等の具体的な支援・助言を行うこと。 ・給食施設の管理者や調理従事者に減塩の重要性を理解してもらい、意識化を図る。 ・給食施設の方が利用者への健康教育の一環として、利用者及び家族の方にも減塩の重要性を啓発していくこと。	
その他			

工夫した点	栄養士だけでなく、調理師等調理従事者の意識を高めるため、塩分チェックシートと食塩含浸ろ紙を用い、自身の塩分摂取量等について振り返るきっかけを作った。また、食品衛生の講義と 2 本立てで研修会を企画し、参加率の向上を図った。
-------	---

キーワード：給食施設指導、減塩

実施主体	石川県石川中央保健福祉センタ ー	所在地	石川県白山市馬場 2 丁目 7 番地
電話番号	076-275-2252	F A X 番号	076-275-2257
担当者	岡 春菜	E - mail	e150903@pref.ishikawa.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 1 6		栄養士現任教育（母子保健事業における動画媒体の作成支援）		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		指標) 平成 25 年 3 月 29 日付け健が発第 0329 第 4 号厚生労働省健康局がん対策・健康増進課長通知 「地域における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指針について」 目標) 行政栄養士が離乳食における「だし」の重要性について正しい理解のもと、栄養指導ができる		
現状と課題		管内行政管理栄養士は新任期・中堅期のみで、経験年数の少なさや各町 1 人配置の為、専門分野の業務に対する不安が多いことから、定期的に業務検討会を開催している。今年はコロナ禍における町の母子保健事業（離乳食教室）の実施状況について情報共有を行ったところ、「会場に集められる人数が限られている」「感染症の関係で実習ができない」「実習できないので説明資料作成に工夫が必要」などの課題が上がった。加えて離乳食教室で提供及び説明する「だし」について取り上げ方や内容がバラバラで、指導方法に行き詰まっているとの意見があった。		
事業の目的		共通で使える指導媒体を検討していく中で、行政管理栄養士が離乳食における「だし」の重要性について正しく理解し、各町の母子保健事業（離乳食教室）で活用できるような動画を作成する。動画媒体を使用することで効果的な栄養指導の実施につなげる。		
対 象		管内の町行政管理栄養士		
連携機関		対象と同じ		
実施時期		令和 2 年 8 月～令和 3 年 2 月（予定）		
事業内容		1. テーマの決定と役割分担 テーマ：離乳初期から使えるだしの取り方と保存方法 役割分担：動画の構成を考える企画班 動画作成の技術的な事について調べるアプリ班 2. 班ごとに作業をすすめる 【企画班】作成する動画の構成について原案作成 【アプリ班】動画作成に使えるようなアプリをいくつか選び、デモ動画を作成 3. 班ごとにすすめた内容を共有し、修正する 4. 動画撮影を行い、アプリで編集する 5. 動画の QR コードを作成し、各町の指導資料に QR コードを掲載する ※資料添付 ： 有 ・ 無		
評価	プロセス評価	動画の内容を検討する際に各行政栄養士が離乳食教室でどのような事をポイントに指導をしているのか確認しあうことができ、新任期管理栄養士にとって事業組み立ての参考となった。役割分担したことで各自が責任をもって動画作成に取り組むことができ、自信に繋がった。		
	結果評価	離乳食における「だし」の重要性について正しく理解し、共通認識をもつことができた。また様々な指導媒体の在り方と活用法について実践で学ぶことができた。動画の作成は終了し、今後は各町の教室で活用していく中で必要があれば修正を行っていく。		
課 題		作成した動画を活用し、効果的な指導につなげられているかをどう評価すれば良いか。		
その他		既存の動画はいろいろあるが、公的な事業でオープンに使うためには自分たちで作る方が良い教室全体ではなく、調理実習が出来ない場合に実習のコツを動画として見せられるような内容とする		
工夫した点		忙しいママ達が見られるような時間設定で動画を作成した 作成した動画の QR コードを各町の離乳食教室資料に掲載し、いつでも見られるようにした		

キーワード：離乳食動画 母子保健事業 人材育成 市町村支援

実施主体	山梨県峡南保健所	所在地	山梨県南巨摩郡富士川町鯉沢 771-2
電話番号	0556-22-8155	F A X 番号	0556-22-8147
担当者	山下ますみ	E - mail	watanabe-agtw@pref.yamanashi.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 17		給食施設における非常用備蓄状況の把握調査及び情報共有	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		○県健康増進計画及び県食育推進計画における指標と目標値 利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価改善を実施している施設の割合 80% (2023 年) ○事業における指標と目標値 管内給食施設のうち非常時に適切な栄養管理を継続できる体制を整備している施設の割合 100%	
現状と課題		○管内の給食施設の現状 (栄養管理報告書による報告事項及び新たに実施した調査により把握) ・ 3 日分以上の非常用備蓄を整備していない給食施設が全体の約 2 割。 ・ 非常時に自施設のみで対応できない可能性がある」と認識している入院・入所施設が全体の約 7 割。 ○課題 管内給食施設 (入院・入所) が非常時に適切な栄養管理を継続できる体制整備	
事業の目的		給食施設における非常用備蓄の整備と充実を促すとともに、自施設のみでは対応できない突発的な事態に施設間で相互支援を行う体制を整備する。	
対 象		管内給食施設のうち入院・入所施設 (病院、高齢者福祉施設、社会福祉施設等) 93 施設	
連携機関		松本広域給食協議会	
実施時期		令和 2 年度	
事業内容		○給食施設における非常用備蓄状況調査 (5 月～10 月) 各施設に「非常用備蓄状況調査票」を郵送して下記事項を把握。期限までに回答がない施設には電話確認対象の全施設の状況を把握する。 ①備蓄品と量 (常食や嚥下困難対応等の主食・副食、濃厚流動食、水、デイスボ食器、熱源等) ②各施設の備蓄状況に対する認識 (備蓄量に対する不安の有無等) ○施設間の情報共有に係る意向調査 (10 月～11 月) 非常時に相互支援を行うことを目的に施設間で情報共有 (同意が得られた施設に限定して備蓄状況の一覧表を作成して配布) することを各施設に提案し、提案に対する全施設の意向を調査。回答がない施設には電話確認対象の全施設の意向を確認する。 ○「施設間相互支援のための非常用備蓄状況一覧表」の作成・配布 (翌年 1 月) 同意が得られた施設に限り「施設間相互支援のための非常用備蓄状況一覧表」を作成し配布。 (掲載情報は年度ごとに変更の有無を照会し更新する) ※資料添付 : 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・ 「非常用備蓄状況調査」の回答施設数 : 目標 93 施設 実績 93 施設 ・ 「施設間の情報共有に係る意向調査」の回答施設数 : 目標 93 施設 実績 93 施設 ・ 施設間の情報共有に同意する施設の数 目標 : 66 施設 (対象施設のうち 7 割※) 実績 : 84 施設 ※自施設のみで対応できない可能性がある」と認識している施設が 7 割のため	
	結果評価	・ 3 日分以上の非常用備蓄を整備 (または充実) させた施設の増加 (R3 栄養管理報告書で把握) ・ 相互支援体制 (施設間の情報共有) に参加する施設の増加 (R3 の一覧表更新時に把握)	
課 題		非常時の給食施設支援 (状況把握と支援) が保健所の緊急事態対応業務に位置づいていないため担当職員不在時等には支援ができない可能性がある。	
その他			

工夫した点	新型コロナウイルス感染症拡大による影響で給食施設に対する研修会や巡回等が実施できない中、郵送による実態把握や一覧表配布による施設間の情報共有を推進し、災害時の特定給食施設等に対する支援体制整備の初動とした。
-------	---

キーワード : 災害時の体制整備、危機管理対策、給食施設、特定給食施設指導

実施主体	長野県松本保健福祉事務所 健康づくり支援課	所在地	長野県松本市島立 1020
電話番号	0263-40-1938	F A X 番号	0263-47-9293
担当者	牧野光沙	E - mail	matsuho-kenko@pref. nagano. lg. jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 1 8		加工食品の試買による栄養成分の量及び熱量の分析	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		本社又は製造所が県内に所在する食品関連事業者（製造者、販売者等）が製造者又は販売者として表示されている加工食品、21 検体の分析及び指導	
現状と課題		食品表示法により加工食品の栄養成分表示が義務化されたところであり、表示値に関しては許容差の範囲にある一定の値、合理的な推定により得られた値などを表示することとなった。しかし、食品関連事業者によっては食品の品質管理や制度の理解が十分でない事業者もいる。	
事業の目的		食品表示法（保健事項）への理解と適正表示の定着を図るため試買調査を実施し、県内食品関連事業者に対して表示の現状を把握し必要な指導を行う。 保健所管理栄養士業務として、県食品表示法事務処理要領及び県健康増進法事務処理要領を定め、相談を介した指導に加え、積極的な市場調査、試買、検査、事業者指導を行う。	
対 象		一般消費者向け飲食物品が販売されている店舗で販売されている、食品表示基準第 3 条第 1 項に規定された栄養成分（熱量、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量）が表示された加工食品 21 検体	
連携機関		食品分析機関	
実施時期		令和 2 年 7 月から令和 2 年 1 2 月まで	
事業内容		①県庁主管課にて食品分析機関と委託契約締結、納入調整 ②各保健所にて試買候補食品を報告 ③県庁主管課と食品分析機関にて試買候補追加定量確認、検体決定 ④保健所から食品分析機関へ検体搬入 ⑤食品分析機関にて検査、県庁主管課及び保健所へ検査結果報告 ⑥許容差の範囲を逸脱した食品について保健所が食品関連事業者を調査及び指導 ⑦保健所から県庁主管課へ結果報告 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	許容差の範囲を逸脱した食品：13/21 検体（62%） 許容差の範囲を逸脱した栄養素：エネルギー 2 検体、たんぱく質 1 検体、脂質 4 検体、炭水化物 3 検体、ナトリウム 8 検体	
	結果評価	適切な表示をする食品関連事業者の増加、適正表示食品の増加	
課 題		食品表示基準施行により推定値表示を行う食品が多くなり、検査対象食品を選出することが困難となってきた。また、許容差の範囲を逸脱した食品の食品関連事業者は流通が比較的小規模な事業者が多いこと、それらの事業者の多くは精度管理が十分ではなく合理的な推定により得られた値の表示値となる。結果的に推定値表示食品が増加していく。	
その他		含有量の確認は試買調査でしかできないため、今後も継続して調査を実施していく。併せて、食品衛生責任者講習会等を通じ適正表示について啓発していく。県民に対し、表示を活用した健康づくりを啓発していく。	

工夫した点	全国に先駆けて平成 27 年度から実施している。保健所は新型コロナウイルス感染症対応事務で業務量増加しているが、試買候補食品の報告を 2 期にわけ、確実に 21 検体実施できる体制とした。
-------	--

キーワード：栄養成分表示 試買調査 分析

実施主体	岐阜県（西濃保健所）	所在地	岐阜県大垣市江崎町 422-3
電話番号	0584-73-1111	F A X 番号	0584-74-9334
担当者	三宅 志保	E - mail	c22703@pref.gifu.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可		

No. 19		高齢者に対する食支援体制整備の取組 高齢者の低栄養予防に向けた、途切れない食支援の推進	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	◎
指標と目標値		第3次ふじのくに健康増進計画指標：低栄養傾向（BMI20以下）の割合の増加の抑制（65歳以上） 現状値 18.6%（2016年度）、目標値 21%（2022年度） 各給食施設で嚥下調整食の各段階を理解し、自施設の嚥下調整食の取組を振り返る。 他施設や他組織の取組を理解し、地域で連携して途切れない食支援を行う。	
現状と課題		静岡県の65歳以上の低栄養傾向の割合は全国より高く、管内で3万人近くいると推定される。 病院や高齢者施設での嚥下調整食は呼び名が同じでも施設により学会分類コードが異なる等、各施設で様々な食事が提供されており、施設間で情報を共有し、途切れない食支援ができるよう体制整備する必要がある。また、在宅高齢者の食について、食事内容に偏りがある、食事摂取量が少ない、食事形態が合っていない等の課題があり対策が必要である。（平成29・30年度の研修会や実態調査から）	
事業の目的		低栄養予防に向けて摂食・嚥下機能の低下した高齢者に対して、医療・介護・地域において途切れない食支援ができるような体制を整備する。	
対 象		管内給食施設(病院、老健、老人)：管理栄養士・歯科衛生士他、地域包括支援センター：看護師・主任ケアマネ他、7市町(高齢福祉担当課、健康増進担当課)：栄養士、保健師、事務	
連携機関		管内給食施設、地域包括支援センター、管内市町、静岡県給食協会（磐田、掛川、浜名）支部、静岡県栄養士会	
実施時期		平成29年度～ 研修会の開催、実態調査 令和元年度～ 高齢者の食支援に係る地区ワーキング実施	
事業内容		平成29.30年度 地域包括ケア体制構築促進研修会 講師：地域栄養ケア PEACH 厚木 代表 江頭文江氏 平成30年度 摂食・嚥下機能の低下した高齢者等への食支援に関する調査 令和元年度 高齢者の食支援に係る地区ワーキング（掛川、磐田、湖西）各地区3回 テーマ：食形態マップの検討・作成（3地区）、高齢者向け低栄養予防啓発資料の作成（掛川） 食べることが難しくなった高齢者の食支援のためのQA集の作成（磐田） 令和2年度 作成した食支援ツールの活用・周知 高齢者の食支援に係る地区ワーキング（掛川、磐田、湖西）各地区1回 ホームページへの掲載。今後研修会開催予定（2月）。 当所HP http://www.pref.shizuoka.jp/kousei/ko-770/kenzou/koureisha-shokushien.html ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	地区ワーキング参加率：施設 73% 地域包括支援センター 47.8%、市町 100% 地区ワーキング参加者アンケートの結果：期待していたことができた 85.5%（R1）。他の組織の取組を知ることができた 63.2%、ややできた 36.8%（R2）。 地域で途切れない食支援の推進のための3種類の食支援ツールを完成させた。	
	結果評価	ワーキング掛川内で嚥下調整食の段階等を修正した施設は主食で93%、主食以外で80%（食形態マップ掲載15施設中）あり、各施設で嚥下調整食学会分類のコードに沿った食事が提供される体制が整った。 地域で連携の動きがでた：包括職員が行政や地域管理栄養士と相談。市内5包括での自主的な取組により地域高齢者の食支援の充実。市と病院と施設における食の情報提供に向けた連絡会の開催。など	
課 題		地区ワーキング未参加施設や組織へツールの周知と活用。未掲載施設や修正など食形態マップの更新。	
その他		高齢者に対する食支援体制整備の取組として、各市町の地域包括ケアにおける栄養・食生活支援体制の現状を把握するための市町ヒアリング、配食サービス情報交換会、食支援検討会などを併せて実施。	

工夫した点	研修会において多職種へ食支援の理解を深め、意識が高まったところでワーキングに取り組んだ。 給食施設実態調査に併せて食形態マップ関係の調査を段階的に行うことによりスムーズに検討できた。 食形態マップには作り方等も記載した。県栄養士会や給食協会にも協力を依頼した。
-------	--

キーワード：高齢者の食支援、食支援ツール、多職種連携

実施主体	静岡県西部健康福祉センター	所在地	静岡県掛川市金城 93
電話番号	0537-22-3263	F A X 番号	0537-22-9217
担当者	掛川支所 辻井 博美	E - mail	kfkakegawa@pref.shizuoka.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

高齢者に対する食支援体制整備の取組

～高齢者の低栄養予防に向けた、途切れない食支援の推進～
静岡県西部健康福祉センター

「高齢者の食支援に係る地区ワーキング」において、地域高齢者の低栄養を予防し、
元気に過ごすことができますよう話し合い、3種類の食支援ルーツを作成しました。

食支援ツール

- ①西部地域食形態マップ
- ②食べることが難しくなった高齢者の食支援のためのQA集
- ③高齢者向け低栄養予防リーフレット「元気に過ごすためのヒント」



②高齢者の食支援のためのQA集

地域で高齢者支援を行う
関係者がすぐに使えるよう
QA形式で実践的な12例を載し！

～低栄養予防のために手軽に食べられる食品、たんぱく質やエネルギーをアップさせる食事の工夫、高齢者の食事についての相談窓口などを紹介～



①西部地域食形態マップ

病院や福祉施設への転院・転所等においてスムーズな食事提供が
されるよう、施設間で連携し活用できるツールとして作成！

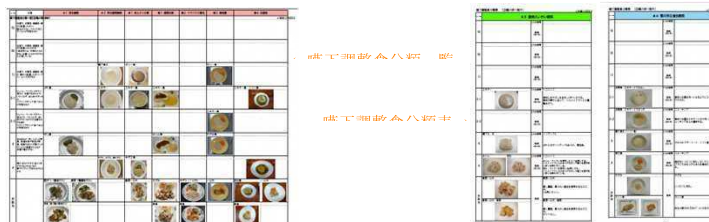
静岡県西部健康福祉センター

「西部地域食形態マップ」は、西部地域の高齢者の食生活に関する情報を集約し、

「西部地域食形態マップ」は、西部地域の高齢者の食生活に関する情報を集約し、

「西部地域食形態マップ」は、西部地域の高齢者の食生活に関する情報を集約し、

「西部地域食形態マップ」は、西部地域の高齢者の食生活に関する情報を集約し、



③高齢者向け低栄養予防リーフレット「元気に過ごすためのヒント」

高齢者自身が意識して元気で
健康な生活を送るためのヒント
を掲載！

低栄養予防のために、

「体重の変化（今日→3か月後→6か月後）」、「今日のおかずの点数」を
確認できるチェック表も掲載。
冷蔵庫など普段から見えない場所に
貼って活用いただきたいリーフレット。



No. 2 O		高齢者の食の情報を共有できる体制づくり ー連携ツール「KOFI(コフィ)食事まるわかり表」の作成ー	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		低栄養傾向高齢者の割合の増加の抑制 (BMI20 以下)	
現状と課題		地域包括ケアシステムが推進されている中、食生活の面では低栄養予防など良好な栄養状態を維持できる体制が必要となる。また、高齢者が適切な栄養管理をされた食事を摂取するためには、食の情報を医療機関・施設・在宅に携わる関係職種間で適切に伝える体制が必要であるが、整えられていなかった。そのため、江南保健所管内栄養士会では、平成 25 年頃から食形態表(各施設で提供している食形態等の情報が確認できるもの)の作成に取組み、施設間の情報共有ツールとして活用してきたが、協力は会員の一部施設に留まっていた。	
事業の目的		医療機関、施設、在宅で過ごす高齢者が、入院、退院、施設入所及び在宅に戻る際に、各施設間の関係職種が「食形態表連携ツール」を用いることで、適切な食事を提供することができ、良好な栄養状態を維持できる。	
対 象		江南保健所管内の病院、高齢者施設、配食事業者に従事する管理栄養士・栄養士等	
連携機関		管内栄養士会、給食施設（病院、介護老人保健施設、老人福祉施設）、配食事業者、市町、企業等	
実施時期		令和元年 8 月から令和 2 年 3 月	
事業内容		1 アンケート調査 2 研修会の開催 管理栄養士・栄養士を対象に講演、情報提供、情報交換を実施 3 食形態等連携ツールの作成 ・検討会の開催（管内栄養士会員と協力） 食形態表・水分とろみ・経管栄養剤一覧表の様式、各施設への働きかけ、各施設の食形態表等の内容確認と調整、冊子作成、活用方法 等 ・対象施設への内容確認と調整（言語聴覚士及び企業管理栄養士の協力） ・食形態等連携ツール（冊子）の発行 管内施設の食形態、水分とろみ、経管栄養剤の情報を掲載した冊子「KOFI(コフィ)*食事まるわかり表」を発行。A4 版カラー写真入 57 頁仕立ての冊子にし、印刷及びホームページへ掲載 ※KOFI…管内 5 市町の頭文字(K(江南市) O(大口町) F(扶桑町) I(犬山市と岩倉市) ○資料添付 : 有 ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	・アンケート調査では、利用者が他施設から移ってくる際に約 7 割で食事内容の把握に困っている等の現状把握ができた。 ・研修会では、口腔の状態に合わせた食形態の大切さと取組みについて理解をしてもらうとともに、管内管理栄養士・栄養士が情報交換をする機会を設けることができた。 ・食形態表等連携ツールの作成では、40 施設（80%）から協力が得られた。 ・取組みを通して、各施設が自施設の食事内容の整理をすることができた。	
	結果評価	・協力施設数は、前回(平成 27 年頃)の 16 施設から 40 施設に増加した。また、管内栄養士会員以外の 13 施設からの協力も得られた。 ・ホームページへの掲載により 1,225(令和 2 年 12 月末時点)のアクセスがあり、冊子の印刷部数が少ない中で多くの関係者と共有できる環境を作ることができた。 ・他施設からの受入れの際に、適切な食形態の選択に役立ったとの声が多く寄せられた。	
課 題		冊子の活用状況を把握する必要がある。また、管外施設からの移動(者)にも対応できるよう管外地域の状況も把握したい。	
その他		愛知県江南保健所ホームページに「KOFI 食事まるわかり表」を掲載 https://www.pref.aichi.jp/soshiki/konan-hc/kofi202003.html	
工夫した点		・管内栄養士会等と協働で行った。 ・地域における医療機関・施設・在宅に携わる関係職種が食の情報を確認することができるようにホームページへ公開した。	

キーワード：管内栄養士会、食形態、連携ツール

実施主体 電話番号 担当者 HP への連絡先の掲載	愛知県江南保健所 0587-56-2157 飯田 ☒ 可 ・ ☐ 不可	所在地 F A X 番号 E - mail	愛知県江南市布袋下山町西 80 0587-54-5422
------------------------------------	---	-----------------------------	---------------------------------

No. 2 1		健康推進員リーダー研修会	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		健康いきいき 21-健康しが推進プラン-(第2次) 野菜の平均摂取量の増加 350g 食塩摂取量の減少(成人1日あたり平均) 8g	
現状と課題		滋賀県民の平均寿命は他府県に比べると長寿である。しかし、健康寿命との差は依然としてあり、その差の縮小が健康いきいき 21において目標となっているが、その要因となりうる県民の食塩摂取量・野菜摂取量について目標を達成できていない。 地域では住民に近い存在として健康推進員が活動を行っているが、市町ごとに活動を行っているため他市町の活動状況を知る機会がない。	
事業の目的		地域の健康づくり実践リーダーである健康推進員が他市町の活動を知り、実践活動に結び付けることで地域活動がより活性化され、「健康いきいき 21-健康しが推進プラン」の目標達成に向けた住民の健康づくり実践活動を継続して実施できる。	
対 象		彦根保健所管内(1市4町)健康推進員	
連携機関		—	
実施時期		例年 年度末	
事業内容		【方法】 ① 各市町健康推進員による、今年度の活動報告 ② グループワークにて意見交換 (テーマ:活動発表についての感想、今後の活動に向けて。他の市町の活動の良かった点、工夫されていると思ったこと、発表を聞いて自分の市町でも取り入れたいこと 等 ※資料添付 : 有 ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	管内市町の健康推進員が活発に意見交換を行った。	
	結果評価	健康推進員が、他の市町の取り組みを取り入れ工夫して活動するきっかけとなった。	
課 題		終了後アンケートにて、管外の他の市町の活動も知りたいとの声があり、今後検討していきたい。また、グループワークにて、活動に参加する健康推進員を集めるのが難しいことがあるとの声もあり、健康推進員の活動に対するモチベーション向上・やりがいを感じてもらうことが必要と感じた。	
その他			

工夫した点	活動報告後に意見交換会を行うことで、お互いの活動に対する質問や意見を詳細に発言することができるようになった。
-------	--

キーワード：健康推進員

実施主体	滋賀県彦根保健所	所在地	滋賀県彦根市和田町 41
電話番号	0749-21-0281	F A X 番号	0749-26-7540
担当者	杉原	E - mail	sugihara-mina@pref.shiga.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ ・ 不可		

No. 2 2		スーパーマーケットと連携した適塩の取組	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		[目標値] ・食塩の平均摂取量（成人 20 歳以上） 8.0 g ・食塩摂取量 8g を超える人の割合（成人 20 歳以上） 60% [目標年 2023 年度]	
現状と課題		[健康課題] 府の虚血性心疾患年齢調整死亡率は全国平均を上回る [現状値] ・府民の食塩平均摂取量（成人 20 歳以上） 9.9g ・食塩摂取量 8g を超える人の割合（成人 20 歳以上） 66.9% [H28 府民健康栄養調査] [関連行動] 調理済食品への支出割合は 5 年間で 14.6%から 16.8%へ増加 [日本政策金融公庫調べ]	
事業の目的		適塩に取り組むための食の環境整備を行い、適塩に関する知識の普及と行動変容を図る。	
対 象		来店した一般府民	
連携機関		京都府健康対策課、京都府全 7 保健所、（公社）京都府栄養士会、府内スーパーマーケット 2 社	
実施時期		令和元年 6 月～（継続中） 店頭イベントは令和元年 1 1 月 4 日（月・振休）及び 2 3 日（土）	
事業内容		【R 1】 （1）来店客のニーズ把握 惣菜の利用頻度、惣菜の味付け、食塩摂取目標量の認識等について聞き取り （2）惣菜等に含まれる塩分量の表示 ・惣菜（15 品目）の塩分量を算出し、記載した POP を 11 月から陳列棚のプライスラベル横に設置 ・適塩のポイントや惣菜を利用しても適塩となる商品の組み合わせをポスター、POP で掲示 （3）正しい食生活に向けた啓発普及 [店頭イベント] ・「塩を量ってみよう！重さ当てクイズ」 ・「ソルセイブを用いた味覚チェック」 等 【R 2】 （1）R 1 に連携したスーパーマーケット 2 社のイベント実施店舗以外でも適塩に向けたポスター、POP 等を掲示。次年度以降に活用できる啓発動画を作成。 ※資料添付： 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・府内事業者を優先して依頼を行い、2 社ともに協力を得られた。 ・栄養士会が作成した適塩 POP 等と連携した売り場作りが実施された。また、2 年目（R 2）には、イベント実施店舗以外でも POP 等が掲示され、適塩啓発の取組みが拡大した。 ・スーパーマーケットによる適塩惣菜の開発検討の意識付ができた。	
	結果評価	【R 1】 ・表示や適塩アイデアを見て、適塩（減塩）に取り組もうと思った者は 6 7 %（2 箇所合計） ・計量体験実施者のうち、食塩摂取目標量を正しく回答した者は 7 9 % ・味覚チェック参加者のうち、食塩味覚感受性低値者は 1 4 % 【R 2】 ・コロナ感染症拡大防止のため、今年度は媒体での啓発にとどまるが、R 1 はイベント実施店の 2 店舗のみでの啓発であったのに対し、R 2 はイベント実施店以外の 2 0 店舗以上へも拡大した。	
課 題		イベント参加者は比較的高齢者の割合が高く、働き盛り世代や健康無関心層の意識把握が課題 今後は協力事業者の増加を図り、新たな啓発資材である動画も活用し、より広域に展開したい。	
その他			

工夫した点	自然に健康になれる食環境づくりのため、スーパーマーケットと連携した
-------	-----------------------------------

キーワード：適塩（減塩）・食環境づくり・ナッジの活用

実施主体	京都府 健康対策課・南丹保健所 他	所在地	京都府南丹市園部町小山東町藤ノ木 21
電話番号	0771-62-4753	F A X 番号	0771-63-0609
担当者	松井 亜貴	E - mail	a-matsui33@pref.kyoto.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 2 3		高齢者のフレイル・低栄養予防に向けた食支援体制と食環境整備	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・低栄養傾向（BMI $\leq$ 20kg/m ² ）の地域高齢者の割合の維持（ひょうご食生活実態調査） 県北西部の低栄養傾向の高齢者の割合：16.4%（平成28年）→次回調査は令和3年予定 ・高齢者の食支援に関わる関係機関における低栄養予防の取組の充実および連携の強化 市町食育主管課と高齢福祉所管課の庁内会議、啓発に取り組む中食販売店：なし（平成29年）→増加	
現状と課題		管内地域は県内でも特に高齢化率が高い（豊岡市34.3%、香美町41.5%、新温泉町40.7%（令和2年2月））。平成29年度に実施した管内モデル地域の実態調査では、地域高齢者の約2割は低栄養傾向にあること、また、配食や中食、ボランティア給食、通所介護といった様々な支援やサービスが高齢者の食生活を支える重要な要素の1つとなっていることが分かった。このことから、地域全体で高齢者を支え、フレイル・低栄養予防に繋がるような食支援体制の構築が必要と考えた。	
事業の目的		地域の関係機関と食支援サービスに関する課題を共有し、協議の上、以下のねらいを設定した。 ・高齢者が食知識と実践力を身につける ・食支援体制整備（関係機関の連携強化、必要な支援に繋げられる体制の整備） ・食環境整備（低栄養予防を意識した配食、通いの場等での食事提供や食品購入ができる環境作り）	
対 象		地域高齢者およびその支援者、中食販売店、配食事業者、介護サービス事業所等	
連携機関		管内市町食育主管課・高齢福祉所管課、社会福祉協議会、地域包括支援センター、食生活改善推進員協議会、中食販売店（スーパーやコンビニ）、配食事業者、介護サービス事業所等	
実施時期		平成29年4月～令和4年3月（5年）	
事業内容		平成29・30年度に香美町村岡区をモデル地域として事業を行い、以降は管内全域へ取組を展開し、充実を図っている。 (1)体制整備：食育推進会議の開催（年1～2回） (2)実態把握：地域高齢者の食生活や食支援課題に関するアンケート調査（平成29年、モデル地域、72人）、配食や介護サービス事業所等における食事提供に関する実態調査（50箇所） (3)普及啓発：地域高齢者や支援者向け啓発リーフレットの作成・普及、スーパーやコンビニでの啓発POPの作成・普及（現在32店舗に配布）、配食や介護サービス事業所、サロン等の献立作成・栄養管理を支援するツールの作成・普及 (4)人材育成：配食事業者や通いの場スタッフ、食事ボランティア等向けの栄養管理研修会の開催、「地域高齢者向け配食事業の栄養管理ガイドライン」の普及啓発 ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・モデル地域の取組成果や課題を踏まえ、事業を管内全体（1市2町）に展開することができた。 ・種々の調査結果に基づき、支援方策を検討することができた。	
	結果評価	・管内全市町で食育主管課と高齢福祉所管課の庁内会議が定期的（年1～2回）に実施されている。 ・リーフレットは地域高齢者の健康教育に活用されている他、ケアマネジャーや介護サービス事業所職員等へ配布され、支援者向けの啓発にも活用されている。 ・中食販売店等での啓発POPは、今後、活用状況等の評価が必要である。	
課 題		・食環境整備の取組が継続的なものとなるよう、既存事業を活用し、取組を進める必要がある。 ・低栄養予防を意識した献立作成・栄養管理の支援ツールは作成中。特に、給食施設でない小規模の管理栄養士・栄養士未配置施設（通所施設や小規模多機能型居宅介護施設等）において栄養管理面に課題があることから、これらの施設を中心に活用を広めるとともに、効果の検証が必要である。	
その他			

工夫した点	高齢者の生活を包括的に捉えて支援方策を検討するため、行政のみならず民間企業やボランティアといった幅広い関係機関から食支援課題を収集し、支援方策を共有しながら取組を進めている。
-------	---

キーワード：フレイル・低栄養予防、食支援体制、食環境整備

実施主体	兵庫県豊岡健康福祉事務所	所在地	兵庫県豊岡市幸町 7-11
電話番号	0796-26-3660	F A X 番号	0796-24-4410
担当者	健康管理課 駒居 南保	E - mail	
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		



低栄養は自分では気付くにくく、いつのまにか進行していることが多いです。支援者の方が日々の関わりの中で早期に体調の変化に気づき、必要な支援に繋がれるよう、定期的に栄養状態をチェックしましょう。体重が減り、食事に困りごとのある方がいる場合、下記のお問合せ先までご相談ください。



栄養状態のチェック！

☐ 最近6か月で2～3kg 以上体重が減った

☐ BMIが20 kg/m²未満である
※BMI＝体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)

☐ 食事がとりにくい様子が見られる
具体的な内容
例：飲み込む力が弱いためむせやすく、食事がとりにくい

定期的な体重測定を！

お問合せ先

豊岡市にお住まいの方	香美町にお住まいの方	新温泉町にお住まいの方
豊岡市健康増進課 (豊岡市保健センター) ☎0796-24-1127	香美町健康課 ☎0796-36-1114	新温泉町健康福祉課(すこやかへん) ☎0796-99-2940 新温泉町地域包括支援センター ☎0796-82-5623
共通のお問合せ先(作成元)		
兵庫県但馬県民局 豊岡健康福祉事務所 健康管理課 ☎0796-26-3660		

-4-

01 但馬2-003A4

いつまでも 元気に過ごすために

65歳を過ぎたら
気をつけよう

年をとってもいつまでも元気に過ごすための秘訣は、「粗食」よりも「しっかり食べる」ことです。食が細くなってきた人、少食な人、最近体重が減ってきた人は要注意。体に必要な栄養が不足しないよう、工夫しながら食事を楽しみましょう。

主食・主菜・副菜のセットが基本！
主食に具をたっぷり加えるのも◎

野菜やレトルト食品、カット野菜なども上手に活用しましょう！

みんなで集まって食べると食が進みます。サロンなど、人と集まる場に参加して健康やかに過ごしましょう。

体に必要な栄養素が不足した状態を「低栄養」といい、低栄養が進むと、病気になるやすく、介護の必要な状態になることもあります。自分や家族、近所の人の体調の変化に気づき、低栄養にならないために、普段の生活を振り返ってみましょう。

チェックの方法は
2～3ページへ
GO！



兵庫県マスコット はばたん



1日に○が7つ以上
で合格ラインです！

日付を入れ、その日に食べた食品に○をつけましょう。
食べた量に関わらず1日に1度でも食べたなら○をつけましょう。

	例 8/6	月 /	火 /	水 /	木 /	金 /	土 /	日 /
魚介類 加工品も含む	○							
肉類 加工品も含む	○							
卵 鶏卵・うすらの卵	○							
牛乳・乳製品 牛乳・ヨーグルト・チーズなど								
大豆・大豆製品 豆や豆腐、納豆など	○							
緑黄色野菜 色の濃い野菜	○							
海藻 生・干物								
いも類	○							
果物 生・缶詰め								
油脂 バター・マーガリン・油を使った料理	○							
合計 (○の数)	7							

●たんぱく質をしっかりととりましょう！

たんぱく質は体をつくるもとになる栄養素です。たんぱく質を多く含む肉・魚・卵・大豆・大豆製品はたっぷり食べましょう。1日の目安は両手に乗る量です。



-2-



定期的に体重を
測る場所を決めましょう！
(自宅、診療所、デイサービスなど)

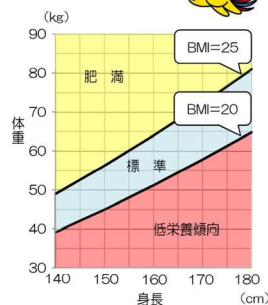
BMI(体格指数)は、下の計算式を用いて肥満/やせの度合いを判定する指標です。
65歳を過ぎたら20を下回らないようにしましょう。

$$\frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)}^2} = \text{BMI}$$

(例) 身長 150 cm、体重 50 kg の人の BMI
 $50 \text{ (kg)} \div 1.5 \text{ (m)} \div 1.5 \text{ (m)} = 22.2$

◆BMIの判定

20未満 (右図で赤色ゾーン)	やせ気味で、低栄養につながる恐れがあります。
20～25 (右図で青色ゾーン)	適正な体重です。今の体重を維持しましょう。
25以上 (右図で黄色ゾーン)	低栄養の恐れは少ないですが、肥満に注意しましょう。



1か月に1回は体重を測り、下の表を使って体重の増減を確認しましょう。
今の体重から6か月で2～3kg 以上減ると低栄養の危険が高まります。

	初日	1か月	2か月	3か月	4か月	5か月	6か月
+5 kg							
初日の体重							
kg							
-5 kg							

BMIが20未満の方や6か月で体重が2～3kg 以上減った方は専門職へ相談しましょう(4ページのお問合せ先まで)。



-3-

No. 2 4		みんなですすめる野菜 5 皿の健康づくり	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		第2次健康おかやま21セカンドステージ（岡山県健康増進計画） ・野菜の摂取量の増加（1日あたりの平均摂取量） 令和4年度までに 350g 事業実施期間に行うアンケート ・野菜食べ方振り返りチェックシートによる各自の摂取量（皿数）の把握と過不足の意識の醸成	
現状と課題		・野菜摂取量が、すべての年代で目標値（350g）に達していない。（H28年県民健康調査） また、約10年で有意に減少している。（県民健康調査 H16年 274.8g → H28年 262.3g） ・野菜摂取量の不足の背景として、食事の外部化・簡素化により1食あたりの野菜摂取量の低下、実際の摂取量を適量と認識している傾向等があげられる。	
事業の目的		・野菜の摂取目標量が350gであり5皿分に相当すること、野菜の役割や食べ方等を普及啓発する。 ・野菜の摂取目標量を理解し、実際に摂取する皿数を増やそうと思う人を増やす。 ・ボランティアである栄養委員が、機会をとらえて自主的に活動できるよう育成するとともに、継続して活動できるように媒体等を作成する。	
対 象		住民、栄養委員（食生活改善推進員。以下、同じ。）	
連携機関		市町、栄養改善協議会、地元スーパー・イベント主催団体	
実施時期		平成30年4月から令和2年2月	
事業内容		1 企画会議・情報交換会の開催 2 媒体等の作成： 活動手引きや普及啓発媒体を活動の担い手である栄養委員とともに検討・作成。 3 栄養委員の研修の開催： 自主的に活動するために、野菜の必要性、活動の手順や方法を学習。 4 スーパー等での普及啓発： 地域のスーパーや団体との協働に向けて協議。 自身が日ごろ食べている野菜の重量計測、野菜70gを使った料理のフードモデルを見て1日の野菜摂取皿数を認識する等の体験を通して、見た目や分量で野菜摂取量の過不足を把握してもらう。 5 アンケートの実施： 野菜摂取に対する意識、野菜摂取量（皿数）の把握。 6 報告会の開催： 関係者と具体的な取組やアンケート結果、今後の課題について協議・共有。 ※資料添付： 有 ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	・スーパー等で活動できたため、普段の催し等には参加がない関心の低い層にもアプローチできた。 ・活動に必要な媒体は栄養委員の意見を重視し、選択・作成したため、使用しやすいものとなった。 ・活動の背景や意義、イベント開催手順や参加者への対応等についての研修を行うことで、栄養委員がやりがいや自信を持ち、自主的に会場や回数を追加して活動できた。 ・スーパー等にも、野菜摂取量の増加の必要性を認識してもらえ、活動に協力する気運が高まった。	
	結果評価	・参加者へのアンケートにより把握した野菜摂取の皿数は、他の調査結果と同様、平均4皿程度。 ・野菜の摂取量を増やそうと感じた者は8割以上で、具体的な取組も思い描けている人が多かった。 ・栄養委員の意欲的な取組から、活動の継続が期待できる。	
課 題		・野菜摂取量5皿未満の者は6割超、野菜摂取量は適量と思っていた人でも3割強は5皿未満であるため、活動の継続が必要。 ・新型コロナウイルスの影響により、人との接触を伴う従来の活動ができないことは大きな課題。	
その他		ホームページ https://www.pref.okayama.jp/page/574951.html https://www.pref.okayama.jp/page/646867.html	

工夫した点	実際に活動する栄養委員と十分に協議し、共有するための会議や研修会を充実させた。 地域のスーパーや団体と連携した。
-------	---

キーワード：野菜摂取量、野菜5皿、栄養委員（食生活改善推進員）

実施主体	岡山県備前保健所	所在地	岡山市中区古京町 1-1-17
電話番号	086-272-3950	F A X 番号	086-271-0317
担当者	佐藤 圭子	E - mail	Bizen-hokenka@pref.okayama.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 2 5		減塩に関する普及啓発	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ ＊該当区分に○印 重点テーマには◎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	○
指標と目標値		健康やまぐち2 1 計画（第2次）より、食塩摂取量（成人1 人1 日あたり）の減少【県民健康栄養調査】〔目標〕男性 9.0g 未満、女性 7.5g 未満	
現状と課題		〔現状〕山口県における食塩摂取状況は男性平均 10.7 g /日、女性平均 9.1 g /日（平成 27 年県民健康栄養調査）であり、成人の食塩摂取目標量は男性 8g 未満/日、女性 7g 未満/日（日本人の食事摂取基準 2015 年版）より高い状況となっている。また、心疾患、脳血管疾患といった循環器疾患は、山口県の死因上位にあげられており、高血圧の該当者割合も全国に比べて上回っている。これらの状況より、山口県では平成 27 年度より『やまぐち減塩プロジェクト』が展開されている。 〔課題〕山口県健康づくりセンターでは減塩に関する啓発活動を行っていたが、山口県民の食習慣を踏まえた内容の検討はしていなかった。	
事業の目的		山口県民の食習慣を踏まえた減塩に関する啓発活動に取り組む。	
対 象		山口県民	
連携機関		山口県、全国健康保険協会（協会けんぽ）山口支部、県内スーパーマーケット等	
実施時期		平成 28 年度から継続	
事業内容		（1）食習慣に視点を置いた減塩に関するアンケート調査（平成 28～29 年度） 平成 28 年度及び平成 29 年度において当センターが実施した、イベントまたは講座の参加者を対象に自記式によるアンケート（製鉄記念八幡病院 土橋卓也氏らが作成した「あなたの塩分チェックシート」）を使用）を実施した。アンケート回答 383 件（男性 102 件、女性 281 件） （2）アンケート結果をうけ、検討された内容（平成 29 年度） ①調査対象者の食塩摂取量の評価は、平均的（食塩摂取目標量より 2～3 g 多い可能性あり）という結果が一番多かったことより、山口県民に対して食塩摂取目標量まであと 2～3 g 程度の減塩を促す。 ②調査対象者のうち働き世代において、麺類、外食・中食をとる頻度が高かった。特に男性において高い傾向が見られた。また、男性は、しょう油等の調味料をよく使う傾向が見られた。このことより、働き世代に対して、どのような食事が食塩の摂りすぎに繋がるか、減塩となる食べ方等の具体的な方法について情報提供していく。 （3）減塩に関する啓発活動の展開（平成 29 年度～現在） ①減塩に関する啓発物の作成・教材更新 ・山口県民の食塩摂取状況と塩分摂取目標量との比較展示物の更新 ・食品に含まれる食塩量や食べ方による食塩摂取量の違いを示したモデルを貸出教材として購入及び更新 ・『やまぐち減塩プロジェクト』にて紹介されている減塩メニューの配布資料作成（平成 30 年） ・食塩を摂りすぎる食事の傾向や食塩が多く含まれる食品等の啓発資料作成（令和 2 年） ②働き世代に向けた普及啓発 ・働き世代が参加する取り組みやイベントにて啓発チラシの配布や展示を実施（平成 30 年～令和元年） ・事業所に貸出教材及び啓発資料のデータ提供の紹介を実施（令和 2 年） ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	食習慣に視点を置いた減塩に関するアンケート調査を実施することで減塩に関する取り組みの方向性を決めることができた。	
	結果評価	アンケート調査結果を基に啓発媒体の作成・更新等ができた アンケート調査結果を基に働き世代に向けた減塩に関する啓発活動を重点的に実施した ・スーパーでのイベント（展示） 出展 2 件（参加 159 人）（令和元年） ・当センター実施の体力測定参加事業所へ啓発 7 事業所（参加 137 人）（平成 30 年～令和元年） ・働き世代への啓発資料データの提供 41 事業所（令和 2 年）	
課 題		今後、働き世代における減塩に関する意識や食塩摂取状況、健康状況の変化等を既存の資料や調査等にて確認していくことが必要。	
その他			
工夫した点		山口県内の働き世代に広く啓発を行うために、協会けんぽを通じて協会けんぽに加入している事業所や県内の健康づくりに取り組む事業所が参加する講座等にて貸出教材や啓発資料データの情報を発信した。	

キーワード：減塩、働き世代への啓発

実施主体	(公財)山口県健康福祉財団 山口県健康づくりセンター	所在地	山口県山口市吉敷下東 3-1-1
電話番号	083-934-2200	F A X 番号	083-934-2209
担当者	健康企画・研修班 辻村 可	E - mail	hpc012@hwy.or.jp
HPへの連絡先の掲載			

No. 2 6		糖尿病対策推進事業 にし阿波・糖尿病予防フェスタ	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		○管内糖尿病死亡率の減少 ○糖尿病や糖尿病の療養について正しい知識の普及	
現状と課題		徳島県における糖尿病死亡率（人口 10 万対）は 19.9 と高い。また、美馬保健所管内は 32.3 とその中でも高い状況にある。そのような状況の中、地域の関係機関と一体となった、地域ぐるみの糖尿病対策が必要である。	
事業の目的		糖尿病にならない、また、糖尿病や糖尿病予備群になっても安心していきいきと暮らせるまちづくりを目指し、糖尿病に関する知識や意識を高める事を目的としている。	
対 象		県民	
連携機関		美馬・つるぎ糖尿病対策をすすめる会（構成団体：地域医師会・歯科医師会、管内公立病院、商工会、食生活改善推進協議会、ライオンズクラブ、ロータリークラブ等）	
実施時期		令和元年から（年 1 回）	
事業内容		世界糖尿病デーに併せた健康啓発イベント（にし阿波・糖尿病予防フェスタ）の開催 令和元年度 ・健康相談（保健師、看護師、管理栄養士、薬剤師） ・健康情報コーナー（糖尿病、食情報、受動喫煙、防災情報） ・運動に関する講座 令和２年度 ・健康情報コーナー（糖尿病、食情報、受動喫煙、防災情報） ・徳島県西部防災公園ウォーキングコースを利用したウォーキング大会 ・とくしま健康ポイントアプリ「テクとく」の紹介 ・徳島県広報番組「旬感！あわだより」放送 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	参加者数 R1 年度：126 名 R2 年度：57 名	
	結果評価	関係機関と連携し、糖尿病予防等の定着に向けた取組を強化し、地域ぐるみの健康づくりを推進することができた。参加者の中には、ウォーキング等の習慣を今後も継続したいと言う人もおり、地域の住民の意識の向上に繋がっていると思われる。	
課 題		参加者の中心は、健康意識の高い 60 歳以上の方が多く、働き世代の参加者や、健康無関心層の参加者を更を増やす必要がある。	
その他		令和２年度は、新型コロナウイルス感染症拡大防止対策として、イベント規模を縮小し行った。	

工夫した点	インセンティブを用いた健康づくりを推進するとくしま健康ポイントアプリ「テクとく」を活用することでイベント時だけでなくそれ以降も健康づくりに取組めるように工夫した。
-------	---

キーワード：糖尿病

実施主体	徳島県 美馬保健所	所在地	徳島県美馬市穴吹町字明連 2 3
電話番号	0883-52-1016	F A X 番号	0883-53-9446
担当者	黒田 裕子	E - mail	kuroda_hiroko_1@pref.tookushima.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 2 7		福岡県食環境整備事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		【福岡県健康増進計画（いきいき健康ふくおか21）】（中間見直し） ー目標項目からー ・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の増加 80% ・食塩摂取量の減少 男性：8g 女性：7g ・野菜摂取量の増加 350g ・果物摂取量 100g未満の者の割合の減少 30%	
現状と課題		・ほとんど毎日、主食・主菜・副菜をそろえて食べている者の割合は、71.1%と増加傾向だが、目標には達していない ・野菜の摂取量は増加傾向だが目標量には達していない ・果物の摂取量が100g未満の者の割合は62.5%であり、ほとんど改善していない。 ・食塩摂取量は増加傾向にあり、目標量を上回っているため、さらなる食塩摂取量の減少が課題 （いきいき健康ふくおか21（中間見直し）から）	
事業の目的		主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスのとれた食事や適切な量と質、野菜摂取及び減塩について、普及啓発を進めることで、生活習慣病を予防する。	
対 象		福岡県民	
連携機関		イオン九州、味の素（株）	
実施時期		令和2年11月28日（土）10：00～17：00	
事業内容		1. 減塩啓発コーナー（日常で摂取している塩分量のチェック、啓発パンフレットの配布） 2. ライブキッチン（会場及びインスタライブにて、令和元年度チャレンジ！レシピコンクール入賞の「ふくおかヘルシーメニュー」の実演・紹介 1日3回、20名程度/回） 3. 学習コーナー（うま味について） 4. 計測コーナー（血管年齢測定・肌年齢測定） 5. 撮影パネルコーナー・味の素インスタフォローコーナー ※資料添付：有	
評価	プロセス評価	・健康づくり県民運動の「健康づくり団体・事業所宣言」*について、連携機関の理解を得ることができた。 ・関係機関と密に連携することで、複数企業を巻き込むイベントに繋がった。 ・「ふくおか健康づくり県民運動情報発信サイト」や「ふくおか健康ポイントアプリ」を活用することで県民に広くイベントの周知ができた。 ※「健康づくり団体・事業所宣言」とは、職場で健康づくりに取り組む事業者が取組内容を宣言して貫うことで、取組の推進を図るもの。	
	結果評価	若年層から高齢者まで271名の参加があった。肌年齢測定など、普段家庭ではできないような測定を行うことで集客につながった。ライブキッチンについては、全3回とも満席の状態に加え、インスタライブでの当日視聴も好評であった。多くの県民に自分の健康に興味を持つきっかけづくりができた。	
課 題		年に2回イオン九州の店舗で実施をしているが、単発の実施となっているため、継続的に実施できる仕組み作りが課題である。	
その他			

工夫した点	関係機関と連携したことで、ライブキッチンやインスタライブなど初めての試みを実施することができ、県民へより広く食に関する啓発（野菜摂取や減塩）を行うことができた。
-------	--

キーワード：生活習慣病予防、きっかけ作り、野菜、減塩

実施主体	福岡県健康増進課	所在地	福岡県福岡市博多区東公園 7-7
電話番号	092-643-3269	F A X 番号	092-643-3271
担当者	山崎 里穂	E - mail	yamasaki-r228@pref.fukuoka.lg.jp
H P への連絡先の掲載	可		



↑ 県コーナーの様子

Eat Well, Live Well.

Ajinomoto ヘルシーメニューDe 食育キャンペーン 福岡県×味の素株イベント

11.28SAT 10:00~17:00
イオン香椎浜 セントラルコート

ヘルシーレシピ【AJINOMOTO Ver.】 ライブキッチン 【開催時間】 1回目：11:30~ 2回目：14:00~ 3回目：16:00~ 【講師】 管理栄養士 La CUCINA(ラクチーナ)主宰 金高 愛先生 2019年福岡県「チャレンジ！ヘルシーレシピコンクール」入賞レシピを、味の素KK食品を使って簡単レシピにアレンジ！ 本日は管理栄養士・料理研究家の金高愛先生に、ライブで料理をレッスンしていただきます。 ※試食提供はございません。 お席(20席)に限りありますのでお早めにお席まりください。	福岡県健康増進課 健康測定コーナー 血管年齢測定 肌年齢測定 減塩啓発 現在の自分の体がどのような状態か測定しませんか？測定の結果、アドバイスいたします。測定後、アンケートにお答えいただいた方に、粗品をご用意しております。
「うま味」のひみつ体験 ～クイズに挑戦～ 「うま味」ってなに？ 味を感じるしくみってどうなるの？ パネルを見ながら味のしくみを勉強しよう！ 親子で一緒にご参加いただけます！ ご参加いただいた方に、アジバンダグッズ(写真例)をプレゼント。 ※お土産先着500名様に限ります。	味の素九州支社Instagram 「あじQキッチン」 フォロー&いいねキャンペーン 味の素九州支社Instagramをフォロー&今日のイベントの投稿に「いいね」をして下さった方に、ノベルティを差し上げます。 ※先着500名様に限ります。 「アジバンダ」フォトコーナー 味の素キャラクター「アジバンダ」のフォトコーナーをご用意！ ご自由にお楽しみください！

↑ 味の素(株)が作成した
イベント周知ポスター



↑ 味の素(株) ライブキッチンの様子

No. 2 8		健康アプリを活用した食の環境整備事業の推進	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		うま塩×もっと野菜メニュー提供店スタンプラリー協力店舗数60店舗（令和2年度）	
現状と課題		平成28年に実施した県民健康意識行動調査によると、大分県民の食生活の課題として、食塩摂取量が多い、野菜・果物の摂取量が少ないことがわかった。また、県民の半数は外食や市販の弁当・惣菜などの中食を週に1～2日以上利用するという結果から、食環境整備の推進が必要である。	
事業の目的		平成30年から県が運用している健康アプリ「おおいた歩得 ^{あるとつく} 」のスタンプラリー機能を活用し、減塩や野菜摂取促進に取り組んでいる飲食店「食の健康応援団」の登録拡大を図ることで、県民が健康的な食事にアクセスしやすい食環境整備を推進する。	
対 象		県民（主に働き世代）	
連携機関		飲食店、商工会、市町村等	
実施時期		令和2年8月31日～ 来年度以降も継続	
事業内容		平成30年から県が運用している健康アプリ「おおいた歩得」に、新たに「うま塩もっと野菜スタンプラリー」機能を追加し、うま塩（減塩）やもっと野菜（野菜摂取促進）メニューを提供している飲食店「食の健康応援団」を巡るスタンプラリーを開始した。対象メニューを食べるとスタンプを取得でき、2カ所のスタンプを集めると200ポイントを獲得。ポイントは、おおいた歩得の獲得ポイントとして貯められ、ポイントに応じた豪華景品が当たる抽選に応募できたり、店舗での割引など様々な特典が受けられる。 ※資料添付：◎・無	
評価	プロセス評価	・うま塩メニュー提供店へ野菜たっぷりメニューの提供協力を依頼したり、新型コロナ対策として商工会が一覧表にしたテイクアウト店へ声かけすることで、協力店舗の拡大につながった。 ・協力店舗に複数の対象メニューを増やすことで、利用者の選択肢の拡大につながった。 ・健康経営事業所へ送る健康サポートニュースに掲載することにより、働き世代の利用拡大につながった（職場対抗戦でのポイント拡大に利用する人が増えた）。	
	結果評価	・スタンプラリー協力店舗数 71店舗（R3.2月） ・スタンプ獲得数 1,352件（開始から約5ヶ月間）	
課 題		協力店の拡大、協力店利用促進のための普及啓発	
その他		コロナ禍での開始となったため、感染防止対策を行いながらの登録勧奨を行った。	

工夫した点	協力店には感染防止対策のPOPを掲示してもらうなどの工夫を行いながら運用を開始した。地元放送局の県政情報番組やケーブルTVを活用して県民へ普及啓発を行った。
-------	--

キーワード：おおいた歩得、あるとつく、うま塩、もっと野菜、スタンプラリー

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	097-506-2757	FAX番号	097-506-1735
担当者	安養寺真子	E-mail	anyoji-mako@pref.oita.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	◎・不可		

健康アプリを活用した食環境整備

大分県が運営する健康推進アプリ「おおいた歩得(あるとつく)」に「うま塩もっと野菜スタンプラリー」機能を新たに追加し、健康的な食事にアクセスしやすい環境づくりを推進。



歩いてお得に
健康に♪

おお
いた
歩
得



5万4千ダウンロード突破
ユーザー拡大中！

2020

8月31日(野菜の日)
スタート！！

★協力店：71店舗
(令和3年2月)



うま塩(塩分控えめ)・もっと野菜(野菜たっぷり)な食事を提供するお店の対象メニューを食べるとスタンプがたまり、ポイントGET！！

- * うま塩 ……1食あたり食塩3g未満
- * もっと野菜 ……1食あたり野菜150g以上
または単品で野菜80g以上

県民の健康づくりと飲食店を応援

スタンプ獲得数 1,352件(5ヶ月)

No. 3 0		平内町すこやかレシピ集の作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		目標値：健康ひらな 21 計画（第 2 次） 野菜を毎食食べる人の割合の増加（目標値 60％）、味付けを濃いと思う人の割合の減少（目標値 12％）	
現状と課題		漬物以外の野菜を毎食食べる人の割合は 43％（R1 年度生活習慣病アンケートより）と低く、尿中塩分は 10.9 g（R1 年度健診）と高い傾向にあり、脳血管疾患の SMR が男女とも 160（H25～29）と高い。町の基幹産業である漁業従事者や町の未来を担う子育て世代等における「健やか力アップ」に向けて地域に密着した多岐にわたる健康づくりの推進。	
事業の目的		レシピ集が日常生活で野菜の摂取や減塩を意識する機会となり、町民の食生活改善に寄与する。	
対 象		町民	
連携機関		企画政策課、平内町食生活改善推進委員会	
実施時期		平成 30 年度～	
事業内容		広報ひらなに H28 年 12 月号から毎月掲載している健康レシピをまとめてレシピ集（冊子）にして、各地区健康教室等で試食とともに配布し、野菜摂取量増、減塩等広く町民に普及啓発する。（平内町すこやかレシピ集 2018 年、2019 年、2020 年版と 3 回発行） ・食生活改善推進員へ配布し、訪問活動で活用し、地域住民へ普及啓発してもらう。 ・小、中学校へ配布し、家庭における食育推進を P R。 ・町婦人会や保健協力員等の研修会における健康講話と共にレシピ集を P R。 ・町ホームページでの紹介（レシピ集をダウンロード用 P D F ファイルで掲載） ※資料添付：有・☐	
評価	プロセス評価	・健康展や各地区健康教室等でレシピ集を配布するだけでなく、調理実習または試食提供する「見て、作って、食べてみる」という体験を通して、効果的に実感させることができた。 ・地元の新聞に掲載してもらい、広く町外にも P R することができた。	
	結果評価	・町民に限らず他市町村からレシピ集が欲しいとの問い合わせの電話があった。 ・町ホームページでのレシピ集検索回数が約 1,300 と多かった。 ・青森県長寿社会振興センターより機関誌へのレシピ掲載許可の依頼あり。	
課 題		今後は調理をあまりしない男性や若い世代への効果的なアプローチ方法を検討する。	
その他			

工夫した点	町のスーパーで簡単に手に入る食材を中心に、簡単に作れて他の食材でもアレンジができるような何度でも作ってもらえる普段使いのレシピ集とした。
-------	--

キーワード：野菜摂取、減塩、レシピ集

実施主体	青森県平内町健康増進課	所在地	青森県東津軽郡平内町小湊字小湊 63
電話番号	017-718-0019	F A X 番号	017-755-2145
担当者	井口凡子	E - mail	inokuchi-namiko@town.hiranai.aomori.jp
H P への連絡先の掲載	☐ ・ 不可		

No. 3 1		学童保育クラブと連携した健康づくり推進事業～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○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		八幡平市健康づくり 21 プラン(第3次)/八幡平市食育推進計画 肥満傾向 ^{*1} にある子どもの割合の減少 (※ ¹ 肥満度 20%以上) (現状) H28 小3 12.1%、小6 16.6%→(目標値) R5 小3 11%以下、小6 14%以下 成人肥満者 ^{*2} の割合の減少(※ ² BMI25 以上) (現状) H28 男性 40.9%、女性 27.9% →(目標値) R5 男性 35%以下 女性 25%以下	
現状と課題		成人の肥満者の割合、児童・生徒の肥満の割合は、国、県と比較し高い現状にあり、児童・生徒については高学年になるにつれて高くなっていることから、低学年のうちから肥満予防への取り組みが必要である。また、本県は脳卒中死亡率が高く生活習慣病予防の観点から学童期から減塩を理解し取り組むことが必要である。	
事業の目的		市内全域に開設されている学童保育クラブと連携した食育活動を進め、児童とその保護者の健康増進及び食生活習慣の改善を支援する。	
対 象		市の指定管理を受けている 12 か所の学童保育クラブを利用している児童及び保護者	
連携機関		市内学童保育クラブ指定管理者、食生活改善推進員	
実施時期		平成 28 年度～令和 2 年度（継続実施中）	
事業内容		1 食育教室の開催【学童保育クラブ・食生活改善推進員との共催】 ①講話と体験学習（家庭のみそ汁の塩分測定・おやつに含まれる塩分と糖分・野菜の計量体験等） ②調理実習（おにぎらず・野菜たっぷり適塩豚汁・手作りスポーツドリンク等） 2 児童の食習慣・生活習慣アンケートの実施及び保護者向け普及啓発リーフレットの作成配付 3 学童保育クラブ指導員研修会（栄養及び衛生管理・食育活動の取組方法） ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	①学童保育クラブの食育教室の開催：H28 年度 56.2%（154 人）→ R1 年度 74.2%(135 人) 学童保育クラブと食生活改善推進員との連携により食育の取組機会と児童の参加割合が増加した。 ②学童保育クラブ指導員研修会の開催：H28 年度 30 人 → R1 年度 46 人 学童保育クラブでは定期的に食育教室や食育行事が実施されるようになった。また、学童保育クラブで提供するおやつが改善され、適切なおやつが適量提供されるようになった。 ③地域における食育事業の開催：H28 年度 20 回 716 人→ R1 年度 30 回 858 人 食生活改善推進員と行政との協働により地域での食育の取組回数や参加者が増加し、児童や保護者の食の関心度を高めることができた。	
	結果評価	①肥満傾向にある子どもの割合の減少（21 プラン中間評価） 小3：H28 年度 12.1%→R1 年度 10.1%、小6：H28 年度 16.6%→ R1 年度 13.3% 肥満傾向にある子供の割合は着実に減少し、3 年間で目標達成できた。 ②0.8%みそ汁を薄いと感じる児童の割合の減少：H28 年度 46.1%→ R1 年度 12.7% 継続した食育教室開催で減塩や適塩の理解を促すことができた。また、栄養教諭による食に関する指導を更に家庭での望ましい食生活の実践定着に繋げる一助になった。	
課 題		朝食欠食や間食の量・時間等、家庭での食生活の課題はまだ多くあることから、更に食育の場を増やすとともに栄養教諭と連携し保護者への情報提供に努めていきたい。	
その他		令和 2 年度は新型コロナウイルス感染対策の観点から調理実習は行わず、子ども達が食べたいお弁当を考えてイラストにする『スケッチ BENTO』に企画変更して実施した。	
工夫した点		子どもたちが放課後や長期休みに利用する学童保育クラブを新たな食育の場としたこと。	

キーワード：市内関係機関の連携 指導者育成

実施主体	八幡平市健康福祉課	所在地	岩手県八幡平市野駄 21-170
電話番号	0195-74-2111（代表）	F A X 番号	0195-74-2102
担当者	田村 智美	E - mail	tomomi@city.hachimantai.lg.jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 3 2		男性食育ボランティア育成講座	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		山元町健康づくり計画（元気やまもと 21）の下記の指標 ・やせの割合の減少（65 歳以上）現状値（H24）：5 % 目標値（R4）：2. 5 % 山元町食育計画下記指標 ・朝食を毎日食べている人を増やす（65 歳以上）現状値（H24）：97. 9 % 目標値（R4）：98 % ・野菜を毎食食べている人を増やす（65 歳以上）現状値（H24）：70. 3 % 目標値（R4）：80 %	
現状と課題		65 歳以上のやせの割合が、H24 時点で5 %を示している。やせの割合を減らすため、自分の適正体重を知り、適正体重を目指す必要がある。そのためには、男性も基本的調理技術を身に付け、毎日の食生活に気をつけ、生活習慣病予防・重症化予防につなげることが求められる。	
事業の目的		男性も基本的調理技術を身に付け、毎日の食生活に気をつけることにより、生活習慣病発症予防、重症化予防、低栄養の改善を図る。	
対 象		高齢期の男性	
連携機関		食生活改善推進員 地区団体	
実施時期		平成23年度～令和元年度（令和2年度～男性食改として活動中）	
事業内容		講話（バランスの良い食生活のポイント・調理の基本について） 調理実習・試食 糖尿病予防教室・シニアカフェへの協力 平成23年度～平成26年度：男性栄養教室として実施。基本的調理技術の取得を目指す。 平成27年度～令和元年度：男性食育ボランティア育成講座と名前を変更し、育成。 令和2年度～：山元町食生活改善推進員協議会会員として活動（11名） ※資料添付：有・ 	
評価	プロセス評価	参加登録者中6割以上が参加している 今後も継続して参加したいという人が参加登録者中6割以上いる 意欲的に調理実習に取り組む人が増えた	
	結果評価	バランスの良い食事を心がけ、家庭でも調理を実践している人が増えた。 自分の適正体重を知り、適正体重を目指す人が増えた 参加者の8割以上が食生活改善推進員に登録した。	
課 題		継続の方のみで新規参加者募集をできていなかったため、町広報誌・HPで新規参加者募集の広報を行う。食改に加入したがコロナの影響で活動の場が少なく、今後の活動内容について、現在検討中。	
その他		調理の技術の習得だけではなく、管理栄養士による健康講話・個別健康相談を実施し、生活習慣病の発症・重症化予防と同時に低栄養の予防を図った。	
工夫した点		男性のみの参加としたことで、参加者同士のコミュニティの形成を図ることが出来た。また、山元町食生活改善推進員協議会への加入により、地域での活動が増え、継続して地域のコミュニティの構築が図られている。	

キーワード：男性 介護予防 生活習慣病予防

実施主体	山元町保健福祉課	所在地	宮城県亶理郡山元町浅生原字作田山32
電話番号	0223-37-1113	FAX番号	0223-37-4144
担当者	笠原	E-mail	hokenfukushi.k@town.miyagi-yamamoto.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	 ・ 不可		

No. 3 3		高齢者食生活教室「らくらく栄養教室」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		低栄養傾向高齢者(血清アルブミン値：～4.0mg/dl)の減少 たんぱく質を多く含む食品を毎食食べる者の増加 健康寿命の延伸	
現状と課題		井川町の H29 の平均寿命は秋田県を上回っており、男性:82.12 歳、女性:87.25 歳であるが、健康寿命は男性:78.93 歳、女性:81.00 歳で、女性での差が特に大きくなっている。介護予防にはこの健康寿命の延伸が求められることから、低栄養予防を主とした栄養改善の重要性を啓発する必要がある。	
事業の目的		低栄養予防の普及啓発を図る 地域の高齢者の交流を図る 口腔ケア、運動も併せて実施することで介護予防につなげる	
対 象		一人暮らし高齢者及び高齢者世帯	
連携機関		井川町食生活改善推進協議会	
実施時期		平成 26 年～継続 (H26 : 4 回/年 → 現在 : 10 回/年) (令和 2 年度は R2.9～R3.3 10 回)	
事業内容		高齢期の食生活についての講話・調理実習、試食を行う。またフレイル予防も兼ねて、口腔ケア、運動も併せて行う。 ・ 10 回の開催の内訳 (予定) ・ 2 回 : 歯科衛生士による口腔ケア (講話、実技) + 調理実習 (よく噛む献立等) ・ 3 回 : 作業療法士による運動 (講話、実技) + 調理実習 (タンパク質、カルシウム摂取の献立等) ・ 5 回 : 調理実習 (郷土料理、クリスマスメニュー 等) ・ 食生活改善推進員が調理補助に入り、高齢者と交流を図る ※資料添付 : 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・ 当初 : 4 回/年、調理実習 → 現在 : 10 回/年、調理実習+口腔ケア・軽体操 参加者の希望により低栄養予防からフレイル予防へ内容が移行しつつあり、参加者の意欲を引き出している。 ・ 多くなってきた男性参加者からの要望もあり、男性の料理教室も令和元年度から開催した。	
	結果評価	・ 教室参加者の血清アルブミン値、アンケート結果で評価する予定。 ・ 参加者は独居あるいは高齢世帯であるため、教室に参加することで他者との交流を楽しみにしており、高齢者の交流の促進または閉じこもり予防にもなっている。	
課 題		・ 参加者の固定化がみられる。 ・ 今年度はコロナ禍により参加者が減少した。	
その他			

工夫した点	栄養改善に加え、口腔ケア、運動も取り入れた教室にしたこと、またそれぞれに専門職種に依頼し、指導していただいたこと。
-------	---

キーワード：低栄養予防

実施主体	秋田県井川町 健康福祉課	所在地	南秋田郡井川町北川尻字海老沢 樋ノ口 78-1
電話番号	018-874-3300	F A X 番号	018-874-2894
担当者	村井 幸子	E - mail	Kenkou-center@town.ikawa.akita.jp
HPへの連絡先の掲載	☎ ・ 不可		

No. 3 4		山形市 S U K S K (スクスク) メニュー認定事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		指標：山形市発展計画 2 0 2 5 (計画期間令和 2 年度～ 6 年度) 目標：食塩摂取量 男性 8.8 g / 日 女性 8.0 g / 日	
現状と課題		山形市民の要介護や死因の上位が心疾患、脳卒中である。その危険因子である高血圧を予防するため減塩は重要である。市民を対象に令和元年度に試行で行った随時尿を用いた推定食塩摂取量検査で、男性 10.0 g、女性 9.4 g と日本人の食事摂取基準の目標量を上回っている。	
事業の目的		飲食店が S U K S K (スクスク)メニューを提供することによって、適切な食塩摂取や減塩の必要性を理解し、減塩に取り組むことで高血圧の予防につながる。また、飲食店についても減塩のメニューの提供の必要性を理解し、メニュー考案の参考となり、街全体で減塩に取り組む環境づくりの機会となり、市民の健康寿命の延伸を図る。	
対 象		山形市 中心市街地の飲食店	
連携機関		山形県栄養士会	
実施時期		令和元年 8 月から令和 3 年 3 月 (令和 3 年度も継続して実施予定)	
事業内容		・ S U K S K (スクスク)メニュー認定基準設定 ・ 協力飲食店の募集 ・ 飲食店の提案したメニューを市の定める条件に合わせて監修等を行う。栄養価計算、監修等は民間事業者の活力、企画力を活用し実施。(令和 2 年度は山形県栄養士会に委託) ・ 飲食店を山形市が認定し、S U K S K (スクスク)メニューをホームページ等で市民に周知する。 ・ 山形市健康ポイント事業 S U K S K (スクスク)の対象事業で、食べた方にポイントを付与。 ・ S U K S K (スクスク)メニューの提供数を把握する ※資料添付 : 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・ S U K S K (スクスク)メニューをポスターやチラシ、ホームページや SNS を通じて周知する。 ・ 令和元年度は S U K S K (スクスク)メニュー提供協力店が 2 店舗だったため、飲食店を増やすため、認定基準を追加した。	
	結果評価	・ 令和元年度、S U K S K (スクスク)メニューの提供店は 2 店舗で 2 メニュー、提供数は 5 1 7 食であった。令和 2 年度は認定基準を追加し、協力いただける飲食店、メニュー数を増やすことが出来、提供数も増やすことが出来た。	
課 題		・ S U K S K (スクスク)メニュー提供の飲食店の増加と提供の飲食店の周知。 ・ S U K S K (スクスク)メニューを選択する利用者を増やすための周知啓発。	
その他			

工夫した点	新たな提供メニューを作るのではなく、既存のメニューを監修し基準に合致させるよう働きかけた。 中心市街地飲食店の代表者の会議で協力依頼を行い、飲食店に協力依頼のチラシを郵送し募集した。 募集だけでは飲食店を増やすことが出来なかったため、電話や訪問で協力依頼を行った。
-------	---

キーワード：S U K S K (スクスク)メニュー 食塩控えめ 野菜たっぷり バランスメニュー

実施主体	山形市健康医療部（山形市保健所）健康増進課	所在地	山形市城南町 1-1-1
電話番号	023-616-7273	F A X 番号	023-616-7276
担当者	佐々木信江	E - mail	kenko@city.yamagata-yamagata.lg.jp
HP への連絡先の掲載	◎ ・ 不可		

SUKSK(スクスク)メニュー認定基準

認定基準を助けるため
可能な限り山形市役所の食料
を信用しご利用ください

1 食塩控えめ メニュー提供店
食塩
控えめ

1 食塩控えめメニューの食塩摂取量を減らすメニューを提供する
(山形市の1日の目標量 男性 0.9g、女性 0.9g未満)

① 1食 2.0g未満/550kcal未満の提供メニューは 2.5g未満 (550~950kcalの提供メニュー)

② 献立の提供メニュー 100gあたり 1.0g未満

※食塩量を明示する

2 野菜たっぷり メニュー提供店
野菜
たっぷり

献立メニューが1食あたり2メニューを提供する
(1日の献立摂取量の目標量 250g)

① 献立メニューが1食あたり 種類別の野菜 (1.1種類、きのこ類、海藻類を含む) が
140g以上ある 献立の提供 (指定の献立提供メニューが2つある) 献立に
は含まない

② 1食 70g以上の献立提供 (1日の目標量)

※献立メニューが2メニュー (70g以上の献立) 提供
※献立の量を明示する

3 バランス メニュー提供店
バランス

献立メニューの1メニューを提供する

1 献立の提供メニュー
献立メニューが1食あたり 1メニュー (1メニュー) 1メニュー (1メニュー) 1メニュー (1メニュー)
1 献立メニューが1食あたり 550~950kcal

※献立メニューを明示する

4 SUKSK(スクスク)減塩 メニュー提供店
SUKSK
減塩

1 献立 2 献立 3 献立 4 献立 5 献立 6 献立 7 献立 8 献立 9 献立 10 献立

5 山形市開発メニュー 提供店
山形市
開発

山形市開発メニュー (令和元年年度開発メニュー) を提供する

認定番号
●●●●

SUKSK (スクスク) メニュー認定店 認定証

食事処
●●●●
殿

貴店を SUKSK (スクスク) メニュー
認定店に認定します。

令和2年●月



山形市



No. 3 5		さがけ！男の料理塾	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		いわき市高齢者福祉計画および、いわき市食育推進計画に位置付けている事業であり、健康寿命の延伸に繋がる食育の推進のための取り組みとして、高齢男性に対する低栄養改善のための教室等を実施している。（目標：1コース16名、年間4コース開催予定）	
現状と課題		65歳以上の高齢男性は調理経験が乏しいことなどから、食事の偏りや低栄養を防止するために、調理実習を通して食生活についての知識を学ぶ機会を創出する。	
事業の目的		・低栄養や減塩などの内容についての栄養教育や簡単に作れる料理の調理実習を行うことで、自立した食生活を継続して送れるようになること ・低栄養の改善は口腔機能との関連が深いことから、口腔ケアの内容について学ぶこと ・受講生同士での交流を通じ、新たなつながりや仲間づくりといった社会参加のきっかけとなること	
対 象		いわき市内在住の65歳以上男性	
連携機関		(公社)福島県栄養士会いわき支部	
実施時期		平成29年度～	
事業内容		1コース全8回の講座を開催。調理実習に加え、献立作成、食材購入、栄養バランスや調理手順のポイント等をトータルに学べる場とし、参加者の調理実習の習慣化を図る。 (1)入門編 第1回～第4回：料理に親しみ、基礎的な調理法を習得 (2)応用編 第5回～第6回：食と健康について知る（歯科衛生士による口腔ケアについての講話等） (3)まとめ 第7回：バランスの良い献立を自分たちで考え、作成する 第8回：食材の購入から調理、片付けまでの一連の流れを行う ※資料添付：有・☒無	
評価	プロセス評価	実施年度：開催コース、受講生（人数） H29：全3コース開催、受講者42名、 H30：全3コース開催、受講者36名、R1：全3コース開催、42名、 R2：全2コース開催、受講生15名（新型コロナウイルス感染対策で定員を半数に削減し開催）	
	結果評価	受講終了後のアンケートより、約7割の受講生から「今後もぜひ調理を継続したい」「出来れば継続したい」という回答が得られた。また、受講終了後の卒業生のうち10名が、料理教室運営のサポートを行うボランティアとして活動しており、社会参加の場としての役割も果たしている。	
課 題		受講終了後にも、調理を継続できているか、バランスの良い食生活を送れているかの確認を行う。	
その他		受講生が受講後にも自立した食生活を送るための情報提供として、自分で調理を行う際の参考となるようなレシピ集やリーフレットを作成し、配布を行っている。	

工夫した点	週に1回、約2か月間にわたる長期の開催により、受講生が調理に慣れることはもちろん、薄味やバランスの良い食事についても学ぶことが出来る。また、第8回は卒業制作発表会として、献立の作成から調理までを自分たちで考えて行うことで、家で自ら調理を行うために必要なポイントを習得できるようなプログラムとしている。
-------	--

キーワード：高齢男性、フレイル予防、料理教室、社会参加

実施主体	いわき市 地域包括ケア推進課	所在地	福島県いわき市内郷高坂町四方木田 191
電話番号	0246-27-8575	F A X 番号	0246-27-8576
担当者	鈴木 莉緒	E - mail	harada-r-2@city.iwaki.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 3 6		離乳食動画の作成	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	○
指標と目標値		離乳食動画を視聴した保護者の割合（1歳歯科相談時アンケート） 目標値：50% 視聴した中で離乳食動画が実際に役に立ったと回答した人の割合 目標値：80%	
現状と課題		新型コロナウイルス感染拡大に伴い離乳食教室を開催することが出来なくなった。7月より個別相談の形で対応しているが、以前のような実際に離乳食を試食してもらう形式の教室は再開の目処が立っていない。それによって離乳食について十分な情報を得られない保護者がいると思われる。また、感染症を恐れてできるだけ外出したくないと考える保護者もいるので、自宅に居ながら離乳食について情報を得られる手段が必要と考えた。	
事業の目的		コロナ禍の状況において、いつでもどこでも好きなときに見られる動画を用いて情報提供を行うことで、離乳食について困っているながら十分な情報が得られない保護者の課題解決の手助けとする。	
対 象		離乳食をこれから始める、または離乳食を始めているお子さんを持つ保護者等	
連携機関		広報政策課	
実施時期		令和2年7月より公開	
事業内容		離乳食に関する動画を撮影、編集し、ホームページとYouTubeにて公開した。動画は、はじめての離乳食で特に困っていると思われる離乳初期のお子さんを持つ保護者へ向けて、言葉だけでは理解しにくい離乳食の作り方や食べさせ方等を中心に作成した。あわせて離乳食の進め方についてのホームページも作成し同時に公開した。 〈動画内容〉①離乳食作りで使用する調理器具について ②おかゆの作り方について ③野菜ペーストの作り方について ④離乳食の食べさせ方等について 動画を作成したことを周知するために、広報紙、市のラジオ番組、新聞等で広報した。 動画について紹介するちらしを作成し、乳幼児健診、離乳食教室、子育て相談等で配布した。 ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	4月に計画立案し、打合せを重ね、主に5月に動画の撮影と編集を行った。その後、担当者他、課内の複数人で確認を行い、撮り直しや修正をしていった。動画は不特定多数に公開されるため、内容については特に慎重に確認を行い、7月1日に公開した。	
	結果評価	乳幼児健診等での栄養相談時に動画を紹介した際は、おおむね好評を得ている。しかし、具体的にどれくらいの割合の人が動画を見ているかは把握できていないので、1歳児歯科相談のアンケートに項目を追加することで、実態把握ができるのではないかと検討している。	
課 題		・ より多くの人に知ってもらえるよう広報の仕方を検討する。 ・ 現在は離乳初期の動画しかないが、ニーズによっては他の動画の作成を検討する。	
その他		動画に登場する「USHIKU 野菜オーケストラ」は牛久市の食育推進のための野菜キャラクターである。牛久市で生産量が多い上位15種類の野菜キャラクターがいる。今回は離乳食に使用する「にんじん」と「じゃがいも」のキャラクターを登場させた。	
工夫した点		より親しみやすく感じてもらえるよう牛久市食育推進キャラクター「USHIKU 野菜オーケストラ」のペット人形を作成し、彼等が離乳食について説明するようにした。	

キーワード：牛久市食育推進キャラクターが紹介する 動画でわかる「はじめての離乳食」！

実施主体	牛久市保健福祉部健康づくり推進課	所在地	茨城県牛久市中央3丁目15番地1
電話番号	029-873-2111(内線1744)	FAX番号	029-873-1775
担当者	森 まどか	E-mail	kenkou@city.ushiku.ibaraki.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

♡はじめての離乳食♡

牛久市公式ホームページにて公開中

これから離乳食をはじめて
みようと思っているけれど
不安…

離乳食をはじめてみた
けれど、わからない
・うまくいかない



そんな方は、ぜひ1度、ホームページを見てみてください！



離乳食の進め方、離乳食を進める際のポイントなどについて分かりやすく説明
しています。また、文章や写真だけではわかりづらい離乳食の作り方について、
動画で解説しています。



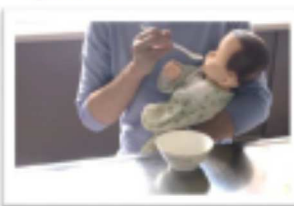
①調理器具について



②おかゆの作り方



③野菜ペーストの作り方



④離乳食の食べさせ方

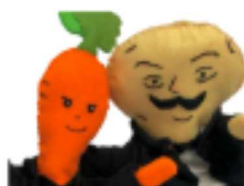
写真ではわからない
おかゆの固さも一目瞭然！

僕たちが動画で
説明するよ♪



牛久市食育推進のためのキャラクター
USHIKU 野菜オーケストラ
「ジャガ」&「キャベツ」

離乳食は、これからの食事が楽しくなるための第一歩です。
赤ちゃんのすこやかな成長のために、見守り、手助けしてあげましょう。



見てね♡



URL : <http://www.city.ushiku.lg.jp/page/page009247.html>

牛久市保健福祉部健康づくり推進課（保健センター）873-2111 内線1744

令和2年7月作成

No. 3 7		あかちゃんキッチン	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		さくら市母子保健事業指針の「育てにくさを感じたときに対処できる親の割合」85.0%（令和3年度）	
現状と課題		平成20年度に実施したさくら市次世代育成支援に関するニーズの調査では、子育てに関する日頃の悩みに「食事や栄養に関すること」を挙げた者の割合が上位に位置していた。子育て支援センターは市内に6か所設けているが、離乳食に関する相談事業は月1回程度である。本課における離乳食や幼児食に関する相談件数は、電話相談や家庭訪問、各種相談事業を含め、平成30年度377件、令和元年度352件と、食事に関して悩みを持つ保護者は多い。	
事業の目的		保護者が離乳食中期以降に抱える不安の解消と、保護者同士の交流を図る。	
対 象		6～8か月の児とその保護者	
連携機関		事業周知のため、総合政策課に広報依頼	
実施時期		年4回（6月12日、9月24日、12月9日、※3月12日は新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止）	
事業内容		参加者には、人参を用いて普段家庭で離乳食を作る際の食材の切り方、茹で時間を実践してもらう。参加者同士で切り方や茹で時間が異なるため、他者と柔らかさ等を比較し、どのような大きさ、茹で時間で調理したほうが赤ちゃんは食べやすいか確認してもらう。また、主催者側もお粥と茹でた野菜を用意。離乳食期のフードモデルとして、参加者が目で見ただけでなく、実際に触れて柔らかさなどを確認できるようにしている。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	地区担当保健師と連携し、フォローが必要な方には個別で事業の案内を行っている。事業回数を重ねるごとに、参加率にすると差はないと思われるが、参加組数は6組、9組、10組と増えており、事業の必要性が窺える。	
	結果評価	教室に参加した計25組の保護者を対象に、離乳食に対する不安は解消されたかアンケートを実施。「離乳食に対する不安は解消されたか」の問いに「不安が減った」を挙げた者の割合が56%で最も高く、次いで「解消された」が44%となっていた。今回の事業内容は、参加者の不安軽減に大いに役立っていると考えられる。また、教室終了後には自由時間を設け、参加者同士が育児に関して話をしたり、連絡先を交換し合う姿も見受けられた。	
課 題		市の合計特殊出生率は県内上位を占めているが、平均世帯員数は2.5人と核家族化も窺える。このような背景もあり、育児や離乳食等に関する身近な相談先として、市保健センターの役割は大きいと考えられる。保護者がどのような悩みを抱え、どのような相談の場を求めているのか乳幼児健診等でニーズを把握し、事業に反映させていきたい。	
その他			

工夫した点	・保護者が疑問に思っていることを気軽に発言できるよう、少人数制で行っている。 ・保護者が児の対応をしながら家事が行えるよう、児をおぶってもらいながら調理をしてもらう。
-------	--

キーワード：あかちゃん、離乳食

実施主体	さくら市	所在地	栃木県さくら市櫻野 1319 番地 3
電話番号	028-682-2589	F A X 番号	028-682-5156
担当者	佐藤 結香	E - mail	u-hoken@city.tochigi-sakura.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	◎ ・ 不可		

No. 3 8		からだ健やか昼食会	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		指標：【健康まえばし 2 1（第2次計画）後期計画】健康長寿を目指し、楽しい食生活を送る 目標：【食育推進計画】バランスのとれた食事をするよう心がけている市民の割合 60%以上(R4 年度)	
現状と課題		高齢者サロンにおける自立高齢者の食品摂取の多様性等の調査結果では、昼食を「食べない」または「たまに食べないことがある」が 3.2%であり、朝食 1.4%、夕食 2.2%と比べ、昼食欠食の割合が高かった。食育に関する市民意識調査では、「共食の機会がほとんどない」割合は 70 歳以上が最も多く、男性 8.5%、女性 7.7%であった。これらのことから、高齢期における低栄養予防のための支援と共食の機会を提供する「からだ健やか昼食会」を実施した。	
事業の目的		共食の機会を提供し、実施に昼食を食べることにより低栄養予防のための栄養バランス・量を知ることができる。また、口腔ケアのアドバイスをを行い、食事食べるために口腔ケアが大切であることに気づき、今後の生活で実践し、自ら介護予防を行う手立てになることを目的とする。	
対 象		市内在住の、65 歳以上のひとり暮らし又は高齢者のみ世帯の人	
連携機関		介護予防サポーター、社会福祉協議会（地区サロン）	
実施時期		令和元年 5 月～11 月	
事業内容		方法：地区公民館を会場に市内を巡回する形で実施 実施前に、実施する地区公民館の地域サロンに出向き教室の周知 内容：①栄養バランス・量を整えた食事を用意し、共食の場を提供 試食前に献立の紹介とともに栄養バランス・適量について説明 参加者は、試食を通して普段の食事との違い(バランス・量・味付け・満足感)について確認 実践につながるよう食事を用意する際のコツや代替方法、調理方法などについて説明 食品摂取の多様性得点が高い人ほど生活機能の低下が緩やかであることを説明し、実践を促す ②歯科衛生士による唾液腺マッサージの実技、食後に口腔ケアについて説明 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	実施回数 6 回、参加者数 88 人、平均参加者数 14.6 人/1 回で、前年度の実施回数 4 回、参加者数 39 人平均参加者数 9.8/1 回を上回った。 しかし、実施地区が異なり地域性もあるため単純比較は出来ないが、地域サロンに出向き教室の趣旨等を含め、顔を合わせる形で周知できたことの効果であると考え。	
	結果評価	教室後アンケートの結果、普段の昼食と比較した場合「量が多い」が 52.4%、「同じ量」が 39.4%であった。味付けについては「いつもより薄く感じた」が 47.7%と最も多く、自由記載でもバランス、量、味付けが参考になったとの回答があり、普段の食事との違いに気づききっかけになったと考え。また、「昼食をひとりで食べる」が 46.6%と最も多く、共食の機会を提供することができた。	
課 題		参加者は食への関心・意識が比較的高い人が多いことから、今後は食への関心・意識が低い人へのアプローチについて検討が必要である	
その他			

工夫した点	実施地区の地域サロンに出向き、健康教育を兼ねた教室の周知を実施
-------	---------------------------------

キーワード：共食、体験（試食）

実施主体	前橋市長寿包括ケア課	所在地	群馬県前橋市大手町 2-12-1
電話番号	027-898-6133	F A X 番号	027-223-4400
担当者	三木 智子	E - mail	chouju@city.maebashi.gunma.jp
HP への連絡先の掲載	可・不可		

No. 3 9		簡単健康レシピ普及事業		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ ＊該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		レシピの配布数、フレイル予防教室及びフレイル講演会参加者の満足度アンケートと教室終了後、参加者へ電話連絡にて参加者の様子聞き取りを実施。		
現状と課題		高齢化率が 26.8％（令和 2 年 4 月 1 日時点）であり、65 歳健康寿命が男性 63 市町村中 60 位（16.91 年）、女性が 63 位（19.72 年）（平成 29 年時点）であった。このことから、早急に対策が必要であると考えた。		
事業の目的		高齢者等に向けた簡単健康レシピを作成し、低栄養対策を行うことで生活習慣病や要介護状態を予防し、市民の生活の質を守り健康寿命の延伸を図る。実際に参加者が調理することで、自宅での料理作りの参考となり、また、参加者同士の交流の場とすることで参加者のコミュニティを作るきっかけとなることを目指す。		
対 象		市民（特に 65 歳以上の高齢者）		
連携機関		女子栄養大学、長寿いきがい課		
実施時期		令和元年度 4 月～2 月		
事業内容		市内の高齢化が進む中で長寿いきがい課と連携し、フレイル対策に取り組むことを企画した。女子栄養大学の協力を得て、手軽で簡単に作れるフレイル予防を目的としたレシピ集「簡単！高たんぱく質フレイル改善レシピ」作成した。レシピ集は窓口及び公共施設にて配布し、広報誌では毎月レシピの掲載を行っている。また、主な対象である高齢者への周知効果を高めるため、レシピを監修した講師による調理実習を含むフレイル予防教室を 2 回開催した。フレイル予防教室は、身体計測、握力測定、食事記録、咀嚼機能のチェックを行い、参加者が自分自身の口腔機能・栄養状態・身体状態の現状を把握し、自身の日頃の生活を見直すきっかけづくりを目的として行った。参加者には自己目標を設定してもらい、教室終了後に電話をかけその後の様子を聞き取り調査した。その他、レシピを監修した講師及び理学療法士によるフレイル予防に必要な栄養と運動について講演会を 1 回開催した。 ※資料添付： 有 ・ 無		
評価	プロセス評価	これまで高齢部門と連携した事業を行う機会がなかったが、本市におけるフレイル対策の重要性を共通認識することにより、初めて協同することができた。また、高齢部門が関わることにより、地域包括支援センター等で周知できた。会場を比較的高齢者の多い地域に設定し、近隣の町会等でも周知した。当初は男性のみのフレイル予防教室を予定していたが、会場によっては、参加申込者が少なかったため女性も可とした。参加申込者に、事前に電話で日程や持ち物の確認をすることで、当日がスムーズに運営できた。		
	結果評価	咀嚼機能を見るテストでは、各会場で 1、2 名は全く咀嚼できていないかたが見受けられ、大変興味深い結果となった。また、当日アンケートや後日電話による聞き取りでは、勉強になった、実際に家で作ってみたとの感想がほとんどであった。		
課 題		次年度以降継続するためには、同様の内容が行える委託先を確保する必要がある。		
その他				

工夫した点	フレイル予防教室で参加者に実際の自分自身の現状を認識してもらうことで、日頃の生活を見直すきっかけになったと考える。
-------	---

キーワード：フレイル対策、フレイル予防教室、フレイル講演会

実施主体	三郷市健康推進課	所在地	埼玉県三郷市花和田 648 番地 1
電話番号	048-930-7773	F A X 番号	048-953-7096
担当者	城本 華依	E - mail	kenkou@city.misato.lg.jp
H P への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 4 O		野菜を食べよう柏協力店	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・緑黄色野菜を毎日2回以上食べる人の割合（成人）20%以上 ・淡色野菜を毎日2回以上食べる人の割合（成人）30%以上	
現状と課題		柏市健康増進計画策定時に健康課題を把握するため、平成23年度に柏市民健康意識調査を実施した。その結果、栄養・食生活分野の課題として野菜の摂取不足が挙げられた。中間評価を実施した平成28年度の調査では、割合は微増したが、目標値にまでは達していなかった。 ・緑黄色野菜を毎日2回以上食べる人の割合（成人）H23 17.1%、H28 17.6% ・淡色野菜を毎日2回以上食べる人の割合（成人）H23 21.9%、H28 23.0%	
事業の目的		(1) 飲食店等において野菜料理の提供を促進することで、野菜摂取増加に向けた食の環境整備を図る。 (2) 市民が柏市産野菜を食べる機会を増やし、地元の新鮮野菜の美味しさを知らせる。 (3) 野菜を食べることが、健康づくりに必要であることを知らせる。	
対 象		柏市民及び柏市周辺の住民	
連携機関		柏市保健所管内調理師会、食品衛生協会	
実施時期		平成29年度～令和4年度（最終評価は次期健康増進計画の策定時に合わせて実施）	
事業内容		次の6項目のうち、2項目に取り組んでいる飲食店等に協力店として登録をもらい、市民に利用してもらう。 (1) 健康づくりに関する情報発信に協力可能 (2) 野菜たっぷり(1食に野菜が約120g以上)メニュー提供 (3) 小鉢ひと皿や、付け合せの野菜が約70g以上のメニュー提供 (4) 野菜の惣菜販売 (5) 柏市産の野菜料理の提供または販売がある (6) 野菜を購入しやすく工夫している 登録店舗には、事業周知用ののぼり旗・メニューシール、健康情報発信用啓発物品等を配付。（現在、登録店舗数36） 市民へは、市ホームページやイベント、啓発展示等により、事業を周知。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	登録店舗の募集は、調理師会理事会や食品衛生協会主催の講習会を周知の機会として活用した。また、健康ちば協力店に登録している店舗へも柏市独自の本事業に協力を依頼した。各団体に所属している店舗には周知できたが、未加入の飲食店等も多い。未加入店舗への周知は、行政の経済振興部門と連携を図り登録店舗数の増加につなげたい。（令和2年度の目標登録店舗数；40）	
	結果評価	・緑黄色野菜を毎日2回以上食べる市民の割合の増加 ・淡色野菜を毎日2回以上食べる市民の割合の増加 健康増進計画の最終評価と合わせて事業評価を実施する。（令和4年度予定）	
課 題		・登録店舗数の伸び悩みと、取消の届け出が認知されていないため、廃業した飲食店を把握できない。 ・市民への事業周知が不十分で、登録店舗の利用につながらない。	
その他			
工夫した点		外部団体（調理師会・食品衛生協会）と事業周知について連携したこと。	

キーワード：野菜を食べよう柏

実施主体	柏市保健所健康増進課	所在地	柏市柏下65-1ウェルネス柏内
電話番号	04-7167-1256	F A X 番号	04-7164-1263
担当者	熊井・岩下	E - mail	Kenkozoshin@city.kashiwa.chiba.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 4 1		コロナ禍における健康福祉センターでの親子対象の食育推進	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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) 新型コロナウイルス感染症に対応した「新しい生活様式」における食生活の変化や課題に応じた栄養・食生活支援		○
指標と目標値		コロナ禍に対応してホームページや動画配信、SNS を活用して親子へ食育を推進する。 ・板橋区健康づくり 21 計画 いたばし健康プラン 基本指針 正しい生活習慣を実践する「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の増加」 成人期：平成 29 年 54.5%→令和 4 年（2022 年）までの目標値 80% 「野菜の摂取量を増やす」（350 g に近づける） ・食育推進計画 「食生活を実践する力を身につける」「食の大切さや食文化を伝える」→増やす	
現状と課題		コロナ禍、健康福祉センターでの対面による食育関連事業がすべて中止となり、新たな方法で食育推進に取り組むことが急務となった。	
事業の目的		コロナ禍であっても家庭で親子が楽しみながら取り組むことのできる食育媒体を提供し、食への関心を高める。	
対 象		親子 主に学齢期～成人期	
連携機関		区内農園 商業施設 ケーブルテレビ 区関係部署 等	
実施時期		① 「おすすめ簡単レシピ」の発信 4 月の緊急事態宣言期間から継続 10 月いたばしパパ月間では、男女社会参画課と共に重点的に普及啓発 ② 「夏休みおうちで親子クッキング」小学校夏休み期間～8 月 31 日（Instagram 写真投稿締切）	
事業内容		① おすすめ簡単レシピのホームページ掲載といたばしパパ月間と併せたイベント 区ホームページに健康福祉センター管理栄養士による家庭で簡単に作ることでできるおすすめレシピを紹介。主食、主菜、副菜、おやつその他、子どもと一緒に食べられる、子どもと一緒に作れる料理に分類して掲載。10 月のいたばしパパ月間では、男女社会参画課と協働し、広報紙や大型スーパーのイベントスペースで周知した。 ② 夏休みおうちで親子クッキング 区ホームページに家庭で食育に取り組める夏野菜を使った簡単手作りピザ等のレシピと作り方の動画、食育ワークシートを掲載した。区広報紙や Instagram、Twitter、ケーブルテレビで周知し家庭で手作りのピザの写真投稿を募集した区立小学校、図書館、そのほか親子が利用する区内関連施設に周知した。 ※資料添付：有・（無）	
評価	プロセス評価	非対面による食育の推進に、5 か所の健康福祉センター管理栄養士と連携機関、農園等、広く連携して取り組むことができた。SNS の活用を含む多角的な方法で啓発した。	
	結果評価	家庭で活用できる食育媒体をホームページに掲載し、SNS を活用して周知し、作った料理写真を投稿する企画ができたことは、ウィズコロナ、アフターコロナの食育推進の手法として有効である可能性は示唆できるが、緊急対応した事業のため評価は難しい。	
課 題		動画作成や SNS の活用には、設備や環境面での課題がある。様々な情報が溢れる SNS において、対象に適切に受け取ってもらえる魅力的な情報発信方法の検討も必要である。また、オンライン講習会が可能な環境整備等、今後の課題である。	
その他		・おすすめ簡単レシピ URL https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/shokuiku/eiyou/1022186/index.html ・夏休みおうちで親子クッキング URL https://www.city.itabashi.tokyo.jp/kenko/shokuiku/eiyou/1023977.html	
工夫した点		区内 5 か所の健康福祉センターと連携機関が連携し、コロナ禍で非対面による食育の推進に、限られた設備の中で動画や SNS 配信を活用したこと。	

キーワード：食育、他部署連携、親子、SNS 活用

実施主体	東京都板橋区立健康福祉センター	所在地	(代表) 志村健康福祉センター 東京都板橋区蓮根 2-5-5
電話番号	03-3969-3836	F A X 番号	03-3969-2251
担当者	山内みどり	E - mail	ki-sken-fks@city.itabashi.tokyo.jp
HP への連絡先の掲載	（可） ・ 不可		

No. 4 2		みたか健康づくりセミナー 「フレイル予防でキラリ健康長寿」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		65歳以上のすべての高齢者に対し、運動、口腔、栄養及び認知症予防等に関する介護予防教室を実施し、要介護状態になることへの予防 及び要介護状態の重度化防止に努める。 また、地域包括支援センター、社会福祉協議会及び住民協議会等と連携し、より身近な場所で多くの方が参加できるよう、一般介護予防事業の更なる充実を図る。	
現状と課題		BMI という指標を用いて、低栄養傾向の高齢者の割合を調べた結果、「BMI が 20 以下」の低栄養傾向の高齢者は 22.6%で、平成 27 年（2015 年）の国民健康・栄養調査では BMI が 20 以下の高齢者は 16.7%であったので、三鷹市の方が低栄養傾向の高齢者の割合が高い結果となった。	
事業の目的		元気高齢者の増加、要介護状態になる前から積極的に健康づくりに取り組めるよう、一般市民を対象にした「フレイル予防」を行う。またいつまでも元気に地域に住み続けられるよう、地域活動の活性化に向け、住民協議会等と連携して、市民健康講座等の各種講座の実施や介護予防事業を行うなど、地域で行う健康づくり事業を推進する。	
対 象		一般市民	
連携機関		住民協議会	
実施時期		令和 2 年 11 月 4 日、11 日、18 日	
事業内容		○第 1 回 講演・実技「あなたの元気はみんなの元気～フレイル予防でずっと健康」（健康長寿医療センター研究所 理学療法士）フレイル予防の総論。社会参加・運動・食事について実技を取り入れながらの講演。 ○第 2 回 講演・実技「毎日コツコツ元気体操～毎日の生活にプラス 10～」（介護予防運動指導員）毎日の暮らしの中で体を動かす意識を持つことや、体を動かすポイントを楽しく伝え、毎日続けられる運動を提案。 ○第 3 回 講演「粗食がよい！はもう古い～しっかり食べてフレイル予防～」（管理栄養士）低栄養になる原因や食事の誤った認識を変える工夫についての講話 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	参加者 第 1 回：15 人 第 2 回：12 人 第 3 回：13 人 （コロナウィルス感染症予防のため、募集人数 15 名）	
	結果評価	アンケート結果では、「これからの生活に取りようと思いましたが」という設問に対し「積極的に取り入れたい」または「できることは取り入れたい」と全員が回答。	
課 題		市内 7 ヶ所の全コミュニティ・センターで実施予定だったが、コロナウィルス感染症のために 6 ヶ所が中止となり実施 1 ヶ所のみであった。	
その他		「みたか栄養だより」を活用 (No.1～12 https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/085/085534.html) (No.13～19 https://www.city.mitaka.lg.jp/c_service/089/089685.html)	
工夫した点		地域に密着している住民協議会と共催で事業を行うことによって、参加者の自宅付近での参加が可能である。管理栄養士の講演ではたんぱく質の摂取量について、「手ばかり」の画像を用いた資料を配布。果物の量についても写真入りの資料を使用して視覚的に分かりやすく示した。	

キーワード：高齢者、フレイル予防、住民協議会との協働

実施主体	三鷹市健康福祉部健康推進課	所在地	東京都三鷹市新川 6-37-1
電話番号	0422-45-1151	F A X 番号	
担当者		E - mail	
HPへの連絡先の掲載	住所・電話番号のみ可		

三 鷹 市 高 齢 者 計 画 ・ 第 七 期 介 護 保 険 事 業 計 画 平 成 30 年(2018 年)3 月

三鷹市健康福祉総合計画 2022 第 2 次改定

No. 4 3		高齢者保健・介護一体化事業における栄養改善訪問指導	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		【アウトプット】①管理栄養士による個別指導の利用者数 (R2 年度目標値)15 人 ②全利用者のうち維持・改善者の割合 (R2 年度目標値)100% 【アウトカム】①75 歳以上の糖尿病罹患者の割合 (R5 年度目標値)30.0% ②75 歳以上の高血圧症罹患者の割合 (R5 年度目標値)70.0% ③後期高齢者健康診査質問票における低栄養に係る項目の該当者の割合 (R5 年度目標値)R3 年度に設定 ④介護保険事業対象者（基本チェックリスト）における低栄養に係る項目の該当者の割合 (R5 年度目標値)2.5%	
現状と課題		【現状】・要介護認定の原因疾患は、循環器系疾患が第1位である。 ・75 歳以上高齢者の医療費は、循環器系疾患でレセプト件数、費用額ともに高い状況である。 【課題】・循環器系疾患の発症予防のためには、その要因となる、高血圧性疾患や糖尿病の発症予防・重症化予防の取組が必要である。	
事業の目的		高血圧、糖尿病等の生活習慣病の重度化防止や低栄養状態の改善を図り、高齢者の QOL の向上を目指す。	
対 象		市内に在宅の 75 歳以上	
連携機関		公益社団法人 新潟県栄養士会	
実施時期		令和 2 年 4 月～令和 3 年 3 月	
事業内容		【生活習慣病の重度化防止】 対象者抽出基準：糖尿病や高血圧症等の生活習慣病が重症化するおそれがあり、医師から食事指導に関する指示があった者 対象者の抽出方法：医師からの診療依頼書の提出 【低栄養の改善】 対象者抽出基準：介護保険の基本チェックリスト及び後期高齢者健康診査の質問票において、①6 か月間で 2～3kg 以上の体重減少があった②BMI18.5 以下 の 2 項目に該当した者 対象者の抽出方法：①対象者の抽出方法：基本チェックリストから低栄養の疑いのある対象者を抽出し、包括職員が介入の必要性を判断する。②後期高齢者健康診査質問票のデータから対象者を抽出し、健診結果説明会において保健師等が対象者の状態及び介入の必要性を判断する。③未把握者への訪問時に保健師又は看護師が介入の必要性を判断し、本人同意の下、必要に応じて包括へ情報提供する。 ※①～③のいずれか ※資料添付： ☒ 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・令和元年度から、栄養士会との連携を見据えて本部や支部担当者との打合せを行い、共通認識のもとで事業を進めることができた。	
	結果評価	利用者：1 人 ・健診の結果通知へのチラシの同封、結果説明会に来られた方などへの声掛け等により事業周知を行ったが、利用につなげることができなかった。	
課 題		・対象者の抽出基準を見直す必要がある。 ・事業対象者に対して利用案内を送付する等周知を行う必要がある。	
その他			
工夫した点		高齢者の健康状態を多角的に把握し、必要な方に保健指導ができるような内容とした。	

キーワード：

実施主体	三条市福祉保健部健康づくり課	所在地	新潟県三条市旭町 2-3-1
電話番号	0256-34-5448	F A X 番号	0256-34-5572
担当者	大泉千裕	E - mail	kenko@city.sanjo.niigata.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 4 4		産学官民で「減塩いいね！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○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		長期目標：高血圧Ⅱ度以上人数の減少、脳血管疾患発症の減少 短期目標(年度)：みそ汁調査の協力者を増やす。適塩のみそ汁を飲んでいる人や野菜を多く摂る人を増やす。食塩を多く摂る人を減らす。	
現状と課題		・H28年度特定健診結果から、血圧Ⅱ度の人の割合が多く県内ワースト1位であり、生活習慣病患者の状況を見ると脳血管疾患や介護認定者の多くが「高血圧」に起因していた。減塩・適塩を推進し「高血圧」の予防を行う「減塩いいね！プロジェクト」を平成29年度から実施している。	
事業の目的		産学官民連携して減塩・適塩をすすめ、高血圧を予防し健康寿命延伸につなげること	
対 象		地域住民	
連携機関		スーパー、薬局、小中学校、住民 ボランティア団体（食生活改善推進協議会、母子保健推進員連絡協議会、介護予防ボランティア等）	
実施時期		平成29年4月～	
事業内容		・産学官民連携で行う健康づくり。 ・産・減塩食品を販売するスーパーや血圧相談ができる薬局を「減塩いいね！協力店」として認定。協力店は、のぼり旗の設置や減塩食品の案内看板を作るなどして減塩をPRしている。 ・学・減塩食品を使った給食メニューを提供し、校内放送や給食だよりを通じて、小中学生に減塩・適塩を学んでもらっている。また、小学5、6年生に「減塩いいね！作文」を募集したところ、健康を考えた母親の料理への感謝など110作品の応募があり、最優秀作品を朗読発表した。 ・官・令和2年7月から毎月第3週を「減塩いいね！週間」に制定。週間制定を記念し高血圧を学ぶ講演会を開催予定（令和3年2月23日） ・民・住民で希望される方を「みそ汁調査隊」に任命。「みそ汁調査隊」は研修会で減塩・適塩について学んだあと自宅や近隣のみそ汁調査を実施。調査票を町に提出し、町は集計結果や課題を「みそ汁調査隊」と共有し、次年度の調査活動に活かしている。 ・令和2年度は新型コロナ感染拡大に配慮し近隣の調査を止め、みそ汁調査隊の自宅のみ実施。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	・みそ汁調査数が3年間で3倍と増加（H29年度：445人→R1年度：1,260人）※全てR1年結果 ・適塩のみそ汁を食している人の増加（H29年度：86.1%→R1年度：87.5%） ・30～50代の食塩摂取量が多いことを把握（30代の約54%、40～50代の約40%が多い） ・10～30代の野菜摂取量が少ないことを把握（目標量達成率10代：18.2%、20代：25%、30代：23.1%）	
	結果評価	・継続的に調査を受けている人は「適塩のみそ汁への変化」や「麺やみそ汁の回数を減らした」などの行動変容が見られた。行政ではなく性格などを考慮できる知り合いからのアドバイスは、実践に繋がりがやすいと考える。	
課 題		・食塩を多く摂る傾向や野菜摂取量不足は若い世代に多いことから、年代別の対策が必要。 ・みそ汁調査隊員の成り手不足。	
その他		みそ汁調査の普及により塩分測定器の関心が高まり、塩分測定器販売店（薬局やホームセンター等）と連携し購入補助を実施。塩分測定器を購入しやすい環境を作り、行動変容に繋がった。	

工夫した点	住民を巻き込んだ産学官民連携の健康づくり。分かりやすく覚えやすいネーミング。マークの作成。
-------	---

キーワード：減塩・適塩・みそ汁・塩分測定・産学官民

実施主体	入善町元気わくわく健康課	所在地	富山県下新川郡入善町上野 2793-1
電話番号	0765-72-0343	FAX番号	0765-72-5082
担当者		E-mail	
HPへの連絡先の掲載	可・無		

No. 4 5		食環境づくり推進事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		健康づくりサポート店登録数（年間新規登録数 15 店）	
現状と課題		核家族化、単身世帯の増加、多様な労働力の需要など、社会構造の変化が、食の外部化、極端な簡便化、エネルギーや脂質の過剰摂取によるバランスの乱れ、野菜摂取不足などを原因とした栄養の偏りにつながり、肥満や生活習慣病の増加など健康へ影響を及ぼしている。	
事業の目的		食生活の多様化に伴う外食への依存の高まりに鑑み、外食を含めた適切な食生活の管理を実施するため、市民の健康づくりを応援する飲食店等「健康づくりサポート店」の普及を推進し、健康づくりに関する情報を提供する環境を整備することにより、食を通じた市民の健康づくりを支援する。	
対 象		金沢市民	
連携機関		市内の飲食店等、宿泊施設、事業所や大学等の食堂、金沢市食品衛生協会、FM ラジオかなざわ、子育て支援課	
実施時期		平成 16 年 2 月～	
事業内容		健康づくりサポート店は、飲食店等からの申請により「栄養成分表示店」や「食育推進協力店」としての登録（複数登録可）と、市食育ホームページでの店名紹介を行う制度。登録店には登録証と掲示用シートを交付。登録は 2 年更新。 ＜栄養成分表示店の主な登録内容＞ エネルギー、たんぱく質、脂質、炭水化物、食塩相当量の表示や、主食・主菜・副菜を組み合わせ 650kcal 未満及び食塩相当量 3 g 未満のメニューを提供している等。 ＜食育推進協力店の主な登録内容＞ 金沢版食事バランスガイドの掲示、アレルギーの提供、加賀野菜を使用したメニュー、県内水揚げの魚使用、高齢者対応、子育て応援等。 ※資料添付： 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	登録店数：389 店（栄養成分表示店：275 店、食育推進協力店：283 店）（令和 2 年 12 月末） 金沢市食品衛生協会の研修会で事業者向けに健康づくりサポート店を周知と募集、市食育ホームページや FM ラジオかなざわ、金沢子育てお役立ち BOOK「のびのびビーノ」で市民へ周知。	
	結果評価	登録廃止店：10 店、新規店：4 店（令和 2 年 12 月末）廃業の店以外は、ほぼ更新できている。	
課 題		今後も市民の健康づくりを応援する「健康づくりサポート店」の普及を推進するため、登録数の増加を進めていく。市民が飲食店等を利用する際に「健康づくりサポート店」を選ぶよう、様々な機会を通じて周知を行う。	
その他			

工夫した点	飲食店等の他、企業の食堂、宿泊施設、食に関わる様々な事業者が登録できるようにした。
-------	---

キーワード：食環境づくり 健康づくりサポート店

実施主体	金沢市保健所 地域保健課	所在地	石川県金沢市西念 3 - 4 - 25
電話番号	076-234-5102	F A X 番号	076-234-5104
担当者	押野 裕美	E - mail	oshino@city.kanazawa.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 4 6		ケーブルテレビを活用した食育活動「わくわくクッキング講座」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		・ 食の大切さを知り、食への興味を持つ子どもが増える。 ・ 料理を楽しむ子が増える。	
現状と課題		現代の世の中では、多くが食べ物にあふれ、好きな物を好きなように食べられる状況にある。また、共働きの家庭も増え、家庭での調理の経験も乏しく、親子共に食生活の乱れが懸念されている。 このような状況のなか、本市では毎年夏休みに親子料理教室を開催し、食の大切さや調理の仕方などを伝えているが、今年度は新型コロナの影響で例年通りの料理教室が実施できないため、3密を避ける形での食育活動を行う必要があった。	
事業の目的		コロナ渦であっても、子どもたちに食の大切さと、食育に必要な5つの力、調理の楽しさを伝える。	
対 象		小学生親子を対象とした内容を放送（視聴は UBC 加入者）	
連携機関		上野原ブロードバンドコミュニケーションズ（UBC）	
実施時期		令和2年8月～令和2年10月	
事業内容		食生活改善推進員に協力してもらい、食育5つの力の説明、食育クイズ、調理（料理番組風に実施）を撮影し、放送した。 放送に合わせ、推進員さんが小学生親子の家庭を訪問しリーフレットを渡し、番組のお知らせを行った。 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	UBC の協力により、わかりやすく見やすい映像であった。	
	結果評価	どのくらいの人が見たか、数値として表せない。	
課 題		放送の周知が限られた方法でしか出来ず、広く市民にお知らせできなかった。 今後は多くの人に見てもらえるよう周知する必要がある。	
その他			

工夫した点	見る人がわかりやすく楽しめるよう、イラストや図などを活用して撮影した。
-------	-------------------------------------

キーワード：

実施主体	山梨県上野原市	所在地	山梨県上野原市上野原3163
電話番号	0554-62-4134	FAX 番号	0554-30-2041
担当者	石川美鈴	E-mail	ishikawa-fqi@city.uenohara.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 4 7		尿中塩分測定で高血圧対策	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		- 尿中塩分測定により、塩分摂取量の確認できた人の人数…50 人 - 家庭血圧測定後、Ⅰ度以上高血圧で未治療の人の受診（治療）率の向上。	
現状と課題		茅野市は、国保特定健診の結果から、県平均(4.5%)と比べⅡ度以上高血圧の人が7.7%と多い。その背景として、塩魚や練り製品などの魚加工品が店頭によく並び、食べられている。また野菜を作っている人が多いが、漬物に加工し、それらから塩分を多くとっている人が多い傾向があるのではないかと、と予想される。また、特定健診の結果から、降圧薬治療をされている人が少ない傾向がある。	
事業の目的		特定健診時血圧Ⅱ度以上の人に、尿中塩分測定を行うことで、塩分のとり方に関心を持ってもらう。また家庭血圧を測ってもらい、後日家庭での血圧の状況を確認し、治療や生活改善の必要性について理解してもらう。聞き取りによる食事調査から、血圧と食べ方との関係の分析に役立てる。	
対 象		昨年度特定健診血圧Ⅱ度以上（通知案内）、及び今年度健診血圧Ⅱ度以上(保健指導対象者)の希望者 <u>実施者内訳</u> - 性別：男性 24 人、女性 26 人 - 血圧：Ⅲ度高血圧 9 人、Ⅱ度高血圧 41 人 - 年代：70 歳代 28 人、60 歳代 17 人、50 歳代 3 人、40 歳代 2 人	
連携機関		尿中塩分測定委託先 メディック（単価 300 円税別）	
実施時期		2020 年 7 月～10 月の 3 日間	
事業内容		尿中塩分測定と保健指導（管理栄養士と保健師による個別面接にて実施） - 採尿日当日の保健指導 - 塩分味覚テスト（テストペーパー 「ソルセイブ RANGE0.6」） - 塩分チェックシート 1 日分の食事からの塩分摂取量の計算 - 家庭血圧測定の実施 - 後日、結果説明と家庭血圧を確認しながら保健指導、減塩のアドバイス等 ※資料添付：有・ <u>無</u>	
評価	プロセス評価	- 尿中塩分測定実施者 50 人 - 尿中塩分平均（g）※血圧分類は 2 回目の面接時、家庭血圧測定値の平均値にて評価したもの。（男性 10.1、女性 9.7、【男女共通】高値血圧以下 10.1、Ⅰ度 9.5、Ⅱ度 13.2、Ⅲ度 11.1） - 塩分チェックシートの平均点 <u>塩分評価</u> 0~8：望ましい、9~13 平均的、14~19 多め、20~かなり多い（男性 13.5、女性 11.5、【男女共通】高値血圧以下 12.1、Ⅰ度 8.8、Ⅱ度 17.2、Ⅲ度 15.1） - ソルセイブを舐めて塩味を感じた人の割合 64%	
	結果評価	- 家庭血圧測定を行った人 43 人(50 人中)・家庭血圧Ⅰ度以上の人 28 人（うち 11 人血圧治療中） - 医療機関を受診した人 13 人（うち治療開始 10 人） - 降圧薬治療率 実施前 42%→実施後 62%	
課 題		関心の高い人のみ実施した。無関心層の人へも実施を考える。	
その他		今後も食事調査を合わせて実施できる人を増やし、食の実態を把握するデータが蓄積できるとよい。	

工夫した点	味覚テスト、尿中塩分を調べることで、味覚の感度や塩分の摂取について考えていただくきっかけ作りになった。家庭血圧測定結果を後日確認することで、受診につなげられた人が増加した。
-------	--

キーワード：尿中塩分を測定して、塩分のとり方を振り返ってみました

実施主体	茅野市役所 健康づくり推進課	所在地	長野県茅野市塚原 2-5-45
電話番号	0266-82-0105	F A X 番号	0266-82-0106
担当者	藤森 ルリ子	E - mail	kenko@city.chino.lg.jp
H P への連絡先の掲載	<u>可</u> ・ 不可		

No. 4 8		中学生の朝食欠食についてのアンケート	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		朝食欠食率 0% (第3次神戸市すこやかプラン 21: 達成目標 令和4年度)	
現状と課題		<現状&課題> 神戸市すこやかプラン 21 より ・朝食を食べない生徒の割合 中学1年: 5.7% 中学2年: 2.1% 中学3年: 4.5% ・朝食を欠食する人の割合 30歳代 男性: 35.5% 女性: 10.0% 40歳代 男性: 10.7% 女性: 3.7%	
事業の目的		1日の中で一番重要視される“朝食”の良さ（メリット）を知っていただき、朝食の重要性を理解したうえで、生徒全員が毎日朝食が食べられるように促すこと。	
対 象		町内の中学校に通う生徒	
連携機関		・中学校 ・中学校 PTA	
実施時期		7～10月	
事業内容		町内の中学校に通う生徒に対し、朝食と給食に関するアンケートを実施。そのアンケート結果をふまえ、今回は朝食に着目した内容のリーフレットを配布した。 <アンケート内容> <リーフレット内容> ①朝食を食べる回数は? ①アンケート結果 ②朝食で一番多く食べるものは? (主食) ②朝ごはんの効果 ③②以外の料理も食べますか? ③バランスの良い朝ごはんについて ※資料添付 : 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	中学校 PTA 側からの発信で、朝食や給食についてのアンケート調査の実施につながった。このことから、保護者としての朝食への意識・関心が高いといえる。また、コロナ禍でもできる食育の方法を見出すことができた。アンケート項目をもう少し増やせると、改善策を考案しやすいと感じた。	
	結果評価	アンケートの結果、朝食欠食率は4.0%だった。健康計画の目標値は0%であるため、目標を達成できていないことが把握できた。経年的に同じ項目でアンケートを実施し、状況把握ができると良い。また、朝食に対する意識調査もアンケート項目にプラスし、評価できると良い。	
課 題		子どもの食習慣は保護者の影響を受けやすいため、保護者の朝食状況や、生徒の睡眠状況も合わせて把握する。朝食を欠食する生徒が少人数になるため、個別指導の場を設けることも課題といえる。	
その他			

工夫した点	毎年、調理実習を含めた教室を開催していたが、新型コロナの影響で中止。調理実習は少人数制の事業になってしまうが、今回は対象者全員に対してコロナ禍でも取り組めることを実施できた。
-------	---

キーワード:

実施主体	神戸市保健センター	所在地	岐阜県安八郡神戸町大字神戸 1018
電話番号		FAX 番号	
担当者		E-mail	
HPへの連絡先の掲載	可 ・ ☐ 不可		

No. 4 9		介護事業所等と連携した在宅高齢者への栄養支援	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		個別支援で初回訪問時実施と評価時（初回から6か月後）の栄養アセスメントの変化（向上） 集団教育の実施回数 10 回 参加人数 100 人（延人数）	
現状と課題		前年度までは、担当課に栄養士の配属がなく、低栄養や重症化予防を目的とした個別支援や栄養改善に特化した集団教育の実施が困難な状況であった。 今年度から栄養士が配属され、介護事業所等と連携して低栄養予防やフレイル予防の周知啓発、栄養改善が必要な高齢者に対する栄養訪問を開始した。今後は、後期高齢者健診、今年度の実績結果等からの課題を明確にし、解決に向けた対策を進めていく必要がある。	
事業の目的		訪問を中心とした個別支援による在宅高齢者の栄養改善。 ポピュレーションアプローチによる低栄養予防の周知・啓発。	
対 象		（個別支援）介護事業所が関わっている在宅高齢者で、栄養支援を必要とする方 （集団教育）包括支援センターが担当するロコトレ（運動機能向上教室）OB 会参加者	
連携機関		市内包括支援センター、介護事業所、ロコトレ（運動機能向上教室）OB 会 伊豆市健康支援課	
実施時期		個別支援：令和2年8月開始 集団教育：令和2年12月開始	
事業内容		・個別及び集団教育による栄養支援の実施について、介護事業所へチラシ配布等により事前に周知。 ・個別支援：介護事業所から申請のあった在宅高齢者に対し、訪問を実施。事業所から基本的情報をいただき訪問・電話による継続支援。支援内容は事業所に報告し情報を共有している。 ・集団教育：包括支援センターが担当しているロコトレ OB 会（運動機能向上教室 OB）へフレイル及びオーラルフレイル予防講座を、健康支援課保健師とともに実施している。 ※資料添付 ： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	個別支援：個々に適応した食生活についての意識の向上、食生活改善の実践。（聞き取り） 担当事業所からの意見、感想。 集団教育：実施後の参加者の感想、意識や行動の変化（実施後のアンケート）	
	結果評価	個別支援：BMI 低値の場合は体重の増減、健診結果の数値が基準値外の場合は数値の維持・改善 集団教育：実施回数、参加者数	
課 題		在宅高齢者に係わる介護職が、栄養に関して十分な意識を向けていない傾向。また、高齢者自身が、医療機関で指示されている栄養管理ができておらず、今後医療機関と連携した支援が必要となる。	
その他		支援内容を事業所と共有することで、担当のケアマネージャーからも対象者に対し、今まで以上に栄養改善に関する声掛けをしていただける。	

工夫した点	文書のみでなく、介護事業所のヒアリングの場を利用して周知することにより、顔の見える関係づくりに繋げることができた。
-------	---

キーワード：在宅高齢者 介護事業所

実施主体	伊豆市健康福祉部長寿介護課	所在地	静岡県伊豆市小立野 38-2
電話番号	0558-72-9860	F A X 番号	0558-74-0151
担当者	大瀧 友恵	E - mail	shien@city.izu.shizuoka.jp
H P への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 5 0		健康いぬやま応援メニュー スタンプラリー	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		食への関心を高め、健康的な食生活への改善につなげる。	
現状と課題		「第2次みんなで進めるいぬやま健康プラン21」中間評価(2019年3月)より抜粋 【現状からみえる課題】 ・食生活の問題を改善するため、バランスのよい食事や食習慣・生活習慣の改善について理解を深め、実践し習慣化することが必要。 ・20～40歳代は特に朝食欠食率が高く、野菜摂取が少ないため、健康づくりに配慮した食生活や規則正しい食習慣について周知していくことが必要。	
事業の目的		食の健康づくりを推進するため、健康いぬやま応援メニュー～めざせ5つ星☆～事業と、認定店が提供する健康メニューの周知拡大を図り、食への関心を高める。	
対 象		市民・市内在勤者および協力店利用者（市外可、年齢制限なし）	
連携機関		食育推進担当者会（学校教育課、子ども未来課、産業課） 名古屋経済大学、犬山市商工会議所	
実施時期		スタンプラリー実施期間 令和2年9月1日～11月30日	
事業内容		令和2年7月1日現在で認定された店舗は12店舗で、そのうちスタンプラリーには11店舗が参加。（1店舗は応援メニューが時季限定のため参加できず。）期間中に違う3店舗に行き応援メニューを1つ食べると、指定の応募台紙に1つスタンプが押印され、スタンプを3つ集めて応募する。抽選で認定店で使える食事券2,000円分を22名に贈呈。（スタンプラリー参加11店舗×2名分）応募台紙に簡易アンケート有。 ※資料添付：有・	
評価	プロセス評価	平成29年11月 健康いぬやま応援メニュー～めざせ5つ星☆～事業開始。3店舗認定。平成30年度に新たに8店舗認定。1店舗移転のため取消。計10店舗。 令和元年度に新たに3店舗認定。1店舗メニュー変更のため取消。計12店舗。	
	結果評価	スタンプラリー応募総数 68名 市内在住 60名 市外在住 8名 簡易アンケート「応援メニューを食べて日常の食事の参考になりましたか。」の回答 ①参考になった 59名 ②参考にならなかった 2名（無回答7） 「よい企画です」「カロリー計算されたメニューでヘルシーでよかった」等の意見あり。	
課 題		・応援メニューが時季により提供できない1店舗がスタンプラリーに参加できなかった。（他1店舗も時季のものを使用しており、スタンプラリー中提供できない期間があった。） ・「認定店がもっとあるとよい」「メニューを増やしてほしい」との意見多数。	
その他			
工夫した点		・事業や認定店を広く周知するため、集めるスタンプ3つは同じ3店舗ではなく違う3店舗とした。	

キーワード：産官連携 食環境の整備

実施主体	犬山市役所 健康福祉部 健康推進課 ①市民健康館 ②保健センター	所在地	①犬山市大字前原字橋爪山 15-2 ②犬山市松本町一丁目 121 番地
電話番号	①0568-63-3800 ②0568-61-1176	FAX番号	①0568-65-3080 ②0568-61-1769
担当者	①立松 武大 ②岩見 恵美子	E-mail	①020201@city.inuyama.lg.jp ②020200@city.inuyama.lg.jp

No. 5 1		東近江市健康フェア	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		東近江市食育推進計画（第2次）2019年4月から2024年3月まで 適切な食事内容や量を知っている人の割合の目標値70%	
現状と課題		○現状(市民意識調査 令和元年9月調査)18歳以上の市民無作為抽出 健康づくりに取り組んでいる及び取り組みたいと思っている人の割合は83.5%で、食事の量や質に注意すると答えた人は46.5%で、朝食を食べている人の割合は、前回より減少しています。 ほとんど食べないと答えた人は10代、20代、30代の順に多くなっています。 ○課題 特に若い世代が健康に関心を持ち、望ましい食生活を実践できるようにすること。	
事業の目的		東近江市民健康づくり推進協議会が主体となり、関係機関及び団体の協働により健康づくりに関する情報と体験の場を提供することで、市民が健康に関心を持ち実践につながるようにする。	
対 象		東近江市民	
連携機関		東近江市医師会、東近江市歯科医師会、東近江市薬剤師会、滋賀県栄養士会、歯科衛生士会、看護協会、東近江総合医療センター、全国健康保険協会、鍼灸マッサージ師会、東近江市図書館、福祉総合支援課、東近江市健康推進員協議会	
実施時期		令和2年12月20日から令和3年1月15日 (例年は11月から12月頃に1日間実施)	
事業内容		令和2年度はイベントとしての実施は開催できず、「コロナに負けない健康づくり」と題して、各団体で作成した掲示資料を、開催会場9か所（市役所、コミュニティセンター等）で同時に展示する形で実施しました。 昨年は、体験型の実施が多く、血管年齢、骨密度、AGEsの測定、物忘れチェック、マッサージ、減塩みそ汁の試飲、野菜350g計量、野菜レシピの配布、子供向けの豆つかみゲーム、健康関係図書の紹介、栄養相談等を実施しています。 ※資料添付：有・ <u>無</u>	
評価	プロセス評価	昨年の来場者数は延べ2,112人 令和2年度は展示での開催としたため、来場者数は不明	
	結果評価	令和2年度は身近なコミュニティセンター等を利用し開催したことで、イベントには来られない方にも見ていただくことができた。	
課 題		若い世代の食及び健康に関心のある人は少ない。食に関する知識や意識の向上及び行動変容できるような取組を考え伝えていくこと。	
その他			

工夫した点	例年の健康フェアを開催する時は、若い親世代に参加してもらえるように、子どもが喜んで参加できるメニューを考え周知している。
-------	--

キーワード：

実施主体	東近江市東近江保健センター	所在地	滋賀県東近江市 東中野町4番5号
電話番号		FAX番号	
担当者		E-mail	
HPへの連絡先の掲載	可・ <u>不可</u>		

No. 5 2		スーパーマーケットにおける食環境整備事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		・スーパーなど食品サービスを提供する企業等が市民の健康に配慮した食品を提供することを推進。 ・薄味を心がける人の割合【現状】42.1%【目標値】50% ※舞鶴市健康増進計画(2018～2022)	
現状と課題		舞鶴市健康増進計画（2018～2022）において、特定保健指導対象者や高血圧症・糖尿病・脂質異常症に係る服薬者の割合が府平均より高い状況であった。また薄味を心がける人の割合がやや減少、外食や調理済み食品だけで食事を済ませる回数が増加しており、家庭の食事だけでなく外食や総菜などについても健康に配慮したものが提供される環境づくりが必要である。 （※外食や調理済み「週6回以上」H24→H29 7.6%増加、「週2～5回」H24→H29 16.5%増加）	
事業の目的		多くの人が利用するスーパーマーケットにおいて事業主や従業員の意識を変えとともに、市民が普段手に入る食料品を減塩などに工夫することで自然と健康的な食生活が定着することを目的とする。	
対 象		スーパーマーケット事業主・従業員、市民	
連携機関		株式会社フクヤ、有限会社エフクック（フクヤの関連会社：総菜工場）	
実施時期		平成30年11月～	
事業内容		【平成30年度】(株)フクヤへ訪問して市健康課題の共有と事業内容の説明を行い、賛同を得る。食品部門別売上等実態調査や商品のレシピ確認を行い売上上位和惣菜の調味料減量を行うことにした。 【令和元年度】「1品100gあたり塩分1.0g未満」の基準を設け、市から調味料割合の提案、(有)Fクックにおける商品開発や打合せを重ね、調味料を控えてもおいしい和惣菜2品が完成。同11月からモデル店にて販売開始。市職員による店頭試食会と市民アンケートを行い企業と結果を共有した。試食した人の75%がおいしいと答え、「他の総菜も薄くしてほしい」等ニーズを知ることができた。 【令和2年度】売上を確認し、商品の拡大を目指して打合せを重ね、さらに4品の調味料減量をすることができた。(株)フクヤおよび(有)Fクックでは、この共同開発をきっかけに、「やさしいお惣菜」とネーミングし、6月から市外を含むフクヤ全店舗にて6品を販売開始。その後は企業が主体的となって品数を増やし、10月からは「お惣菜セット」や「やさしいお惣菜弁当」も販売している。 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・減塩総菜6品とお弁当等を開発できた。 ・売上は昨年対比110%。 コロナ禍で総菜の売り上げが厳しい中、よい結果となっている。	
	結果評価	企業において調味料を減らすことで素材の旨味を生かせること、調味料の削減につながるなどの気づきがあり商品開発につながった。売上が上がり、顧客も薄味に慣れてきていることがうかがえる。	
課 題		・本社や総菜工場が他市・他県にある企業への介入は難しい。また味付けは売上に直結するため、企業は調味料減量に抵抗があり、他企業等へ展開する際に理解を得ることが課題である。	
その他			
工夫した点		・市内スーパーの中で店舗数が最も多く、市内に営業本部および総菜工場がある企業と連携した。 ・一過性の事業にならないよう、既存商品の調味料を減量し商品の定着と事業の継続を図った。	

キーワード：総菜、減塩

実施主体	舞鶴市健康づくり課	所在地	京都府舞鶴市宇余部下1167番地
電話番号	0773-65-0065	FAX番号	0773-62-0551
担当者	阿波	E-mail	kenzo@city.maizuru.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 5 3		食環境づくり推進事業「やさい TABE 店（たべてん）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○印重点テーマには◎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		○
指標と目標値		第3次大阪市食育推進計画（H30～R5年）「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つけた食生活を実践する市民の割合」現状値：64.6% 目標値：75%以上（R5）	
現状と課題		大阪市では、働き盛りである壮年男性の肥満者割合が高い状況である。壮年男性は生活習慣・食生活に課題が多いが、市開催講座等への参加は少なく、外食の利用頻度が高い現状がある。 ・肥満者の割合：市全体 20.0% 壮年男性 39.3% ・栄養成分表示を参考にする者の割合：市全体 40.9% 壮年男性 32.4% ・栄養バランスに配慮した食生活を送る割合：市全体 39.4% 壮年男性 30.5% ・生活習慣病の予防や改善のために普段から気をつけた食生活を送る割合：市全体 64.6% 壮年男性 56.5%（上記4項目 平成29年大阪市民の健康づくり・生活習慣に関する調査） ・自身で十分野菜を食べていると思う割合：市全体 36.0% 壮年男性 28.1%（令和元年大阪市講座等参加者アンケート） ・外食摂取1日1食以上：大阪府全体 6.2% 壮年男性 15.1%（平成27年大阪府健康栄養調査）	
事業の目的		健康寿命の延伸のため、生活習慣病のリスク低下、適正体重の維持に向け、壮年期に多い健康無関心層が自然に健康になれる食環境整備を整えるとともに、事業を広く周知することにより、食生活改善に向けた機運醸成を図り、自らの食生活の改善を実践する市民の増加を目指す。	
対 象		全ての市民（特に壮年期の男性中心）	
連携機関		・株）ぐるなび※ 飲食店への周知 ・株）吉本興業※ 啓発媒体 ※地域包括連携協定による	
実施時期		通年	
事業内容		野菜がたくさん食べられる店舗・弁当を増やすとともに、市民に広く啓発を行う。 食育情報発信 Facebook、クックパッド公式ページ「大阪市たべやんレシピ」による店舗紹介 大阪市HP市民啓発ページ： https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000496679.html 大阪市HP事業者用ページ： https://www.city.osaka.lg.jp/kenko/page/0000496681.html ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	登録事業者数 令和6年度までに300店舗	
	結果評価	事業アンケート等による「生活習慣病の予防や改善のために普段から適正体重の維持や減塩等に気をつけた食生活を実践している」市民の増加 ※今年度事業開始のため未測定	
課 題		今後マップ等を作成し啓発していきたい。	
その他		飲食店が登録しやすいよう「野菜の使用量」のみを基準とした。	

工夫した点	目的を食生活に対する意識の変化とし、市の取り組みの周知・広報に重点を置き、民間企業と連携し行った。また、大阪らしいネーミングとした。「たべてん」→大阪弁で「食べたよ」の意
-------	---

キーワード：食環境づくり 働き盛り世代 野菜摂取

実施主体	大阪市健康局健康づくり課	所在地	大阪市北区中之島1-3-20
電話番号	06-6208-9961	FAX番号	06-6202-6967
担当者	大内田 由美	E-mail	syokuiku-osaka@city.osaka.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可・不可		

事業者向け周知チラシ

卓上リーフレット





あなたのお店も やさいTABE店になりませんか！

やさいTABE店事業

登録店舗大募集

『野菜をたくさん食べることができる』
環境づくりにご協力ください



やさいTABE店とは？

市民の食生活改善と野菜摂取量増加のため、野菜をたくさん食べることができる飲食店等を登録する制度です

① やさいTABE店

一人前概ね**120g以上**の野菜を使用したメニューの提供があるお店

② やさい朝 TABE店

モーニング時間帯に、一人前概ね**100g以上**の野菜を使用したメニューの提供があるお店

③ やさいTABE 弁

一人前概ね**120g以上**の野菜を使用した持ち帰り弁当等

登録のメリット

- 大阪市ホームページ等で店舗情報を紹介します
- やさいTABE店の啓発物品（ステッカー等）をお渡しします！
- 健康的なメニューを提供するお店としてイメージアップ！

登録のながれ 無料

- 登録申込**
登録申込書を提出ください
メール・郵送・FAX・持参で受付します
- 受付・HP掲載**
受付後、大阪市ホームページに店舗情報等を掲載します
- 啓発物品送付**
啓発物品を店舗に送付します
店頭、店内に掲示してください
- 継続確認**
登録内容の確認を定期的に行います

お問い合わせ・登録受付
大阪市保健所管理課健康栄養グループ
 大阪市阿倍野区旭町1-2-7-1000 あべのメディックス10階
 電話：06-6647-0662 FAX：06-6647-0803
 e-mail：syokuiku-osaka@city.osaka.lg.jp

やさいTABE店事業

OSAKA CITY

大阪市



登録飲食店向け啓発資材

ミニブック

土肥ボン太の野菜をTABE やさい！



大阪府食育推進「タベヤシ」
 大阪市 × 吉本興業
 発行：大阪市

やさいが足りていない

野菜の摂取目標量は1日に350g以上です。実はどの世代も目標の350gには達していません。特に若い世代は少ない傾向があります。

(図) 野菜摂取量の平均値 (年代別)

年代	1日の野菜摂取目標量 (g)
20代	250
30代	250
40代	250
50代	280
60代	300
70代以上	320

参考：平成30年国民健康・栄養調査結果

やさいをプラスする

1食120gを目安に、1日350gの野菜を食べる

5皿で1日分、野菜350g
 (小鉢1皿で野菜およそ70g)

外食で野菜を食べるPOINT

- ・麺類や丼ものなどの単品でなく、定食を選ぶ
- ・野菜の小鉢をプラスする
- ・やさいTABE店へ行く！

TABE店については次のページへ

やさいTABE店とは…

市民の健康寿命の延伸と、生活習慣病のリスク低下のため、食生活の改善と野菜摂取量増加を目的とし、野菜をたくさん食べることができる飲食店等を対象とした登録制度です。

- 1人前およそ野菜120g(1日の1/3)以上含むメニューの提供
- モーニング時間帯に1人前およそ野菜100g以上含むメニューの提供

目印はコレ！



問合せ先
大阪市保健所 管理課(健康栄養グループ)
 (大阪市阿倍野区旭町1-2-7-1000 あべのメディックス10階)
 ☎(06)6647-0662

詳しくはコチラ！



No. 5 4		フレイル対策強化推進事業「噛んで、食べて、フレイル予防教室」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		○
指標と目標値		地域高齢者のフレイル予防と早期発見	
現状と課題		現状高齢化率 33.3%（令和 3 年 1 月） 「食品摂取の多様性得点」調査 10 点満点中 7 点以上の高齢者の割合 22%（平成 30 年度実施） 課題高齢者に係る一人当たり医療費が年々増加しており、特に筋骨格疾患に係る医療費の割合が 28.4%（平成 30 年度）で、全国や兵庫県と比べると高い水準にある。	
事業の目的		高齢者が住み慣れた地域において、生涯を通じた健康の保持増進を図ることができるよう、口腔機能と栄養状態の改善を一体的に行うことで、フレイルを早期発見し、いつまでもいきいきと生活できることを支援する。	
対 象		市内の高齢者	
連携機関		兵庫県健康福祉部健康局健康増進課、兵庫県栄養士会、兵庫県社会福祉事業団「福祉のまちづくり研究所」	
実施時期		令和 2 年 10 月 28 日（水）、11 月 18 日（水）、12 月 2 日（水）3 日間	
事業内容		（第 1 回）測定（身長、体重、握力、ふくらはぎ、Body-KIN）、お口の元気度チェック、咀嚼能力測定、食習慣の聞き取りと目標設定、低栄養予防のための「タンパク質」摂取の啓発、口腔体操の紹介。 （第 2 回）はみがき指導、「黒っ娘おばんざい」によるフレイル予防手作り健康弁当を活用した食事量と食事バランス学習。 （第 3 回）測定（身長、体重、握力、ふくらはぎ周り、Body-KIN）、お口の元気度チェック、咀嚼能力測定、食習慣の聞き取り及び第 1 回との比較説明、食べやすい調理方法や食べ方の紹介。口腔体操の復習。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	コロナ禍のため、地域高齢者通いの場での開催ができず、ポピュレーションアプローチとして行った。3 密を避けるため、広い会場を確保することが難しかった。	
	結果評価	フレイル予防に関心の高い参加者が多く、Body-KIN 値は全体的に高得点の結果となった。特に、以前から定期的な歯科健診受診があり、第 1 回の Body-KIN 測定値から身体の衰えを指摘された参加者は、野菜と海藻類の摂取を心がけ、筋肉ストレッチやウォーキングを開始した結果、第 3 回の Body-KIN 値が満点となった。高齢者のフレイル予防は、食改善と合わせて口腔管理が重要である。	
課 題		今後も当事業を継続する計画であるが、新型コロナウイルス感染予防のためフレイル予防弁当の会食ができない状況となった。フレイル予防弁当に替わる栄養指導内容を考える必要がある。	
その他		今後は、社会福祉協議会とも連携を行い、高齢者の食改善と口腔機能向上のため、地域高齢者通いの場を活用したフレイル予防を啓発していく予定である。	

工夫した点	黒田庄地区特産加工品開発グループ「黒っ娘おばんざい」の協力で、野菜の使用量可食部 100 g 以上、タンパク質 20 g 以上、塩分相当量 2.5 g 以下を実現した手作り健康弁当を準備した。
-------	--

キーワード：フレイル予防 手作り健康弁当

実施主体	兵庫県西脇市くらし安心部健康課	所在地	兵庫県西脇市下戸田 128-1
電話番号	0795-22-3111	F A X 番号	0795-23-5219
担当者	富士田 洋美	E - mail	kenkou-c@city.nishiwaki.lg.jp
H P への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 5 5		小学生メニューコンテスト テーマ：家族に食べてほしい野菜たっぷり朝食メニュー	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		朝食の重要性や正しい食習慣についての知識の普及啓発 生活のリズムを整え、早寝・早起きを習慣にして、朝ごはんを必ず食べるように啓発すると共に、食育に関心を持ち、実践につながるようにする。	
現状と課題		現状【生駒市の食育に関するアンケート調査結果（2017年8月～9月）】《朝食の欠食状況》朝食をほとんど食べていないという人の割合は、成人で7.6%、中高生で2.5%、小学生で0.0%となっています。成人を年代別にみると、年代が若いほど、朝食を食べていない人が多くなっている。《朝食の内容》成人と中高生では「主食のみ」が最も多く、小学生では「主食・主菜・副菜」が最も多く、次いで「主食のみ」となっています。 課題：成人になるにつれて、朝食の欠食状況が増加しており、栄養バランスにも偏りがみられる。	
事業の目的		児童が献立を考え、調理し、食べることを通じて、食事を作ることや食べることの楽しさを実感するとともに、野菜を多く摂取することや、朝食を毎食摂る等の健康的で栄養バランスのとれた食生活を送るための食品の選び方や組み合わせ方を学ぶ。また家庭で調理することで、食について家庭でのコミュニケーションを深め、考えることにより、食に対する啓発を図る。	
対 象		生駒市在住小学4、5、6年生	
連携機関		生駒市健康づくり推進員連絡協議会、ディアーズコープいこま、近畿大学農学部食品栄養学科(実習生)、郡山保健所、庁内部署（学校給食センター、SDG s 推進課、教育指導課）	
実施時期		一次審査： 7月17日～9月10日（募集期間） 二次審査： 11月8日（日）	
事業内容		《一次審査》 書類審査：応募作品より6作品を選考 《二次審査》 調理審査：一次審査通過者による調理と作品発表、審査員による賞の決定、表彰式 各賞：最優秀賞・アイデア賞・コープ賞・優秀賞・学校給食センター賞・エコメニュー賞 ※資料添付：有 ・ 無	
評価	プロセス評価	応募者数77作品	
	結果評価	今年度は、夏休み期間が短かったこともあり、応募数が伸びなかった（昨年は242作品）	
課 題		応募者数の増加とコンテストの周知	
その他			

工夫した点	募集の際には、SNS での発信や学校給食献立表に掲載し周知した。また、コンテストの結果や内容については市報や学校給食献立表、市ホームページに掲載した。 給食センター賞の作品を給食の献立として採用予定（2月を予定）
-------	---

キーワード：

実施主体	生駒市福祉健康部健康課	所在地	奈良県生駒市東新町1番3号
電話番号	0743-75-2255	FAX番号	0743-75-1031
担当者	村田陽子	E-mail	kennkou@city.ikoma.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ ・ 不可		

No. 5 6		コツチャレなんぶ（スペシャルコース）運動と食事指導の実践	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		運動教室 週1回3ヶ月継続 体重3kg減少	
現状と課題		特定保健指導対象の方などの運動習慣の継続が困難の中、集団で取り組むことで続けられる。 参加者の食事の行動変容が難しい。	
事業の目的		毎日「体重」の記録し、3か月間、運動や食生活の改善に取り組むことで、普段の生活習慣を振り返りながら、日々の自発的な健康づくりの意識を高める。	
対 象		20歳～60歳 BMI 値24以上又は腹囲男性85cm、女性90cm以上	
連携機関		NPO 法人 すぽ net なんぶ	
実施時期		3ヶ月間	
事業内容		【3ヶ月間の運動教室と食事指導】 食事指導は初回に生活習慣病の機序の講和と計測。現在の食事記録を提出。随時食事記録より指導。食事指導の講和を3回実施。（・1か月目減量期 ・2か月目筋力アップ期 ・3ヶ月目維持期） 2ヶ月目終了時に食事記録を再度提出してもらい、食への意識変化を確認。 3ヶ月終了後に計測、評価。 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	食事記録を提出により、食生活の傾向の把握が出来た。食生活は仕事内容や勤務時間などにも多く左右されることから、個別指導を運動教室の前に実施。個別指導より参加者との信頼関係を構築するきっかけとなった。また、初回に自分の目標決定を行ってもらったが、思うような成果が出ない方は独自のダイエットやダイエット食などに頼るところが見受けられた。	
	結果評価	運動教室はほぼ全員の方が参加され、筋力アップや体重減少の成果あり。 食事記録より、初回より野菜の量が増え、間食の量が減り、飲酒量も減った。食生活を見直すきっかけになり、一定の成果はあった。	
課 題		個別指導でいかに介入していくか、信頼関係を構築していくことが必須 成果を求めすぎること、焦りがでたり、極端な食事制限を行ったり、自己判断をされないように指導が必要。参加者が増えるような啓発を行っていきたい。	
その他			

工夫した点	信頼関係を築き上げることで、指導が入りやすい環境を整える。
-------	-------------------------------

キーワード：

実施主体	南部町役場 健康福祉課	所在地	鳥取県西伯郡南部俣 482
電話番号	0859-66-5524	F A X 番号	0859-66-5523
担当者	村上康恵	E - mail	murakami.y@town.nanbu.tottori.jp
HPへの連絡先の掲載	◎ ・ 不可		

No. 5 7		第 2 期 健康インセンティブ事業（令和元年度）	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		<u>長期目標</u> 医療費抑制 1 億円 … 総社市福祉王国プログラム <u>短期目標</u> 参加者数 3,500 人 参加者平均歩数 8,000 歩 … 総社市福祉王国プログラム	
現状と課題		国保及び後期高齢の一人あたり医療費が増加傾向にあるとともに、国保特定健診において、メタボ該当及び予備軍、HbA1c 値高値、血圧高値、透析導入者が増加傾向にある。 国民健康保険 H30 年度 一人あたり医療費 400,850 円（県 417,243 円、全国 364,384 円） 後期高齢者医療 H30 年度 一人あたり医療費 915,274 円（県 976,070 円、全国 943,082 円） 特定健診 H30 年度 受診率 27.5% メタボ該当及び予備軍有所見率 26.8%	
事業の目的		歩くことを中心に、健康づくりに取り組む市民を増加させるとともに、メタボリックシンドローム等の予防ラインとなる 1 日平均歩数 8,000 をめざし、生活習慣病の予防及び医療費の適正化を図ることを目的とする。また、市内事業所と連携することにより市全体で健康づくりに取り組む機運を高める。	
対 象		総社市に住民票がある 20 歳以上の者及び総社市内の事業所に勤務する 20 歳以上の者	
連携機関		市役所内関係各課、吉備医師会、総社市栄養改善協議会、総社市愛育委員協議会 総社市商工会議所、吉備路商工会、市内事業所、岡山県立大学 等	
実施時期		令和元年 4 月～令和 2 年 3 月	
事業内容		実施期間中に以下の取り組みに対しポイント付与 ・歩数データ（歩数計は市内データ送信端末より送信） ・健診（検診）受診、指定機器による体組成測定、健診（検診）受診勧奨 ・指定参加への参加 ・継続参加 付与ポイントに応じて市内登録事業所で使用できる商品券の発行 ※資料添付：有・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	歩数データ送信がない者に対して継続実施を促す電話の実施、継続性を高めるための通信の発行により、事業途中で取り組みをやめたものが 1%未満。事業目的を達成するため、1 日平均歩数 5,000 歩未満者への運動教室や HbA1c 高値者への食事教室を実施し、非常に好評だった。	
	結果評価	参加者数 3,287 人 参加者平均歩数 8,142 歩 医療費抑制効果 国保加入者 非参加者比較：1 人あたりマイナス 10,000 円 後期加入者 非参加者比較：1 人あたりマイナス 82,000 円 国保特定健診 非参加者比較：受診率プラス 44.7%（2 年連続参加者） 非参加者比較：メタボ予備軍・該当マイナス 5.2%（2 年連続参加者）	
課 題		参加者の増加に伴う事業費確保	
その他			

工夫した点	参加者の継続性を高めるため、取り組み状況の通知と電話によるフォロー実施。 市全体で健康づくりを高めるため、市内事業所へ協力の働きかけ。 関係各課と連携し、ウォーキングコースを整備するなどの環境整備の実施。
-------	--

キーワード：

実施主体	総社市	所在地	岡山県総社市中央一丁目 1 番 1 号
電話番号	0866-92-8259	F A X 番号	0866-92-8385
担当者	高橋	E - mail	kenkou@city.soja.okayama.jp
H P への連絡先の掲載	☒ ・ 不可		

No. 5 8		広島市短期集中予防支援訪問サービス（栄養改善）	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		・短期集中型サービスの利用者数（R2年度 1,078人*） *短期集中型サービス（予防支援訪問サービス、運動型デイサービス、通所口腔ケアサービス）の合算 ・低栄養リスクのある高齢者（基本チェックリストの低栄養項目の該当者）の減少（R2年度 2%）	
現状と課題		本市では、全国平均と比較して、75歳以上であっても要支援・要介護度が比較的軽度な方が多い。このことから、高齢者ができる限り住み慣れた地域で自立した生活を送ることができるよう、要介護状態等の維持・改善に向けた取組の実施が必要である。	
事業の目的		地域包括支援センターが実施する介護予防ケアマネジメントに基づき、居宅において、管理栄養士による低栄養を改善させるための相談支援を短期集中的に提供することで、高齢者が要介護状態等になることを予防し、自立した生活が維持できるよう支援する。	
対 象		要支援認定者及び基本チェックリスト該当者のうち、地域包括支援センター又は地域包括支援センターから委託を受けた居宅介護支援事業者（以下、「地域包括支援センター等」という。）による介護予防支援又は介護予防ケアマネジメントの結果、本サービス利用が必要と認められた者	
連携機関		地域包括支援センター、居宅介護支援事業者、サービス提供事業者	
実施時期		平成29年4月～	
事業内容		①ケアプランの作成 地域包括支援センター等がケアプランを作成する。 ②サービス担当者会議の開催 ①を基に、本人、家族、担当ケアマネジャー、サービス提供事業者等が参加するサービス担当者会議を開催し、ケアプランを確定する。 ③サービス提供事業者による相談支援 ・初回訪問時に事前アセスメントの実施、個別サービス計画の作成を行い、プログラムを実施。利用者の状況に応じて、調理指導、買い物への同行も行う。 ・概ね2週間に1回の頻度で利用者居宅を訪問。1回当たり30分又は60分とし、利用期間は3か月間（ただし、やむを得ず利用期間を延長する場合は3か月間の利用を認める） ・地域包括支援センター等は、利用者への連絡・面談により利用状況等の確認（モニタリング）を毎月実施して評価 ④事後アセスメントの実施・評価 ※資料添付： 有 ・ (無)	
評価	プロセス評価	サービス担当者会議等で地域包括支援センター等やサービス提供事業者がケアプランの目標等を共有することで目標に即した効果的なサービスを提供できた。また、利用期間中からサービス終了後を見据え、関係者が連携して機能維持のための方策を検討し、助言を行うことができた。	
	結果評価	各々の個別計画の目標に対する達成度は55.6%であった。朝食、昼食、夕食のいずれにおいても主食、主菜、副菜の摂取頻度が改善し、牛乳・乳製品、果物についても摂取する者が増加した。（平成31年度実績）	
課 題		対象者を本サービスにより改善が見込まれる高齢者に絞っているため、想定数に対して利用者が少ない状況である。	
その他			

工夫した点	必要に応じて他のサービス提供者（ヘルパー等）と同行することにより、助言・指導内容の共有を図り、自立支援の効果を高めるよう留意した。
-------	---

キーワード：短期集中、低栄養予防

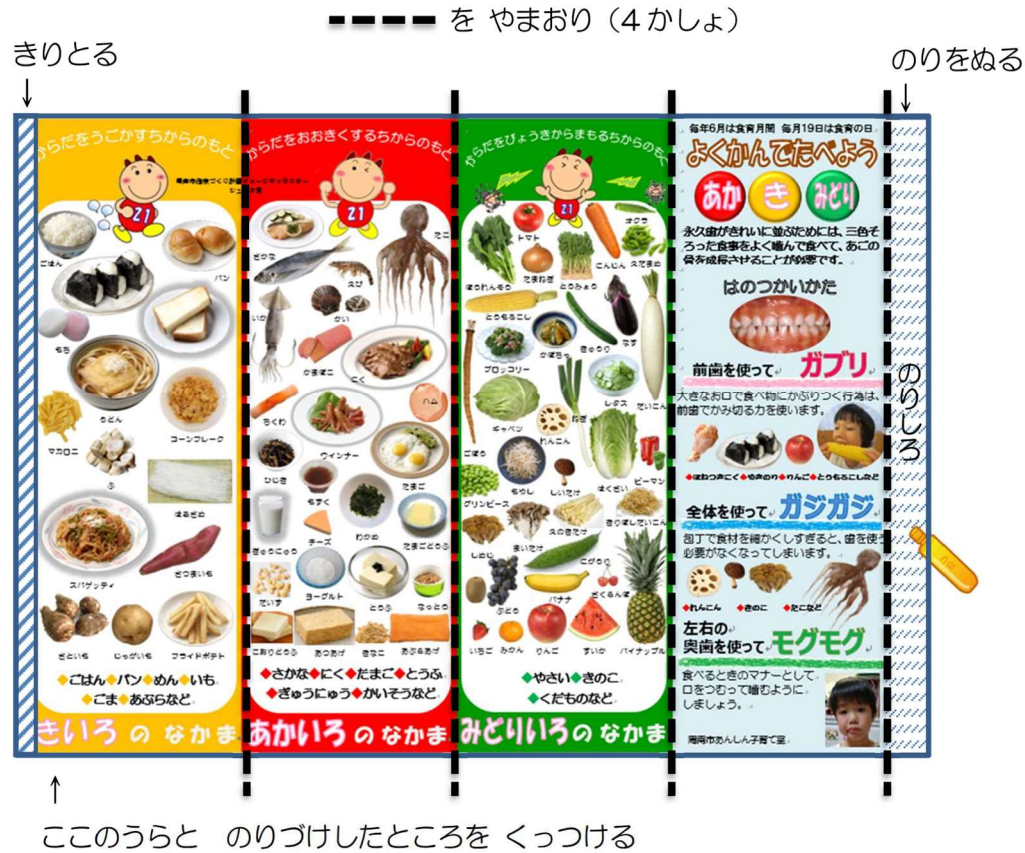
実施主体	広島市健康福祉局高齢福祉部 地域包括ケア推進課	所在地	広島県広島市中区国泰寺町一丁目6番34号
電話番号	082-504-2648	FAX番号	082-504-2136
担当者	中村 陽子	E-mail	hokatsucare@city.hiroshima.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	(可) ・ 不可		

No.59		地域と連携した食育の取組「こども あさごはん 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○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		①子供が、栄養バランスのととのった朝食をよく噛んで食べることができる。【チャレンジ目標（三色食品群をそろえる、よく噛んで食べる）達成率：90%】【R6 第3次周南市健康づくり計画において、野菜の毎食摂取率：75%、よく噛んで食べることの実践率：50%】 ②保護者が、チャレンジカード等を用いて、子供と一緒にチャレンジすることで、家庭で食育を実践することができる。【チャレンジカード提出率：90%】 ③保育園、幼稚園、認定こども園（以下、園とする）が、市と共に、子供と保護者に食育及び歯と口腔の健康づくりに関する取組を実施できる。【本事業及び歯科保健事業（はみがきチャレンジ）に参加する園、または園独自で同様の取組を実施する園：市内全園】 ④市は、本事業の取組について園や小・中学校、及び歯科医師会等と共有していくことで、食育を連携して推進する体制をつくる。【連携団体数：増加】	
現状と課題		市民アンケートでは、よく噛んで味わって食べることを実践している年長児は、目標値 50%に対して 46.1%と低く、噛むことが不足している。	
事業の目的		子供が望ましい食習慣や食行動（朝食・野菜摂取、よく噛む、栄養バランスへの配慮）を身に付ける。	
対 象		市内の園に通園する子供（主に年長児）	
連携機関		園	
実施時期		健康教育実施期間：R2 年 5 月～6 月 18 日 チャレンジ期間：R2 年 6 月 19 日～25 日	
事業内容		子供が、園で三色食品群の分類や、よく噛んで食べることの重要性を学んだ後に家庭で三色食品群をそろえた朝ごはんをよく噛んで食べることにチャレンジする。 チャレンジに使用する卓上三色食品群分類ポップや、チャレンジカードは別添資料のとおり。 ※資料添付：有（市のホームページに記載）	
評価	プロセス評価	本事業によって、子供の食育及び歯科保健事業を一体的に推進する仕組みが作られた。6 年間継続実施する中で、市内全園の年間行事の一つとして位置付けられ、園とのつながりを深めることができた。また、本事業を小・中学校に情報提供し、課題を共有したことで、新たな食育ネットワークが広がった。	
	結果評価	指標に対する【目標値】に対して、○×で評価 ①三色食品群をそろえるチャレンジ目標達成率：77.9%、よく噛んで食べるチャレンジ目標達成率：91.2%であったことから、評価× ②チャレンジカード提出率 97.8%であったことから、評価○ ③本事業及び歯科保健事業に参加した、または園独自で同様の取組を実施した園：市内全園で、評価○ ④園栄養士と小・中学校栄養教諭の情報共有の場を設けることができ、三色食品群の分類を就学時にすでに理解している子供がここ数年で増えたのは、園での食育の成果という栄養教諭による発言があった。歯科医師会との連携は未実施なので、評価×	
課 題		歯科医師会とも連携し、食育推進体制を一層強化する。	
その他		H27 年度より継続実施しており、H30 年度より市内全園の参加を達成できた。	

工夫した点	園が主体的に子供への健康教育を実施することができるよう、貸し出し可能な教育媒体を作成した。歯科保健のチャレンジとセットで案内することで、子供が、食育と歯科保健に共通する「よく噛んで食べる」ことに継続して取り組めるよう仕掛けた。
-------	---

キーワード：

実施主体	周南市あんしん子育て室	所在地	山口県周南市児玉町 1-1
電話番号	0834-22-8550	F A X 番号	0834-22-8555
担当者	数下友美	E - mail	anshinkosodate@city.shunan.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	◎ ・ 不可		



こどもあさごはんちゃんじポップ

このポップを見ながらチャレンジされてください。

できあがり



からだをうごかすちからのもと



周南市健康づくり計画イメージキャラクター
シウワタ君



きいろのなかま

からだをおおきくするちからのもと



あかいろのなかま

からだをびょうきからまもるちからのもと



みどりいろのなかま

毎年6月は食育月間 毎月19日は食育の日
よくかんで食べよう



永久歯がきれいに並ぶためには、三色そろった食事をよく噛んで食べて、あごの骨を成長させる必要があります。

はのつかいかた



前歯を使って **ガブリ**

大きなお口で食べ物にかぶりつく行為は、前歯でかみ切る力を使います。



◆ほねつきにく◆やきのり◆りんご◆とうもろこしなど

全体を使って **ガジガジ**

包丁で食材を細かくしすぎると、歯を使う必要がなくなってしまいます。



左右の奥歯を使って **モグモグ**

食べる時のマナーとして口をつむって噛むようにしましょう。



周南市あんしん子育て室

のりしろ

No. 6 0		3 か月健診、新米パパママ学級	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		離乳食を作ってみよう 再生回数 246 回 (R2. 12. 22 現在) →増やす 動画の再生回数を増やす	
現状と課題		新型コロナウイルス感染症拡大に伴い 3 か月児健診の離乳食集団健康教育を中止したため、 離乳食の始め方が分からない方が多いと考えられる。	
事業の目的		離乳食時の子を持つ保護者が、離乳食の始め方を理解できるようにする。	
対 象		離乳食時の子を持つ保護者向け	
連携機関		シティプロモーション推進課	
実施時期		2020. 7 月～	
事業内容		今年度から新たに西条市公式 YouTube チャンネルで子育て中の保護者をサポートするために「離乳食を作ってみよう」の動画を開始した。また、3 か月児健診時に行っていた集団での話の内容を動画にしいつでも見られようにした。 動画内容 ・ 離乳食の開始時期 ・ 月齢にあった固さについて ・ 味付け、形状、量の説明 ・ かぼちゃのペーストの作り方 ・ 使える食材、回数 ・ 食べさせ方のポイント ・ 10 倍がゆの作り方 ・ 相談窓口 (保健センターの案内) ・ 保存方法 動画配信時間：5 分 58 秒 ※資料添付 : (有) ・ 無 西条市 HP HP から YouTube にリンクできる	
評価	プロセス評価	再生回数 246 回 (R2. 12. 22 現在) 新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、乳幼児相談会に来られない保護者が、動画を見て離乳食を開始する時の参考になっているという声もきいている。	
	結果評価	現在は、乳幼児相談会や乳幼児健診が再開したため直接悩みや相談ができていたためか、再生回数からみると、実際に動画を見てくれる人は少ない。継続して、育児支援をしていきたい。	
課 題		離乳食の始め方だけでなく、初期から完了期まで動画の更新をしていく必要がある。 もっと周知をし、広めていく必要がある。	
その他		無	
工夫した点		乳幼児健診時や乳幼児相談会時にチラシを配布した。チラシやポスターに QR コードをつけ、動画に接続しやすくした。	

キーワード：

実施主体	西条市中央保健センター 健康医療推進課	所在地	西条市神拝甲 3 2 4 - 2
電話番号	0 8 9 7 - 5 2 - 1 2 1 5	F A X 番号	0 8 9 7 - 5 2 - 1 2 9 3
担当者	森 美香	E - mail	hseyoshi@saijo-city.jp
HP への連絡先の掲載	◎ ・ 不可		

No. 6 1		高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業 (ポピュレーションアプローチ事業)	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		
指標と目標値		地域で伝達講習をし、食育活動するリーダーに低栄養予防の普及啓発を行い、地域でフレイルリスクのある者を早期発見し、改善につなげる。	
現状と課題		【R1 年度】後期高齢者健診受診率 20.2% 医療受療率 96%(内 生活習慣病対象者 82.7%) (介護の状況) 介護認定率 29.9% (内 支援 1・2 31.0% 介護 3 以上 32.4%) 生活習慣病が重症化した脳血管疾患・心不全の治療者の内、約 4 割は要介護(支援)認定を受けている。まだ認定を受けていない重症化層も 39.1% (1917 人) おり、この層の再発予防がとても重要である。また加齢による疾患である骨折(14.3% 701 人)や認知症(14.9% 732 人)のフレイル予防も重要な課題である。	
事業の目的		高齢者の健康寿命を延伸するため、高齢者のフレイル予防等の心身における多様な課題の対策を愛媛県後期高齢者医療広域連合から受託し、国保保健事業及び地域支援事業と一体的に取り組む。通いの場(栄養改善リーダー養成講座)においてフレイル予防の普及啓発活動や運動・栄養・口腔等のフレイル予防の健康教育を行う。	
対 象		松前町保健栄養推進協議会(ヘルスメイト)の各グループリーダー 24 名	
連携機関		愛媛県後期高齢者医療広域連合	
実施時期		令和 2 年 12 月 22 日(火)・令和 3 年 1 月 26 日(火)予定	
事業内容		【講義】低栄養予防 低栄養とは・フレイル予防・サルコペニア予防・ひみこの歯がいーぜについて ※次回 1 月 26 日の提出課題について ①噛む力チェック(東京医科歯科大学全部床義歯補綴学分野とロッテが開発した咀嚼力判定ガムを使用):各自ガムを 1 分間噛んで透明袋に入れ提出 ②口腔内状況に関する質問用紙 ③健康診査質問票(後期高齢者用)回答 ※資料添付 : 有 ・ ☐	
評価	プロセス評価	低栄養予防の中でも、バランスの摂れた栄養だけでなく、口腔機能や運動分野からのチェックや予防対策が重要であることに気づくことができた。 簡易法ではあるが、ガムを使用することで、セルフチェックが実施できる。	
	結果評価	次回 1 月 26 日の提出物により、対象者のリスク度を判定予定。また、各リーダーがグループ会員や地域住民にも伝達講習し、ハイリスクの考えられる者を把握する予定。	
課 題		集団アプローチによる対象者の中から、低栄養のハイリスク者がいないか確認する。	
その他			

工夫した点	新型コロナ対策で講義を 30 分間と短く設定し、噛む力チェックのガム演習は課題回収とした。個人が特定されないよう咀嚼後のガム・質問用紙は共通の通番で管理し、対象者間の咀嚼度を判定したり、ハイリスク者がいないか個人結果を把握する。
-------	--

キーワード

実施主体	松前町子育て・健康課健康増進係	所在地	愛媛県伊予郡松前町大字筒井 631
電話番号	089-985-4118	F A X 番号	089-985-4158
担当者	和田 暁子	E - mail	731hoce@town.masaki.ehme.jp
HP への連絡先の掲載	☐ ・ 不可		

No. 6 2		食育を通じた防災のまちづくり事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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		◎
指標と目標値		第3次熊本市食の安全安心・食育推進計画 災害に備えて飲料水や食料を7日以上備蓄している市民の割合の増加（2023年）	
現状と課題		令和元年度熊本市総合計画市民アンケート報告書によると、災害に備えて飲料水や食料を備蓄しているかについては、「飲料水のみ備蓄している」は24.2%、「食料のみ備蓄している」は10.1%、「飲料水も食料も備蓄している」は26.6%となっている。また、「飲料水のみ備蓄している」と「食料のみ備蓄している」、「飲料水も食料も備蓄している」を合わせた割合は60.9%、「何も備蓄していない」は38.4%となっている。 また、災害時（避難所等）は食に関する課題が多く、災害時でもできる調理法等、日頃から自助力を身につける必要がある。支援物資は、乳児（離乳食）や高齢者、食物アレルギーやハラル等宗教上の個別対応が困難である。	
事業の目的		防災知識や災害時にも役立つ家庭版真空調理法（パックスッキング）を災害時に地域のキーマンと成り得るメンバーや災害弱者となる乳幼児期の子ども達やその保護者・保育者に伝達することで、災害時における家庭や施設での「食の自助力」向上を図る。	
対 象		熊本市西区民	
連携機関		熊本市食生活改善推進員協議会	
実施時期		平成元年度～（令和元年から3年計画で実施予定）	
事業内容		パックスッキング地域講習会・体験会の実施 (1) 実施回数：8回 (2) 回数内訳：子ども・子育て世代版 4回、地域リーダー版 4回 (3) 内容： ・ 災害への備えに関する普及啓発 ・ 災害時におけるパックスッキングの利点や活用法等を学ぶ調理実習 ・ ポリ袋や紙皿でそのまま食べる体験 ※令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	地域に根差している熊本市食生活改善推進員協議会へ業務委託をすることにより、地域との打ち合わせも円滑に行われ、滞りなく講習会が実施された。	
	結果評価	パックスッキングの関心は高く、地域リーダー版で実施した団体の中には、次年度は校区の事業として自主的に実施を検討しているところもあり、地域への広がりも見られた。	
課 題		コロナ禍における「パックスッキング地域講習会・体験会」の開催方法について検討が必要。	
その他		令和2年度は、新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止となったが食品備蓄ガイドブックを作成し区民への啓発を行った。	

工夫した点	実施団体との打ち合わせを綿密に行い、それぞれに合った内容で実施するようにした。
-------	---

キーワード：災害、パックスッキング、備蓄

実施主体	熊本市西区役所保健子ども課	所在地	熊本市西区小島2丁目7-1
電話番号	096-329-1147	FAX番号	096-329-1323
担当者	中村 泰子	E-mail	nishihokenkodomoto@city.kumamoto.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 6 3		訪問型短期集中サービス（栄養改善支援）の開始～現在の状況	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		初回支援で設定する個人目標の達成	
現状と課題		令和元年度より介護保険部門に正職・嘱託計2名の管理栄養士が配属となり、直営で事業を開始。本市の中心部以外に食材を調達できる店が少なく、免許返納後に買い物難民になる方が多い。高齢者の高血圧と骨折が多い状況。認定率も3月末時点でR元年17.1%からR2年17.7%と増加。	
事業の目的		要介護状態になる恐れのある者に対し、管理栄養士の短期集中的な訪問サービスにより、介護を要する状態になることを予防するとともに、自ら介護予防の取組を継続し、地域の中でより自立した生活を送ることができるよう支援する。	
対 象		事業対象者・要支援1・2（65歳以上）うち3名介入	
連携機関		包括支援センター・居宅介護支援事業所	
実施時期		令和元年10月～	
事業内容		○事業開始までの取組 令和元年6月～ 事業計画立案、包括支援センターとの協議 令和元年7月 事業計画決定、担当者・係内意見聴取 令和元年8月～ 実施要領作成 令和元年9月 居宅介護支援事業所等主任者会議にて事業説明（1回目） 令和元年9月 事業所への通知 令和元年10月～事業開始 令和元年12月 居宅介護支援事業所等主任者会議にて事業説明（2回目） 令和2年10月 居宅介護支援事業所等主任者会議にて事業説明・実績報告（3回目） ※令和3年3月時点 実施件数3件（うち、1件は現在進行中） 原則、上限3回のサービスを概ね3ヵ月の期間で実施し、同一年度内で一度のみの利用とする。 事前事後で介護予防メニューアセスメント（訪問用）栄養・食支援の評価を行う。 ※資料添付： 有 ・ (無)	
評価	プロセス評価	対象者に聞き取りを行うと、実際に食べているものより少なく伝える傾向があり、ケアマネジャーから対象者へ食支援に繋がっていただくため事業の説明や実績報告を行い、連携を取った。	
	結果評価	慢性腎不全の方は、カリウム高値から3ヵ月後基準内に改善。生活保護で食事にお金がかかけられない低体重の方へは、安くて良質な豆腐や卵等を毎日摂取する等助言により同じく3ヵ月後、3kg増加しBMIの目標範囲に近づいた。少ない件数ではあるが、重要化予防の観点から要支援状態で介入することは効果的だと考えられる。	
課 題		ケアマネジャーから食支援を提案するが必要な方から同意を得られない。自宅に来ることに対して抵抗がある方が多い。実施件数を上げていくことで評価をあげていく。	
その他		当係の取組は2年目であるため、ケースを重ね他予防事業と併せて充実した事業展開を進めたい。	
工夫した点		会議等でケアマネジャーへ食支援の重要性について理解を深めてもらい支援に繋がっていただいた。厳しい食事制限はせずに、本人の希望や目標にあわせて支援を行った。	

キーワード：高齢者、介護予防

実施主体	(宮崎県) 西都市役所地域包括ケア推進係	所在地	西都市聖陵町2丁目1番地
電話番号	0983-32-1028	FAX番号	0983-41-1382
担当者	稲垣 妃圭莉	E-mail	kaigo@city.saito.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 6 4		介護保険認定者におけるフレイル予防および重度化防止のための訪問栄養指導	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマには◎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	
指標と目標値		要支援認定者等の介護度の悪化率の抑制 ・介護保険認定者見込み数・令和5年6,554人（要支援1・2；1,598人）、令和12年7,864人（要支援1・2；1,867人）	
現状と課題		新規介護保険認定者の発生率は、40～64歳0.1%、65～74歳1.4%、75～84歳5.7%、85歳以上8.7%となっており、後期高齢者の75歳以上を境に高くなっている。介護度の悪化率は、要支援1については平成28年38%、平成29年37%、平成30年35%とほぼ横ばいである。介護度悪化の原因疾患は、65～84歳で男性・女性ともロコモティブシンドロームが最も多く、ついで認知症、生活習慣病が続く。女性は骨折・転倒の割合もやや高い傾向にある。フレイル予防の取り組みにより、高齢者に特有の健康障害の悪化を防ぐ手立てが必要である。	
事業の目的		高齢者等が介護保険サービス等を利用しながらも、住み慣れた地域でいきいきと暮らし続けることができるよう対象者の強みを引き出し、できそうなことを一緒に考えて行動の変容につなげ、他機関と連携のもとフレイルの進行を防止し、重度化防止を図る。	
対 象		在宅で生活する介護保険認定者で、BMI18.5以下または6か月で2～3kg以上の体重減少がある者	
連携機関		霧島市すこやか保健センター、霧島市地域包括支援センター、医療機関、介護保険事業所	
実施時期		令和2年6月～	
業内容		① 自立支援ケア会議に提出された事例より、基本チェックリスト該当者から対象者を抽出する。 担当ケアマネジャーより、ケアプランや医療情報提供書等の情報や生活状況等を入手する。 長寿健診結果やレセプトにより、治療や処方・受診行動等を確認する。 担当ケアマネジャーと同行し、アセスメントおよび栄養指導を行う。 本人、家族と改善のための目標設定や実践計画を設定する。 ④ 担当ケアマネジャーと共有を図り、介護プランに反映する。 担当者会議に参加し、多職種で共有する。 ※必要に応じて、かかりつけ医の管理栄養士と連携を図る。 ※身長・体重などの身体測定は、通所介護サービス事業所等の協力を得る。 ⑤ 目標の実行状況を確認する。 ⑥ 目標の達成状況を確認する。 ※資料添付：有・ 無	
評価	プロセス評価	・本人や家族の生活の実情に沿った実践できる改善目標の立案ができた。 ・ケアマネジャーと同行訪問することで、食生活面での改善点を関係者で共有できた。	
	結果評価	・高齢者ご自身の意識の変容や行動の変容が、主治医や通所介護事業者などに評価された。 ・ケアマネジャーの栄養に関する資質向上につながった。 ・医療機関の管理栄養士との連携のきっかけとなった。	
課 題		高齢者の保健事業と介護予防の一体化の事業の中で、介護予防分野を担当する行政栄養士として何ができるか手探りの中で取り組み始めた事業であるが、次年度は、指標や目標値をより明確に設定し、評価が得られるような事業計画が必要（PDCAサイクル）。	
その他			
工夫した点		ケアマネジャーと連携し、情報を共有して支援を行った。	

キーワード：介護予防一体化事業，訪問栄養指導

実施主体	霧島市長寿・障害福祉課	所在地	霧島市国分中央三丁目45-1
電話番号	0995-45-5111	FAX番号	0995-45-1900
担当者	楠元 明美	E-mail	Kou-shou@city-kirishima.jp
HPへの連絡先の掲載	可・不可		

2020 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 公衆衛生事業推進委員会

発行日 2021 年 7 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/>
