

2023年度 行政栄養士による活動事例集

2024年 6 月

公益社団法人 日本栄養士会

2023 年度行政栄養士による活動事例集作成要領

1. 趣旨

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

2. 活動事例テーマ

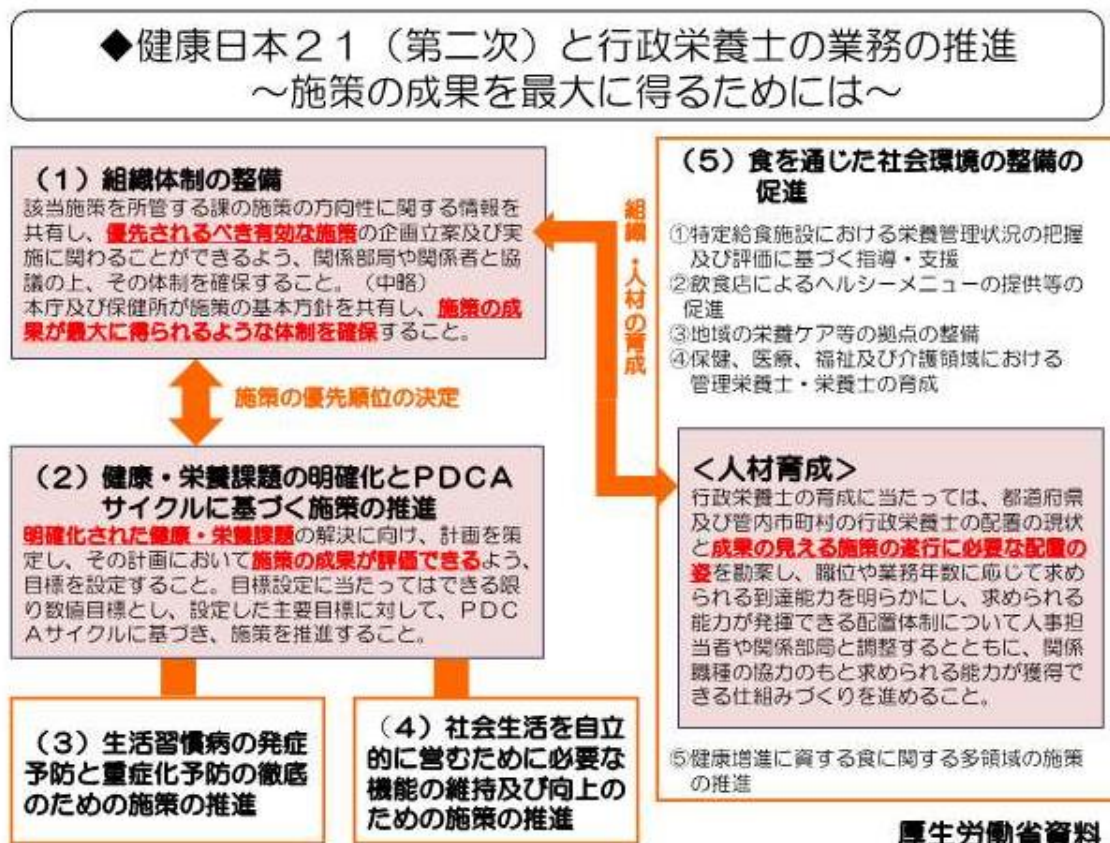
行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の基本方針（行政栄養士業務指針）（平成25年3月29日健が発0329号第4号 厚生労働省健康局がん対策・健康増進課長通知）では、健康寿命の延伸及び健康格差の縮小に向けて、生活習慣病の発症予防や重症化の予防を図るとともに、社会生活を営むために必要な機能の維持や向上を目指し、新しい時代の要請に対応するため、行政栄養士の役割を示しております。

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

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

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

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



【重点テーマ】

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

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

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

【重点テーマに関する事例の一例】

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

【掲載事例】

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

今回は、都道府県が実施主体 33 事例、保健所設置市及び特別区が実施主体 8 事例、市町村が実施主体 30 事例を掲載しています。

【掲載一覧表（目次）】

- 都道府県が実施主体の事例 No1～33、保健所設置市及び特別区が実施主体の事例 No.34～41、市町村が実施主体の事例 No. 42～71
- 活動事例のテーマ（3）、（4）、（5）は、次のとおりです。
 - （3）生活習慣病の発症予防と重症化予防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… 14 事例、保健所設置市及び特別区… 4 事例、市町村…12 事例

都道府県の事例 1～8										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
北海道	1	北海道宗谷総合振興局 保健環境部保健行政室	野菜増やソウヤ！ 野菜生活応援事業	野菜摂取量増加に向け、次の事業を実施した。①スーパーマーケットでPOP、レシピ掲示、レシートを活用した普及啓発②銭湯の洗い場で野菜摂取や乳和食に関するポスター掲示③庁舎内食堂で実習生考案のヘルシーメニューを提供④庁舎内で野菜摂取充足度測定	○			◎	無	無
青森県	2	青森県東地方保健所	東青地域家族で実践する健やか力向上事業―「親子で育む」健やか力向上事業―	管内の平均寿命が短いこと、肥満傾向児の出現率が高いことから、大学、町村、小学校、栄養教諭と連携を図り、小5とその家族を対象に食育実習、冬休み栄養チャレンジ、食育カレンダーの作成等を実施した。		○			無	有
岩手県	3	岩手県宮古保健所	交流型 健康づくり教室	管内市町村や関係団体と連携して、体組成測定器や血管年齢計、血圧計を用いて見える化を図り、個別保健指導と併せてフレイル予防の健康教室を開催した。	○	○		◎	無	無
宮城県	4	宮城県塩釜保健所	働く人の健康づくり事業「大人こそ！ベジプラスチャレンジ」	野菜摂取量増加のため、時間のない働き盛り世代が参加しやすいよう、事業所内3人1組のチームをつくり、チャレンジレベルに応じた目標を設定し、期間内に毎日目標達成に向け取り組んだ。	○		○	◎	無	無
福島県	5	福島県県南保健福祉事務所	大規模事業所の社員食堂における減塩推進の取組	社員食堂のみそ汁の塩分濃度を取組前よりも低くして提供し、食堂利用者の食塩摂取量を減少する。方法は、従来の0.9%から8日間毎に0.1%ずつ下げ、最終的に0.7%まで下げるもの。			○	◎	無	無
茨城県	6	茨城県つくば保健所 (共催：茨城県筑西保健所、古河保健所)	社員食堂を活用した食育事例集の作成	各事業所給食施設における社員食堂を活用した食育の取組事例を事例集として取りまとめ、事業所給食施設従事者の意識を醸成し、効果的な事例の展開を行った。			○	◎	無	有
栃木県	7	栃木県職員管理栄養士会	栃木県職員管理栄養士育成計画の作成	平成30年度から栃木県職員管理栄養士の育成計画の作成に取り組んだ。県の事業に沿ったシート等を作成し、令和5年度に部の位置づけで作成した。			○		無	無
群馬県	8	群馬県館林保健福祉事務所	企業と連携した食環境づくり～事業所給食へのアプローチ～	スマートミール認証及び健康づくり協力店に登録する事業所給食施設へ重点的に巡回指導と食環境づくりの取り組みに関するヒアリングを実施。結果をもとに、事業所給食施設の給食部門と健康づくり部門の連携を図り食環境づくりに取り組む事例集を作成。			○		無	無

都道府県の事例 9～16										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
埼玉県	9	埼玉県坂戸保健所 保健予防推進担当	健康経営推進 研修会	管内企業に向けて健康経営を 普及啓発し、健康経営に取り組 む企業を増やし「誰もが働きや すい地域づくり」を推進する。	○				無	有
東京都	10	東京都多摩府中 保健所	大学生等若い世代 に向けた食育の推 進～「ちゃんとごはん」習慣で自分の 健康を守ろう！～	若い世代に向け、管内の自治 体、大学、地域活動栄養士会等 と連携し、食育の普及啓発を行 い健康的な食生活の実践意欲 を醸成する。	○			◎	有	有
新潟県	11	新潟県柏崎地域振興 局健康福祉部	食を通じた防災・ 減災対策推進事業	産学官連携により、食の面から の防災教育を進める。また、地 域災害食リーダーの養成し、災 害食の普及活動を支援する。			○	◎	有	有
富山県	12	富山県中部厚生 センター	管内特定給食施設 等の減塩の取り組 みや食塩の栄養 管理に関する指導・ 支援	管内特定給食施設等において 減塩の取り組みが実施できるこ とを目的に、児童福祉施設巡回 指導時に使用するリーフレット の作成や、研修会で、味噌汁の 塩分濃度比較等、官能評価の 演習を実施した。			○	◎	有	有
石川県	13	石川県健康福祉部 健康推進課	野菜1品プラス運動 ～野菜の力いただき ます！～	基準量を満たした野菜惣菜にシ ールを貼付して販売し、野菜摂 取量の増加を図るとともに、調 味料メーカーと作成したレシピカ ードを協力店に設置し「いしか わヘルシー&デリシャスメニュー」の普及を行った。	○				無	無
山梨県	14	山梨県 富士・東部保健所 健康支援課	特定医療費(指定難 病)受給者等への 災害時における 備蓄食に関する 情報提供	指定難病受給者で、慢性疾患 による特殊食品や摂食嚥下障 害者食の必要者等についてアン ケートを行い、平時からの食 料備蓄の重要性についてチラシ 等で普及啓発。		○		◎	有	無
長野県	15	長野県伊那保健福祉 事務所	上伊那地域食育 フォーラム	地域食育関係者による、若い世 代への食育をめぐる課題共有と 好事例展開の場として、事例の 収集と Teams 会議での事例発 表を実施。(生産者団体、食改、 栄養教諭、栄養士会による発 表)			○		無	有
静岡県	16	静岡県西部健康福祉 センター	野菜摂取促進事業	関係団体を参集した野菜摂取 促進検討会を開催し、野菜マシ ンキャンペーンによる普及啓 発、給食施設関係者を対象とし た野菜摂取料理講習会を開催 した。			○		有	無

都道府県の事例 17～24										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
愛知 県	17	愛知県清須保健所	食の健康チャレンジプロジェクト ～自然に健康になれる食卓づくり～	マックスバリュ、大学、市、食生活改善推進協議会と連携し、マックスバリュで「主婦休みの日」イベントで野菜が 70g 以上摂れる食材セットを販売した。			○	◎	有	有
三重 県	18	三重県鈴鹿保健所 健康増進課	大学との協働による栄養成分表示の啓発	大学祭でブースを設置し、栄養成分表示の見方や保健機能食品に関する展示、リーフレット配布、クイズラリーを行った。			○	◎	無	有
滋賀 県	19	滋賀県彦根保健所	令和5年度 湖東圏域栄養ケア 研修会	令和4年度に医療と介護の栄養管理情報連携に関する実態調査を実施し、管内での施設間連携に向けた研修会を開催した。今後、連携ツール作成に取り組む。			○		無	無
奈良 県	20	奈良県中和保健所	栄養管理における 多職種間連携強化 支援事業	病院・施設間で活用されている栄養サマリー等栄養情報提供ツールが在宅でも活用できるよう、多職種へ普及啓発し、在宅でも継続した栄養管理ができる体制整備を実施		○		◎	無	有
和歌山 県	21	和歌山県果樹園芸課	～紀州わかやま～ 食事バランスガイド 等を活用した食生活 改善事業(食育)	和歌山県版「食事バランスガイド」を用いて、大学での健康教育、県内小学5年生への教材配布、スーパー等のイベント等のさまざまな場所で食生活改善普及活動を実施	○	○			無	無
鳥取 県	22	鳥取県健康政策課	鳥取方式フレイル 予防対策事業	2 月をフレイル予防月間と定め、フェアを開催。県特産の梨のワートを用い、フレイル予防の 3 本柱を普及啓発、市町村へフレイルチェック推進を支援した。		○		◎	無	有
島根 県	23	島根県健康福祉部 健康推進課	しまね健康寿命 延伸プロジェクト健康 な食環境づくり事業	減塩と野菜摂取に向け、産学官連携による R2 年度からの継続事業。18 品(9 事業所)を考案、通常商品として販売できるよう工夫している。			○	◎	無	有
山口 県	24	山口県萩健康福祉 センター	災害時の栄養・食 生活支援活動アク ションカードの作成	保健所が管内 2 市町の災害時の栄養・食生活支援活動アクションカードの作成を支援し、栄養士会との連携強化にも努めた。				◎	無	無

都道府県の事例 25～32

事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
徳島県	25	徳島県吉野川保健所	災害時栄養管理 体制推進事業	集団給食施設協議会会員専用 掲示板の活用訓練を実施し、緊 急時のネットワーク構築を支援し た。また、危機管理委員会の開 催支援や対策に関するアンケート を行った。				◎	無	有
香川県	26	香川県東讃保健福祉 事務所	高校生の食育推進 事業～体験型食育 教室を通して～	実態調査として高校生を対象に 生活習慣に関するアンケートを 実施、また、減塩レシピコンテストや 文化祭等を活用した健康チェックイ ベントや体験を通じた食育教室を 実施した。	○			◎	無	有
愛媛県	27	愛媛県八幡浜保健所 健康増進課	高血圧予防対策 「愛顔のハート、 学び体験」	子どもと保護者を対象に、高血 圧に関する「血圧」「減塩」「禁 煙」のアクティビティからなる体 験プログラムを実施し、高血圧 とその予防のための生活習慣 を学んでもらった。	○			◎	有	有
高知県	28	高知県須崎福祉 保健所	糖尿病性腎症透析 予防強化事業	軽度から中等症の糖尿病性腎 症の患者を対象に医療機関と 保険者が協働で6か月間の糖 尿病性腎症透析予防強化プロ グラムを実施し、介入効果が見 られた。	○				無	無
熊本県	29	熊本県健康づくり 推進課	民間企業との協働 で行う自然に健康 になれる食環境整 備	多くの関係機関・団体を巻き込 み、飲食店、スーパー、コンビ ニ、社員食堂等様々な場で健康 に配慮した食事を手に入れやす い食環境を整備。企業の発信 力で広く普及啓発			○		有	有
大分県	30	大分県東部保健所 地域保健課	備蓄食品の相互 支援体制の整備に ついて ～医療機関と福祉 施設における非常 時の食支援～	災害時等に備蓄食品を相互支 援する体制を医療機関や福祉 施設間で構築し、継続的な食事 の提供が行える整備し、運用を 開始した。		○	○	◎	無	無
宮崎県	31	宮崎県福祉保健部 健康増進課	コンビニエンススト アとの出張授業	コンビニと連携し、小学校での 食育授業に加え、ナッジ理論を 活用した効果的な POP の掲出 等、実践につながる食環境づく りを実施。子どもだけでなく保護 者や地域まで波及。	○		○		無	有
宮崎県	32	宮崎県日向保健所	へらしお推進事業	今まで情報発信を主に、「へらし お（減塩）」を進めてきたが、管 内給食施設と連携することで、 情報発信と減塩給食の提供（食 品へのアクセス）の両輪で更なる 推進を図る。			○		無	無

都道府県の事例 33

事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
鹿児島県	33	大島支庁徳之島事務所保健衛生環境課 (徳之島保健所)	健康かごしま21 推進事業(小児期の食環境整備)	保健所で収集できるデータ(幼児肥満の現状と要因)を活用し、関係機関への情報提供や保育所、子ども園への巡回指導等に生かす。	○		○		無	無

保健所設置市及び特別区の事例 34～41										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
秋田県	34	秋田市保健所 保健予防課	SNSを活用した食と健康の情報発信～プロスポーツチームとの連携～	働く世代や若年層が食と健康に関心を持つきっかけを提供するため、プロスポーツチームと連携して、食と健康に関する情報提供したほか、管理栄養士考案レシピを調理工程が簡単にわかるようショート動画に編集し市民に周知した。	○				有	有
東京都	35	東京都北区健康部 健康推進課	野菜摂取量の増加に向けた食育推進事業・北区健康づくり推進店事業	食関連事業者との連携により野菜摂取拡大の普及啓発物作成・配布や、飲食店で健康に配慮したメニューの登録及び利用推進を行う。	○		○		無	有
神奈川県	36	川崎市宮前区役所 地域支援課	栄養支援マップの作成	在宅の高齢者が食事や栄養の困りごとを抱えた時に、栄養支援マップを用いて相談できるよう、有志の会を立ち上げ、栄養支援マップを作成した。			○	◎	有	無
大阪府	37	大阪市保健所	食生活習慣改善指導事業（骨粗しょう症検診における個別栄養指導）	骨粗しょう症検診会場で「経過観察」と判別された方等に対し、管理栄養士による個別指導を行い、指導後の実践意欲を確認。高齢者の一体化事業の中で実施	○	○		◎	有	無
兵庫県	38	明石市福祉局 あかし保健所 健康推進課	健康づくり普及啓発～コンビニエンスストア等における栄養改善啓発 POP 掲示について～	手軽に食品を選択する1企業のコンビニで野菜啓発を促す啓発POPを設置し、商品選択時の意識化を図り、自然と望ましい食行動になるよう実施	○			◎	有	無
島根県	39	松江市健康福祉部 健康推進課	低栄養防止のための媒体作成（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業）	訪問栄養指導委託事業所と検討を重ね、分かりやすく低栄養防止を普及するための指導媒体を作成、指導スキルの標準化にも繋がった。	○	○		◎	有	無
岡山県	40	倉敷市保健所 健康づくり課	自然に健康になれる環境づくり「くらしき3ベジプロジェクト」	野菜摂取につながる3つの食べ方「3ベジ」が身につくよう、給食・中食・外食・地域において食環境整備を推進した。	○		○	◎	有	有
福岡県	41	北九州市子ども家庭局 保育課	乳幼児を対象とした食育	乳幼児をもつ保護者、保育所等を対象に離乳食等の食に関する講話や実演、生活習慣等に関する研修会を実施するとともに、献立等を SNS で発信した。	○		○		無	無

市町村の事例 42～49										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
北海道	42	三笠市総務福祉部 保健福祉課	食と健康推進事業	生活習慣病やフレイルへの関心を向上させ、健康的な食生活を普及するため、各地区市民センターで、体操 食事提供、栄養講話、提供した献立のレシピ配布を行った。	○	○		◎	無	無
岩手県	43	軽米町健康福祉課	食に関するアンケート調査を活用した 保育園と連携した 食育活動の推進	子どもたちの望ましい食習慣の形成に向け、栄養士未配置の保育園を巡回指導するとともに、保護者に食に関する調査を実施し、保護者のニーズに沿った食育支援を行った。	○		○	◎	有	無
宮城県	44	登米市役所 市民生活部 健康推進課	ナトカリを軸とした健康づくり「ナトカリ再挑戦事業」	特定健診会場で尿ナトカリ比の結果を提供することで、適塩や野菜摂取アップ等の行動変容に繋がるよう、尿ナトカリ比の再測定及び健康相談を実施した。再測定値が改善した人 219 人(91.6%)	○			◎	無	無
秋田県	45	五城目町健康福祉課	減塩普及啓発事業	減塩に取り組む家庭を増やすため、多部局と連携し、町内会、朝市、小学校等地域全体で、減塩みそ汁の試食、調理実習、アンケート、講話等減塩の普及啓発を行った。	○				有	無
山形県	46	酒田市健康福祉部 健康課	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)	財源は、広域連合の委託事業とし、地域支援事業を活用した通いの場での健康教育の実施。高齢者の質問票やアンケート等からハイリスク者の抽出と個別支援を実施。		○		◎	無	無
福島県	47	大熊町役場 保健福祉課	健康な食環境づくり に向けた料理教室	震災後の地域コミュニティの喪失や身体活動の低下、生鮮食品の調達環境が十分でないことから、地域コミュニティを活性化するために冷凍食品等を活用した料理教室を実施。			○	◎	無	無
茨城県	48	茨城県石岡市 健康増進課	地域ボランティア 団体と連携した食 育推進事業 ～食育教室～	食生活改善推進員と連携し、朝食摂取等の食育講話やおやつ調理実習を実施。対象は小学生1年生の児童とその保護者とし食育教室を実施。	○		○		無	無
栃木県	49	栃木市保健福祉部 健康増進課	糖尿病予防教室	糖尿病重症化予防のための教室を実施。1クール4回の継続した教室(身体計測、食事チェック、採血、食事や歯周病等の講話、グループワーク、アンケート)を実施。	○				無	無

市町村の事例 50～57										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
群馬県	50	富岡市健康福祉部 健康推進課	特定保健指導	利用者が生活習慣上の問題点 に気づき、生活改善のための取 組みを継続して行えるよう保 健指導を実施。はがき、電話に よる勧奨を実施。	○				無	無
埼玉県	51	和光市健康部 健康支援課 (和光市健康増進 センター)	ちょこっとプラスで 目指せ！1日分の 野菜！	若い世代等の健康無関心層に 向けて野菜摂取量拡大を目的 に、市内のコンビニエンスストア と連携のもと普及啓発を図る。			○	◎	有	無
神奈川県	52	三浦市健康づくり課	保健衛生委員事業 (健康普及員活動)	市民からなる保健衛生委員を 各区に設置し、健康づくりの地 域活動を通して健康的な地域づ くりの実現を図る。	○	○		◎	無	無
新潟県	53	糸魚川市教育委員会 事務局こども課	園児のやせ・肥満 状況調査、個別栄 養相談	園児のやせ・肥満状況調査か ら、増加傾向にある子どもの肥 満傾向児に対し、個別栄養相談 を行い幼児期からの健康づくり を推進する。	○				無	無
富山県	54	黒部市健康増進課	健やか黒部 減塩&野菜たっぷ りプロジェクト	減塩及び野菜摂取増加に向 け、CATV や料理コンテスト等取 組み、市役所内食堂にて、レ シピ集を参考に野菜たっぷりの メニューの販売を期間限定で実 施した。	○		○		無	無
山梨県	55	富士吉田市 健康長寿課	高校生と連携した 朝食レシピ集の作 成	若年層の朝食欠食率改善のた め、高校生と共に朝ごはんレシ ピ冊子を作成、高校生と中学 3 年生に配布。QR コードを載せ、 委託先との共同管理インスタに 朝食レシピ掲載。	○	○			有	有
長野県	56	佐久市健康づくり 推進課	「めざせ 1 日 80g ! たんぱく摂ろう会」と 協働した食育	(株)明治、マルハニチロ(株)、伊藤 ハム米久 HD(株)が立ち上げた 組織と協働し、たんぱく質が摂 れる子ども料理コンテスト、企業 による小学校食育授業、商業施 設での食育イベント等を実施。	○				無	無
岐阜県	57	関市健康福祉部 市民健康課	糖尿病性腎症重症 化予防プログラ ムの効果等の分析	①医療機関未受診者への最適 な勧奨方法及び②保健指導実 施の有無が腎機能維持に与え る影響を分析した。②に有意差 あり。	○				無	無

市町村の事例 58～65										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
静岡県	58	袋井市役所 保健予防課	野菜いっぱい運動 ふくろいサラダ事業	市内の大学生に対して、①野菜料理1品無料提供、②野菜いっぱい給食メニューの販売、③ベジチェックを実施した。③の R4 と R5 を比較すると 4.3 から 4.9 へと野菜摂取レベルが増加していた。	○				無	無
愛知県	59	大府市保健センター	10 か月児の 食べる機能健診	口腔発達に合わせた離乳食の支援を行っており、約 40%の児に月齢と口腔機能の乖離が確認され、必要な支援を行った結果、摂取量が増え体重の伸びにつながったケースもあった。		○			無	無
三重県	60	鳥羽市福祉課	乳幼児の保護者 及び保育所における 災害時の食の備え についての取組	市内保育所の保護者に対して、家庭用備蓄のポイントと離乳食レシピを紹介した。また、保育所で災害時の給食提供訓練を実施した。			○	◎	有	有
滋賀県	61	日野町福祉保健課	野菜摂取推奨・日 野町ランチマップ (健康推進活動啓 発事業)	商工会、旅館料理飲酒組合、町内飲食店と連携し、野菜摂取啓発・日野町ランチマップを作成し、健診結果説明会等で配布した。			○	◎	有	無
京都府	62	福知山市福祉保健部 健康医療課	減塩効果検証事業	市民の健康課題である高血圧対策として減塩の取り組みのための測定器使用による効果検証を実施し、検証結果から栄養指導や啓発等に活用するため実施	○				有	有
兵庫県	63	三田市健康増進課	関係機関と連携した 災害時の健康を支える 食育の推進	食育推進計画において新たに「災害時の健康を支える食育」を位置づけたため、非常用飲料などの備蓄状況及び周知啓発を関係機関と連携し、実施			○	◎	有	有
和歌山県	64	紀の川市役所	糖尿病性腎症重症 化予防事業	糖尿病性腎症のハイリスク者に対して受療勧奨行い、医療機関の未受診や治療中断者をなくすとともに、医療機関受診者には保健指導を実施し重症化を防ぐ	○				無	無
鳥取県	65	日吉津村役場 福祉保健課	ひえづっこ元気も り教室(小学校 出前講座)	小学6年を対象に塩分摂取と健康に焦点をあてた教室を実施。夏休み前後にNa/K比測定や講話を行い、家庭への波及効果もあった。	○			◎	無	無

市町村の事例 66～71										
事例 No.		実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ			重点 ◎	添付 資料	ICT
					(3)	(4)	(5)			
岡山県	66	新見市健康医療課	健康長寿は食事から「低栄養の予防・早期発見」	栄養委員が通いの場等で手ばかり栄養法を用いて、栄養バランスの良い食事内容を普及啓発した。		○		◎	無	無
山口県	67	山口県山陽小野田市福祉部健康増進課	食育イベントの実施	女性の健康課題に焦点をあてた講演会(ラフテリ)、ヘモグロビン測定、骨密度測定等を企画。参加者は女性 97%、10～40 歳代 45%であった。		○		◎	無	無
愛媛県	68	上島町健康推進課	生活習慣病予防教室	小・中学生を対象に、尿中食塩濃度測定及び高血圧を中心とした生活習慣病予防についての講話を行い、早期に高血圧発症予防のための意識付けを行った。	○	○		◎	無	無
福岡県	69	行橋市地域福祉課	地域と連携した子育て支援の取り組み	子育て支援センターに通う未就園児の保護者を対象に、運動・栄養・休養の重要性に関する講話や運動実技・体内年齢測定・情報交換会を実施した。	○	○		◎	無	無
熊本県	70	長洲町役場福祉保健介護課保健予防係	乳幼児健診等における簡易貧血検査	非侵襲性の検査を乳幼児および保護者にも実施することで、貧血の早期発見、治療につなげ、乳幼児の発達障害リスクを低減するとともに、若年世代の意識向上を図る。	○	○		◎	無	無
鹿児島県	71	南九州市健康増進課	出張健康教室(高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施)	協力医療機関を募り、関係団体と連携し、多職種共同で、健康教室を実施。市の健康課題を共有する機会にもなり、顔の見える関係づくり、連携体制の構築となった。	○			◎	無	無

No. 1		野菜増やソウヤ！野菜生活応援事業		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		野菜摂取量（２０歳以上１日当たり） 現状値（平成２８年度）：２７２ｇ 目標値：３５０ｇ （北海道健康増進計画「すこやか北海道２１」）		
現状と課題		１ 野菜摂取量は、国及び北海道の目標値３５０ｇに達していない。 ２ 北海道の肥満者の割合は２０歳以上の男性では３９．６％（全国２９．５％）、女性では２６．７％（全国１９．２％）で男女とも全国を大幅に上回っている。		
事業の目的		１ 性、年齢、健康に対する関心の有無に関わらず、全ての人が無理なく健康づくりに関わることができるよう、地域住民の生活場面（例：買い物、食事、入浴）に関連する機関と連携し、生活習慣病の発症予防及び食環境の整備を図る。 ２ 記念日に制定されている「野菜の日（８月３１日）」や「愛菜の日（１月３１日）」に合わせ、各種広報媒体及び事業等を通じた普及啓発を重点的に実施し、生活習慣病予防のための野菜摂取に対する理解を深め、食生活改善への実践を促す。		
対 象		地域住民		
連携機関		稚内市内スーパーマーケット及び銭湯（各１施設）、明治安田生命旭川支社稚内営業所（包括連携協定企業）、北海道宗谷総合振興局食堂、宗谷総合振興局産業振興部農務課		
実施時期		令和４年８月～（継続中）	予算 財源	事業費：１０万３千円 財源：道民の健康づくり推進事業費
事業内容		１ スーパーマーケット（実施時期：通年） （１）買い物しながら学ぶことができるよう、野菜売場の壁に、陳列された野菜に関する内容（由来、選び方、保存方法、花言葉等）を記載したＰＯＰの掲示、簡単野菜レシピの設置、スマートライフプロジェクトの啓発ツールを掲示。 （２）レシートに「野菜増やソウヤ！野菜１日３５０ｇ」と記載（令和５年１月３０日～２月３日）。 ２ 銭湯（実施時期：令和５年６月〔食育月間に併せ、農務課と協働し実施〕 湯船につかりながら見るができるよう、野菜摂取や乳和食に関するポスターを洗い場に掲示。 ３ 北海道宗谷総合振興局食堂（実施時期：８月３１日〔令和４年及び令和５年〕） 保健所実習の酪農学園大学生が考案した野菜たっぷりヘルシーメニューを振興局食堂で提供。 ４ 明治安田生命旭川支社稚内営業所（実施時期：令和５年８月３０日及び令和６年１月３１日） 宗谷総合振興局において野菜摂取充足度測定（ベジチェック）を実施。 ※（１）資料添付： 有 ・ 無 （２）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	１ スーパーマーケットでの取組は主婦層に好評。家族や友人への口コミ等による波及効果は大きい。 ２ 連携機関が取組に対し、積極的に協力してくれたことにより円滑に進めることができた。 ３ 振興局で事業を実施することで働き盛り世代に対する普及啓発を効率よく実施することができた。		
	結果評価	野菜摂取量（２０歳以上１日当たり）については、次の健康づくり道民調査及び北海道健康増進計画「すこやか北海道２１」の中間評価で把握予定。		
課 題		掲示や展示は野菜売り場が中心だが、男性は素通りしがち。男性をターゲットとするのであれば、惣菜売り場での掲示が効果的と思われるため、今後はこの場での掲示等を進めることとする。		
その他		事業を通じ、連携機関と「本音が言える関係づくり」を構築することができた。		

工夫した点	1 キャッチコピー（野菜、増やソウヤ！）は「誰に向けて何を伝えるのか」、「ターゲットの気持ちを喚起させる」手段として有効だった。 2 記念日に合わせた事業の実施は関心も集めやすく、記憶にも定着しやすい。
-------	--

キーワード：野菜、増やソウヤ！ 生活場面の活用 記念日 誰一人取り残さない健康づくり

実施主体	北海道宗谷総合振興局 保健環境部保健行政室	所在地	北海道稚内市末広4丁目2番27号
電話番号	0162-33-2989	FAX番号	0162-32-2253
担当者	佐藤貴子	E-mail	satou.takako1@pref.hokkaido.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	回 ・ 不可		

No. 2		東青地域家族で実践する健やか力向上事業 ―「親子で育む」健やか力向上事業―		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		・ 児童が健康的な栄養・食生活について興味を持ち、自宅で健康的な食生活を実践することができる。 ・ 児童の家族に対し、健康的な食生活の実践について周知する。		
現状と課題		東青地域 5 市町村の平均寿命は、全国 1,888 市町村のうち下位 50 位以下。特に働き盛り世代の死亡率が高い。肥満傾向児の出現率は全ての学年で全国平均を上回っている。		
事業の目的		子どもやその家族が健康習慣の基本となる食・栄養に関する正しい知識を得、実践できるよう啓発、意識の醸成を行う。		
対 象		管内小学校（全 7 校） 5 年生とその家族		
連携機関		青森県立保健大学、町村、管内小学校、栄養教諭、メディア		
実施時期		R3～R5 年度	予算 財源	事業費： 千円 財源：
事業内容		①食育実習 小学校に出向き、食育 SAT システムを使用した食事バランスの学習、甘い飲み物に含まれる砂糖量の実験、簡単レシピの試食・紹介を実施。参加児童総数：106 名 ②冬休み栄養チャレンジ 食育実習の対象児童に、冬休み期間中に健康的な食生活にチャレンジしてもらったほか、健康的な食生活に関する標語作りにも取り組んでもらった。参加児童総数：96 名 ③食育カレンダー作成 食・栄養に関するクイズや簡単レシピを掲載した食育カレンダーを作成・配付した。 〈作成部数〉 R4：500 部 R5：500 部 ※ (1) 資料添付： 有 ・ ☐ 無 (2) 使用した ICT ツール： ☒ 有 (Web 会議システム) ・ 無		
評価	プロセス評価	・ 当初の計画に沿って概ね計画通りに事業を実施することができた。 ・ 対象者に合わせた指導案及び教材の作成を行うことができた。 ・ 大学、町村、小学校及び栄養教諭から事象の趣旨について理解を得、連携した取組を行うことができた。		
	結果評価	・ 食育実習後の児童からの感想文から、児童が食・栄養への関心を持ち、家庭における実践意欲が伺えた。また、食育実習実施前後に児童に行ったアンケート（R4・5 のみ実施）では、実習により食・栄養に対する意識や自己効力感が向上したことが伺えた。 ・ 冬休み栄養チャレンジにより、家庭で健康的な食生活の実践ができたことが伺えた。 ・ 保護者参観の実施、当事業についての学校だより・給食だより・町村広報誌への掲載、テレビニュースでの特集放送により、児童の家族等へ周知することができた。		
課 題		3 年間の事業終了後もこの取組を地域で継続して実施していくことが理想的であるが、実施方法、実施主体等の検討が必要と考える。		
その他				

工夫した点	小学校対象の取組では、食育実習だけで終わらず、実習を踏まえて家庭でバランスの取れた食生活を実践できるような事業内容とした。
-------	---

キーワード：

実施主体	青森県東地方保健所	所在地	青森県青森市
電話番号	—	F A X 番号	—
担当者	竹ヶ原亜美（三戸地方保健所）	E - mail	ami_takegahara@pref.aomori.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 3		交流型健康づくり教室	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		健康いわて 21 プラン（第2次） ・低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者 20.0%（R5 年） ・ロコモティブシンドロームの認知度 80.0%（R5 年）	
現状と課題		・地域全体の約 40%の住民が 65 歳以上である。 ・新型コロナウイルス感染症対策に伴う外出自粛などの影響による運動不足からの体力低下や栄養の偏り等の健康状態の悪化が懸念される。	
事業の目的		・管内市町村や関係団体と連携した体験型講座開催により、地域住民の主体的な健康づくりと交流を促進し、フレイル予防を図ることを目的とする。	
対 象		管内市町村住民（主に 75 歳以上の高齢者）	
連携機関		市町村、社会福祉協議会、食生活改善推進員 等	
実施時期		令和 4 年 4 月～	予算 事業費：122 千円 財源 財源：栄養改善費
事業内容		管内市町村や関係団体と連携し既存事業を活用して下記の内容で交流型健康づくり教室を開催した。 【内容】 ① 体組成測定器や血管年齢計、血圧計を用いて参加者の体を見える化。 ② 測定結果について個別に保健指導を実施するとともに、フレイル予防のための食事に関する講話を実施。 ③ その他、市町村の健康運動指導士による運動指導や、食生活改善推進員が作製したお弁当の配付等を行った。 ※（1）資料添付：有・ ☐ 無 （2）使用した ICT ツール：有（ ☐ ）・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・実施回数 9 回/参加者数 111 名 ・アンケート結果では、「1 日 3 食栄養を考えて食べるようにしたい」「毎日のウォーキングをはじめたい」など、参加者の 70%から食事や運動等の生活習慣改善に意欲的な声が聞かれた。	
	結果評価	・体組成測定器を購入または保健所から借用することにより、管内 4 市町村中、3 町村において事業が継続している。体組成や血管年齢、血圧等の変化は今後評価する予定。 ・交流型健康づくり教室をきっかけに、定期的に運動を行う自主活動が始動した地域があった。	
課 題		事業に参加する高齢者は地区活動や健康づくりに興味のある方がほとんどであるため、健康無関心層も含め参加者を増やす必要がある。	
その他			

工夫した点	・保健所が単独で実施するのではなく、市町村や関係団体と連携して実施した。 ・指導媒体は「食べて元気にフレイル予防（厚生労働省）」を活用し、担当者によらず統一した指導ができるようにした。 ・栄養や運動に関する指導だけではなく、保健師と連携し「こころ」の健康づくりに関する講話も行い「からだ」と「こころ」両面からの健康づくりを支援した。
-------	--

キーワード：フレイル予防、体組成測定

実施主体	岩手県宮古保健所	所在地	岩手県宮古市五月町 1-20
電話番号	0193-64-2218	F A X 番号	0193-63-5602
担当者	栄養士 高橋 瑞稀	E - mail	CC0010@pref.iwate.jp
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 4		働く人の健康づくり事業「大人こそ！ベジプラスチャレンジ」		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		(短期) ・健康づくりに取り組む事業所を増加する（今後設定）、関係団体を増加する（今後設定） (中期) ・野菜摂取量の平均値の増加（R4：275g→R17：350g） (長期) ・メタボ該当者及び予備群の割合の減少（R4：32.2%→R17：23%）		
現状と課題		脳血管疾患による年齢調整死亡率（人口 10 万対）が全国と比較して高く（R3 全国男性 93.7、全国女性 55.1、県男性 111.5、県女性 70.4）、その要因となるメタボ該当者及び予備群の割合も、平成 20 年度以降全国ワースト 3 位以内（R3 全国 29.1%、県 32.2%）が続き、さらに肥満傾向児の割合も全国上位が多く、子どもから大人まで生活習慣の改善が課題となっている。また食生活の要因として、食塩摂取量は減少しつつも高いまま推移し（男性 R22:11.9g→10.3g、女性 R22：10.4g→R4：9.4g）、野菜摂取量の平均値も減少傾向（R22：307g→R4：275g）である。		
事業の目的		親世代でもある働き盛り世代をターゲットとし、かつ管内事業所等を対象とすることで、食を通じた健康づくりを実践する事業所を増やすとともに、県民の「野菜摂取量の増加」の一助とする。		
対 象		管内事業所及び団体に所属する働き盛り世代		
連携機関		国機関 2 所（仙台労働基準監督署、古川労働基準監督署）、一般団体 3 所（宮城労働基準協会仙台支部、塩釜支部、古川支部）、県食育関係機関 2 所（仙台地方振興事務所、仙台教育事務所）		
実施時期		2022（R4）年度から	予算 財源	
事業内容		事業所内で 3 人 1 組のチームをつくり、チャレンジレベルから目標を設定し、期間内に毎日目標達成に向け取り組む。チャレンジレベルは以下の 4 段階とし、上位の目標を設定した場合は下位の内容も実践することとする。（例：レベル 4 に挑戦する場合、レベル 3、2、1 も実践する）。 【 Level 4：毎日「手ばかり」5 つ分（1 日 350g）以上の野菜を食べる。Level 3：毎食野菜を食べる。 Level 2：朝食に野菜を食べる。Level 1：野菜があれば、野菜を先に食べる（ベジファースト）。】 ※（1）資料添付：無（2）使用した ICT ツール：無		
評価	プロセス評価	・連携機関とは、以前よりメタボ事業企画・評価会議で参集し、県民の健康課題等を共有していたこともありスムーズに共催依頼を受け入れていただき、計画通り事業を進めることができた。 ・昨年度はコロナ禍でもあり、当所で把握していた事業所への周知啓発にとどまったが、今年度は連携機関と共催により実施したことから、中小企業、小中学校等広く情報発信ができた。		
	結果評価	・参加事業所数は 17 事業所 100 チーム（300 名）の参加であった。（R4：11 事業所 50 チーム） ・2 年連続参加事業所は 8 事業所で、継続率は 47.1%であった。 ・参加事業所担当者から、朝食欠食や食事バランスが気になる若い世代に対し「朝食で野菜食べてきたか？」などハラスメントの心配をせずに聞くことができ、職場内コミュニケーションが図れたとの声をいただいた。		
課 題		国機関の管轄と異なることから、来年度は国管轄にあわせた市町村を対象とできるよう調整したい。		
その他		事業所に対して参加するメリットを強調できるよう、現在個人アンケートを実施している。		
工夫した点		働き盛り世代は自分の健康づくりに取り組む時間的余裕がないこと、また市町村事業等健康づくりに関するイベントに参加する人が少ないことから、職場を通じた働きかけを行った。		

キーワード:

実施主体	宮城県塩釜保健所	所在地	塩竈市北浜4丁目8-15
電話番号	022-363-5503	FAX番号	022-362-6161
担当者	健康づくり支援班 管理栄養士	E-mail	sdhwhfzke@pref.miyagi.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可		

No. 5		大規模事業所の社員食堂における減塩推進の取組	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		○
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		大規模事業所1社において提供しているみそ汁の塩分濃度を取組前よりも低い濃度で提供される。	
現状と課題		福島県では食塩摂取量が多く、40歳代の健診データでは血圧が基準値以上の者が多い。そのため、この世代、さらにはもっと若い世代への健康意識の啓発・教育が課題であるが、食生活の改善においては、個人への普及啓発のみでは限界があるため、継続的に減塩に取り組める食環境を整備した。	
事業の目的		社員食堂のみそ汁の塩分濃度を取組前よりも低くして提供し、食堂利用者の食塩摂取量を減少する。	
対 象		大規模事業所1社の社員食堂を利用する喫食者1,320人（従業員数1,380／喫食率95.7％）	
連携機関		事業所、福島県健康衛生総室健康づくり推進課、福島県県南保健福祉事務所、	
実施時期		令和4年9月7日～令和4年9月30日	予算 財源 県の事業費より、 需用費（塩分濃度計、コピー代）を算出
事業内容		事業所の社員食堂において提供しているみそ汁の塩分濃度を、従来の0.9％から8日間毎に0.1％ずつ下げ、最終的に0.7％まで下げた。なお、食堂利用者には本取組を告知せずに実施した。 取組期間中はみそ汁の食数及び塩分濃度を確認した。 食堂利用者へのアンケートを各々の塩分濃度提供期間の最終日の昼食時に実施し、調理者へのアンケートを取組終了後に実施した。 ※（1）資料添付： 有 ・ ☐ 無 （2）使用したICTツール： 有（ ） ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	福島県健康衛生総室健康づくり推進課による事業の全体調整、福島県県南保健福祉事務所による事業所への進捗状況の確認、事業所による健康保険組合への事業実施の理解促進や給食委託会社との連絡調整など、連携機関の役割分担を明確にしたため、事業を滞りなく実施することができた。	
	結果評価	- 取組前よりもみそ汁1杯の食塩摂取量を0.36g減らせることができた。 - 取組前よりもみそ汁の塩分濃度を0.1％下げて提供することが継続されている。	
課 題		- 食堂利用者へのアンケートにおいて30歳代以下で減塩をいつも心がけると答えた割合が10％以下であり、調理者へのアンケートにおいて減塩取組の継続のためには、利用者の理解が必要だと回答した人が一番多かったことから、食堂利用者の減塩への理解や健康意識の向上が必要である。 - さらなる塩分濃度を下げたみそ汁の提供のためには、塩分濃度変化の間隔を長くする必要がある。	
その他			

工夫した点	事前に管轄地域の全事業所へ喫食者数や提供しているみそ汁の塩分濃度、減塩の取組に対する意欲等を把握していたため、取組依頼をする事業所を円滑に選定し、取組への協力を得ることができた。
-------	---

キーワード：食環境整備、減塩、ナッジ

実施主体	福島県県南保健福祉事務所	所在地	福島県白河市郭内127番地
電話番号	0248-22-5443	FAX番号	0248-22-5441
担当者	加藤	E-mail	kenkou_kennan@pref.fukushima.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 6		社員食堂を活用した食育事例集の作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針	
		(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) 管内事業所給食施設における生活習慣の改善 (中期) 管内事業所給食施設の食塩相当量の減少 (令和 11 年度までに 1 食あたり 2.8g にする) (短期) 事業所給食施設の食育に対する意識の向上	
現状と課題		茨城県及び管内の健康課題として循環器疾患による死亡率が高いことから、減塩対策を含む生活習慣の改善が重要である。管内事業所給食施設の 1 食あたりの食塩相当量の平均値は 3.7g であり、1 日の目標量の 1/3 を大きく上回っていることから、事業所給食施設従事者の食育に対する意識付けを強化するとともに、利用者が自然と健康になれる食環境づくりを推進する必要がある。	
事業の目的		各事業所給食施設における社員食堂を活用した食育の取組事例を事例集として取りまとめ、共有することで、事業所給食施設従事者の意識を醸成し、効果的な事例の展開を促す。 また、多くの事例が収集できるよう、近隣の保健所と共催し、幅広い地域での食育推進を図る。	
対 象		つくば・筑西・古河保健所管内事業所給食施設 (86 施設)	
連携機関		事業所給食施設、給食委託会社	
実施時期		令和 5 年 9 月	予算 財源 事業費： — 千円 財源：—
事業内容		各事業所給食施設における社員食堂を活用した食育の取組について、所定の様式に記入後、使用している媒体等も含めて電子システムにより提出を依頼した。 その後、報告のあった事例を取りまとめ、事例集を作成し、県ホームページに掲載、管内事業所給食施設に配付し、共有を図った。事例集を配付後、従事者に対しアンケートを実施した。 ※ (1) 資料添付 : 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール: 有 (いばらき電子申請・届出サービス) ・ 無	
評価	プロセス評価	3 保健所共催とすることでより多くの事例 (15 事例) を集めることができ、各施設の状況に応じた様々な内容を示すことができた。 また、事例集には、好事例の他に茨城県の健康づくりに関する取組について情報提供の枠を設け、幅広く啓発を行うことができた。	
	結果評価	アンケート結果より、食育を取り組んでいない施設も含めた全ての施設で「食育の取組を実施したい、または継続したい」と回答があり、事業所給食施設従事者の食育に対する意識を醸成することができた。	
課 題		次年度以降、食環境づくりに取り組む事業所が増加したか評価する。	
その他			
工夫した点		様々な食育活動が広まっている中、事業所給食施設の食育はまだ情報が不足している状況にあることから、実際に各施設で使用している食育媒体も掲載することで、具体的に情報共有できるようにした。また、県内でも地域を限定にしたことで、地域に根付いたものとした。	

キーワード：社員食堂、食育、減塩

実施主体	茨城県つくば保健所 (共催：茨城県筑西保健所、古河保健所)	所在地	茨城県つくば市松代 4-27
電話番号	029-851-9291	F A X 番号	029-851-5680
担当者	村山	E - mail	tsuho03@pref.ibaraki.lg.jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 7		栃木県職員管理栄養士育成計画の作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
現状と課題		能力獲得の目標値として、専門能力は「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」に基づき区分、行政能力は「栃木県職員人材育成基本指針」に基づき設定した。	
事業の目的		県職員管理栄養士は、重点テーマの各課題への取組が求められる一方で、配置数が少なく、年齢構成にもばらつきがあり、職場内でのOJTが十分に行えず、年次に応じた系統だった人材育成を行うことが困難な状況にある。求められる能力を獲得できるよう現任教育を体系的に行う仕組みづくりが必要である	
対 象		栃木県保健福祉部の本庁及び広域健康福祉センター(保健所)に勤務する行政管理栄養士	
連携機関		県庁内関係部署(健康増進課(栄養業務主管課)、保健福祉課(部幹事課))	
実施時期		平成30年度～令和5年10月	予算 財源 事業費： ー 千円 財源：
事業内容		平成30年度 - 行政能力確認シート及び専門能力確認シート(キャリアラダー)の作成 - 県の管理栄養士の業務体系に合わせ、新任期・中堅期(前期・後期)・管理期ごとに獲得能力を記載 - 能力(行政・専門)確認シートを活用した能力等獲得状況の自己確認の試行 - グループ面談による取組や能力獲得状況の確認と上席管理栄養士による指導助言の試行 令和4年度 - 県管理栄養士育成計画の全体構成・内容検討、作成(キャリアラダー、キャリアシート等様式含む) - 県管理栄養士育成計画(案)について本庁健康増進課へ報告し、運用にあたっての協力を依頼 令和5年度 - 健康増進課から保健福祉課へ報告し、県としての人材育成の計画に位置づけることを協議 「栃木県職員管理栄養士育成計画」が県保健福祉部の計画として策定される ※(1)資料添付： 有 ・ ☐ 無 (2)使用したICTツール： 有 () ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	計画作成にあたり、県管理栄養士の目指す姿や人材育成の方向性について全員で話し合い共有した。能力確認シートは全員でシートを活用して能力獲得状況を確認・意見を出し合うことで実効性を高めた。	
	結果評価	本育成計画は、当初県管理栄養士職能団体の人材育成計画を作成したが、本庁健康増進課の理解・協力を得られたことで、最終的に保健福祉部の計画として位置づけられる結果につながり、業務時間内での体系的な研修実施が可能となるなど取組がしやすくなるとともに、目標を示すことでモチベーションの向上にも繋がっている。	
課 題		「将来を見据えた地域における栄養施策の実践ガイド」の行政栄養士に求められるスキルを参考に、能力獲得シートの見直しを行う必要がある。	
その他			

工夫した点	・本庁健康増進課(栄養業務主管課)へ相談し、計画の位置づけや運用について助言を得た。 ・他職種に対して理解を得られるよう丁寧な説明を行った。
-------	---

キーワード：行政栄養士 人材育成計画 キャリアラダー

実施主体	栃木県職員管理栄養士会	所在地	栃木県小山市犬塚3-1-1
電話番号	0285-22-0302(栃木県県南健康福祉センター地域保健部)	FAX番号	0285-22-8403
担当者	関口 昌代	E-mail	sekiguchim03@pref.tochigi.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 8		企業と連携した食環境づくり～事業所給食へのアプローチ～		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		・食塩摂取量の減少：8g ・野菜摂取量の増加：350 g、果物摂取量 100g 未満の者の割合：30%		
現状と課題		当所は、令和2年度から企業と連携した食環境づくりの取組を強化し、群馬県の「健康づくり協力店」の登録促進等により、働き世代の健康づくりを進めている。これにより、令和5年3月末には管内の健康づくり登録店が151施設（県内登録施設の23%）、事業所給食施設では管内事業所給食施設の72%（28施設）となった。また、スマートミールの認証施設（事業所）は管内に5施設となり、企業と連携した食環境づくりが着実に進んでいる。 一方、食塩の給与量が3gを超える事業所給食施設は89%と多く、事業所給食施設における食塩摂取量減少に向けた食環境づくりの更なる取り組みが必要である。		
事業の目的		事業所給食施設における「健康づくり協力店」「スマートミール認証施設」の登録を進め、給食運営に関わる関係者の食環境づくりへの理解を促進する。 また、給食施設指導及び講習会等を通じて事業所給食における減塩の取り組みを支援し、働き世代における適切な食塩摂取に向けた食環境づくりを促進する。		
対 象		管内の事業所給食施設とその利用者		
連携機関		館林保健福祉事務所管内の事業所給食施設の関係者 館林地区地域・職域連携推進協議会		
実施時期		平成29年度～令和5年度	予算 財源	事業費：80千円（令和5年度） 財 源：一般財源
		●平成29年度：・「健康づくり協力店普及プロジェクト」を展開し、講演会の開催や市町行政栄養士～令和4年度と連携による制度の周知と登録店の増加促進 ・管理栄養士養成施設及び健康づくり協力店と連携した、人生100年レシピ（減塩うどんレシピ集）による減塩の普及 ●令和5年度：・スマートミール認証及び健康づくり協力店に登録する事業所給食施設へ重点的に巡回指導を実施し、食環境づくりの取り組みに関するヒアリングを実施 その結果をもとに、事業所給食施設の給食部門と健康づくり部門の連携を図り食環境づくりに取り組む先進事例をまとめた事例集を作成 ※（1）資料添付：無（2）使用したICTツール：無		
評価	プロセス評価	・人生100年レシピ（減塩うどんレシピ集）の配布数：10,000部 ・事例集協力施設：令和5年 5施設（いずれもスマートミール認証） ・健康づくり協力店の登録施設（事業所）：平成30年 14施設 → 令和5年 28施設 ・給食管理部門と健康管理部門の連携が図られている施設：平成30年 67% → 令和5年 73%		
	結果評価	・事業所給食で提供される食塩摂取量が3g未満/1食の施設：平成28年 11% → 令和4年 50% ・県民の食塩摂取量：平成28年 男10.7g、女9.4g → 令和4年 男11.0g、女9.7g （県民健康・栄養調査）		
課 題		事業所給食の食環境が整備されることで、喫食者である働き世代の健康状態等の改善が図られているかを評価できる体制整備が必要である。		
その他				

工夫した点	当管内の第2次産業就業者の割合は県内平均よりも高く、事業所給食の喫食者が管内生産年齢人口の15%を占めることから、食環境づくりによる波及効果が高いと見込んでターゲットを絞り、経年的に事業を進めたこと。
-------	--

キーワード：食環境、企業、事業所給食、健康づくり協力店、働き世代、健康づくり

実施主体	群馬県館林保健福祉事務所	所在地	群馬県館林市大街道 1-2-25
電話番号	0276-72-3230	F A X 番号	0276-72-4628
担当者	細谷・田中	E - mail	tatehofuku@pref.gunma.lg.jp
HPへの連絡先掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 9		健康経営推進研修会	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		○ 管内における「健康経営優良法人」の増加（目標値なし） ○ 管内における「埼玉県健康経営実践事業所」の増加（目標値なし）	
現状と課題		坂戸保健所管内の2市3町（坂戸市、鶴ヶ島市、毛呂山町、越生町、鳩山町）において令和3～4年に「健康経営優良法人」に認定された企業はのべ7社、「埼玉県健康経営実践事業所」は全県256社中3社（令和4年11月30日時点）であり、管内での健康経営の普及率が低いことが推測される。	
事業の目的		管内企業等の経営者及び関係者へ健康経営を普及啓発することで、「誰もが働きやすい地域づくり」を推進する。当所管内以外の地域に所在する企業等も本研修の対象とし、埼玉県全体で健康経営の機運をさらに高める。	
対 象		企業等（規模・業種を問わず）の経営者・所属責任者、管理監督者・部門責任者、従業員の健康管理に関わる部門の担当者（医師、看護師、保健師、管理栄養士・栄養士等の保健医療職を含む）、県及び市町村の健康づくり業務担当者、その他健康経営や働き方改革の推進に関心を持つ者	
連携機関		県健康長寿課、全国健康保険協会埼玉支部、埼玉県商工会連合会、近隣保健所、健康経営会議実行委員会、NPO法人健康経営研究会、民間企業 等	
実施時期		令和5年2月20日(月)～3月19日(日)	予算 財源 事業費：72.8千円 財源：健康長寿計画推進事業費、健康長寿埼玉プロジェクト推進事業費
事業内容		研修動画（2動画）をYouTubeにてオンデマンド配信した。 ① 主催者あいさつ（坂戸保健所所長） ② 講義：“健康経営”を取り巻く社会環境 ～今、なぜ健康経営が必要なのか～（健康経営会議実行委員会事務局長兼NPO法人健康経営研究会理事） ③ 講義：埼玉県における健康経営施策 埼玉県健康経営認定制度について（埼玉県健康長寿課職員） ④ 情報提供：健康経営推進の取組みについて（全国健康保険協会埼玉支部職員） ※ (1)資料添付：有・無 (2)使用したICTツール：有（YouTube）・無	
評価	プロセス評価	○企画評価：多様な組織と連携し企画を実施することができた。事業所給食施設、管内市町商工会会員、県内行政機関等へ周知し、56組織91名からの申込があった。オンデマンド配信は、健康経営を広く普及啓発する目的を達成するのに適した方法であった。 ○経過評価：2動画の合計再生回数181回。受講後アンケートでは全ての回答者が「とても満足」又は「満足」と回答した。	
	結果評価	○影響評価（短期アウトカム）：健康経営についての理解度：とても深まった35.5%、深まった64.5%、健康経営を実践したいと思うか：とてもそう思う48.4%、そう思う51.6%、健康経営（又はその考え方）を実践できそうか：とてもそう思う12.9%、そう思う80.6% ○結果評価（長期アウトカム）：埼玉県健康経営実践事業所数：全県296社中5社（令和5年9月30日現在）	
課 題		行政以外の事業所・企業等については、周知数に対しての申込数が限られ、対象の選定・抽出、意識の啓発、周知方法には課題が残った。また、アンケートの回答率が3割程度であり、オンデマンドでの研修でも回答率を上げる工夫が必要である。埼玉県健康経営実践事業所数は微増しているが、今後も更なる普及啓発が必要である。	
その他			

工夫した点	埼玉県全体で健康経営の機運をさらに高める必要があると考え、当所管内以外の地域に所在する企業等も本研修の受講対象とし、複数のチャネルを活用して本研修を周知した。 サムネイル画像、チャプターを設定し、受講しやすくした。申込、資料ダウンロード、動画視聴、アンケート回答まで一連のアクションをWebサイト上で行えるよう設定した。
-------	---

キーワード：健康経営 地域・職域連携推進事業

実施主体	埼玉県坂戸保健所 保健予防推進担当	所在地	埼玉県坂戸市石井 2327-1
電話番号	049-283-7815	F A X 番号	049-284-2268
担当者	稲田	E - mail	r8378153@pref.saitama.lg.jp
HPへの 連絡先の掲載	☒ 可 ☐ 不可		

No. 10		大学生等若い世代に向けた食育の推進～「ちゃんとごはん」習慣で自分の健康を守ろう！～		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		①野菜 350g 以上/日以上のを増やす ②食塩 8g 未満/日のを増やす ③果物 100g/日未満のを減らす ④脂肪エネルギー比率が適正範囲内にある人を増やす (①～③:20 歳以上、④: 30-69 歳)		
現状と課題		・進学や就職等により新生活を送る若者は、生活環境が大きく変化する場合が多く、食生活においても、自炊、外食・中食利用又は欠食など選択肢は増えるが、正しい知識を持たないと摂取栄養が偏りやすい。 ・若い頃からの偏った食事の習慣化は、将来の健康障害のリスクを高めるおそれがある。		
事業の目的		・若い世代への食育について、圏域で共通の課題として関係機関が協力して取り組む。 ・若い世代が毎日の食事を見直し、より健康に暮らすための食生活の実践意欲を高められるよう導く。		
対 象		管内住民（主に大学等学生及び事業所若手従業員）等		
連携機関		管内 6 市健康主管課、管内大学（学識経験者、養護教諭及び学生）、学生食堂及び社員食堂受託事業者、食品メーカー、管内地域活動栄養士会等		
実施時期		令和 4 年度から令和 5 年度まで	予算 財源	事業費：4780 千円（2 年間事業全体予算） 財源：東京都一般会計
事業内容		・関係機関会議を開催（2 年間計 5 回）し、若い世代の現状と課題等について共通理解を図る ・若い世代が食育に関心を持ち、自ら食生活の改善等に取り組めるような動画及び啓発資料の制作（対象…令和 4 年度：大学等学生向け、令和 5 年度：事業所若手従業員向け） ・インターネットや SNS 等のデジタルツールを活用した情報発信 ・管内各市での健康づくり関連イベントや鉄道事業者及び学校と連携したキャンペーンの実施 等 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： ☒ 有（YouTube・X・Microsoft Teams・Google Forms 等）・無		
評価	プロセス評価	・各会議委員の若い世代との関わり等に関する事例報告や情報交換を通して、若い世代における食生活の現状と課題について共通理解を図った上で動画制作に当たることができた。 ・保健所だけでなく、会議委員の所属や管内大学の健康管理部門など、圏域のソーシャルキャピタルを通じて幅広く普及啓発を行うことができた。		
	結果評価	・大学等学生向け動画のアンケート結果は、内容が分かりやすく、参考になったという意見が殆どであった。また、食生活の改善など、実践したいことがあるという回答も多くを占めた（N=190）。 ・令和 5 年度制作の動画については、令和 5 年度末に実施のアンケート結果を踏まえて評価を行う。		
課 題		大学等学生向け動画のアンケート結果から、動画の視聴により、望ましい食生活に関する知識や実践意欲は向上したものと思われるが、行動変容に結びついたかまでは検証できていない。 若い世代が自身の食生活に関心が持てるよう、今後も普及啓発を継続していく必要があると思われる。		
その他		若い世代向け“ちゃんとごはん”のススメ（多摩府中保健所ホームページ） https://www.hokeniryo.metro.tokyo.lg.jp/tamafuchu/eiyuu/chanto_gohan.html		

工夫した点	- 令和 4 年度は大学等学生向けにステップ 1 となる内容、令和 5 年度は事業所等の若手従業員向けにステップ 2 となる内容とした。 - 動画には取り組みやすい「はじめの一步」に繋がるヒントを盛り込むとともに、アニメーションを活用し、アップテンポな展開にするなど、若い世代が親しみやすく気軽に視聴できる内容とした。
-------	--

キーワード：若い世代、食育、バランスの良い食事

実施主体	東京都多摩府中保健所	所在地	東京都府中市宮西町 1-26-1
電話番号	042-362-2334	F A X 番号	042-360-2144
担当者	松本 祐子	E - mail	S1153402@section.metro.tokyo.jp
H P への連絡先掲載	☒ 可 ・ 不可		

WEBで公開中

1日のはじまりのスイッチ

朝食で1歩前へ!

“ちゃんとごはん”習慣で健康的な学生生活を

朝食っていいことばかりじゃん

ぼくが朝ごはんの大切さを説明するよ!

多摩府中保健所 食育推進マスコット ぱくたん

わたしにもできるかも~

朝ごはんをちゃんと食べると、こんなイイことが...

Point 1

心と体の安定!

Point 2

スッキリお通じへの近道!

Point 3

集中力アップ!

「ぱくたん」が朝食の大切さを伝えるムービー

多摩府中 ちゃんとごはん

検索

テストの成績アップのカギは朝食?!

あなたにもできる!! 朝ごはんを食べるための工夫とは?!

視聴はこちらから

東京都多摩府中保健所

食事は健康の源!!

未来はあなたの選択次第!

~「ちゃんとごはん」で健康に~

ぼくが「ちゃんとごはん」の大切さを説明するよ!

WEBで動画公開中

東京都多摩府中保健所 食育推進マスコット ぱくたん

「ちゃんとごはん」のススメ!

Check 1

ちょうど良い体格って?

Check 2

何を選ぶ? 食べたいものだけ食べていればOK?

Check 3

“ちゃんとごはん”を食べるためのコツは?

ぱくたんが「ちゃんとごはん」の大切さを伝えるムービー公開中!

多摩府中 ちゃんとごはん

検索

1 ちょうど良い体格って?

2 1日3食「ちゃんとごはん」のススメ (1:20~)

3 必要な栄養量って? (2:47~)

4 バランスよく食べるコツは? (4:16~)

視聴はコチラから

東京都多摩府中保健所

No. 11		食を通じた防災・減災対策推進事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		①家庭用備蓄をする人の割合の増加 ②管内自治体の要配慮者用食品備蓄の充実 ③災害時の食の備えの推進に関わる産学官連携体制の構築		
現状と課題		2007年に発生した新潟県中越沖地震の最大被災地域である柏崎地域（柏崎市・刈羽郡刈羽村）では被災しても健康的な食生活が送れるよう食を通じた防災・減災対策（媒体等を活用した普及啓発）を行ってきた。その後東日本大震災等の大規模災害や感染症の発生等食の備えに関する内容と質に変化が生じたことから、新たな課題に対する地域版家庭用備蓄の推進と食を通じた地域振興が求められている。		
事業の目的		中越沖地震以降展開されてきた関係組織による食を通じた防災・減災対策をさらに推進すると共に、次世代への食の面からの防災教育の実践と地域振興につなげることを目的とする。		
対 象		一般市民 保健医療福祉団体、防災関連組織、食品関連事業者、NPO 法人、管内自治体		
連携機関		保健医療福祉団体（医師会、栄養士会、食生活改善推進委員協議会）、防災関連組織（公益社団法人） 食品関連事業者（管内食品製造企業、要配慮者用食品製造企業、企業協議会、スーパー、給食事業者、食品衛生協会）、NPO、自治体（防災・市民活動・栄養・保育・教育担当部局）、アドバイザー(大学)		
実施時期		2022 年(令和 4 年度)～2023 年(令和 5 年度)	予算 財源	事業費：750 千円（2 年間合計） 財源：地域活性化推進事業（政策課）
事業内容		(1)「柏崎地域災害時食のセーフティネット検討会」（以下、検討会）の開催（令和 4 年度、5 年度） (2)「柏崎地域災害時食の備えリーフレット策定ワーキング会議」の開催（令和 4 年度） (3)「いのちを守る 未来につなぐ 柏刈地域の食のそなえ」（家庭用備蓄）リーフレット策定（令和 4 年度）20,000 部策定・・検討会構成組織団体を通じた災害食の普及・販売提供 (4)「地域災害食普及リーダー養成講座」の開催（令和 5 年度） リーフレットを活用し災害食を地域に普及するリーダーを養成する。 (5)地域災害食普及リーダーによる「バッククッキング講座（災害食講座）」の開催（令和 5 年度） (6)高校における食育授業（災害食講座）の実施（令和 4 年度、5 年度）* (4)、(5)は NPO 委託実施 ※ (1) 資料添付：有・無 (2) 使用した ICT ツール：有（ホームページ、地元新聞、コミュニティ放送）・無		
評価	プロセス評価	・検討会を通じて関連組織の取組状況を知り、連携してできる活動を共有することができた。 ・2 年間の事業実施後も、NPO 主体による取組が展開できるような体制づくりを行った。 ・管内市村の要配慮者用食品の備蓄の充実につながった。		
	結果評価	・柏崎市：1 人 3 日分の食品・水を備蓄している人の割合（H28 ベースライン値）R6 年度調査予定 ・刈羽村：食品を備蓄している人の割合（R5）ベースライン値確保 ：物資を備蓄している人の割合（R5）同上 【参考値】県民健康・栄養実態調査 生活習慣調査（R5）：食品を備蓄している人の割合（R5）		
課 題		・継続的に評価指標（備蓄する人の割合）を把握し、取組状況を検討していく必要がある。 ・食の面からの防災教育について、学校等と連携してさらに進める必要がある。		
その他				

工夫した点	災害時の食に関わる組織について、産学官それぞれの立場から参画が得られるよう事業を組み立てた。
-------	--

キーワード：食の面からの防災教育、防災・減災対策、産学官

実施主体	新潟県柏崎地域振興局健康福祉部	所在地	新潟県柏崎市鏡町 11 番 9 号
電話番号	(0257) 22-4112	F A X 番号	(0257) 22-4190
担当者	土田 直美	E - mail	ngt111830@pref.niigata.lg.jp
H P への連絡先の掲載	可・不可		tsuchida.naomi@pref.niigata.lg.jp

ポリ袋調理による災害食レシピ

簡単に温かい食事がとれ、少ない調味料で作れるポリ袋調理は、災害時のみならず普段から役立ちます。備蓄している食品や物資・道具を活用して日頃から作り慣れておきましょう。

主食



ご飯
材料(1人分)
米……………1/2カップ
水……………1/2カップ強
作り方
① 米をポリ袋に入れ、分量の水を加える。
袋の空気を抜いて口を縛り、約20分置く。
② ①を沸騰したお湯の中に入れて20分煮る。



主菜

日頃も災害時も活用したいレシピ（備蓄しにくい大豆や乳製品を使ったメニュー）



大豆のトマトカレー
材料(1人分)
ミックスビーンズ缶…1缶(50g)
トマト缶……………100g
ツナ缶……………1缶
コン缶……………30g
水……………30ml
カレールー……………1かけ



サバ缶のミルク煮
材料(2人分)
サバ缶……………1缶
ほうれんそう…1/2束
きのこ……………50g
スキムミルク…カレースプーン1杯
水……………90ml
こしょう……………少々

作り方
① 材料全てをポリ袋に入れ、袋の空気を抜いて上の方でしぼる。
② ①を沸騰したお湯の中に入れて20分煮る。

作り方
① ほうれんそう、きのこはキッチンバサミで食べやすい大きさにカットする。
② 材料全てをポリ袋に入れ、袋の空気を抜いて上の方でしぼる。
③ ②を沸騰したお湯の中に入れて20分煮る。

副菜



煮しめ(のっぺ)
材料(2人分)
里もろこし……………4個
人参……………1/2本
板こんにゃく……………1/3枚
干しいたけ……………3枚
油揚げ……………1/2枚
ちくわ……………1本
ごぼう……………1/6本
しょうゆ……………大さじ1
酒……………大さじ1



煮菜
材料(作りやすい量)
野菜菜漬け……………100g
人参……………50g
油揚げ……………1/2枚
漆……………大さじ1
みりん……………大さじ1
みそ……………小さじ1/3

作り方
① 里もろこし、人参、ちくわ、ごぼうは一口大の乱切りにする。
② 干しいたけは水でもどし、油揚げ、板こんにゃくに共に、一口大に切る。
③ ①、②と調味料全てをポリ袋に入れ、袋の空気を抜いて上の方でしぼる。
④ ③を沸騰したお湯の中に入れて20分煮る。

作り方
① 野菜菜漬けは湯通しをする。
市販のものを使う場合はつけ汁を切ってそのままだけ、3cmくらいの長さに切る。
② 人参も3cmくらいの長さのせん切り、油揚げは1/2に切りせん切りする。
③ ①、②と調味料全てをポリ袋に入れ、袋の空気を抜いて上の方でしぼる。
④ ③を沸騰したお湯の中に入れて20分煮る。

いのちを守る 未来につなぐ 食のそなえ



新潟県柏崎・刈羽地域(柏刈地域)は、平成19年(2007年)7月の新潟県中越沖地震を始め、豪雨水害や豪雪など様々な災害を経験しています。

その1

食のそなえが必要な主な理由

その2

災害時には、ライフライン(電気・ガス・水道)が停止することもあり、復旧には時間を要し、新潟県中越沖地震の際は、ライフラインの全面復旧には以下の期間がかりました。
この間炊き出しやお弁当の提供が行われました。

災害の被災や感染症等により外出ができず、買い物ができないこともあります。救援物資や食料支援は、必ずしも私たちに合ったものが届くとは限りません。

ガスの復旧：42日間
水道の復旧：14日間
電気の復旧：2日間

特に食事に配慮が必要な場合は入手が困難です。

災害から助かった自分や家族の「いのちを守り、健康に過ごす」ためのポイントや「未来につなぐ」ための「柏刈地域の食のそなえ」について紹介します。

詳細は中巻をチェック！



新潟県柏崎地域振興局

令和5年3月

お問い合わせ先

新潟県柏崎地域振興局健康福祉部
☎ (0257) 22-4112

日頃から知っておきたい活用したい

自治体の防災ガイドブック

新潟県防災ホームページ



柏崎市防災ガイドブック



柏崎市防災ガイドブック



普段もいざというときも 健康に過ごす 柏刈地域の4つの食のそなえ

「最低3日分、できれば1週間分、食事に配慮が必要な場合は2週間分の食品の買い置きがあると安心です」

1 食のそなえ

缶詰やレトルト食品などライフラインが停止してもすぐに食べられる食品も複数用意します

水・飲料
一人1日あたり3Lの水やお茶等の水分を用意します
3L × 人数 × 日数

主食・主菜・副菜の3つの仲間ですらえ



食事に配慮が必要な方
いつも食品を少し多めに用意します

乳幼児
粉ミルク、哺乳びん、多めの飲料水、レトルトや瓶詰め・フリーズドライの離乳食

高齢者
介護食、とろみ剤、栄養補助食品、高カロリー食品

慢性疾患
腎臓病の方(たんぱく質調整食品など)
糖尿病の方(エネルギー調整食品など)
高血圧の方(減塩食品など)

食物アレルギー
食物アレルギーのある方は、事前に原材料等を確認しておきましょう。

おもいやり災害食認証を知っていますか？
被災地で生活する人々の健康をおもいやり、食品の栄養、食形態に配慮された災害食。

① 低たんぱく質
② 特定原材料等
③ 食品自不
④ 形状調整
⑤ 水分・電解質
補給サポート

原材料や栄養成分などの食品表示を日頃から確認しておきましょう

常温で保管、輸送、販売でき、賞味期間が6か月以上の加工食品を対象に製造や保存試験結果などを企業から提供される情報を実際に審査委員が確認し、消費者が安心して購入できることを認証しています。

2 物のそなえ

熱源 ライフライン停止に備えて確保します

- カセットコンロ
- カセットボンベ(1人1週間あたり6~7本)
- 鍋、やかん
- 薪、炭、ライター(暖炉や薪ストーブ、キャンプで使う)
- 石油ストーブ(暖房・調理に役立つ)

※特に冬の災害に備え、熱源を複数用意しましょう。

あとと便利な備品類

- 食品用ポリ袋
- 保温断熱材(断熱シート、断熱マット)
- ラップ、アルミホイル
- クッキングシート
- キッチンペーパー
- キッチンバサミ、ピーラー
- 缶切り・缶抜き
- (まな板代わりに)牛乳やジュースのパック
- はし、スプーン
- 使い捨て食器
- 油性マジック
- ポリタンク(生活用水を入れる)

感染症・食中毒予防のために

- 消毒用アルコール
- 使い捨てマスク
- 体温計

水道が停止した場合に備えて

- ウェットティッシュ
- 使い捨て手袋
- 食中毒予防のため、開封済み食品はなるべく早く食べましょう。

口腔ケアのために

- 歯ブラシ(使い慣れたタイプのもの)
- 液体ハミガキ(水がなくても使いやすいもの)
- キシリトール入リジューズガム
- 入れ歯ケースや洗浄剤(入れ歯使用の方はぜひ)
- その他、歯間ブラシやデンタルフロスなど

3 そなえの工夫

ローリングストック



普段使いの食品を少し多めに買い置きし、賞味期限が古いものから消費し、消費した分を買い足す方法です。食べ慣れた食品を非常時でも口にできると、それだけで心の安定につながります。

ポリ袋調理とは？

1つの鍋で複数の料理が一度にでき、栄養バランスのとれた食事ができる調理法です。



美食訓練

買い置きた食品や非常用食品は普段から食べ慣れておくようにつけ、賞味期限までに実際に食べて量や味を確認しておきましょう。



4 地域や文化のそなえ

柏刈地域の食の歳時記
柏崎・刈羽地域の郷土料理を紹介しています。昔ながらの郷土料理は、備蓄や作り置きにも便利です。

ポリ袋調理で炊いたご飯をアレンジ「食の歳時記メニュー」けんさん焼き



- ① みそ(大さじ3)と砂糖(大さじ1/2)を混ぜ、甘味噌を作る(醤油可)
- ② 手のひらに入るくらいのごはんを平たく丸型に握り、甘味噌をおにぎりに塗る。
- ③ フライパンにクッキングシートを敷いて両面をこんがり焼く。

柏崎弁当プロジェクト



平成19年(2007年)の中越沖地震の際には、柏崎鮮魚商協同組合を中心に40を超える地元事業者が協力して、被災者向けの弁当が提供されました。各々が出来ることで支えあうことも大切です。

地域のコミュニティのつながり

日頃から顔の見える「向こう三軒両隣」の関係性が、いざというときの「共助」を生みます。お住まいの町内会やコミュニティの活動(炊き出し訓練など)にも目を向け、参加を通じて繋がりを深めることも、防災への大切な一歩です。

No. 12		管内特定給食施設等の減塩の取り組みや食塩の栄養管理に関する指導・支援		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		(長期目標) 高血圧者の割合の減少→脳血管疾患の死亡率の減少 (中期目標) 食塩摂取量の減少 目標値:男性 7.5g、女性 6.5g(成人 1 日あたりの食塩摂取量) (短期目標) 減塩や食塩の管理に取り組む特定給食施設等の割合の増加		
現状と課題		平成 28 年の中部厚生センター管内における脳血管疾患の死亡率(119.7)は富山県(113.8)や全国値(87.4)より高い。原因となる高血圧等の生活習慣病の発症及び重症化を予防するため、特定給食施設等(学校、児童福祉施設、事業所、病院、老人福祉施設等)における減塩の取り組みを推進する必要がある。		
事業の目的		管内特定給食施設等において、(1)適正な食塩の栄養管理・(2)汁物の品質管理・(3)減塩の取り組みが実施できることを目的に、効果的な指導・支援等を行う。		
対 象		特定給食施設等関係者(施設管理者、産業保健担当者、管理栄養士・栄養士、栄養教諭、調理師 等)		
連携機関		管内特定給食施設等(学校、児童福祉施設、事業所、病院、介護老人保健施設、老人福祉施設、社会福祉施設)、管内市町村保健センター及び教育委員会、富山短期大学、(公社)富山県栄養士会		
実施時期		平成 28 年度(H28) ～令和 4 年度(R4)	予算 財源	事業費： 千円 財源：
事業内容		1. 巡回指導の実施：(1)日本人の食事摂取基準に基づく適正な食塩の栄養管理(目標量の設定と給与量の算出評価・改善)指導、(2)汁物の品質管理(汁物の塩分濃度基準の設定と測定の実施評価・改善)指導 2. 特定給食施設等関係者研修会の開催：(1)適正な食塩の栄養管理と美味しい減塩調理の工夫、(2)汁物の品質管理、(3)減塩の取り組みと課題への対応等について講義やグループワーク及び演習を実施 3. 事業評価：減塩の取り組み等の調査の実施 (H28 と R4 の実施状況の比較、課題の抽出) ※ (1) 資料添付 : ☒ 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール : ☒ 有 (R4 研修会は会場と Zoom による Web との併催) ・ 無		
評価	プロセス評価	(1) 巡回指導 実施件数 延 349 件 年間巡回訪問指導率(平均値) 48.7% 〔66 件(H28)、52 件(H29)、54 件(H30)、51 件(R1)、36 件(R2)、41 件(R3)、49 件(R4)〕 (2) 特定給食施設等関係者研修会 参加者数 4 回開催 延 175 人 〔60 人(H28)、42 人(H29)、35 人(H30)、38 人(R4)〕		
	結果評価	食塩の栄養管理や汁物の品質管理を実施する給食施設が増加した。特に、学校と児童福祉施設では、全ての施設で汁物等の塩分濃度測定が実施されていた。また、利用者等への減塩の情報提供は増加していたが、集団指導(試食会を含む)の実施は、減少しており、コロナ禍の影響が考えられる。 〔調査回答施設 H28 (72 施設)→R4 (65 施設)の実施状況の比較〕 (1)食塩の栄養管理：目標量設定〔45.8%→64.6%〕、給与量毎回算出〔38.9%→47.7%〕 (2)汁物の品質管理：塩分濃度基準の設定〔26.4%→76.9%〕、塩分濃度測定の実施〔23.6%→72.3%〕 (3)減塩の取り組み：減塩の情報提供〔29.2%→46.2%〕、減塩の集団指導〔11.1%→4.6%〕 令和 3 年脳血管疾患の死亡率：管内(114.1)、富山県(105.9)、全国(85.2)		
課 題		減塩による給食の喫食率低下の課題があり、取り組みの継続、未実施施設への支援が必要である。		
その他		令和 5 年度の巡回指導は、(1)～(3)を実施していない施設への指導及び助言を強化した。		
工夫した点		・ 児童福祉施設巡回指導(個別指導)の減塩指導時に使用するリーフレットの作成 ・ 研修会では、だしや野菜の旨味を活かした味噌汁の塩分濃度の比較等、官能評価の演習を行った。		

キーワード：特定給食施設等指導、減塩

実施主体	富山県中部厚生センター	所在地	富山県中新川郡上市町横法音寺 40
電話番号	(076) 472-1234	FAX 番号	(076) 473-0667
担当者	小池 晴美	E-mail	achubukosei@pref.toyama.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

減塩で健康づくり



高山県中部厚生センター
中新川郡上市町横法音寺40
TEL. 076-472-1234 FAX. 076-473-0667

「幼児期の食事～健全な味覚や嗜好を育む～」

幼児期に培われた味覚や食事の嗜好はその後の食習慣にも大きな影響を与えます。さらに、乳幼児期の栄養が、年を経て、成人になってからの肥満、2型糖尿病、高血圧や循環器疾患等と関連があることが多く報告されてきています。生涯を通じた健康、生活習慣病予防の観点から、この時期に健康的な食習慣の基礎を培うことが重要です。子どもの将来の健康のためにも、幼児期の食事はうす味を基本に、健全な味覚や嗜好を育んでいくことが大切です。

新しい日本人の食事摂取基準（2020年版）では、生活習慣病の予防を重視し、食塩の目標量が男女とも低めに設定されました。幼児期の食塩の目標量を示しましたので参考にしてください。

1日の食塩摂取の目標量(g)

年齢	男	女
6～11（月）	1.5	1.5
1～2（歳）	3.0未満	3.0未満
3～5（歳）	3.5未満	3.5未満
18歳以上	7.5未満	6.5未満

日本人の食事摂取基準（2020年版）

お昼の給食の食塩量は、1.5g未満を目標にしましょう。

給食の食塩の目標量（例）

1日の40%とした場合
1～2歳 1.2g未満
3～5歳 1.4g未満

おいしく減塩調理の心がけ1・2・3

ポイント
1

「うまみ」を活用

天然のだしのうまみを活用して汁物や煮物をうす味でおいしく仕上げましょう。
野菜のうまみを活かせば、さらに効果的です。

ポイント
2

調味料は計量する

調理の品質管理が大切です。
献立表の分量に基づいて、調味量は計量して使いましょう。

ポイント
3

仕上りの食塩濃度の確認する

汁物の食塩濃度は、大人が0.8%以下、子どもは0.5%以下が目安です。

大人の味噌汁（食塩濃度0.7～0.8%）の場合は、だし汁100cc（計量カップ半分）に味噌小さじ1杯（6g）です。子どものみそ汁は、大人用の味噌汁50ccをとり、50ccのだし汁を加えて薄めます。

出来上がりを味見すると同時に食塩濃度を測定して確認しましょう。計画的に少しずつ薄味にしていきましょう。

子どもの汁物の食塩濃度区分（目安）

適正值	やや濃い	濃い	非常に濃い
0.5%以下	0.6 0.7	0.8 0.9	1.0%以上



幼児期からの「味覚を育てる」ポイント

①薄味の心がけ

薄味にすると、料理のだしの風味や旬の食材本来の「うま味」を感じることができます。

②口の中を清潔に

歯磨きやうがいなどで口の中をきれいに保つと味覚を感じやすくなります。

③栄養バランスよく

主食・主菜・副菜をそろえ、栄養バランスの良い食事を心がけましょう。

④よく噛んで食べる

よく噛むことで唾液の分泌を促します。唾液を介して味を感じやすくなります。

⑤食べる姿勢に気をつけて

食事の時に背中が丸くなっていませんか。背筋を伸ばして、よく噛んで食べましょう。

⑥食事の時間を大切に

テレビを見ながらなどの「ながら食い」を見直して、食事を楽しく味わいましょう。

家庭や地域に広める減塩食生活

健康に配慮した給食の提供を通して、家庭や地域に生活習慣病を予防する望ましい食習慣を普及していくことは、健康寿命の延伸につながり、給食施設として大変重要な役割となります。ホームページや給食だよりなどを通して減塩のポイントを家庭や地域に伝えていきたいと思います。

食品・料理に含まれる食塩量の目安

汁物、塩蔵品、めん類、漬物には食塩が多く含まれます。家庭の食事でも、これらの食品はとりすぎないように気をつけましょう。

みそ汁(1杯)	あじの開き(1尾)	ロースハム(2枚)	ラーメン(1杯)	梅干し(1個)	たくあん(2切)
約1.5g	約1.5g	約1.0g	約4.8g	約2.2g	約1.0g

食塩をとりすぎないコツ

●調味料は「かける」より「つける」

しょうゆやソースは小皿に少量入れて、「つけて」食べるようにします。



●外食や加工食品は「栄養成分表示」を参考に

栄養成分表示を確認するようにしましょう。

●めん類のスープはなるべく残す

めん類のスープを残すことで、食塩量を減らすことができます。

ラーメンの塩分量

スープを全部飲んだら	→4.8g
半分残したら	→3.2g
全部残したら	→1.6g

おいしく薄味献立のポイント

●スパイスを活用

カレー粉やこしょうなどのスパイスを効かすと、料理のアクセントになります。

●酸味を活用

料理にレモンや酢を使うと食塩量を減らしてもおいしく食べることができます。

●香りを活用

しょうがや青しそなどの香りを活用することで、薄味でもおいしく食べることができます。

No. 13		野菜１品プラス運動 ～野菜の力いただきます！～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		いしかわ健康フロンティア戦略２０１８（２０１８年度～２０２３年度） ・野菜類の摂取量（成人１日当たり）：３５０ｇ以上	
現状と課題		健康寿命延伸のためには、生活習慣病の発症予防と重症化予防が重要であり、そのためには適切な食生活が欠かせないが、本県は、野菜摂取量が少ない傾向にある。 ＜令和４年度県民健康・栄養調査結果＞ ・野菜類の摂取量（成人１日当たり）：２８３．６ｇ	
事業の目的		野菜１品プラス運動の運動強化期間（８月３１日（やさいの日）～９月３０日）に、野菜を使用した総菜の販売により、県民の野菜摂取量の増加を図るとともに、エネルギーや食塩、野菜の量に配慮して開発した「いしかわヘルシー&デリシヤスメニュー」の普及を行い、食に関する生活習慣の改善に総合的に取り組む。	
対 象		県民	
連携機関		県内に店舗を有するスーパーマーケット 等	
実施時期		８月３１日（やさいの日）～９月３０日	予算 財源 事業費：２，１５５千円 財源：一般財源
事業内容		県内のスーパーマーケット等において協力店を募集し、協力店は野菜１品プラス運動の運動強化期間中に、基準を満たした野菜の総菜に野菜摂取を啓発するシールを貼付して販売する。 総菜基準：１パック（およそ１人分）当たりに野菜を７０ｇ以上かつ３種類以上使用した総菜。 （野菜には、いも類、きのこ類、海藻類、こんにゃくは含めない。） ※（１）資料添付：有・ ☐ 無 （２）使用した ICT ツール：有（ ）・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	総菜販売協力企業：７社８５店舗 普及啓発ツール（ポスターやポップ等）の掲示協力企業等：８０１社（スーパーマーケット、コンビニエンスストア、企業、飲食店 等）	
	結果評価	県民健康・栄養調査の「野菜類の摂取量（成人１日当たり）」により評価する。	
課 題		県民の野菜摂取量の増加や、食に関する生活習慣の改善に向け、今後も継続的に普及を図る必要がある。	
その他		いしかわヘルシー&デリシヤスメニュー １食分の基準 エネルギー：６００kcal 以下、食塩：３ｇ以下、野菜量：１５０ｇ以上	
工夫した点		働く世代や若者世代にとって魅力的な「簡単・時短」をコンセプトに、調味料メーカーと連携し作成したレシピカードを総菜販売協力店に設置し、広く県民に普及できるようにした。	

キーワード：

実施主体	石川県健康福祉部健康推進課	所在地	石川県金沢市鞍月１丁目１番地
電話番号	076-225-1584	F A X 番号	076-225-1444
担当者	健康づくり推進グループ 木下	E - mail	kennsui@pref.ishikawa.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☐ 可 ・ ☐ 不可		

No. 14		特定医療費(指定難病)受給者等への災害時における備蓄食に関する情報提供	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針	
		(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	
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		平時からの食料備蓄の重要性について普及啓発を図る。	
現状と課題		令和3年度に特定医療費(指定難病)更新申請時に実施した「災害対策に関する災害情報シート」によると、約4割(本人とその家族)が食料の備蓄をしていない。	
事業の目的		特定医療費(指定難病)受給者の中には、慢性疾患による特殊食品が必要な方や摂食・嚥下に課題がある方がいる。災害発生直後は、避難所で提供される食料が食べられない場合があるため、平時からの食料備蓄の重要性について普及啓発を行う。	
対 象		令和3年度～令和5年度 特定医療費(指定難病)受給者(延べ3,321名)及びその家族	
連携機関		—	
実施時期		令和3年～令和5年	予算 財源 事業費： 0千円 財源：なし
事業内容		【令和3年度】 ・特定医療費(指定難病)更新申請者に対し「災害対策に関する災害情報シート」アンケート調査を実施。 ・調査結果から、災害時に備えた食料の備蓄についてのチラシを作成、配布。 【令和4年度～令和5年度】 ・特定医療費(指定難病)受給者へ、令和3年度に作成したチラシを継続して配布。 ※(1)資料添付： ☒ 有 ・ 無 (2)使用したICTツール： 有 () ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	災害時に備えた食料の備蓄についてのチラシ配布により、特定医療費(指定難病)受給者やその家族へ情報提供を実施できた。	
	結果評価	※令和3年度に調査を実施後、食料の備蓄状況について再調査を実施していないため、結果評価はできていないため、令和6年度に再度食料の備蓄状況について把握する予定。	
課 題		令和3年度に調査を実施後、食料の備蓄状況について再調査を実施していない。食料を備蓄している者の割合が増加したのか等再度、食料の備蓄状況について把握する必要がある。	
その他		—	
工夫した点		単年度で終わるのではなく、継続して平時からの食料備蓄の重要性について普及啓発を行い、意識向上を図った。	

キーワード：

実施主体	山梨県 富士・東部保健所 健康支援課	所在地	山梨県富士吉田市 1-2-5
電話番号	0555-24-9034	F A X 番号	0555-24-9037
担当者	—	E - mail	—
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

災害時に備えて、食品の家庭備蓄をしましょう

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

このため、**最低3日分～1週間分×人数分の食品の家庭備蓄**が望ましいといわれています。

特に、乳幼児、妊産婦、食べる機能(かむこと・飲み込みこと)が弱くなった方、慢性疾患の方、食物アレルギーの方は、避難所で配られる食事が食べられない可能性もあります。普段から災害時に備えて、食品の家庭備蓄をしましょう。

～指定難病更新時に実施した「災害対策に関する情報シート」結果～



要配慮者のための食品備蓄のポイント

高齢の方

- ・レトルトやアルファ米のおかゆ
- ・缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品
- ・インスタントみそ(汁、即席スープ等)
- ・食べ慣れた乾物
- ・栄養補助食品
- ・好物の食品、飲み物

食べる機能が弱くなった方

- ・やわらかいレトルトご飯
- ・レトルトなどのおかゆ
- ・スマイルケア食などのレトルトの介護食品
- ・缶詰、レトルト食品、フリーズドライ食品
- ・とろみ調整食品
- ・好物の食品、飲み物

慢性疾患の方

- ①代謝性疾患【糖尿病、脂質異常症(高脂血症)、高尿酸血症(痛風)】
 - ②高血圧
 - ③腎臓病 → 低たんぱく、低カリウムのレトルト食品など、特殊食品を多めに備える
- 一般の方と共通した備えて、献立を工夫

参考：「災害時に備えた食品ストックガイド」「要配慮者のための災害時に備えた食品ストックガイド」

農林水産省大臣官房政策課 食料安全保障室 平成31年3月発行

※災害時のレシピ等も掲載されているので、参考にしてください。 <http://www.maff.go.jp/j/zyukyu/foodstock/index.html>

No. 15		上伊那地域食育フォーラム		
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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			○
* 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		県食育推進計画における目標 ○食育に関心ある若い世代の割合 20代男性 22.1%→37% 20代女性 44.8%→60% 地域目標 ○食育フォーラムの開催年1回以上 ○管内8市町村における食育推進計画の策定率（100%）の維持		
現状と課題		若い世代や働き盛り世代では「バランスの良い食事をとる人の割合が低い」「朝食欠食者割合が高い」など、食生活や健康に対する意識に課題が多い状況であることを踏まえ、特に若い世代の食への関心を高める必要がある。 上伊那地域における多様な食育関係者と行政の連携体制を基盤に「保育所・学校等と家庭や地域の連携による食育の推進」「高校生に対する食育の継続」「若い世代へ向けた情報発信」の充実を目指す。 【令和4年度県民健康・栄養調査結果より】○朝食欠食者割合：30代男性 12.5%、30代女性 15.3% ○主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上ほぼ毎日の人の割合：20代男性 36.7%、20代女性 33.3%		
事業の目的		・上伊那地域食育関係者における、若い世代への食育をめぐる課題共有の場づくり ・上伊那地域における、若い世代への食育好事例の横展開		
対 象		市町村関係者、児童福祉施設関係者、学校関係者、食育ボランティア、農業関係者、特定給食施設関係者		
連携機関		上伊那地域食育推進連絡会（構成団体：12 機関・団体）		
実施時期		令和5年2月21日（火）	予算 財源	事業費：20千円 財源：消費・安全対策交付金
事業内容		(1) 令和4年度上伊那地域食育推進連絡会の開催（好事例の収集 他） (2) 令和4年度上伊那地域食育フォーラムの開催（R5.2.21 Teams 会議での事例発表）		
		事例発表者	発表事例（活動内容）	発表事例活動の主な対象・連携先
		生産者団体	T町における地産地消推進レシピ開発及び食育の取組	保育園小中学校給食、町行政栄養士
		食改	上伊那支部での感染対策に配慮した食育活動	保育園、小学生親子、働き世代
		栄養教諭	サンマの食べ方動画を活用した食育	I町全小中学校の児童生徒、ICT 支援員
		栄養士会	栄養士会伊那支部によるK高校生徒への食育活動	管内県立K高校
		※ (1) 資料添付 : 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール : 有 (Microsoft Teams 会議) ・ 無		
評価	プロセス評価	開催にあたっての連携先:12 機関・団体、開催周知先:175 機関・団体・施設、報道機関掲載:2 社		
	結果評価	○参加機関・団体数 36、参加者 70 人 ○連絡会構成員の協力を得、若い世代への食育4事例を収集することができた。○参加者事後アンケート：9割を超える参加者が「活動の参考になった」と回答し、「食育ボランティア・学校の取組や各年代の課題を知ることができた」「若い世代への食育はその後、子育て世代の食育への関心を高めることになるので ICT 活用など新しい手法も取り入れ重点的に取り組む必要がある」「切れ目ない食育継続のためには、地域の食育ボランティアと行政との連携が不可欠」等の感想が多数あり、当初目的は概ね達成できたと考えられる。		
課 題		○食育推進連絡会の活用等による、上伊那地域食育ボランティアの活動状況把握・情報提供の継続 ○参加者ニーズとして「関係者の顔の見える関係づくり、横連携強化」も挙げられ、今後は開催方法の検討が必要。		
その他				

工夫した点	事業内容（1）について、集合開催を計画していたが感染症医療非常事態宣言発出により書面開催、個別調整に変更した。構成員とは日頃より各種事業で協働していたため、開催方針調整や好事例収集も円滑に行うことができた。
-------	---

キーワード：若い世代への食育

実施主体	長野県伊那保健福祉事務所	所在地	長野県伊那市荒井 3497 伊那合同庁舎内
電話番号	0265-76-6836（直通）	F A X 番号	0265-76-7033
担当者	久馬、矢崎	E - mail	inaho-kenko@pref.nagano.lg.jp
H P への連絡先掲載	可 ・ 不可		

No. 16		野菜摂取促進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		第3次静岡県食育推進計画 野菜摂取量平均値の増加（20歳以上の男女） 目標値 350g 以上	
現状と課題		第3次静岡県食育推進計画 野菜摂取量平均値の増加（20歳以上の男女） 最終評価 男性 288.5g 女性 281.6g 課題 1 若い世代（20～40代）の野菜摂取不足の理由が不明 実態把握が必要 2 野菜の生産者、販売者との連携がない	
事業の目的		1 野菜摂取が少ない理由を明らかにする 2 関係機関と連携し取り組む体制を構築する	
対 象		静岡県西部健康福祉センター管内（7市町）の県民 主に若い世代（20～40代）	
連携機関		市町担当課、野菜関係者（JA・スーパー等販売者、生産者・関係団体等）、給食関係者（事業所・委託業者等）、事業所給食施設、大学	
実施時期		令和5年度6月から令和6年3月まで	予算 財源 事業費： 約 300 千円 財源：
事業内容		1 野菜摂取促進検討会（関係団体との会議） 3回 2 野菜マシマシキャンペーン等（管内各所での普及啓発）9回 ベジチェック測定、アンケート（野菜摂取の意識・350g 目標量の知識・1日3回の野菜摂取） 3 野菜摂取料理講習会（給食施設関係者）2回 1品野菜量 120～150g のレシピ3品の調理実習 4 普及啓発用 ポスター500部・パンフレット 1000部 作成 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	1 テレビ・新聞等報道機関掲載の効果があり、ベジチェック測定を希望してキャンペーンに来所してくれたり、2回目の効果判定に来所される方がいたり普及効果があった。 2 スーパーや事業所など関係団体と検討会をすると共に連携した事業実施により野菜摂取への意識の向上が図られた。	
	結果評価	野菜マシマシキャンペーン普及啓発 約 1200 人 ベジチェック測定・アンケート回答者 485 人 49歳以下の結果：①ベジチェック測定値平均レベル 4.9 ②野菜を意識して食べている人 66% ③野菜摂取推奨量 1日 350g を知っている人 51% ④1日3回野菜料理を食べている人 32%	
課 題		野菜摂取量増加に対して意識があっても野菜摂取判定レベルが少ない方もいた。スーパーなどのお弁当・惣菜の献立の段階で野菜量を増やしてもらう、給食施設の献立作成に介入する等、環境整備からのアプローチをしていく。	
その他		普及啓発用のポスター・パンフレットは、管理栄養士養成課程実習の中で、学生と一緒に考えて原稿を作成した。原案は、県広報アドバイザーの助言を受けて完成。学生とのコラボしたことで若者の視点で取り上げた内容になりPR効果が高まった。	

工夫した点	ベジチェック判定を測定しながら野菜の効能、レシピ紹介をするなど参加者と対話しながら啓発すると共にアンケートを実施した。
-------	---

キーワード：野菜

実施主体	静岡県西部健康福祉センター	所在地	静岡県磐田市見付 3599-4
電話番号	0538-37-2583	F A X 番号	0538-37-2224
担当者	小林悦子	E - mail	kfseibu-kenzou@pref.shizuoka.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

キャンペーン



生きがいと健康づくりイメージキャラクター「ちゃっぴー」 © 静岡県

啓発用 ポスター

野菜料理講習会



鮭と小松菜のクリームパスタ



白身魚のソテー レモンソース



鯖と白菜のカレースープ

No. 17		食の健康チャレンジプロジェクト～自然に健康になれる食卓づくり～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		愛知県民の野菜摂取量の向上 男性：228.8g/日(最下位) 女性：237.7g/日（ワースト3位） ※平成28年国民健康・栄養調査より目標量は、次回調査時期を期限に、男女とも350g/日とする。	
現状と課題		愛知県は男女ともに野菜摂取量下位群である。平成27年度に行った食習慣調査では、1日のうちの野菜の摂取頻度について、健康（食生活）への意識がある者（1日1回以下：43.6%）と意識が低い者（1日1回以下：62.4%）とで差があった。野菜摂取向上のためには健康無関心層へのアプローチが必要である。健康無関心層に届くような仕掛けづくりが必要である。	
事業の目的		自然と望ましい食行動に導くナッジ等を活用した食環境整備による、愛知県民の野菜摂取量の向上	
対 象		愛知県民	
連携機関		マックスバリュ東海株式会社、マックスバリュ清須春日店、名古屋文理大学、名古屋文理大学短期大学部、清須市、清須市食生活改善推進協議会、清須保健所	
実施時期		9月25日（主婦休みの日）を含む1週間程度 令和3、4、5年度	予算 財源 事業費：54千円（R3のみ、R4、5は0円） 財 源：国庫支出金1/2（R3のみ）
事業内容		マックスバリュ清須春日店にて、あえて「健康」等の健康啓発ワードを使用せず、「主婦休みの日」というイベントをクローズアップして食材セット（野菜が1人あたり70g以上摂れる）の販売を行った。レシピ考案は名古屋文理大学の学生が行い、レシピ監修は清須市と清須市食生活改善推進協議会が行った。「主婦休みの日」や調理が簡単といった視点でPRを行い、あえて健康啓発をしないことにより、健康無関心層にも届くような自然に健康になれる仕掛けづくりのモデル的取り組みを実施した。 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用したICTツール： ☒ 有（YouTube, iPad, 名古屋文理大学HP） ・ 無	
評価	プロセス評価	・販売した食材セットの数：令和5年度は予定数の91.1%を販売することができ、準備を含めた広告効果および環境整備は効果的であったと判断する。 ・購入後のアンケート結果から健康無関心層の購入理由を分析した。令和5年度アンケート結果では「食材がセットになっていたから」が最も多く、販売方法が効果的であったと評価する。	
	結果評価	・目的とした野菜摂取量の増加については、今後の国民健康・栄養調査の結果を参考としたい。	
課 題		保健所管内1カ所のみでの取り組みとなっており、販売期間が限定されていることや人手を要する内容があるため、単純な事業拡大が難しいことが課題となっている。求められるレシピの傾向等の把握がすすんできたことから、野菜摂取量向上にむけ、拡大しやすい取り組み内容を検討する必要がある。	
その他		「主婦休みの日」とは、株式会社サンケイリビング新聞社が提唱。家事を主に担当する「主婦」が気兼ねなく休む日。本取組ではサンケイリビング新聞社の許可を得て使用した。	
工夫した点		ナッジを用いた、健康無関心層へも届くような自然に健康になれる環境づくり。	

キーワード：産学官連携、ナッジ、自然に健康になれる

実施主体	愛知県清須保健所	所在地	愛知県清須市春日振形129
電話番号	052-401-2100	F A X 番号	052-401-2113
担当者	下里 和哉	E - mail	kiyosu-hc@pref.aichi.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

事業内容

(1) 実施場所

マックスバリュ清須春日店

(2) 実施（販売）期間

令和3年9月23日（木・祝）～9月29日（水）

令和4年9月22日（木・祝）～9月28日（水）

令和5年9月21日（木）～9月27日（水）

(4) 販売商品について（表1）

「主婦休みの日」のコンセプトにあわせ、献立を考える煩わしさを助ける料理を考案した。それぞれの料理に関する食材を1セットとし、料理のレシピ及び評価のためのアンケートを袋に入れ販売した。また、野菜を70g/人以上摂取できる料理とした。

表1 各年度の料理名と本体価格

令和3年度		令和4年度	
料理名	本体価格	料理名	本体価格
ツナとトマトの炊き込みごはん	228 円	ポテトチップスサラダ	386 円
さば味噌とトマトの炊き込みごはん	258 円	にんじんのリボンサラダ	324 円
かぼちゃのピーナッツあえ	188 円	チーズとベーコンのピーマンカップ	350 円
カラフル手巻きサラダ	480 円	キャベツとチキンのレンジ蒸し	286 円
令和5年度			
料理名	本体価格		
しめじと鮭のスープがけご飯	458 円		
焼き鳥缶の野菜蒸し	298 円		
野菜ましましクリームチャウダー	198 円		
もやしとツナの塩昆布あえ	198 円		
かぼちゃのピーナッツあえ	198 円		

(5) 関係機関役割

マックスバリュ東海株式会社及びマックスバリュ清須春日店：実際の販売協力

名古屋文理大学、名古屋文理大学短期大学部：記念日選定、料理提案、レシピ、POP、
P R 動画等の啓発資材作成

清須市、清須市食生活改善推進協議会：学生提案の料理の監修

清須保健所：全体の連絡、調整等

(6) 評価方法

アンケートによる評価とした。

(7) 販売数・アンケート回収率

実施年度	販売計画数	販売数	アンケート回収率
令和3年度	270 セット	177 セット (65.6%)	36.7% (65 枚/販売数 177)
令和4年度	220 セット	59 セット (26.8%)	18.6% (11 枚/販売数 59)
令和5年度	270 セット	246 セット (91.1%)	44.7% (110 枚/販売数 246)

No. 18		大学との協働による栄養成分表示の啓発	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		○
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		指 標：外食や食品を購入する時に栄養成分表示を参考にする人の割合 目標値：男性 50%、女性 75%	
現状と課題		三重の健康づくり基本計画の栄養・食生活分野において、栄養成分表示の活用は評価指標の1つとして設定されている。しかし、令和4年三重県県民健康意識調査から外食や食品を購入するときに栄養成分表示を参考にする人の割合は、男性：27.1%、女性：44.3%であり、平成28年の男性：28.8%、女性：49.8%と比べて減少し、特に男女ともに10代、20代で30%を下回っている。	
事業の目的		若い世代が栄養成分表示について関心を持ち、その内容を理解し適切な食生活の実践に繋げることを目的に、鈴鹿医療科学大学と協働で啓発を行った。	
対 象		大学祭の来場者	
連携機関		鈴鹿医療科学大学医療栄養学科、三重県農林水産部農産物安全・流通課、三重県医療保健部健康推進課	
実施時期		令和5年11月11日、12日	予算 財源 事業費： — 千円 財源：三重県農林水産部農産物安全・流通課所管の事業のため当方の支出はなし。
事業内容		大学の大学祭（令和5年11月11日～12日開催）において専用ブースを設置し、栄養成分表示の見方や保健機能食品についての展示、来場者に対してリーフレットの配布、クイズラリーを行った。保健所は、学生が一般の方に対し栄養成分表示についての情報発信を行うにあたり、研修会の開催や助言等の支援を行った。 ※（1）資料添付：無 （2）使用したICTツール：有（Instagram）	
評価	プロセス評価	大学祭での専用ブースの来場者数は、2日間を通して550人であり、アンケートの回答率は72.5%～72.9%であった。来場者の年代は、10代、20代が55%と半数以上を占め、多くの若い世代に栄養成分表示の啓発をすることができた。アンケートの結果から、食品表示に関して、今後「活用していきたい」と回答した割合は86.5%であった。	
	結果評価	保健所としてイベントなどで啓発する機会はあるが、若い世代に向けた啓発の機会は少ない。今回大学と協働することで、若い世代の感性を活かした情報発信の方法や見せる工夫による効果的な啓発、そして多くの若い世代に向けて栄養成分表示に関する啓発を行うことができた。健康づくりの取組を効果的に行うためには、行政だけではなく、地域の関係者や民間部門の協力が必要であることから、今後も多様な主体との連携を進めていく必要がある。	
課 題		今後に向けて、多様な主体、他分野との連携を進めていくこと、そして、ライフステージごとの課題に応じたターゲット層に向けてより効果的な啓発や取組に繋げることが重要である。	
その他			

工夫した点	若い世代に向けた栄養成分表示の啓発を行うため、大学と協働した。
-------	---------------------------------

キーワード：栄養成分表示の活用、大学との協働、人材育成

実施主体	三重県鈴鹿保健所 健康増進課	所在地	三重県鈴鹿市西条5-1-17
電話番号	059-382-8672	FAX番号	059-382-7958
担当者		E-mail	zhoken@pref.mie.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 19		令和 5 年度 湖東圏域栄養ケア研修会		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		○
* 該当区分に○印				
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
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) 低栄養傾向(BMI20 以下)の高齢者の割合の増加抑制(65 歳以上) ⇒基準値(H 21)：22.6% 現状値(H27)：19.1% 目標：増加抑制(19.1%以下) 等		
現状と課題		当県では、高齢者人口は増加し続けており、高齢者の食を支えるための取組が重要となっている。 医療機関や高齢者施設等において、嚥下・咀嚼機能に問題がある方の患者・利用者が転院や転所・退院や退所する際には、患者・利用者の栄養状態等を関係職種で情報共有し、本人・利用者、家族等への指導することが重要である。当圏域では、切れ目なく栄養支援を実施するためのツールとして、平成 28 年度より「食事形態一覧表」(以下、一覧表)を作成し、さらに平成 30 年度より「食事形態詳細情報」(以下、詳細情報)を作成し、保健所では、その進捗管理をしている。 令和 4 年度に当圏域の病院・介護老人保健施設・介護老人福祉施設を対象に「医療と介護の栄養管理情報連携に関する実態調査」実施し、転院・転所の際の一覧表・詳細情報の活用頻度は、施設により差があることや、情報のやりとりの困りごとに「栄養情報提供書が送られてこないことがある」「栄養情報提供書とサマリーの内容に矛盾がある」等があることが分かった。また、令和 2 年度以降、圏域内の医療機関・高齢者施設等の管理栄養士・栄養士が顔を合わせて意見交換をする機会がなかった。		
事業の目的		患者・利用者の転院・転所の際に医療機関や高齢者施設等での施設間の効果的な食の連携の推進を図る		
対 象		病院、老人保健施設、老人福祉施設に勤務する管理栄養士、栄養士等・その他関係者		
連携機関		湖東食と栄養を考える会(当圏域内の病院・介護老人保健施設・介護老人福祉施設に勤務する栄養士・管理栄養士、地域活動栄養士で構成。医療・福祉に従事する栄養士・管理栄養士が食と栄養に関する理解を深め、資質を向上し、地域住民に貢献することを目的としている)		
実施時期		令和 5 年湖東圏域栄養ケア研修会：令和 5 年 9 月 12 日(令和 4 年度医療と介護の栄養管理情報連携に関する実態調査：令和 4 年 6 月)	予算 財源	事業費： 千円 財源：
事業内容		令和 5 年湖東圏域栄養ケア研修会(共催：湖東食と栄養を考える会) 1. 情報提供 「医療と介護の栄養管理情報連携に関する実態調査」の調査結果について 彦根保健所 2. 情報提供：「管内での施設間連携に向けて」 湖東食と栄養を考える会会長 3. グループワーク 患者・利用者が転院・転所される際の各施設での取組状況・各施設での困りごと・今後必要と思うこと。/連携に向けて、今後取り組みたいと思うこと/「食事形態一覧表」「食事形態詳細情報」を、より使いやすいツールにするための工夫。 等 ※(1) 資料添付： 有・ ☐ (2) 使用した ICT ツール： 有()・ ☐		
評価	プロセス評価	「医療と介護の栄養管理情報連携に関する実態調査」の実施により、病院・介護老人保健施設・介護老人福祉施設の現状・課題を把握したうえで栄養ケア研修会を実施できた。		
	結果評価	栄養ケア研修会実施後アンケート結果より、「スムーズな食の連携に向けた今後必要な取り組みについて考えられたか」の質問に対して、89%が「考えられた」の回答。		
課 題		引き続き、湖東食と栄養を考える会と連携し、病院・高齢者施設等の施設間の連携を推進する。また、「食事形態一覧表」「食事形態詳細情報」の課題が抽出されたため、より良いツールの作成に取り組む		
その他				
工夫した点				

キーワード:

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	角 彩可	E - mail	kado-sayaka@pref.shiga.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 20		栄養管理における多職種間連携強化支援事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、 <u>栄養ケア・ステーションとの連携</u> 、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		低栄養傾向の高齢者（65歳以上 BMI20以下）の割合 現状値 21.2%→目標値 16.8% 訪問栄養食事指導の算定回数 令和3年度 98件 「栄養サマリー」の認知率 令和元年 45.4%→令和5年 86.5%		
現状と課題		国の第8次医療計画では訪問栄養食事指導を充実し、栄養ケア・ステーションの活用を含めた体制整備が求められている。中和保健所では、医療機関や介護・福祉施設間の栄養情報の共有を図るため、栄養管理・食生活情報の伝達ツール（栄養サマリー）を作成し、普及啓発してきた。病院・施設間では、「栄養サマリー」を活用して継続した栄養管理を提供する環境が構築されてきた。今後は在宅も含め、医療機関、介護・福祉施設等で栄養サマリーを活用し、誰一人取り残さず、適切な栄養管理が継続される環境整備が必要である。		
事業の目的		病院・施設間で活用されている「栄養サマリー」等栄養情報提供ツールが在宅でも活用できるよう、多職種へ普及啓発を行い、病院・施設・在宅どこにいても継続した栄養管理が受けられる体制整備を目的とする。		
対 象		管内特定給食施設等管理栄養士、在宅関係職種（ケアマネジャー、訪問看護師、介護士等）、保健師、市町村管理栄養士等		
連携機関		管内特定給食施設、地域包括支援センター、訪問看護ステーション、居宅介護支援事業所、市町村、栄養ケア・ステーション		
実施時期		令和5年度	予算 財源	事業費：200千円（下記半分ずつ） 財源：国庫補助金、一般財源
事業内容		① 「栄養サマリー」に関するアンケート調査の実施・「食支援」に関するアンケート調査の実施 →上記2つのアンケートを実施し、栄養情報提供ツールの活用状況や在宅における食支援の状況を把握した。 ② 市町村地域包括支援センターや介護課へ在宅食支援の体制整備について説明 ③ 栄養管理における多職種間連携強化支援事業研修会の開催 →アンケート結果を共有した。また施設管理栄養士を講師として招き、在宅訪問栄養食事指導の介入事例について報告していただいた。 ④ 栄養管理連携パス構築ワーキング会議の開催 →栄養ケア・ステーションの代表に講話いただき、今後の食支援の方向性についてワーキング委員で検討した。また、大学教員をアドバイザーとして招き、診療報酬改定について説明いただいた。 ※（1）資料添付：有・ <u>無</u> （2）使用したICTツール： <u>有</u> （zoom）・無		
評価	プロセス評価	研修会、ワーキング会議参加者数、研修会・会議後アンケート		
	結果評価	①のアンケート、訪問栄養食事指導算定回数		
課 題		栄養ケア・ステーションの認知率を把握できていないため、次年度アンケートで調査。併せて栄養ケア・ステーションの人材登録状況も把握するために県・日本栄養士会からの情報提供が必要。		
その他				

工夫した点	食支援における多職種の理解を深めるために、関係機関の研修会や会議等で情報提供を頻繁に行った。
-------	--

キーワード：栄養ケア・ステーション、栄養サマリー、地域包括ケアシステム、多職種連携

実施主体	奈良県中和保健所	所在地	奈良県橿原市常盤町605-5
電話番号	0744-48-3034	FAX番号	0744-47-2315
担当者	西太郎・小川宏子・原田星	E-mail	nishi-taro@office.pref.nara.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	<u>可</u> ・ 不可		

No. 21		～紀州わかやま～食事バランスガイド等を活用した食生活改善事業（食育）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		第3次和歌山県食育推進計画の目標値（平成30年度～令和5年度） 和歌山版「食事バランスガイド」等を参考に食生活を送っている県民の割合の増加 85%以上 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている県民の割合 90%以上 成人の1日あたりの野菜類の摂取量 350g以上	
現状と課題		令和4年県民健康・栄養調査によると、野菜の摂取量は252.3gと全国平均の280.5g（令和元年国民健康・栄養調査）より約30g少なく、目標値の350gには100g足りていない状況である。また、令和4年度食生活に関するアンケート調査（和歌山県果樹園芸課実施）によると、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日2回以上食べている県民の割合は、52.1%であった。	
事業の目的		県民みんなが心身ともに健全で豊かな食生活を送ることができるよう、～紀州わかやま～食事バランスガイド等を用いて栄養バランスのとれた食事について知識をつけ、実践につなげる。	
対 象		和歌山大学経済学部学生、県内全小学5年生、イベント来場者、食育関係者	
連携機関		教育機関、地元スーパー、行政関係者	
実施時期		令和5年6月～3月	予算 財源 事業費：1,524千円 財源：和歌山県費、令和5年度消費・安全対策交付金（地域での食育の推進事業）
事業内容		①和歌山大学での食事バランスガイド実践講座：大学生の2日分の食事記録を～紀州わかやま～食事バランスガイドにあてはめ、自身の食生活を振り返るとともに、各栄養素の必要性について啓発。 ②県内全小学5年生に食育教材を配布：有識者・栄養教諭からなる検討会にて、食事バランスガイドや地域特産物に関する教材を作成・配布し、授業で活用。 ③スーパーでの食育イベント：小分けにされた様々な野菜を組み合わせる350gを当てるゲームや、食事バランスガイドを用いた栄養士による食生活指導を実施。 ④食育推進研修会：「今日からあなたもかしこいファミリー！減塩がおいしく・楽しく続けられるためのコツをご紹介」 ※（1）資料添付：無 （2）使用したICTツール：無	
評価	プロセス評価	各事業において、アンケート調査を実施。③スーパーでの食育イベントの開催については、県公式SNSにて開催通知。参加者からは「野菜350gってもっと多いかと思ったが、意外と食べられそう」等の感想があった。 ①参加者：約150名、②発行部数：9,100部、③参加者：約80名、④参加者：約50名	
	結果評価	・「今後、主食・主菜・副菜を組み合わせる食事を1日2回以上食べようと思う」と回答した割合（①、②、④）・・・①75.4% ②・④は3月に集計予定 ・「今後、食事バランスガイドを活用しようと思う」と回答した割合（①、③）・・・①81.7% ③84.0%	
課 題		事業を通して、栄養バランスのとれた食生活について一時的な意識変容は認められるが、行動変容につながるよう継続した普及啓発、関係機関が連携した食環境づくりが必要である。	
その他			

工夫した点	事業の対象者に合わせて、興味・理解をより深められる媒体の作成に努めた。
-------	-------------------------------------

キーワード：食育、～紀州わかやま～食事バランスガイド

実施主体	和歌山県果樹園芸課	所在地	和歌山県和歌山市小松原通1-1
電話番号	073-441-2903	FAX番号	073-441-2909
担当者	片山 美佑	E-mail	Katayama_m0017@pref.wakayama.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 22		鳥取方式フレイル予防対策事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		「鳥取県健康づくり文化創造プラン（第三次）」（計画期間：平成30年度～令和5年度） 健康寿命、平均寿命ともに全国順位10位以内	
現状と課題		平均寿命は男女とも改善傾向にあるものの、健康寿命は男女とも悪化している（計画評価時：男性45位、女性41位）。 低栄養傾向（BMI≦20kg/m ² ）の高齢者は男性11.7%、女性26.0%、たんぱく質摂取が15%エネルギー未満の高齢者は男性48.7%、女性37.9%、家族や友人と楽しく食卓を囲む機会がほとんどない高齢者が16.7%、通いの場への参加率が8.2%であり、高齢者世代にフレイルの要因が潜在している。	
事業の目的		県内の関係機関・団体、市町村及び県が、現状・課題や取組方針を共有し相互連携による効果的な施策（無関心層の行動変容を促す取組と全世代に向けた啓発や、働き盛り世代から切れ目なく世代ごとの特性に応じた啓発や支援メニューの提供、住民主体活動が広がる地域づくり）の実施により、県民に健康づくりとフレイル予防を定着させ健康寿命の延伸を目指す。	
対 象		一般県民	
連携機関		国立大学法人鳥取大学、鳥取県医師会、鳥取県歯科医師会、鳥取県看護協会、鳥取県栄養士会、鳥取県理学療法士会、鳥取県作業療法士会、山陰言語聴覚士会、市町村	
実施時期		令和5年6月～令和6年3月	予算 事業費：10,000千円 財源 財源：単県
事業内容		・鳥取方式フレイル予防対策検討会を開催し、関係者による「鳥取方式フレイル予防対策」のとりまとめ、今年度取組の具体方策の検討、情報交換を実施した。 ・2月をフレイル予防月間と定め、キックオフイベントとして鳥取方式フレイル予防フェアを開催し、全世代に向け啓発を実施した（講演、体験ブース等）。職域向けに啓発リーフレットの配布、ウォーキングアプリを活用したイベントを開催した。 ・市町村向けの補助制度を創設し、フレイル予防に係る普及啓発事業の実施を支援した。 ※（1）資料添付：有・ ☐ 無 （2）使用したICTツール： ☒ 有（県LINE、You Tube、Webex等）・無	
評価	プロセス評価	・検討会の開催により、関係者間の意見・情報交換ができ、科学的知見や地域での実践例を踏まえた本県のフレイル予防対策の基本方針をまとめ共有することができた。 ・フェアには年代を問わず約300人が参加し、全世代に向けた啓発に繋がった。 ・市町村でのフレイルチェックの推進等を支援できた一方、特定の市町村のみの活用に留まった。	
	結果評価	・検討会の開催を通して関係者間の連携体制が構築できフェアでの体験ブースを効果的に運営できた。 ・フェア参加者の約1/4はフレイルを知らないと回答しており、著名人の登用や体験ブースが無関心者へのアプローチの一助となったと考える。参加者の多くに今後の生活でフレイル予防に取り組む意欲を感じてもらえた。「高齢者だけでなく幼少期からの教育や若年層から気にかけることが大切」「自分の体の状態がわかりよかった」等の感想があり、幅広い年代への意識づけのきっかけとなった。	
課 題		・健康寿命に影響を与える要因分析 ・企業や団体等と連携した無関心層を含むすべての県民が自然と健康づくりに取り組める環境整備	
その他			

工夫した点	県特産の梨を用いてフレイル予防の3つの柱、社会参加、栄養・口腔、運動をわかりやすく表現した。 【社会参加】ペアで楽しく活動しよう 【栄養・口腔】むし歯なし、好き嫌いなし、病なし 【運動】適度な ^{かじゅう} 荷重でシャキシャキ動こう
-------	---

キーワード：

実施主体	鳥取県 健康政策課	所在地	鳥取県鳥取市東町一丁目220番地
電話番号	0857-26-7202	FAX番号	0857-26-8726
担当者	錦見	E-mail	kenkouseisaku@pref.tottori.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可	- 40 -	

No. 23		しまね健康寿命延伸プロジェクト 健康な食環境づくり事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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	○
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	◎
指標と目標値		・啓発協力店舗数、健康に配慮した商品の考案数、販売数 （健康長寿しまね推進計画指標） ・40～89歳の平均収縮期血圧を維持する（男性 128.8mmHg、女性 127.6mmHg） ・1日食塩摂取量 8g 以下の者の割合を増やす（男性 40%、女性 50%） ・1日野菜摂取量 350g 以上の者の割合を増やす（20～79歳 60%、20歳代 40%、30歳代 50%）	
現状と課題		がん、脳血管疾患による死亡が多く、脳血管疾患発症者のうち、高血圧に罹患している者が多い。食生活の状況を見ると、食塩摂取量平均値は男性 11.3g、女性 10.2g であり、男女とも県目標（8g 以下）を達成していない。すべての年代で調理済み食品やインスタント食品を利用している割合は増加傾向にある。野菜摂取量平均値は、男性 221.3g、女性 272.5g であり、特に 20～39歳が野菜を食べていない。そのため、適切な食塩と野菜の摂取について促すとともに、スーパー等で販売されている商品が健康に配慮された商品が増え、自然と美味しく健康的な食事が食べられる環境づくりが必要である。	
事業の目的		・健康課題である脳血管疾患等の発症を予防するためには、高血圧対策が重要であり、要因である食塩の過剰摂取および、野菜の摂取不足の改善を目指す。 ・県民一人ひとりが、食生活の中で「減塩」「野菜摂取」を意識できるよう普及啓発を行う。 ・民間企業（スーパー、飲食店等）、大学等と連携し、県民が、自然と美味しく健康的な食事が食べられる食環境の整備を行う。	
対 象		県民（主に働き盛り世代）	
連携機関		県内スーパー、飲食店、島根県立大学看護栄養学部健康栄養学科、島根県栄養士会	
実施時期		令和2年4月～令和6年3月（継続予定）	予算 財源 事業費：10,463 千円 財源：一般財源
事業内容		1. 普及啓発 ・スーパー等で減塩・野菜摂取に関する啓発（島根県食生活改善推進協議会委託） ・企業と連携した野菜摂取リーフレットの作成、配布による啓発 ・他部局と共同した「父と子の料理教室」の開催（令和3年度のみ） 2. 食環境の整備 健康に配慮した商品（野菜 120g、塩分 3.0g 未満）をスーパー、飲食店と島根県立大学、島根県栄養士会で考案・販売した。販売時は、島根県立大学学生が展示 POP を作成し、店舗での PR を行った。商品の考案プロセスや販売状況から、健康に配慮した商品の認定制度を構築し、運用を予定している。 ・関係者との打合せ（年2～3回）、考案レシピの試食会 ※（1）資料添付：有・ 無 ※島根県ホームページに公開しています （2）使用した ICT ツール： 有 （Facebook、X、zoom）・無	
評価	プロセス評価	・レシピ考案時には、打合せを重ね、県立大学学生がスーパーの商品の原価や調理工程について学び、現場を意識したレシピ考案を進めることができた。 ・今後、認定制度として運用する際の事業者側の負担や作業を聞き取り、2年目以降のレシピ考案の参考とすることができた。	
	結果評価	・18品（9事業所）の商品の考案、販売を行った。スーパーで販売した商品は、販売開始1か月で米飯部門の売上3位に入り、好評だった。 ・購入者の購入理由は、「美味しそうだったから」「野菜をとりたかったから」が多く、健康を意識していない人にも見ただけで購入に繋がることがわかった。	
課 題		認定制度を構築する上で、事業者への支援体制（レシピ考案、栄養価計算支援）や認定商品の拡大に向けた事業者、県民へ取組周知を丁寧に行う必要がある。また、物価変動により使用食材や当初の価格で販売できない場合があり、季節等を考慮したレシピ提案が必要である。	
その他			

工夫した点	・一過性の商品とならないよう、通常商品として販売できる食材や調理工程を打合せして考案した。 ・島根県立大学や島根県栄養士会と連携して事業者への支援を行った。
-------	---

キーワード：健康な食環境づくり、減塩、野菜摂取、産学学連携

実施主体	島根県健康福祉部健康推進課	所在地	島根県松江市殿町1番地
電話番号	0852-22-5685	F A X 番号	0852-22-6328
担当者	岩成 遥	E - mail	kenkosuishin@pref.shimane.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可	- 41 -	

No. 24		災害時の栄養・食生活支援活動アクションカードの作成		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		災害時の栄養・食生活支援活動アクションカードを作成する管内市町 100%（令和5年度）		
現状と課題		災害発生時に栄養・食生活支援の対応を迅速に行い、住民への健康被害を最小限に抑えるには、当センター及び管内市町の初動体制の確認や受援体制を整備する必要がある。		
事業の目的		被災地に応援に来る管理栄養士等がすぐに支援活動できるよう、アクションカード【保健所版】の作成を管内市町と連携して取り組む。また、アクションカードの完成後は所内で共有し、災害時に職種を超えて活用できるようにする。		
対 象		管内市町行政栄養士、YDA-DAT スタッフ、山口県萩健康福祉センター職員		
連携機関		管内市町、（公社）山口県栄養士会		
実施時期		令和3年7月から令和6年1月まで （令和4年度は新型コロナウイルス感染症拡大の為休止）	予算 財源	事業費：15千円 財源：一般財源（単県）
事業内容		1. 管内栄養士業務連絡会議の開催 （1）地域防災計画における栄養・食生活支援に関する記載項目、初動体制を確認 （2）管内の食品販売店舗及び弁当業者並びに特定給食施設等一覧、各種調査票や配付資料を作成 （3）災害時の栄養・食生活支援活動アクションカード【保健所版】を作成し、受援体制を整備 2. 保健医療活動チーム（山口県栄養士会）に対してアクションカード【保健所版】を紹介 YDA-DAT スタッフ養成研修会の講義で、支援活動の法的位置づけや、保健所における保健予防活動に使用するアクションカード【保健所版】を紹介 3. 所内想定訓練 当センター職員を対象に、アクションカード【保健所版】を使った演習を行う。 ※（1）資料添付：有・ ☐ （2）使用したICTツール：有（ ☐ ）・ ☐		
評価	プロセス評価	・管内栄養士業務連絡会議の中で、災害時の栄養担当である自覚をもつ。 ・地域防災計画を読み、災害時における栄養・食生活支援計画を考える。 ・災害対策研修会や想定訓練を通じて、関係者（プレイヤー）にアクションカードを周知する。		
	結果評価	・災害時の栄養・食生活支援活動アクションカードを作成した管内市町の割合は、100%となった。 ・災害対策研修会（YDA-DAT スタッフ）の参加者は、18名であった。 ・所内想定訓練は、今後、他の災害時健康危機管理訓練と同時開催する予定である。		
課 題		・令和6年1月末現在、所内想定訓練をしていないので、職種を超えたアクションカードの活用が出来ていない。		
その他				

工夫した点	地域防災計画の見直しの時期を逃さず、市町との定期的な JUT を設定できるかが鍵である。
-------	--

キーワード：地域防災計画、アクションカード、保健医療活動チーム

実施主体	山口県萩健康福祉センター	所在地	山口県萩市江向河添沖田 531-1
電話番号		F A X 番号	
担当者	厚東 邦明	E - mail	
H P への連絡先の掲載	可・ ☐ 不可		

No. 25		災害時栄養管理体制推進事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		・ 災害時給食対応マニュアル策定率、非常食の備蓄状況（特定給食施設等栄養管理状況報告書） ・ 吉野川保健所管内集団給食施設協議会会員専用掲示板活用訓練の参加率		
現状と課題		・ 給食施設の種別や提供食数により、災害時給食対応マニュアル、備蓄品（食品・物品）の整備状況に差がある。 ・ マニュアルは作成されていても、施設の組織的な整備・検討が不十分である。 ・ 災害等緊急時の給食の提供方法について訓練を実施している施設が少ない。		
事業の目的		・ 給食施設のネットワークの構築 ・ 給食施設における緊急時の食事提供確保の備え		
対 象		吉野川保健所管内の集団給食施設		
連携機関		吉野川保健所管内集団給食施設協議会		
実施時期		令和５年度	予算 財源	事業費：20 千円 財源：一般会計
事業内容		(１) 緊急時の食事提供における吉野川保健所管内集団給食施設協議会会員専用掲示板活用訓練の支援 吉野川保健所管内集団給食施設協議会公式ウェブサイトの会員専用掲示板の活用訓練を実施し、緊急時の食事提供確保における会員相互のネットワークを構築する。 (２) 緊急時の食事提供確保に関することの情報収集の支援 (３) 吉野川保健所管内集団給食施設協議会危機管理委員会開催の支援 (４) 給食施設における危機管理対策についてのアンケート ※ (１) 資料添付 ： 有 ・ ☐ 無 (２) 使用した ICT ツール： ☒ 有（ウェブサイトの会員専用掲示板） ・ 無		
評価	プロセス評価	・ 緊急時の食事提供に関する手引き書の改定や備蓄品リスト共有のための様式の更新を行った。 ・ 会員専用掲示板活用訓練において危機管理委員が自ら、不参加施設に対し参加勧奨をすることにより、施設間連携や危機管理意識の向上に繋がった		
	結果評価	・ ウェブサイトの会員専用掲示板の活用訓練参加率（R3:43.8%、R4:66.0%、R5：82.4%） ・ 災害時給食提供マニュアルの整備状況（R5 １日１回提供施設：65.2%、１日３回提供施設：75.7%） ・ 非常食の備蓄状況（R5 １日１回提供施設：95.7%、１日３回提供施設：94.6%）		
課 題		給食施設の種別や提供食数により危機管理に対する意識の差が大きい。		
その他				

工夫した点	給食施設協議会における施設管理者、栄養管理及び調理担当職員等の他職種を対象として事業を実施し、関係者の資質向上を図った。
-------	--

キーワード：

実施主体	徳島県吉野川保健所	所在地	徳島県吉野川市鴨島町鴨島 106-2
電話番号		F A X 番号	
担当者	健康増進担当 篠原	E - mail	
H P への連絡先の掲載	可 ・ ☒ 不可		

No. 26		高校生の食育推進事業 ～体験型食育教室を通して～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		第4次食育アクションプランより 朝食をほとんど食べない人の割合 20代 14.9% (R2) →目標 12.5% (R7) 30代 15.5% (R2) →目標 15.0% (R7) 主食、主菜、副菜をそろえて食べるようにする人の割合 男性 74.5% (R2) →目標 90% (R7) 女性 86.7% (R2) →目標 90% (R7)	
現状と課題		令和4年県民健康・栄養調査の結果より、若い女性のやせ、若い世代の朝食の欠食などの課題がみられ、若い世代の望ましい生活習慣の定着が必要である。未就学児は保育所やこども園で、小・中学生は学校で、栄養教諭等により食育が進められているが、高校生になるとその機会は減少し、高校卒業後は進学、就職等により生活環境が大きく変化することも多い。	
事業の目的		高校生に対し、講話や体験型の実習等を通してできるだけ早い時期から自身の食生活に関心を持ってもらうとともに、生活習慣病予防のため、活動量に応じた食事が摂取できるよう食品選択能力や自己管理能力を身につけることを目的に本事業を実施する。	
対 象		東讃保健福祉事務所管内の高校生	
連携機関		東讃保健福祉事務所管内の高校	
実施時期		令和5年4月～令和6年2月	予算 事業費：76千円 財源 財源：県費及び助成金
事業内容		(1) 実態調査 管内の高校生を対象に生活習慣に関するアンケートを実施し、集計データを分析した。 (2) 健康への関心・意識の向上、正しい知識の啓発 ①減塩レシピコンテストの開催 高校生を対象に減塩レシピコンテストを開催し、減塩への関心を高めた。また、コンテスト受賞作品や減塩のコツ等を掲載したリーフレットを作成し、県民の減塩意識の啓発を図った。 ②文化祭等を活用した健康チェックイベントの開催 パネル展示、ロコモチェック、食育クイズ、各種健康相談等を通して、健康への関心を高めた。 ③「体験を通じた食育教室」等の開催 調理実習やみそ汁の試飲、1日分の野菜あてクイズや生活習慣病予防のための食事についての講義を行い、朝食の大切さやバランスのとれた食事、減塩の必要性等についての知識を深めた。 ※ (1) 資料添付 : 有 ・ ☐ (2) 使用した ICT ツール : ☒ (Instagram、X、Facebook) ・ ☐	
評価	プロセス評価	各高校と打ち合わせを行い、それぞれの学校の現状やニーズを把握した上で事業を実施できた。	
	結果評価	食育教室後のアンケート結果では、多くの生徒が「自分の生活習慣を見直すきっかけになった」と答えていた。改善や継続したいことでは、「間食の内容を見直す」や「バランスのよい食事を心がける」を挙げた生徒が多く、学んだことを家族にも伝えたいという意見もあり、波及効果があった。	
課 題		高校生は日々の授業や学校行事、部活動や習い事などで忙しく、教室やイベントに参加する時間の確保が難しい。また、食への関心が低い人へのアプローチが課題である。	
その他			

工夫した点	高校生にも関心を持ってもらいやすいように、調理実習やみそ汁の試飲、健康チェックなどの体験を取り入れた内容とした。
-------	--

キーワード：食育、高校生、減塩

実施主体	香川県東讃保健福祉事務所	所在地	香川県さぬき市津田町津田 930-2
電話番号	0879-29-8251	F A X 番号	0879-42-5881
担当者	健康づくり担当	E - mail	tosanhoken@pref.kagawa.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ ・ ☐ 不可		

No. 27		高血圧予防対策「愛顔のハート、学び体験」		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		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		
* 該当区分に○印				
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		愛媛県循環器病対策推進計画：令和 22(2040)年までに健康寿命の 3 年以上の延伸を図る (令和 22 年目標：愛媛県男性 74.50 歳以上、愛媛県女性 77.58 歳以上)		
現状と課題		循環器病は本県における死亡原因の約 4 分の 1 を占め、第 1 位となっており、全国に比べて死亡原因に占める割合が高い（令和 2 年人口動態統計）。また、心疾患死亡率は全国ワースト 1 位（令和 3 年人口動態統計）となっている。愛媛県では、「高血圧」を県の大きな健康課題と位置付けている。		
事業の目的		愛媛県の健康課題である「高血圧」の予防は、子どもの頃からの意識づけが重要である。子どもとその保護者を対象に、高血圧に関する「血圧」「減塩」「禁煙」の 3 つのアクティビティからなる体験プログラムを実施し、高血圧とその予防のための生活習慣について学んでもらうことで、子どものみならず家族の長期的な生活習慣病予防行動につなげる。		
対 象		八幡浜保健所管内 小学校 6 年生 49 名		
連携機関		実施場所の所在する市町・実施小学校		
実施時期		令和 5 年 10 月 27 日	予算 財源	事業費：211 千円(6 保健所で 1,266 千円) 財源：生涯健康づくり推進費
事業内容		●全体講義の後、3 つのアクティビティを設けて、グループ別に順番に体験型プログラムを実施。 (1)血圧：パワーポイントを使用した講義(クイズ、血圧とは、高血圧とは、高血圧になると、動脈硬化とは等)。血圧測定、血管モデルを使用して高血圧の血管状態を見て学ぶ。 (2)減塩：紙芝居形式の講義(クイズ、塩分を摂りすぎるとどうなるか、塩分の目標量、減塩のコツ等)。1 日に摂ってよい塩の量を実際に量ってみる、料理カードを使用し 1 日のメニューを考える。 (3)禁煙：紙芝居形式の講義(クイズ、たばこの害、喫煙による肺の病気等)、肺モデルを使用し肺にタールが溜まった状態を見る、タブレット端末で、喫煙により将来自分の顔がどう変化するかを見る。 ●事後アンケートの実施。 ※ (1) 資料添付 ： (有) ・ 無 (2) 使用した ICT ツール： (有) (タブレット端末用アプリ「Smorkerface」) ・ 無		
評価	プロセス評価	対象者を 3 つのグループに分けて実施することから、スタッフが多く必要となるが、学校教員、市町の管理栄養士・保健師、同じ南予地区である宇和島保健所の管理栄養士・保健師・歯科医師と連携して実施することができた。対象校選定のタイミングが遅かったため、参観日等学校行事への組み込みが難しく、保護者の参加は叶わなかったが、当日は欠席者を除いた児童 49 名中 48 名の参加が得られた。		
	結果評価	事業実施直後に、アンケート調査を実施したところ、高血圧やその予防のために大切なことが「よく分かった・分かった」との回答が得られた。また、参加児童全員が、「学んだことを生活にいかしたい、家族や周りの人に伝えようと思う」と回答しており、波及効果が期待できる。実施から数か月後の定着度確認のためのアンケートは、今後実施し、評価する予定。		
課 題		●対象校の選定。広く管内へ浸透させるためにも、事業に関するアナウンス活動が必要。 ●保護者と参加できる体制の確保。子どもだけでなく家族の長期的な生活習慣病予防行動につなげる。		
その他		将来的には、各市町単位で実施できる体制を構築していけるよう、関係市町と協力・連携して実施することが重要である。		

工夫した点	関係機関、保健所間で協働して取り組んだ点。
-------	-----------------------

キーワード：高血圧予防対策

実施主体	愛媛県八幡浜保健所健康増進課	所在地	愛媛県八幡浜市北浜一丁目 3 番 37 号
電話番号	0894-22-4111	F A X 番号	0894-22-0631
担当者	垣内 恭子	E - mail	yaw-kenkozosin@pref.ehime.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

愛顔のハート♥学び体験！ ～高血圧予防について学ぼう～

愛媛県八幡浜保健所
健康増進課 健康づくり推進係

◆実施日：令和〇年〇月〇日
◆場所：〇〇市立〇〇小学校



※私たちの「いのち」を支えてくれている心臓。その心臓から送り出された血液は、血管の中を流れています。

愛媛県は、心臓の病気で亡くなる人がとても多い！

※心臓の病気を防ぐには血圧を高くしない、つまり「高血圧」にならないことが大事です。

そこで…「高血圧」を予防するために大切なことについて、「血圧」・「減塩」・「禁煙」をテーマに学びました！

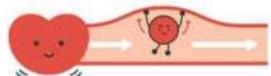
高血圧症の分布地図

〇〇市は、
高血圧の人の割合が
高くなっています！



血圧について

※血液が、血管の中を流れる時に、血管の壁を押す力を「血圧」というよ。



みんなの血圧はどうだった？

高い？
低い？

※血圧が高くないためには…

1. 塩分をとりすぎない
2. 野菜や果物をしっかり食べる
3. 運動をする
4. お酒をひかえる
5. たばこをすわない

※心臓が血液を送り出すときの血管を押す力が…

140mmHg以上

ギュット



愛媛県イメージアップ
キャラクターみきゃん

減塩について

※塩分をとりすぎると、血圧は上がってしまいます。

日本人が
1日にとる塩分量

10g 程度

※1日にとってよい目標の塩の量は、10～11歳の子どもの場合は、**6g未満**です。

1日にとってよい
目標の塩分量

6g未満 7.5g未満 6.5g未満

この「6g未満」は、食塩の量だけでなく、**色々な食べ物の中に含まれている塩分もあわせて量**であることを覚えておきましょう！



塩分を少なくするためのコツ！

1. どんぶり、お寿司、焼き飯など、**味付けご飯ばかりにならないようにしよう！**
2. うどん、ラーメンなどのスープは**全部飲まずに残すようにしよう！**
3. しょうゆ、ソースはたっぷりかけないで、**少しつけて食べるようにしよう！**
4. **野菜をしっかりと食べよう！**
5. **給食の味付けを参考にしてみよう！**



日本人は、
塩分をとりすぎ
とるんよ！

禁煙について

※たばこの中にある「体によくないもの」は200種類あります。この「体によくないもの」は、様々な病気の原因となります。

心臓に悪い

体によくないもの
**ニコチン
タール
一酸化炭素**

肺に悪い

●たばこの3害●

- 「ニコチン」…血圧を上げる。たばこがやめられなくなる。
「タール」…がんになりやすくなる。肺が黒くなる。
「一酸化炭素」…血液の流れを悪くして、心臓に負担をかける。



ふくりゅうえん しゅうりゅうえん
副流煙の方が主流煙よりもケン！！

たばこから出ている白い煙を「副流煙(ふくりゅうえん)」といいます。副流煙には、主流煙に含まれる「体によくないもの」が、もっと多く含まれています。

※たばこを吸い続けると…

心臓や肺を悪くします。顔のしわがふえたり、歯が黄色くなったりします。吸っている人だけでなく、まわりの人にも影響があります。

たばこを吸わないようにしましょう！！



No. 28		糖尿病性腎症透析予防強化事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」 指標と目標値		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		
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		糖尿病性腎症による新規透析導入患者数を令和5年度に108人以下にする（高知県全体）		
現状と課題		現状：糖尿病患者及び予備群は増加傾向。腎症（軽度から中等症）の患者に保険者による糖尿病性腎症重症化予防プログラムを実施している。腎症（中等症から重度）の患者に医療機関と保険者が協働で6か月間の糖尿病性腎症透析予防強化プログラムを実施し、介入効果が示唆された 課題：糖尿病による腎機能の低下は早期の適切な治療と生活習慣の改善で進行の抑制が可能であることが患者に周知できていない。生活の改善が必要な糖尿病の通院患者について保険者と医療機関の情報共有が充分図られていない		
事業の目的		患者のQOLの維持及び健康寿命の延伸、並びに医療費削減のために、医療機関と保険者が連携して患者支援を行うことにより、透析導入時期の遅延を図る		
対 象		かかりつけ医による検査で、eGFR30ml/min/1.73m ² 以上 60ml/min/1.73m ² 未満かつ、顕性蛋白尿（＋以上）が認められる者等、主治医が本事業対象者と判断する者		
連携機関		管内市町村と医療機関		
実施時期		令和5年度（今後も継続していく）※高知県全体での実施は令和2年度から	予算 財源	事業費：165千円 財源：国費
事業内容		急速に進行する糖尿病性腎症患者に対し、医療機関と保険者が連携して患者支援を行うことにより、透析導入時期の遅延を図るもの。糖尿病性腎症を原疾患とした新規透析導入患者の約4割が 70 歳未満となっており、壮年期の患者の透析導入時期の延伸を目指す。腎保護療法（薬物治療）と1クール6か月の生活指導を行う。 医療機関は、（1）診療情報から、本プログラムの介入対象者を抽出する。（2）介入対象者に、説明資料を用いて本プログラムの説明を行い、同意書により同意を取得する。（3）保険者に提供するための情報提供書を作成し、連絡窓口へ提出する。（4）保険者と連携し、対象者に生活指導を実施する。（5）対象者の生活習慣の改善状況などを評価する。（6）評価した行動変容ステージと検査データを評価結果報告書に記入し、連絡窓口へ提出する。 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有 （ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	医療機関と保険者の連携により患者新が行えた		
	結果評価	介入により腎機能の低下を防止でき、結果として透析導入の時期を遅延できることが示唆された（中間報告）		
課 題		医療機関と保険者の連携や対象となる患者に同意を取ることが難しい点 協力医療機関の拡大		
その他				

工夫した点	本事業の周知を医療機関を訪問し行った。保険者との関係を密にすること
-------	-----------------------------------

キーワード：保険者と医療機関の連携

実施主体	高知県須崎福祉保健所	所在地	高知県須崎市東古市町6-26
電話番号		FAX番号	
担当者	尾崎 美和	E-mail	
HPへの連絡先の掲載	可・ 不可		

No. 29		民間企業との協働で行う自然に健康になれる食環境整備		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		くま食健康マイスター店の指定数の増加、野菜くまもり運動協力店の増加、県民の野菜摂取量の増加		
現状と課題		本県は、男女とも、全ての年齢において空腹時血糖及びHbA1cが保健指導や受診勧奨の対象と判定された人の割合は全国平均を大きく上回っている。また、県民の健康的な食習慣の1つとして、野菜を1日に350g摂取することが推奨されているが、県民の野菜摂取量は、259.4gと約100gの野菜が不足している状況にある。生活習慣病の発症予防や健康寿命の延伸に向けて健康的な食生活を送る県民を増やしていくためには、健康に関心がない県民であっても自然に健康になれるような食環境を整備していくことが重要となる。		
事業の目的		外食する際や食事を購入する際に、主食・主菜・副菜が揃った食事、野菜がたっぷり入った食事など、栄養バランスのとれた適切な量の食事を選択できるように、飲食店、弁当店、スーパーマーケット、コンビニエンスストア、社員食堂等で健康に配慮した食事を手に入れやすい食環境を整備する。		
対 象		県内の飲食店、弁当・惣菜店、コンビニエンスストア、スーパー等		
連携機関		熊本県食環境整備推進連絡会議構成団体（16団体）、味の素(株)、カゴメ(株)		
実施時期		令和2年度～	予算 財源	事業費：2,592千円（令和5年度）財源：一財＋国庫補助（1/2）
事業内容		・外食料理店等をくま食健康マイスター店へ指定する。今年度は大手企業と連携することで、県民に身近な店舗を指定につなげ、店舗数を大幅に増加させた。また、指定店舗を熊本県ホームページや広報誌等へ掲載し啓発している。 ・野菜の日（8/31）に併せて民間企業とともに野菜摂取促進のメッセージをメディアを活用して発信。 ・愛菜の日（1/31）にコンビニエンスストア、カゴメ株式会社、県栄養士会とイベントを実施するとともに、県内スーパーマーケットやお弁当店等でのPOP掲示や野菜たっぷりメニューの提供。 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： ☒ 有（熊本県ホームページ、instagram 広告、くまにちキャロット（広報誌）） ・ 無		
評価	プロセス評価	・マイスター店指定に向けた大手企業への説明・野菜の日や愛菜の日に向けた民間企業との打合せの実施・SNSを活用した啓発の実施・野菜くまもり運動にかかる食環境整備推進連絡会議構成団体への働きかけの実施		
	結果評価	・くま食健康マイスター店指定数170店舗（令和6年2月22日現在） ・野菜くまもり運動に協力した店舗数、関係機関数 500店舗・関係機関 ・野菜摂取量の増加（県健康食生活・食育推進計画評価指標）		
課 題		・今後、減塩にも力をいれていくため、民間企業や大学と協同し減塩メニューの開発を行う予定。 ・SNS等を効果的に活用し、健康無関心層に対するアプローチを強化していく必要がある。食環境整備推進連絡会議構成団体を巻き込んだ更なる環境整備が求められている。		
その他		くま食健康マイスター店ホームページ：https://www.pref.kumamoto.jp/soshiki/44/123799.html		
工夫した点		令和2年度から野菜くまもり運動を展開しており、多くの関係機関・団体を巻き込み、企業の発信力を活かした普及啓発を行うことで、県内に広く波及させることができた。		

キーワード：野菜摂取量向上、産官学等連携

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

<くま食健康マイスター店の基準>



次の4つ全ての項目に取り組んで
くま食健康マイスター店に!

(1) 施設内禁煙

(2) 野菜120gメニューの提供
1食又は1品あたり120g以上の野菜を
使用

(3) ヘルシーオーダー対応

- ・食べやすくするための対応
 - ・エネルギーが気になる方への対応
 - ・脂質が気になる方への対応
 - ・塩分が気になる方への対応
- のいずれかを実施(複数可)

(4) 県産品の積極的活用 (地産地消)

くま食健康マイスター店の詳しい情報についてはこちら

くま食健康マイスター店

検索



18

<野菜くまもり運動の展開>



早ウマ! くまもと野菜100gレシピ



野菜の日のメディア発表



ショーケースに設置できる啓発POP



野菜くまもり運動ロゴマーク

No. 30		備蓄食品の相互支援体制の整備について ～医療機関と福祉施設における非常時の食支援～		
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 該当する場合は 「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
現状と課題		非常災害時でも継続的に食事の提供ができる。全施設に備蓄食品が整備される。		
事業の目的		災害時や調理従事者が新型コロナウイルス等の感染症に感染し施設調理が困難となった場合、外部へ弁当等の発注を行うことも想定されるが納品までに日数を要する。また、非常災害時は各病院や施設の備蓄食品を利用するようマニュアルが作成されているが（東部保健所管内 84%、西部保健所管内 95%）、備蓄食品は 2～3 日分の食事をまかなうものであり、週末やゴールデンウィーク、年末年始など長期休みとなった場合は個々の病院、施設のみでは安定した食事提供が出来なくなる（3 日以上）の備蓄：東部保健所管内 84%、西部保健所管内 87%）。		
対 象		1 日 3 食提供している施設（通所施設及び自衛隊、事業所を除く） 東部保健所管内：180 施設 西部保健所管内：65 施設		
連携機関		医療機関、福祉施設		
実施時期		西部保健所管内 R4 年 1 月 14 日～ 東部保健所管内 R5 年 1 月 30 日～	予算 財源	事業費： 0 千円 財源：
事業内容		備蓄食品の相互支援体制の構築を目指す会議を開催し提案する 要項案と備蓄食品リストの様式を送付し（保健所→各施設）、施設内での承諾を得る 承諾を得られた施設は備蓄食品リストを保健所へ送付する 要項案の修正希望があれば保健所へ連絡する 要項案を修正し、各施設へ再確認を依頼する 要項と備蓄食品リストを送付し（保健所→各施設）、運用を開始する：上記実施時期から運用開始 * 備蓄食品の受渡し及び返却は保健所を通さず各施設間で行う。 * 保健所は、毎年通知文書を送付し、新規登録及び要項の改正、備蓄食品リストの更新を行う。 ※（1）資料添付 ： 有 ・ ○無 （2）使用した ICT ツール： 有（		

キーワード：備蓄食品、食支援、非常災害時、体制整備

No. 31		コンビニエンスストアとの出張授業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針	区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		・肥満傾向にある子どもの割合を減らす（目標値：全国平均以下） ・主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上がほぼ毎日の人の割合を増やす（18歳以上）（目標値：65%） ・野菜摂取量の増加（350g）健康みやざき行動計画 21（第3次）	
現状と課題		・肥満傾向にある児童の割合（小学5年生）は、男子 15.86%、女子 12.37%で、全国平均（男子 15.11%、女子 9.74%）と比較して高い。 ・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は約6割で、全国平均（40.6%）より高いが、目標値に達していない。 ・野菜摂取量は成人 236g、小学5年生 191g	
事業の目的		学校での授業を通して、小学生の段階から、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事に関する正しい知識を習得するとともに、作成した POP を近隣店舗に掲出することで、保護者、ひいては地域住民をターゲットに、中食（持ち帰り弁当・惣菜）の利用機会を通じた食環境づくりとして、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を啓発し、食行動の実践につなげる。	
対 象		県内の小学5、6年生	
連携機関		株式会社セブン-イレブン・ジャパン、宮崎県教育庁スポーツ振興課	
実施時期		令和6年1月30日から2月22日	予算 財源 事業費：0円 財源：
事業内容		①講義（1コマ目）：県から健康や栄養バランスについて、セブン-イレブン・ジャパンから健康に関する取組について授業を実施 ②実習（2コマ目）：「バランス良く食べよう」POPを作成 ③掲出：POPを近隣のセブン-イレブンにて掲出 ④啓発：県公式 Instagram で上記取組を紹介し、取組の PR ※（1）資料添付：有・無 （2）使用した ICT ツール：有（Instagram）・無	
評価	プロセス評価	・実施学校数：6校 ・受講人数：299名 ・教育庁を通し、県内の小学校に案内を行うことで、多くの学校から申込みがあった。 ・野菜摂取目標量やセブン-イレブンの健康に関する表示等、初めて知ることが多い様子であった。	
	結果評価	・感想からは、「野菜をたくさん食べ、バランスの良い食事をしたい」「習ったことを家族に教えたい」「主食・主菜・副菜を考えながら買い物をしたい」「商品に書いてある文字やPOPをよく見て買い物をしたい」等、新しい知識の習得と意識の変化が見られた。 ・行動変容までの評価には至らなかった。	
課 題		・受講した児童に事前、事後アンケート等を行うことで、知識や行動の変化を数値で評価し、授業内容や事業全体の見直しを行う。 ・POP 掲出による中食の利用機会を通じた食環境づくりの評価（波及効果）として、POP 掲出店舗を利用した地域住民に対するアンケートや、主食・主菜・副菜商品の売上高からも評価を行えると良いと思われる。 ・実施校を増やして、より効果的な事業とするために、保健所を巻き込んだ取組を進める必要がある。	
その他		今年度、株式会社セブン-イレブン・ジャパンと連携し、ナッジ理論を活用した効果的な POP の作成・県内 200 店舗のセブン-イレブンにて掲出と、プレゼントキャンペーン（アンケート）を実施した。今回は、当取組の一環として実施した。	
工夫した点		授業だけでなく、その後の POP 作成、掲出まで行うことで、小学生本人だけでなく、保護者や地域を巻き込める取組とした。	

キーワード：主食・主菜・副菜、栄養バランス、セブン-イレブン・ジャパン

実施主体	宮崎県福祉保健部健康増進課	所在地	宮崎県宮崎市橘通東 2-10-1
電話番号	0985-26-7078	F A X 番号	0985-26-7336
担当者	奈須	E - mail	kenkozoshin@pref.miyazaki.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 32		へらしお推進事業		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		・食塩をとりすぎている人の割合を減らす（男性 30% 女性 30%） ・1 日平均食塩摂取量を減らす（男性 9.0 g 女性 7.5 g）健康みやざき行動計画 21（第 2 次）		
現状と課題		県民の 1 日平均食塩摂取量は、男性 10.6 g 女性 9.2 g と目標量より多く、食塩をとりすぎている人の割合も男女とも 70%を超えており目標を大きく上回っている。 健康長寿日本一を目指すためには、食塩摂取量を減らす取組をより一層推進する必要がある。		
事業の目的		管内給食施設と連携を図り、減塩給食の提供による「食品へのアクセス」と、給食だより等の配布による「情報へのアクセス」の両輪でへらしお（減塩）推進に向けた取組を行うことにより、県民が減塩の必要性やその工夫について正しい情報を習得するとともに、減塩の実践につなげる。		
対 象		管内給食施設の利用者とその家族		
連携機関		管内給食施設のうち参加を希望する施設、管内市町村		
実施時期		令和 5 年 5 月から令和 6 年 3 月末まで	予算 財源	事業費：40 千円 財源：県費
事業内容		・給食施設に勤務する管理栄養士、栄養士、調理師等を対象に研修会を実施し、参加者に対して、県民の 1 日平均食塩摂取量の現状や減塩の必要性等に関する講義を実施した。 ・給食施設のうち趣旨に賛同した施設において「へらしおの日（または月間）」を設定し「へらしおメニュー」を提供した。また、協力給食施設は、喫食者またはその家族に対して、献立表や給食だより等により毎月 17 日が「へらしおの日」であることや、減塩に関する情報を発信した。なお、管理栄養士または栄養士が不在の給食施設でも、減塩に関する情報を掲載しやすいよう、保健所から毎月「へらしおニュースレター」を発行する等、様々な情報を提供した。 ・協力給食施設から、へらしおメニューのレシピの提供を受けレシピ集を作成・配付し、協力給食施設に情報を還元した。 ・管内市町村栄養士に協力を依頼し、各市町村の広報誌や施設内掲示等で、へらしお展示や、給食施設での「へらしおの日」の取組について情報発信した。 ※（1）資料添付：有・無 （2）使用した ICT ツール：有（ ）・無		
評価	プロセス評価	・研修会参加施設：54.2% ・給食施設の協力率：29.0% ・へらしおメニューレシピ集掲載数：23 件		
	結果評価	・評価のための調査は実施していないため、評価できない。 ・給食施設巡回指導時に、減塩への意識や取組状況を確認して評価する。 ・協力給食施設からは、「減塩の取組のきっかけとなった」「施設長の理解が得られやすかった」「ニュースレターが活用しやすかった」等の概ね好評な意見が寄せられた。		
課 題		・協力給食施設での取組の継続。 ・取組をさらに広げるため、民間企業や他の行政機関とも連携した取組を進める。		
その他		同内容の取組を日向保健所と高鍋保健所において実施した。		

工夫した点	これまで「情報へのアクセス」向上による減塩に取り組んできたが、今回は給食施設と連携を図ること で「食品へのアクセス」も取り入れることができた。
-------	--

キーワード：目指せ！マイナス 2g！給食をおいしく“へらしお”で家族みんなで健康に

実施主体	宮崎県日向保健所	所在地	宮崎県日向市北町 2-16
電話番号	0982-52-5101	F A X 番号	0982-52-5104
担当者	清水	E - mail	hyuga-hc@pref.miyazaki.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☎ ・ 不可		

No. 33		健康かごしま 2 1 推進事業（小児期の食環境整備）		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		町健康増進計画での評価指標（学校・保育所での肥満児割合、給食での食塩摂取量）の導入率：目標値 100%（R12 年度） 給食施設での県平均値（肥満児割合）や目標値（食塩相当量）の達成率：目標値 100%（R15 年度）		
現状と課題		管内では保育所及び学校での肥満児の割合（R 4 3 歳以上児 7.0%，小 4 15.7%，中 1 15.5%），給食での食塩摂取量が多い（R 4 3 歳以上児 2.0g，小 4 2.5g，中 1 3.1g）。 食育活動は、情緒的な内容のものが主である。 成人では男女ともメタボリックシンドローム該当者・予備群が多く（R 4（国保特定健診結果） 男性 56.0%，女性 24.7%），脳卒中の SMRが高い（R 4 男性 123.5，女性 127.2）。		
事業の目的		地域における健康に関する現状を認識し、より健康的な社会環境をつくる。		
対 象		町行政担当者、給食施設、地域住民		
連携機関		町健康増進主管課、健康かごしま 2 1 地域推進協議会		
実施時期		令和 5 年度～（一部、令和 3 年度）	予算 財源	事業費： 0 千円 財源：
事業内容		・管内における幼児肥満の現状と要因の分析結果の公表（令和 3 年度） ・町健康増進計画改定にあたり指標の導入の必要性の助言 ・栄養管理報告書の記入方法（学校におけるやせ・肥満児割合の算出方法）の個別指導 ・給食施設から提出された栄養管理報告書の集計 ・集計結果の会議・研修会等での活用 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	母子保健担当者会議（令和 5 年 5 月），管内行政栄養士情報交換会（令和 5 年 8 月），健康かごしま 2 1 地域推進協議会（令和 5 年 10 月，2 地域）での情報提供 学校保健委員会（令和 5 年 7 月），子育て支援員研修会（令和 6 年 3 月予定）での情報提供 保育所・こども園への巡回指導の実施（令和 5 年 10 月～12 月，計 10 施設）		
	結果評価	現時点では成果なし（今後，各町健康増進計画改訂版の確認，栄養管理報告書の集計の継続を実施）		
課 題		未就学児は肥満児割合の県平均値が公表されていない。保健所から情報発信できる機会（対象）が少ない。問題意識を共有できる者がいない。当所管内では早世も課題となっているが，肥満や減塩に対する関心が低い。管内給食施設連絡協議会・町教育委員会との連携が必要である。		
その他		指導対象の状況を評価指標としているが，これらとの関係を「連携先」に変化させていくことが必要。		
工夫した点		保健所で収集できるデータを活用する，		

実施主体	鹿児島県大島支庁徳之島事務所保健衛生環境課（徳之島保健所）	所在地	鹿児島県大島郡徳之島町亀津 4 9 4 3 - 2
電話番号	0 9 9 7 - 8 2 - 0 1 4 9	F A X 番号	0 9 9 7 - 8 3 - 2 5 3 5
担当者	蔭山	E - mail	tokunoshima-kenzou@pref.kagoshima.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☐ 可 ・ ☐ 不可		

No. 34		SNSを活用した食と健康の情報発信～プロスポーツチームとの連携～	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		第2次健康あきた市21の目標値（20歳以上、1人1日あたりの平均） 野菜の摂取量 350g、食塩摂取量 8g	
現状と課題		・第2次健康あきた市21最終評価より、野菜摂取量は20～59歳の働く世代で目標350gを達成できていない。また、食塩摂取量は男女ともに全ての世代で食塩摂取量の目標8gを上回っている。 ・市民の野菜摂取量を増やすとともに、減塩を推進していく必要がある。	
事業の目的		働く世代や若年層が、食と健康に関心を持つきっかけを提供するため、プロスポーツチームと連携してSNSを活用した普及啓発を行う。	
対 象		20～40歳代の働く世代や若年層	
連携機関		秋田市に拠点を置くプロスポーツチーム（秋田ノーザンハピネッツ株式会社、株式会社ブラウブリッツ秋田、一般社団法人秋田ノーザンブレッツラグビーフットボールクラブ）	
実施時期		通年（令和4年度から運用開始）	予算 財源 事業費：14千円 財 源：秋田市一般財源
事業内容		・令和4年度に当課公式Instagram「あなたをつくる！エールごはん」を開設。 ・秋田市に縁のあるかたの「元気になる食にまつわるエピソード」と、関連する料理の紹介とともに、食と健康に関する情報を1投稿分に編集して掲載した。令和4年度および5年度は、秋田市に拠点を置くプロスポーツチームに所属する選手に協力を依頼した。 ・当課管理栄養士が考案したレシピの投稿については、調理工程を簡単に分かりやすく伝えるため、ショート動画に編集して掲載した。 ・秋田市公式X（旧Twitter）および秋田市公式ホームページ等で市民に周知している。 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用したICTツール： ☒ 有（Instagram） ・ 無	
評価	プロセス評価	・令和4年度は9回、令和5年度は5回投稿 ・フォロワー数は94人（令和6年2月現在）	
	結果評価	・Instagramの機能であるハッシュタグや関連アカウントのフォロー、リンク付け等を活用することにより、プロスポーツチームのファンや関係者、無関心層に働きかけることができた。 ・多忙な働く世代や若年層に向けた健康教育や普及啓発は、実施日時や会場等に課題があり、難しい状況であった。しかし、Instagramの活用により、行政が発信する健康情報に対象者がいつでも気軽にアクセスできるようになった。	
課 題		・連携する幅を広げ、食と健康に関心を持つきっかけとなるような投稿を継続するとともに、さらに内容の充実を図る。 ・フォロワーの増加を図るため、市民に向けたPRの方法を検討する。	
その他		－	

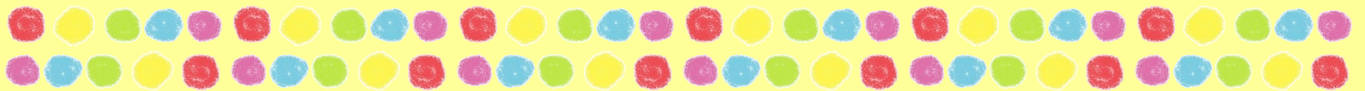
工夫した点	カラフルで親しみやすく、イラストや絵文字を使う投稿を心がけている。
-------	-----------------------------------

キーワード：働く世代、若年層、Instagram、野菜をおいしく食べる、減塩、かんたんレシピ

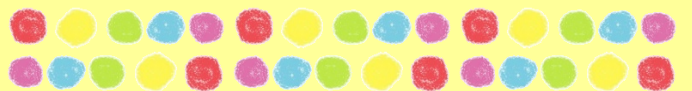
実施主体	秋田市保健所保健予防課	所在地	秋田県秋田市八橋南一丁目8番3号
電話番号	018-883-1178	FAX番号	018-883-1173
担当者	沢田 香織、小林 愛未	E-mail	ro-hlpr@city.akita.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		



あなたをつくる！エールごはん



食と健康に関する情報を、
分かりやすくお届け！



No. 35		野菜摂取量の増加に向けた食育推進事業・北区健康づくり推進店事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		・野菜を毎食とる人の割合 増やす ・1日当たりの野菜摂取量（5皿以上、3～4皿） 増やす ・1日の目標野菜摂取量の認知度 増やす ・健康に配慮したメニューを提供する飲食店の数 増やす ・野菜たっぷりメニューを提供する飲食店の数 増やす ・事業者、施設等連携数 増やす		
現状と課題		・バランスの良い食事を1日2食以上とるようにしている人が少ない（33. 5%） ・1日あたりの野菜摂取量が不足（2皿以下 74. 0%） ・1日の目標野菜摂取量の認知度が低い（71. 8%）		
事業の目的		様々な食関連事業者と連携し、効果的に野菜摂取について普及啓発することで、1日に必要な野菜摂取量の認知度向上を図る。また、区内の飲食店と連携することで、栄養バランスのよい食事や野菜をたっぷりとれる食事を入手できる環境を整備する。		
対 象		区民		
連携機関		食品関連事業者、飲食店		
実施時期		令和2年～令和10年 平成11年～令和10年	予算 財源	事業費：3,849千円/年 財源：
事業内容		・食品関連事業者と連携し、野菜を手軽に摂取できるレシピブックおよびPOP等の普及啓発物を作成し、区内量販店等で配布する。また、効果的に普及啓発するため、レシピ動画の作成、区役所食堂でのコラボメニューを実施する他、講演会の開催等を行う。 ・飲食店を対象に、代表的なメニューの栄養成分表示を行う他、ヘルシーメニュー、シニア元気メニュー、野菜たっぷりメニューなど、健康に配慮したメニューの登録を推進する。また、それらの普及するため、紹介パンフレット作成やHP掲載等を行う。 ※（1）資料添付： 有 ・ ☐ 無 （2）使用したICTツール： ☒ 有（HP、YouTube、X、Facebook、北区ウォーキングアプリ、北区子育てアプリ） ・ 無		
評価	プロセス評価	・事業者、施設等連携数 ・レシピ配布数 ・POP作成数 ・動画視聴数 ・食堂コラボメニュー提供数 ・講演会参加者数 ・健康に配慮したメニューを提供する飲食店数 ・『野菜たっぷりメニューのあるお店』登録店舗数		
	結果評価	下記項目について、北区健康づくり計画『北区ヘルシータウン21（第三次）』最終年度に評価予定 ・バランスの良い食事を1日2食以上とるようにしている人の割合 ・野菜を毎食とる人の割合 ・1日当たりの野菜摂取量 ・1日の目標野菜摂取量の認知度		
課 題				
その他				

工夫した点	量販店や飲食店で普及啓発することで広くPRし、若い世代や無関心層にも働きかけられるようにする。
-------	---

キーワード：野菜摂取量増加、食品関連事業者、飲食店、食環境整備

実施主体	東京都北区健康部健康推進課	所在地	東京都北区王子本町 1-15-22
電話番号	03-3908-9068	FAX番号	03-3905-6500
担当者	國武 さやか	E-mail	kenko-suishin@city.kita.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 36		栄養支援マップの作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
現状と課題		在宅の高齢者が食事や栄養に困りごとを抱えたときに栄養支援マップを用いて相談できる	
事業の目的		在宅の高齢者が食事や栄養で困りごとを抱えたときに、家族やケアマネジャーなどが栄養士のいる区内の栄養士に相談ができるツールとして作成した。	
対 象		在宅で食事に困りごとを抱える高齢者、ケアマネジャー	
連携機関		クリニック、病院、薬局、老人保健施設	
実施時期		令和2年～令和5年	予算 財源 事業費：0円 財源：
事業内容		食事に困りごとを抱えたときに、栄養士がどこにいるかわからない、ということを解消すべく有志の会を立ち上げ、栄養士がいる・連絡が取れる・相談に乗れるという栄養支援マップを作製した。 ※ (1) 資料添付 : ■有・ 無 (2) 使用した ICT ツール : 有 () ・ ■無	
評価	プロセス評価	区内の医師会、包括支援センター長会議、ケアマネ連絡会等で栄養支援マップの使い方や意義を説明し了解を得た。在宅で栄養に困っている高齢者は多いので栄養士が活躍してほしい旨の言葉もいただいた。	
	結果評価	クリニックの栄養士が地域から要請を受け、出前講座を開催した。地域高齢者に栄養支援マップの中の栄養士を紹介するなど、橋渡ししてきた。	
課 題		ケアマネジャーからは栄養や食事は二の次となる様子があり、相談はなかなか入ってこない。地域包括支援センターにも配布し、栄養士がいるところなど、窓口を周知したが栄養相談はない。	
その他			

工夫した点	栄養支援マップの表面に地図を載せ、裏面には実際の相談方法や相談の例を掲載した。
-------	---

キーワード：

実施主体	宮前区役所地域支援課	所在地	川崎市宮前区宮前平 2-20-5
電話番号		F A X 番号	
担当者	大谷凡子	E - mail	
H P への連絡先の掲載	可 ・ ■不可		

在宅療養者の方々の 栄養・食事相談承ります！！

2023 年発行

☆在宅療養に関わる皆様へ☆

宮前区栄養マップ



（↓上記マップの一覧表）栄養士による支援ができるものに●がしてあります。但し病院・診療所は要受診。
「医療」は医療保険算定可、「介護」は介護保険算定可、「要契約」は担当の管理栄養士との契約が必要です。

施設分類	マップ内の色分類	施設名・住所	電話番号	栄養士による支援内容															
				窓口担当	訪問栄養指導	外来栄養指導	がん	糖尿病	乳幼児	80歳以上	全所栄養指導	指授会	料理教室	自立支援・栄養面指導	特定保健指導	摘出後の栄養指導	車椅子対応栄養指導		
クリニック	①	鷺沼診療所 有馬1-22-18	855-9977	片貝 医師	介護	医師	●	●	●	-	●	●	●	●	●	●	●	-	
	②	神奈川ひまわりクリニック 宮前平3-3-26	853-7001	野本 医師	-	医師	-	-	●	●	●	-	-	-	-	-	-	-	
	③	宮前平内科クリニック 宮前平2-15-2第2マルチビル	860-4119	志賀 医師	-	医師	-	-	●	●	●	-	-	-	-	-	-	-	
病院	④	かわさき記念病院 瀬谷台20-1	977-8877	佐藤 医師	-	医師	●	●	●	●	●	-	-	-	-	-	-	-	
	⑤	有馬病院 有馬3-10-2	866-3315	川村 医師	-	医師	●	●	●	●	●	-	-	-	-	-	●	●	
歯科	⑥	あおぞらデンタルクリニック 有馬1-1-1鷺沼トライアングル内	857-2112	富士川 医師	-	医師	-	-	-	●	-	-	-	-	-	-	-	-	
包括支援	⑦	老人保健施設 レストア川崎 大蔵2-23-9	777-8910	裏面参照	-	-	-	-	●	-	●	-	-	-	-	-	-	-	
特養	⑧	特別養護老人ホーム わらく橋の丘 野川本町3-1-3	871-7275	鈴木 医師	-	-	-	-	●	-	●	●	●	●	●	●	-	●	
薬局	⑨	薬樹薬局 鷺沼 鷺沼3-2-9鷺沼センタービル1階	871-7275	佐藤 医師	自費	-	-	-	●	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	⑩	薬樹薬局 土橋 土橋3-3-1ドウェー・エ・アコルデビル1号室	862-8910	村瀬 医師		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	⑪	薬樹薬局 宮前平 小台2-4-6宮前平メディカルモール1階	862-6590	黒木 医師		-	-	●	●	●	-	-	●	-	●	-	-	-	
	⑫	薬樹薬局 宮前平2号店 小台2-4-6宮前平メディカルモール1階	870-8925	増城 医師		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	⑬	薬樹薬局 堀ヶ谷 宮崎153-2	870-5121	小泉 医師		-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	
	⑭	日本調剤株式会社 宮崎3-10-3/川崎市川崎区日通町20-1	221-2220	深沢 医師		自費	自費	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	●	-

作成・発行：宮前区・在宅の栄養を考える栄養士の会

【会長】鷺沼診療所 片貝 【副会長】レストア川崎 堀内 本紙への問い合わせは(miyamae.zaitakueiyou@gmail.com)まで

＜ケース別のご提案！ ～支援マップの使い方～＞

ケース	相談内容	問題点	一覧表に対応する支援内容
その1	ケアマネジャーの方が、担当利用者の食量減少のため、栄養状態の確認や相談を希望している	体重減少 栄養状態の悪化 体力低下	訪問栄養指導 外来栄養指導 来所栄養指導 相談会
その2	在宅療養を支援している、訪問看護・訪問介護・通所サービスなど事業所の方が利用者の食事について相談したい	体重減少または増加 食事療法が分からない 食形態に合った調理方法	訪問栄養指導 来所栄養相談 相談会
その3	事業所スタッフの方が、栄養相談会や栄養教室などのイベントに管理栄養士の活用を希望している	栄養士への依頼をどこにしたらよいか分からない	料理教室 地域向け講演講師
その4	医療機関の方が、外来や在宅の栄養指導を管理栄養士に頼みたい	管理栄養士が所属していない	訪問栄養指導 外来栄養指導

施設名	診療・サービス内容	事前予約	受診	メッセージ
①鷺沼診療所	・初診診療 ・外来診療 （内科・皮膚科・泌尿器科） ・専門外来 （糖尿病、肥満、リウマチ）	必要	内容により必要	訪問栄養指導は当院の受診がない方でも、かかりつけ医の指示書を頂ければ実施可能です。糖尿病・高血圧・脂質異常症・アレルギーなどの栄養指導も実施しています。栄養相談は出張で手軽な講演デモンストラーションも行ってまいります。お気軽にご相談ください。
②神奈川ひまわりクリニック	・内科 ・小児科 ・皮膚科 ・アレルギー科 ・美容皮膚科	必要	内容により必要	診察時に医師にご相談ください。内容に応じて対応します。
③宮前平内科クリニック	・内科 ・循環器科 ・呼吸器科 ・消化器科	必要	内容により必要	要事前予約。支援内容によっては要受診、相談の上ご対応します。
④かわさき記念病院	・精神科（認知症外来） ・脳神経内科 ・リハビリテーション科	必要	内容により必要	来院・出張など用途に合わせて、ご相談ください。メール(miyamae@kikkai.jp)およびお電話にてお気軽にご相談ください（責任者：佐藤）。糖尿病・高血圧・脂質異常症・アレルギーなどの栄養指導も実施しています。NST専門栄養士、健康栄養カウンセラーなど幅広い有資格者が在籍しております。遠く機能低下への訪問実施も可能です。
⑤有馬病院	・内科 ・循環器科 ・呼吸器科 ・消化器科 ・整形外科 ・リハビリテーション科	必要	内容により必要	要事前予約。支援内容によっては要受診、お気軽にご相談ください。（責任者：川村）
⑥あおぞらデンタルクリニック	・小児歯科 ・歯科口腔外科 ・予防歯科 ・審美歯科 ・インプラント・矯正歯科	不要	必要	歯科受診時にご相談頂けます。栄養面だけでなく、口腔機能や虫歯など歯科からの視点でのお話もさせて頂いております。お気軽にご相談ください。
⑦老人保健施設 レストア川崎	・入所 ・ショートステイ ・通所リハビリ ・地域包括支援センター ・在宅介護 ・支援センター併設	必要	-	食事や栄養に関する「ちょっと気になること」への相談に応じます。お気軽に下記までご連絡ください。 ・レストア川崎地域包括支援センター：TEL 044-976-9590 ・宮前平地域包括支援センター：TEL 044-872-7144 包括支援センターへ経由でレストア川崎の管理栄養士が伺い致します。
⑧特別養護老人ホーム わらく橋の丘	・入所 ・ショートステイ	必要	-	要事前予約。高齢者の栄養や食べやすい食事、介護者のための介護食相談などを対応致します。
⑨～⑬養樹薬局	・初診専門管理	不要	-	予約不要。管理栄養士がいる時間は、いつでも対応可能です。お薬の持ち時間を使っての相談も出来ます。お客様向けに栄養指導・運動指導・機器測定などのイベントも定期的に開催しています。お近くの店舗まで、お気軽にご相談ください。
⑭日本調剤株式会社	-	内容により必要	-	プライバシーに配慮した相談ブースをご用意しています。体組成計（500円/回）や握力計など各種測定も実施しており、栄養相談では無理なく継続できるよう自宅などお好きな場所から受けられるオンライン栄養相談も可能です！また、地域住民や専門職向けの講演、地域包括ケアシステムにかかる栄養事業のサポートも承ります。まずはお気軽にご相談ください。 【窓口】日本調剤 川崎駅前薬局 認定栄養ケア・ステーション 管理栄養士 深沢（TEL 044-221-2220）

No. 37		食生活習慣改善指導事業（骨粗しょう症検診における個別栄養指導）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		○
	* 該当区分に○印		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	◎
指標と目標値		健康寿命の延伸（平均寿命の伸びを上回る健康寿命の伸び）	
現状と課題		本市では介護が必要となる原因として「骨折・転倒」が多いことから、骨粗しょう症検診で経過観察と判定された方へ栄養指導の勧奨を行ってきたが、指導を受ける方はわずかであったため、骨粗しょう症検診後、同会場で管理栄養士による個別指導を行うこととした。	
事業の目的		生活習慣病、低栄養・フレイルの予防。	
対 象		大阪市骨粗しょう症検診の結果「経過観察」と判定された方等。	
連携機関		大阪市骨粗しょう症検診受託事業者、大阪市健康局健康施策部健康づくり課、大阪市福祉局生活福祉部保険年金課、大阪市福祉局高齢者施策部地域包括ケア推進課	
実施時期		令和3年度～	予算 事業費：15,250千円（令和5年度） 財源 財源：後期高齢者医療広域連合事業受託収入（10/10）
事業内容		本事業は事業委託を行い、高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業として実施している。骨粗しょう症検診会場において「経過観察」と判定された方等に対し、その場で「食生活質問票」（対象者が記入）及び検診結果をもとに委託事業者の管理栄養士による食生活習慣等に関する個別指導を行い（啓発リーフレット配付）、指導終了後は対象者に今後の取り組み内容と実践意欲について確認を行う。継続指導が必要な場合は保健福祉センター栄養士へ引き継ぐこととしている。 令和4年度実績 個別指導数 3,812人 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	令和4年度実績 経過観察と判定された方のうち指導を受けた方の割合 89%	
	結果評価	令和4年度実績 指導を受けた方のうち、食生活改善意欲有の方の割合 81.9% ※指導を受けた方のうち、食生活改善を既に実施していると答えた割合 17.5%	
課 題		現在各個人の経年でのデータ解析等は実施できていないため、栄養指導が骨粗しょう症検診の結果に与える影響について評価できていない。	
その他		受託可能な事業者が少ない	

工夫した点	検診会場で直ぐにアプローチを行うことで対象者の意識変容につながった。
-------	------------------------------------

キーワード： タイムリー・デフォルト・コミットメント

実施主体	大阪市保健所	所在地	大阪市阿倍野区旭町 1-2-7-1000
電話番号	06-6647-0662	F A X 番号	06-6647-0803
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		

食生活質問票

フリガナ
氏名

性別 男性 ・ 女性

生年月日 T・S・H 年 月 日

歳

しつもん

あてはまるところに○をつけて下さい

1	牛乳をどのくらい飲みますか？	(1)ほとんど 飲まない 0	(2)週 1～2回 1	(3)週 3～4回 2	(4)ほとんど 毎日 4	(5)毎日 2杯以上 8
2	ヨーグルトをよく食べますか？	(1)ほとんど 飲まない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2個以上 4
3	チーズ等の乳製品やスキムミルクを よく食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2種類以上 4
4	大豆、納豆など豆類をよく食べ ますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2種類以上 4
5	豆腐、がんも、厚揚げなど 大豆製品をよく食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2種類以上 4
6	ほうれん草、小松菜、チンゲン菜 などの青菜をよく食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2種類以上 4
7	海藻類をよく食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	
8	しらす干し、干し海老など小魚類を 食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1～2回 0.5	(3)週 3～4回 1	(4)ほとんど 毎日 2	(5)毎日 2種類以上 4
9	シシャモ、丸干しいわしなど骨ごと 食べられる魚を食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)月 1～2回 0.5	(3)週 1～2回 1	(4)週 3～4回 2	(5)ほとんど 毎日 4
10	朝食、昼食、夕食と1日に3食を 食べますか？	(1)1日 1～2食 0.5	(2)欠食が 多い 2	(3)きちんと 3食 4		
11	ふだん朝食を食べますか？	(1)ほとんど 食べない 0	(2)週 1日食べる 1	(3)週 2～3日 2	(4)週 4～5日 3	(5)ほとんど 毎日食べる 4
12	主食・主菜・副菜を3つ揃えて食べる ことが、1日に2回以上あるのは、 週に何日ありますか？					
13	生活習慣病の予防や改善(適正体重の 維持・減塩など)のためふだんから気を つけた食生活を実践していますか？					

栄養指導時
指導票

あなたのカルシウム目標量は

mg

あなたがふだん食べている推定カルシウム量は

mg

今後の目標

- | | |
|--|---|
| ☐ 牛乳を飲む | ☐ 小魚や骨ごと食べられる魚を食べる |
| ☐ ヨーグルトやチーズなどの乳製品を
食べる | ☐ 1日3食食べる |
| ☐ 大豆・大豆製品を食べる | ☐ 運動を心がける |
| ☐ 青菜を食べる | ☐ たばこをやめる |
| ☐ 海藻類を食べる | ☐ その他 () |
| | ☐ その他 () |

大阪市食育推進
キャラクター
「たべやん」



大阪市

No. 38		健康づくり普及啓発 ～コンビニエンスストア等における栄養改善啓発 POP 掲示について～		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		野菜料理を1日5皿以上（350g 以上）食べている人の割合 目標値：30%以上（令和12年度）		
現状と課題		本市において、野菜料理を一日5皿以上（350g 以上）食べている人の割合は5.1%（令和2年度）と大変低く、生活習慣病等の受診状況では高血圧や糖尿病などの食生活と関連性の高い疾病が上位を占めている状況である。このため、広く市民に向けた食生活改善啓発の取組が必要である。		
事業の目的		様々な健康意識をもつ市民が、手軽に食品を選択する場であるコンビニエンスストア等において、啓発POPを設置することで商品選択時の意識化を図り、自然と望ましい食行動につながるよう働きかける。		
対 象		市内地域住民		
連携機関		株式会社セブン - イレブン・ジャパン		
実施時期		令和4年6月27日～7月31日	予算 財源	事業費：0千円 財源：食育推進事業
事業内容		1. 企業への趣旨説明と協力依頼 事業の趣旨・内容について説明し、協力可能な場合の流れなどの確認を行う。 2. POPの作成（内容の調整） エリア営業担当者とPOPに掲載する内容について協議、調整しながら作成。 3. デモ店舗での設置 POP案をセブン - イレブンのデモ店舗の陳列棚に設置し、展示状況を確認した営業担当者からの意見を元に最終調整を行う。 4. 営業担当者を通じて市内全店舗（40店舗）へ配付。 5. 店舗での展示状況等について全店舗に事後アンケートを実施 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用したICTツール： 有（ ） ・ ☐ 無		
評価	プロセス評価	・配付店舗40店舗		
	結果評価	・営業担当者より、店舗にもメリットのある内容であったため配付した店舗オーナーからの評判は良く、今後同様の取組にも協力可能とのことであった。 ・事後アンケートの実施が遅くなり、店舗の繁忙期と重複した為回答率が低く、店舗から直接に効果の確認が出来なかった。		
課 題		今回は1企業での実施であったため限定的な取組となったが、より多くの市民への意識付けに繋げるためには、コンビニやスーパー等同業種の他企業にも協力を依頼し市内全域で実施するとより効果的である。 また市民への効果測定方法についても、今後検討していく必要がある。		
その他		令和6年度に規模を広げて実施予定。		

工夫した点	健康づくりを目的とした野菜摂取を促す啓発であり、且つ展示した店舗においては商品の販売促進にもつながるよう、行政・企業双方の利益につながる内容を検討した。
-------	--

キーワード：健康づくり 野菜摂取量 啓発 企業連携

実施主体	明石市福祉局あかし保健所 健康推進課	所在地	兵庫県明石市大久保町ゆりのき通1 丁目4-7
電話番号	078-918-5657	F A X 番号	078-918-5440
担当者	小島 真恵	E - mail	kenkou@city.akashi.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

■セブン・イレブン・ジャパン店舗におけるPOP掲示

①カップデリ(黄色)



②カップデリ(青色)



③野菜スティック(青色)



No. 39		低栄養防止のための媒体作成（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施事業）		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印				
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		・低栄養防止事業による評価指標 ① 体重変化（増加・減少・変化なし）の割合 ②初回訪問で設定した目標の6か月後の達成割合		
現状と課題		・医療費と介護認定に影響を及ぼす健康課題となる心疾患・骨折・脳疾患・糖尿病及び腎症等の重症化予防を行うため、75～81歳で後期高齢者歯科口腔健診や松江市基本チェックリストの結果から対象基準に該当した高齢者に対し低栄養防止事業（6か月で3回の訪問栄養指導）を実施している。 ・事業実施において、訪問栄養指導の同意率が低い（約2割）こと、訪問指導時に使用する媒体が、対象者の多様な低栄養要因や食生活実態に対応しづらいことが課題となっている。		
事業の目的		・対象者の状況に応じた栄養指導がスムーズにでき、さらに指導後の生活で活用できる媒体の作成。 ・作成にあたっては、事業委託事業所の栄養士が所属する「地域活動栄養士の会」に依頼し、媒体として購入できるようにすることで、社会資源の活用を促す。		
対 象		市内の後期高齢者		
連携機関		訪問栄養指導委託事業所（島根県栄養士会他市内事業所）、松江地域活動栄養士の会「山椒の会」		
実施時期		令和4年～令和5年（継続中）	予算 財源	事業費：36千円（リーフレット購入費） 財源：高齢者と介護予防の一体的実施事業費
事業内容		1. 委託事業所との事例検討会による課題の共有 栄養指導スキルの標準化を図るための事例検討会を通して、要因分析や栄養指導の課題を共有し、記録票や媒体の見直しポイントを確認。 2. 「松江地域活動栄養士の会」に媒体の作成依頼を行う 対象者が低栄養状態に至る要因や傾向、低栄養予防のポイント等をわかりやすく掲載を依頼。 （例：適正体重や適切な食生活に関する情報。食生活上での困りごと Q&A 等） 3. 指導媒体の効果的な活用 訪問指導の同意が得られなかった対象者へも郵送。（約100人中1人から訪問希望あり） 通いの場等での健康教育用指導媒体として、市で購入し活用。 地域活動栄養士会会員が講師を務める際、主催者に購入してもらい、教育媒体として活用。 ※ (1) 資料添付： ☒ 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☒ 無		
評価	プロセス評価	・事業開始時は、国のフレイル予防普及啓発ツールを活用していたが、訪問栄養指導に携わる栄養士の声を反映し、松江市の高齢者の実態に合わせたリーフレットを作成することができ、同時に栄養指導スキルの標準化にもつながった。 ・地域活動栄養士の会にリーフレットの作成を依頼し、市が購入することで社会資源の活用ができた。		
	結果評価	・訪問栄養指導によって、体重増加率（R4年度72％）や目標達成率（R4年度52％）、その後の介護度等で成果は見えつつある。 ・「地域活動栄養士会」と対象者の状況を共有しながら、「基本編」に加え、「たんぱく質アップ」「カロリーアップ」「咀嚼・嚥下対応」「便利グッズ」と媒体の種類を増やしている。 ・県内他自治体での低栄養防止事業等でも活用が進みつつある。		
課 題		・効果的な媒体の活用により、栄養指導の成果を上げたい。 ・より早期から低栄養を防止するために、ポピュレーションアプローチにも力を入れていきたい。		
その他				

工夫した点	・高齢者にとってよりわかりやすく、訪問を担当する栄養士自身も使いやすいと思える媒体作成にあたり、社会資源の活用ができたことは成果である。
-------	--

キーワード：低栄養予防・指導媒体社会資源活用

実施主体	松江市健康福祉部健康推進課	所在地	島根県松江市乃白町 32-2
電話番号	0852-60-8174	F A X 番号	0852-60-8160
担当者	飯野 美也子	E - mail	hokenkikaku@city.matsue.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

もっと！おいしく食べるための

營養士訪問

無料



実質士がご自宅に伺って、あなたに合った食事の量や食べ方を指導します。

●あてはまること、あてませんか？



- ・最近、やせてきた
- ・食欲がわからない
- ・栄養が足りているのか気に
- ・かみづみい食べ物がある
- ・重い物に行けない



ぜひ栄養士に
ご相談ください！

ご自宅に用い、食事や健康に関する
ご相談をお受けします。



●直営や提携のSPAで脱衣
内服から、安眠士があらたに
会った直営の直営や直営の
提携し直す。

●半年後の直営目標を決め
目標達成に向けた取り組み
一緒に進みます。

あなたに合った取り組みをご提案
します。



●約2か月以上に身体測定
食生活状況の聞き取りを行い、
数ヵ月間の状況を一緒に追
跡します。



低栄養防止
事業



- ・痩せが健康に影響を及ぼすという意識が低い
- ・咀嚼力の低下は徐々に進み、食べづらいものは自然に排除するため、噛めない、食べづらいという感覚がない
- ・歯科健診の結果と低栄養が結びつかない

松江地域活動栄養士の会
「山椒の会」
作成パンフレット



No. 40		自然に健康になれる環境づくり「くらしき3ベジプロジェクト」			
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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			
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進			○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援			◎
指標と目標値		「くらしき健康プラン」（第三次倉敷市健康増進計画・第三次倉敷市食育推進計画）令和6～17年度 ・一口目に野菜を食べている（ベジわん）人の割合 78% ※前期計画：令和12年度時点 ・よくかんでゆっくり食べている（ベジもぐ）人の割合 69% ※前期計画：令和12年度時点 ・野菜を1日350g以上食べている（ベジもり）人の割合 18% ※前期計画：令和12年度時点			
現状と課題		国民健康保険加入者において「糖尿病・高血圧症」に関連する数値が全国や岡山県に比べて高い状況であり、「急性心筋梗塞や心不全」による死亡が増加するため、重点的な健康課題として位置づけている。地域住民の声も活かし、野菜摂取を切り口とした取組が必要であった。			
事業の目的		健康無関心層への働きかけ強化のため、本事業を通じて環境整備を行うことで健康課題の解決を図る。			
対 象		健康無関心層を中心とした市民			
連携機関		審議会委員所属団体（学校園、大学、J A、食生活改善推進員 等）、スーパー、外食店舗、関係部署			
実施時期		令和3年4月～	予算 財源	事業費：1、479 千円（令和4年度・5年度） 財源：一般	
事業内容		糖尿病や高血圧症等の生活習慣病予防につながる野菜の3つの食べ方「3ベジ（ベジわん：一口目に食べる、ベジもぐ：よくかんでゆっくり食べる、ベジもり：1日350g以上食べる）」を身につけられるような環境を整える取り組み「くらしき3ベジプロジェクト」を、給食・中食・外食・地域という食環境で推進。※（）内は重点的に取り組む年度 1．地域（令和3年度）：食生活改善推進員等の地域ボランティア組織と連携した地域活動での普及啓発 2．給食（令和4年度）：学校園での給食を活用し、「3ベジ」習慣を身につけるための食育を実施 3．中食（令和5年度）：産学官連携による健康イベント「イオンdeくら★けん」を通じた環境づくり 4．外食（令和6年度）：市の認証制度「3ベジ推進店」を立ち上げ、普及啓発することによる事業推進 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： ☒ 有（zoom、Google フォーム、電子申請システム、Instagram 等） ・ 無			
評価	プロセス評価	・各食環境において、「3ベジ」をツールとした食育推進の連携先が増えている。 ・イオン倉敷店、川崎医療福祉大学との産学官連携事業（2回/年）においては、3者でPDCAをふまえた協議を継続してきたことで3者の協働が進み、令和5年度より隔月開催の健康イベント「イオンdeくら★けん」の実施に繋がった。さらに3者ともに参画する関係者が増えている。			
	結果評価	・「イオンdeくら★けん」は全6回で3,000人を超える参加があり、買い物ついでに健康について学べるよい機会（健康無関心層へのアプローチ強化）となっている。 ・保育協議会の食に関する研究として「野菜が好きな子どもになるための取り組み～くらしき3ベジプロジェクトにそって～」をテーマに、市内17園が食育活動に取り組んだ。			
課 題		健康無関心層に向けた環境づくりとして外食産業での展開が望まれているが、マンパワー・予算不足により、持続可能で効果的な展開を図ることが難しい。また、健康課題に対する数値的評価をするには、現段階では取り組み年数が浅く難しいが、質的評価も含め、今後更に検討が必要である。			

工夫した点	・計画に位置づけ、審議会での承認を得、その後庁内関連部署との会議において庁内等での推進方法を検討。審議会や庁内検討会での意見を踏まえ、専門職からなるワーキンググループにおいて推進の方向性や具体的な内容を検討。関連団体や保育所・小・中学校長等へ働きかけを行ったり、大学生との学生会議を立ち上げたりする等、推進に向けての土台づくりに力点を置いて推進。 ・産学官連携や食生活改善推進員とタイアップし、既存事業を活用し、各団体の強みを活かして推進。 ・自然と「3ベジ」が定着するよう馴染みやすいキャラクターを作成、3ベジソングやダンスは関係団体へ作成依頼・完成し推進につながっている。広報誌への掲載等随所で活用啓発している。
-------	--

キーワード：3ベジ、3つの野菜の食べ方、生活習慣病予防、産学官連携、自然に健康になれる環境づくり

実施主体	倉敷市保健所 健康づくり課	所在地	岡山県倉敷市笹沖170番地
電話番号	086-434-9868	FAX番号	086-434-9805
担当者	水川 慶子	E-mail	syokuiku@city.kurashiki.okayama.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

くらしき3ベジプロジェクトを通じた総合的な食育の推進

倉敷市の健康課題（糖尿病・高血圧症）解決に向けて取り組んでいる、野菜摂取を切り口とした自然に健康になれる食環境づくり「くらしき3ベジプロジェクト※」では、国が「健康寿命延伸プラン」において示しているナッジ等を活用し、産学官連携や地域の関連団体等と連携して取り組みを行っています。※3ベジとは、野菜を食べる3つの習慣で、倉敷市が独自に考えた造語。

ベジわん（食事の最初に食べる）ベジもぐ（よくかんでゆっくり食べる）ベジもり（もりもりたくさん1日350g程度食べる）



くらしき3ベジプロジェクト
キャラクター/3ベジちゃん



給食

ナッジをフル活用した働きかけ

事業所給食での
ナッジを活かしたチラシ



中食

産学官が連携した取り組み



商業施設・大学とコラボ！
学生のアイデア力を活かして
若い世代へ向けた啓発を実施★



学生考案の、
足型・お野菜
豆知識を載せたひとくちメモ

外食

「3ベジ推進店」制度化に向けて検討中

地域の関連団体や食品衛生協会等と
制度化に向けて検討中



飲食店で提供する
「3ベジメニュー」のイメージ



地域

地域組織との連携



地域の公民館・学校と
連携して講座を実施



地域のボランティア
（栄養委員・愛育委員）による啓発



デジタル化、SDGsの視点を
取り入れて推進中

倉敷市保健所
健康づくり課



No. 41		乳幼児を対象とした食育		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、 栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた 栄養・食生活支援		
現状と課題		・肥満傾向児の減少（平成 29 年度 5.1%・令和 5 年度 減少） ・朝食をほぼ毎日食べる子どもの割合の増加（平成 28 年度 92.7%・令和 5 年度 100%） ・子どもの食事等について悩みや不安を感じているものの割合（就学前児童）（平成 30 年度 51.2%）		
事業の目的		乳幼児をもつ保護者への情報発信で SNS を活用したり、食育に関わりのある人が地域で食育に取り組みたりするような環境づくりをする。		
対 象		乳幼児をもつ保護者、保育所等		
連携機関		保育所等、子育て関連施設、区役所		
実施時期		通年	予算 財源	事業費： - 千円 財源： -
事業内容		・乳幼児の食に関する教室 区・子育て支援施設で実施 内容：離乳食・幼児食に関する講話・実演・動画など ・保育施設対象の研修 定例で年 3 回実施 内容：基本的生活習慣習得・食育・歯科など ・献立等の配信 ホームページ・Instagram・cookpad の活用 内容：保育所給食献立や食育に関する情報・日々の生活に取り入れやすい料理やおやつ ※（1）資料添付： 有 ・ ☐ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☐ 無		
評価	プロセス評価	・市・各区で実施している乳幼児の食に関する教室の参加者にアンケートを実施し、ニーズに合う教室を模索 ・保育施設対象の研修を、外部講師による講話やグループワークで自分たちでできることを模索するというように変更した。アンケートを行い、次の研修でそれに対する振り返りも行った。（参加保育所数（認定こども園含む）：平均 160 施設/166 施設・アンケート回収率：平均 98.8%） ・献立等の配信について、市のホームページの乳幼児期の食事をアクセスしやすいようにまとめたり、見やすくしたりという工夫を行った。区主体の取組で Instagram や cookpad を毎週更新している。		
	結果評価	・乳幼児の食に関する教室をよりニーズに合うようにし、結果を評価していく予定。 ・保育施設が食育の取組を行っている割合は 100%。実施内容を施設間で共有し、よりよい取組ができるように支援していく。 ・献立等の配信へのアクセス数の推移を追い、評価する予定。		
課 題		・乳幼児をもつ保護者への情報発信、無関心層へのアプローチ ・各保育施設での肥満傾向児の対象者の把握と対策		
その他				
工夫した点				

キーワード：生活習慣病予防・食環境整備

実施主体	北九州市子ども家庭局保育課	所在地	福岡県北九州市小倉北区城内 1-1
電話番号		F A X 番号	
担当者	中山	E - mail	
HP への連絡先の掲載	可 ・ ☐ 不可		

No. 42		食と健康推進事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		・主食・主菜・副菜がそろった食事をとる機会の増加 ・野菜や果物の摂取量増加 ・1日当たりの食塩摂取量 目標量：男性 7.5g 未満、女性 6.5g 未満	
現状と課題		三笠市では、65 歳以上の高齢者が 46.8%と少子高齢化が進んでおり、その中で単身の高齢者の割合は 47.3%である。また、三笠市はかつて炭鉱まちであった歴史的背景から塩分の高い味付けを好む傾向があり、高血圧により服薬している人の割合は 39.4%となっている。このことから、生活習慣病やフレイルへの関心を向上させ、健康的な食生活を普及することが課題である。	
事業の目的		体操を行うことや主食・主菜・副菜がそろった食事を提供することで、高齢者の低栄養やフレイルの予防につなげる。また、高齢者の外出する機会をつくり、社会参加を促す。	
対 象		65 歳以上の三笠市民	
連携機関		各地区市民センター（8 か所）、保健推進員、三笠市連合町内会連絡協議会、岩見沢保健所	
実施時期		令和 5 年 9 月～	予算 財源 事業費：4,766 千円 財源：国民健康保険特別会計負担金
事業内容		各地区市民センターで、管理栄養士考案の主食・主菜・副菜がそろった献立の食事提供を行う。 【事業の流れ】 1. 座った状態で行う体操 2. 月替わり献立の食事提供 3. 献立に関連する栄養講話 4. 提供した献立のレシピを配布 ※ (1) 資料添付 : 有 ・ ☐ 無 (2) 使用した ICT ツール : 有 () ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・衛生管理等の保健所への相談 ・作業工程の構築、献立作成、衛生管理の記録作成 ・保健推進員に開催当日の協力を依頼（盛り付けや配膳等）	
	結果評価	12 月現在までの参加人数（9 月 52 人、10 月 77 人、11 月 44 人、12 月 86 人）	
課 題		外出することが億劫になっている人に対し、どのように参加を促すか。	
その他		参加費：200 円 実施回数：3～4 回/月（各回定員 50 人）	

工夫した点	提供した献立のレシピを配布し、家庭でも栄養バランスの良い食事を実践することにつなげた。（参加者から家で作ってみたとの声があった）
-------	--

キーワード：食育事業、栄養バランス、フレイル予防、社会参加

実施主体	三笠市総務福祉部保健福祉課	所在地	北海道三笠市高美町 444 番地
電話番号	01267-3-2010	F A X 番号	01267-3-2030
担当者	高橋 舞	E - mail	ei yokanri@city.mikasa.hokkaido.jp
H P への連絡先の掲載	☐ 可 ・ ☐ 不可		

No. 43		食に関するアンケート調査を活用した保育園と連携した食育活動の推進		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		かるまい食育推進計画（第2次） 甘い食べ物や飲み物を1日2回以上摂取する割合（3歳） 目標値：49.0%		
現状と課題		・「かるまい食育推進計画」では保育園における取組を記しているが、栄養士が未配置であることから健康づくりの視点での取組が困難である。 ・家庭での食生活や保護者の認識等、子どもたちの望ましい食習慣の形成に向けた食育に必要な基本情報の把握が出来ていない。		
事業の目的		子どもたちの望ましい食習慣の形成に向けた食育活動の推進		
対 象		保育園児の保護者、保育園職員		
連携機関		保育園		
実施時期		調査期間：令和5年6月20日～令和5年6月30日 実施期間：令和5年7月1日～	予算 財源	事業費：95千円 財源：一般財源
事業内容		・保育園定期巡回、保育園担当者会議による情報連携及び職員への指導 ・食に関するアンケート調査の実施（保育園への説明含む）回答140人（回収率100%） ・上記調査*に基づく食育事業の実施 保育園対象：試食会、食事相談会、食育教室、給食展示、レシピ配布・展示等、おやつ作り教室 住民対象：広報で食育特集記事の掲載、食育講演会（地場産・郷土料理伝承） *アンケート結果 ・降園後、夕食までに飲食する子ども：91% ・保育園のない日におやつを2回以上食べる子ども：84% ※（1）資料添付：（有） ・ 無 （2）使用したICTツール：有（ ） ・ （無）		
評価	プロセス評価	・保育園定期巡回 23回、保育園担当者会議 19回 ・試食会2回67人参加、食育教室2回32人参加 ・食育講演会1回、おやつ作り教室1回（3月実施予定）		
	結果評価	・家庭での食生活、保護者の食に対する意識や要望が明確となり、ニーズに沿った食育支援が出来た。 ・保育園と連携して保護者へ食育支援をすることにより、子どもにとって望ましい食事や味付けを職員と一緒に確認でき、食育計画における保育園の役割を確認してもらう機会となった。 ・保育園に関わる多職種が食育に関する共通認識を持ち、同じ目標に向かって専門性を発揮した食育を展開することができた。		
課 題		・間食の内容や摂り方について園と連携した取組が必要。 ・試食会、食育教室等に参加できない保護者への支援。 ・保育士や調理師を対象とした食に関するフォローアップ研修の実施。 ・今後、食に関する情報提供の結果、家庭でどのように活用されているか調査する必要がある。		
その他				

工夫した点	園主導での実施が難しい事業は行政栄養士が中心となり実施した。
-------	--------------------------------

キーワード：保育園連携・幼児の安全安心・おやつ・適塩・郷土料理・誤嚥窒息防止

実施主体	軽米町健康福祉課健康づくり担当	所在地	岩手県九戸郡軽米町大字軽米 2-54-5 (健康ふれあいセンター内)
電話番号	0195-46-4111	F A X 番号	0195-46-2677
担当者	古里 京子	E - mail	kenkouzukuri@town.karumai.iwate.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

▼アンケート調査票

食に関するアンケート調査票

・この調査票はA4用紙の両面あります。
・各設問の回答欄の中から、該当する番号に○または内容を入力してください。

問1 お子さんについてお聞かせします。

(1) 性別
①男 ②女

(2) 年齢（月 日現在）
①0歳 ②1歳 ③2歳 ④3歳
⑤4歳 ⑥5歳 ⑦6歳

問2 お子さんのおやつについてお聞かせします。

(1) 降園後、夕食までに食べたり飲んだりするものがありますか。
①はい ②いいえ

(1-2) [(1)]で「①はい」と答えた方にお聞かせします。
どのようなものを食べたり飲んだりしますか。（○はいくつでも）

①牛乳・乳製品 ②水・お茶 ③野菜ジュース ④果実飲料
⑤炭酸飲料 ⑥乳酸菌飲料 ⑦スポーツ飲料 ⑧コーヒードリンク（ココアを含む）
⑨ご飯（おにぎり等） ⑩せんべい・おかき ⑪スナック菓子 ⑫あめ・ソフトキャンディー
⑬アイス ⑭チョコレート ⑮ガム ⑯クッキー・ビスケット
⑰菓子パン ⑱惣菜パン ⑲洋菓子（ケーキ・ドーナツ・パイ・プリン等）
⑳果物 ㉑和菓子（まんじゅう・どら焼き・団子・みそも等）
㉒その他（ ）

(2) 降園後、「おなかすいた」と食事の催促をされ、仕方なくおやつを与えることがありますか。
①はい ②時々 ③いいえ

(3) 保育園のない日におやつを何回食べますか。
①0回 ②1回 ③2回 ④3回以上

(3-1) [(3)]で「②1回 ③2回 ④3回以上」と答えた方にお聞かせします。
どのようなものを食べたり飲んだりしますか。（○はいくつでも）

①牛乳・乳製品 ②水・お茶 ③野菜ジュース ④果実飲料
⑤炭酸飲料 ⑥乳酸菌飲料 ⑦スポーツ飲料 ⑧コーヒードリンク（ココアを含む）
⑨ご飯（おにぎり等） ⑩せんべい・おかき ⑪スナック菓子 ⑫あめ・ソフトキャンディー
⑬アイス ⑭チョコレート ⑮ガム ⑯クッキー・ビスケット
⑰菓子パン ⑱惣菜パン ⑲洋菓子（ケーキ・ドーナツ・パイ・プリン等）
⑳果物 ㉑和菓子（まんじゅう・どら焼き・団子・みそも等）
㉒その他（ ）

(4) おやつを手作りしますか。
①はい ②時々 ③いいえ

【裏面に続きます】

問3 保護者の方ご自身についてご記入ください。

(1) よく作る料理名を3つ教えてください。

(2) 日常的に郷土料理を作りますか。
①はい ②いいえ

(2-1) [(2)]で「①はい」と答えた方にお聞かせします。
日常的に作る郷土料理の料理名を教えてください。

(3) 郷土町の郷土料理で知っているものはどれですか。（○はいくつでも）

①ひつまみ ②煮しめ ③せんべい汁 ④けんちん汁
⑤かつお ⑥生鮎 ⑦手打ちそば ⑧卵ぱつと・ぱつと
⑨がんづき ⑩てんぼ ⑪串もち（みそもち） ⑫かますもち（きんかもち）
⑬三豆粥 ⑭豆とぎ ⑮へちまごこんご（なべっこ団子・うきうき団子）
⑯どれも知らない ⑰その他（ ）

(4) 誤嚥・窒息事故防止のため保育園等の給食で使用されている食品があることを知っていますか。
①はい ②いいえ

(5) 誤嚥・窒息事故防止のため家庭で気をつけていますか。
①気をつけている ②気をつけていることはない

(5-1) [(5)]で「①気をつけている」と答えた方にお聞かせします。
誤嚥・窒息事故防止のため家庭で気をつけていることは何ですか。（○はいくつでも）

①誤嚥・窒息の恐れがある食品を使用しない ②食物の切り方に気をつけている
③お弁当に入れる食品の種類や切り方に気をつけている
④その他（ ）

(6) 機会があれば参加したい教室等がありますか。（○はいくつでも）

①郷土料理教室 ②野菜料理教室 ③親子料理教室 ④食育フェスタ
⑤おやつ作り教室 ⑥県産物産の教室 ⑦その他（ ）

(7) お子さんの食事について気になる点がありますか。（○はいくつでも）

①好き嫌いが多い ②少食 ③食べ過ぎる ④偏食
⑤おやつ ⑥遊び食べをする ⑦その他（ ）

最後に、保育園の給食や食育等について、ご意見等があれば、ご自由に記入してください。

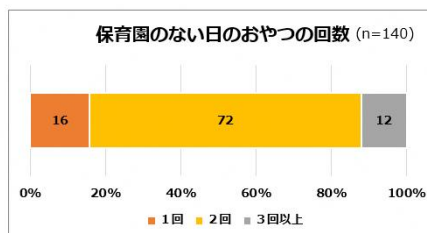
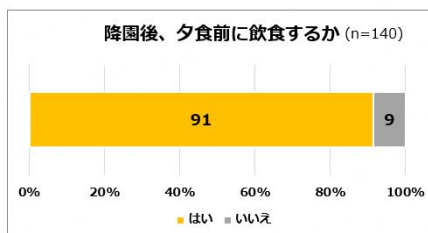
アンケートにご協力いただき、ありがとうございました。

結果①：おやつ

●子どものおやつ

降園後、夕食までに飲食する子ども…91%

保育園のない日におやつを2回以上食べる子ども…84%

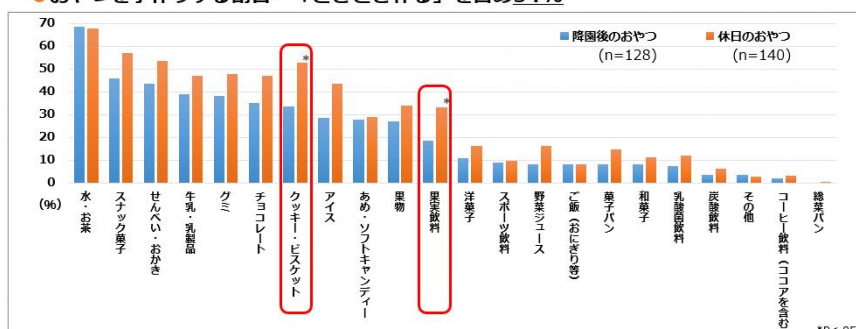


結果①：おやつ

●おやつの種類…登園日と休日ではほぼ同じ

●おやつ摂取割合…「糖分の含まれない飲料（水・お茶）」が最も多く、次いで「スナック菓子」、「せんべい・おかき」の順

●おやつを手作りする割合…「ときどき作る」を含め54%



No. 44		ナトカリを軸とした健康づくり「ナトカリ再挑戦事業」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		特定健康診査（以下、特定健診）時のナトリウムとカリウムのバランスを示す尿中ナトリウムカリウム比（以下、尿ナトカリ比）測定の値が、再測定時に改善されている人が増える。		
現状と課題		登米市は、脳血管疾患による死亡率が県内市町村の中でも高く、特定健診の結果、血圧項目で要医療者が約3割となっていることから、高血圧予防の取組として健診時に東北大学東北メディカル・メガバンク機構の協力のもと、尿ナトカリ比測定を実施している。結果をその場で数値で提示することで行動変容への意識づけに繋がっている一方、4.1未満が良好とされている値が、2022年の結果では、4.0以上の人は62.8%となっており高値の人が多く現状にある。		
事業の目的		尿ナトカリ比がいつでも測定できる環境を設定し、市民が塩分（ナトリウム）と野菜（カリウム）についてより身近に関心を持ち、自らの生活習慣に気づくことにより、適塩や野菜摂取アップを目指した望ましい生活習慣の定着が図られるよう、尿ナトカリ比の再測定及び健康相談を実施する。		
対 象		令和5年度の特健健診で尿ナトカリ比を測定して、値が高値（8.0以上）の人 また、測定値がそれ以下の場合でも測定を希望する人		
連携機関		東北大学 東北メディカル・メガバンク機構		
実施時期		2023年6月～2023年11月 （健診終了後の概ね1～2か月）	予算 財源	事業費： 700千円 財源：市一般会計、国保特別会計
事業内容		・ 特定健診会場で尿ナトカリ比測定の結果、高値（8.0以上）の人へチラシ及び尿容器を配付し、後日測定希望者より電話で日時を予約してもらう。 ・ 当日は、栄養士又は保健師が尿ナトカリ比測定及び血圧測定、健康相談を実施する。 ※（1）資料添付： 有 ・ ☐ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☐ 無		
評価	プロセス評価	健診受診時に対象者に再測定のあることを周知することで、自らがその場で結果を見てタイムリーに適塩、野菜摂取アップに取り組む意識づけに繋がった。		
	結果評価	・ 健診時に値が高値（8.0以上）の人1,217人のうち実施した人 239人（19.6%） 測定値が改善した人 219人（91.6%） ・ 面談時の聴き取りから行動変容が見られた（減塩、野菜を多く食べるようになった）		
課 題		再挑戦に参加した人は、60～70歳代が77%で比較的健康に関心の高い人が多かった。働き世代や健康無関心層の人にも取り組んでいただけるよう、さらに啓発の仕方を工夫していく必要がある。		
その他				

工夫した点	適塩、野菜摂取アップに取り組む意識づけをタイムリーに行うこと。
-------	---------------------------------

キーワード：尿ナトカリ比

実施主体	登米市役所 市民生活部健康推進課	所在地	宮城県登米市南方町新高石浦 130
電話番号	0220-58-2116	F A X 番号	0220-58-3345
担当者	及川 満代	E - mail	kenkosuisin@city.tome.miyagi.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 45		減塩普及啓発事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		【町の健康宣言（健康寿命日本一に向けた県民運動に伴う目標）】 『五城目町は食生活改善運動を展開し、減塩に取り組む家庭を毎年 50 世帯増やします』 【指標】 減塩やうす味を実行している人の割合（第 2 期健康ごじょうめ 21 計画）⇒目標：R15 62.2% 収縮期血圧の平均値（特定健診受診者）⇒目標：R15 男性 130.3mmHg、女性 128.0mmHg	
現状と課題		胃がんの標準化死亡比が男性 141.5、女性 145.1 と高い。（H25～29 人口動態保健所・市区町村別統計） 収縮期血圧の平均値が男性 136.0mmHg、女性 133.1mmHg と県平均より高い。（健康ごじょうめ 21 計画中間評価）	
事業の目的		胃がんや生活習慣病の発症予防のため、減塩に取り組む家庭を増やし、健康寿命の延伸に繋げる。	
対 象		町民	
連携機関		食生活改善推進協議会、地域包括支援センター、生涯学習課、農林振興課、商工振興課	
実施時期		通年	予算 事業費：262 千円の内 財源 財源：一般財源
事業内容		【健康増進のための減塩出前講座】 食生活改善推進員が各地区に出向き、減塩料理の調理実習や講話、みそ汁の塩分濃度測定、味覚チェック等を行う。 【集まりの場における栄養講話】 町内会やサロン等の集まりの場に出向き、情報提供や指導を行う。 【イベントにおける減塩の普及啓発】 五城目朝市や町内イベントにおいて、減塩みそ汁の試食提供等を行い、みそ汁の塩分濃度に関するシールアンケート調査を実施する。 【小学生を対象としたうま味の体験教室】 昆布だし、かつおだしの試飲後、合わせだしを使った具たくさんみそ汁の調理実習を実施する。 【みそ汁の塩分濃度測定】 食生活改善推進員が近隣家庭等のみそ汁の塩分濃度測定を実施する。 ※ (1) 資料添付 : ☒ 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール : 有 () ・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	R4 参加者数（健康増進のための減塩出前講座・集まりの場における栄養講話）：153 名（内新規 80 名）	
	結果評価	減塩やうす味を実行している人の割合（健康ごじょうめ 21 計画最終評価） 48.1% 収縮期血圧の平均値（R4 特定健診受診結果） 男性 135.3mmHg 女性 133.0mmHg	
課 題		若い内から減塩に取り組む家庭を増やすため、若者世代を対象に啓発する機会を増やす。	
その他			

工夫した点	指導媒体や試食品を積極的に用いて、分かりやすく取り組やすい減塩方法の普及を行う。
-------	--

キーワード：減塩

実施主体	五城目町 健康福祉課	所在地	秋田県南秋田郡五城目町西磯ノ目一丁目 1-1
電話番号	018-852-5180	F A X 番号	018-852-5367
担当者	山崎	E - mail	hokenkaigo@town.gojome.lg.jp
H P への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

五城目版あいうえお塩分表
(該当事業の他、役場窓口や3歳児健診等にて配布)

五城目版 あいうえお塩分表									
食塩1gに相当する量を示しています ※食品によって塩分濃度が異なります									
5粒(45g)	1/3粒	85粒(40g)	2/3粒(40g)	1つ(45g)	1/4粒	1粒	1/5粒	50g(41粒)	1粒
1/2粒(4g)	4g	2/5粒	Mサイズ(40g)	1粒	1本	5粒(1粒)	45g	15g	1/2粒(4g)
4粒	1/2粒	3粒(40g)	20g	20g	18g	20g	2粒	1/2粒(4g)	1粒
4粒(40g)	1/3粒(14g)	2粒(40g)	5g	1/2粒	2粒(50g)	3粒(50g)	1粒	1/2粒(3g)	1粒
7.5g未満	6.5g未満	1/6粒	15g	18g	2粒(40g)	3粒(50g)	1粒	1/2粒(3g)	1粒
3.7g	0.8g	1.5g	0.2g	0.5g	1.0g	1.8g	1.5g	2.6g	
濃塩利風だし	ポン酢しょうゆ	濃肉のタレ	マヨネーズ	タチャップ	甲斐ソース	めしつゆ(菜)	減塩しょうゆ	濃口しょうゆ	

うま味の体験教室資料 (小学生向け)

R5.12.27 (水) 氷りしへ

めざせ！うちのみそ汁担当！

～米屋たっぷりのみそで家族の健康寿命をのばそう～

だしをとる

こんぶ
なべにこんぶと茶を
入れて、弱火にかけます。
ぶつぶつしてきたらこん
ぶを取り出します。

かつおぶし
火を止めてかつおぶしを
入れます。(2分くらい)
→かつおぶしを
とる ・ とうらい

みそしるをつくる

やさしいきのこをたくさん入れてみそ汁
を作ります。いつもあまり食べていないや
さいも入れてみましょう！
みそ汁にやさしいを入ると、汁にとけし
た栄養もまるごととることができます。
※1人分のめやす：だし汁150ml みそ 6g

しょっぱさを測る

インスタントのみそ汁
%

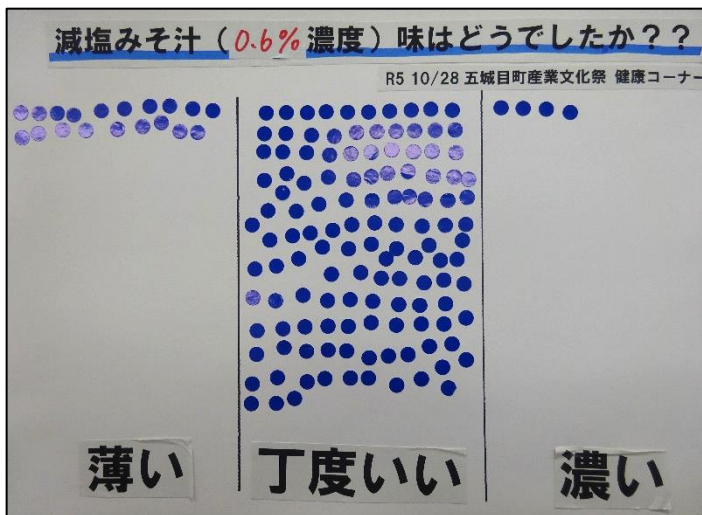
じぶんで作ったみそ汁
%

0.8%以下が目標です！

うま味って？

5つの味の1つです。①甘味→あまい ②塩味→しょっぱい ③酸味→すっぱい ④苦味→にがい ⑤うま味→うまい
だしのうま味を使うことでご飯がおいしくなったり、食塩のとりすぎを防ぐことができます。

みそ汁の塩分濃度に関するシールアンケート調査
(イベントにおける減塩みそ汁の提供)



減塩マップ
(出前講座や栄養講話の実施箇所の記録)



活動写真



No. 46		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）		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		○
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		健康教育・健康相談への参加人数（延べ人数、実人数）、参加者の満足度		
現状と課題		酒田市の高齢者の現状と課題について ・75歳以上の受診勧奨者医療機関非受診率が高く、健康状態が良くないと感じている人が多い。受診勧奨重症化予防の取り組みが必要と考えられる。 ・後期高齢者の健康状態不明者については支援が必要な高齢者が潜在している可能性もあるため把握が必要と考えられる。 ・全年齢を通して生活習慣病に起因する疾病が多く、若い年代からの生活習慣が改善されない、または要医療の人が未治療のまま放置して、その結果重症化につながっているのではないかと考えられる。		
事業の目的		高齢者自身が健康に関する情報を得ることにより、健康づくりの意欲が向上することを目的とする。		
対 象		定期的に開催している通いの場（週1回または月1回）へ参加している高齢者。令和5年度は包括4圏域（6か所）で実施。		
連携機関		高齢者支援課、国保年金課、地域包括支援センター		
実施時期		令和5年4月～12月	予算 財源	事業費： 千円 財源：山形県後期高齢者医療広域連合（委託料）
事業内容		地域支援事業を活用した「いきいき百歳体操」等の既存の通いの場と連携して取り組む。 ・圏域包括の協力のもと選定した通いの場に年に3～4回程度健康教育を行う。健康教育の内容は地域と相談して決める（フレイル及び生活習慣病予防等）。講師は保健師、栄養士、歯科衛生士、運動指導士等。（栄養士は主に講話担当）。 ・1回目に「高齢者の質問票」を実施し、毎回簡単なアンケートを行う。 ・参加者向けに、アンケートや健康教育の内容の振り返りをまとめた「お便り」を作成し、説明しながら配布する（包括）。 ・高齢者の質問票でハイリスク者が抽出された場合は、ハイリスクアプローチにつなげる。 (1) 資料添付： 有 ・ (無) (2) 使用した ICT ツール： 有（ ） ・ (無)		
評価	プロセス評価	・実施地区：6地区 ・実施回数：20回（栄養士による講話は12回。内容はフレイル予防、高血圧予防、フレイル予防、高血圧予防、糖尿病予防、脂質異常症予防、排便について等） ・参加者数：347人		
	結果評価	令和5年度一体的ポピュレーション高齢者質問票による効果（最終回アンケート内容より） ・講座の内容について（満足48%、まあ満足31%、普通17%、未回答4%） ・講座に参加して生活に変化があったか（変化があった12%、少し変化があった56%、あまり変化がなかった19%、変化なかった6%、未回答7%） ※上記のとおり満足度79%講座に参加して生活に変化があった68%という結果を得ることができた。		
課 題		令和6年度は今年度実施以外の6圏域が対象に事業を行う予定。今年度実施した地域が、今後も健康に関心が持てるように、地域の健康課題や特徴等を継続して伝えていくこと。		
その他				
工夫した点		講話の前に寸劇（地区住民・包括・職員によるもの）で概要を伝えた後に講話を行った。		

キーワード：一体的実施、多職種連携

実施主体	酒田市健康福祉部健康課	所在地	山形県酒田市船場町2丁目1-30
電話番号	0234-24-5733	FAX番号	0234-24-5733
担当者	渋谷 恭子	E-mail	kenko@city.sakata.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 47		健康な食環境づくりに向けた料理教室	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		
	* 該当区分に○印		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		大熊町健康増進計画（計画期間：平成31年4月～令和6年3月） ・ 町内に住む町民への食生活支援、肥満者（BMI25以上）の減少（平成29年度男性46.6%を41%に、平成29年度女性30.5%を25%に減らす）、週3回朝食を抜く人の割合の減少（平成29年度8.8%を7%に減らす）、推定食塩摂取量有所見者の減少（平成29年度80.4%を75%に減らす）	
現状と課題		震災以降の大熊町の健康指標は悪化しており、特に肥満と血糖コントロールの問題が顕著である。これらの健康指標の悪化の原因には、震災以降、避難に伴って世帯の分離と地域コミュニティの喪失を経験し生活環境が激変したことや、生業としていた農作業等ができなくなり、身体活動レベルが低下したことと関連があると推察される。 特に町内に住む住民については、生鮮食品を購入できるスーパーマーケットが近隣にない等、食環境の不整備の問題により生活習慣病のリスクの増加、高齢者のフレイルリスクの増加が懸念されている。	
事業の目的		○ 町内で料理教室を展開し、住民のコミュニケーションの機会を作る。 ○ 冷凍食品や乾物等の食材を活用した料理教室を実施することで、買い物不便な地域でも健康的な食生活を送ることができるよう支援する。	
対 象		大熊町または近隣市町村に居住する住民（住民票の有無を問わない）	
連携機関		株式会社サンアメニティ（町内の交流施設「link 大熊」の委託管理者）	
実施時期		令和4年4月～継続	予算 財源 事業費：－ 財源：株式会社サンアメニティが負担
事業内容		・ 町管理栄養士および町民や町出身者等を講師とし、各テーマに合わせた料理教室を実施。 令和5年6月「冷凍食品と乾物で作るバランスの良い食事」、令和5年9月「そば打ち体験教室」、令和5年12月「クリスマスイベントメニュー」、令和5年3月「スイーツ作りとおいしいコーヒーの淹れ方」、令和5年5月「広報レシピで作る春の味覚」、令和5年8月「広報レシピで作る夏野菜メニュー」、令和5年10月「広報レシピで秋の味覚の夕食づくり」 ※（1）資料添付：有・無 （2）使用したICTツール：有（ ）・無	
評価	プロセス評価	料理初心者参加者からは「新しいことにチャレンジする機会がないから新鮮だった」、高齢参加者からは「80歳になっても料理の腕を褒められるのは嬉しい」等の声が挙がった。	
	結果評価	実施回数7回、のべ参加者数57名（10代：1名、20代：15名、30代：5名、40代：9名、50代：16名、60代：7名、70代：2名、80代：1名）	
課 題		住民が現在抱えている食に対する課題を把握するため、アンケート調査を実施したい。	
その他			

工夫した点	幅広い年齢層の町民が参加しやすいように、休日や夜間の開催日を設けた。
-------	------------------------------------

キーワード：健康教育、健康な食環境づくり

実施主体	大熊町役場 保健福祉課	所在地	福島県双葉郡大熊町大川原南平 1717 番地
電話番号	0240-23-7419	F A X 番号	0240-23-7847
担当者	保健衛生係 林 香穂里	E - mail	hoken-center@town.okuma.fukushima.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 48		地域ボランティア団体と連携した食育推進事業～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 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
現状と課題		第2次いしおか健康応援プラン(健康増進計画・食育推進計画・歯科保健計画・自殺対策計画) 学童思春期 朝食を毎日食べている人 現状値 91.0%→目標値 100% 子どもの食生活で好き嫌いをしないように教えている人 現状値 54.6%→目標値 60.0% 子どもの食生活で野菜を食べる様に気を付けている人 現状値 73.1%→目標値 80.0%	
事業の目的		調理実習を通し児童、保護者が食に興味や関心を持ち、その大切さを理解し、自身の食生活を見直すことを目的とする。	
対 象		市内小学校1年生親子 60名	
連携機関		市内小学校、食生活改善推進員	
実施時期		令和5年11月24日	予算 財源 事業費：9千円 財源：食生活改善推進員会計
事業内容		市内小学校1年生親子対象の家庭教育学級実施の際、食生活改善推進員による調理実習を実施し、その後講話を実施。 調理実習：おやつ作り（ヨーグルト白玉） 食育講話：朝食の働き、野菜摂取、間食等について ※(1)資料添付：有・ ☐ 無 (2)使用したICTツール：有()・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	定期的に行っている市内栄養士の会議において、小学校に勤務する栄養教諭から食生活改善推進員に調理実習を実施してほしいと依頼があり、実施に繋がった。	
	結果評価	調理実習終了後、児童からは「家でも簡単なものを作りたい」、「朝ごはんは大切ということが分かった」などの声が聞かれ、保護者からは、「普段忙しく子どもと調理する時間が取れないが、実施してみたい」という声が聞かれた。	
課 題		朝食欠食等、家庭での食生活にはまだ課題があり、引き続き地域ボランティア団体、市内栄養士間で連携し事業を実施していきたい。	
その他			

工夫した点	小学校1年生対象の為手順が簡単なメニューで実施し、事前にレシピを配布し当日スムーズに実習に臨めるようにした。
-------	--

キーワード：

実施主体	茨城県石岡市 健康増進課	所在地	茨城県石岡市杉並 2-1-1
電話番号		FAX番号	
担当者	岡野	E-mail	
HPへの連絡先の掲載	可・ ☐ 不可		

No. 49		糖尿病予防教室		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		栃木市国民健康保険データヘルス計画（第2期）中間評価見直し後の目標値 ・参加者数 50 人・参加者の生活習慣改善率 90%・HbA1c の維持または改善した者の割合 70%		
現状と課題		令和 4 年度国保データベース（KDB）システムより、糖尿病や慢性腎臓病（透析あり）等、生活習慣病の医療費が上位を占めている。また、HbA1c5.6%（糖尿病予備群）以上は 68.4%であり、国や県と比較しても糖尿病予備群以上の割合が高く、年々増加傾向である。		
事業の目的		糖尿病重症化予防のため、糖尿病発症前の介入により、参加者が体験を通して、具体的な知識・方法を学び、生活習慣を見直せるよう行動変容の開始を促すとともに、その定着を図る。		
対 象		40 歳以上の国民健康保険被保険者で、前年度の特定健康診査の結果、空腹時血糖 100mg/dl 以上 126mg/dl 未満かつ HbA1c5.6%以上 6.5%未満の者（治療中の者は除く）		
連携機関		栃木市保険年金課		
実施時期		平成 29 年度～継続	予算 財源	事業費：2,787 千円（令和 5 年度） 財源：国民健康保険特別会計
事業内容		【概要】・糖尿病を予防するための講話・実技 ・生活習慣の振り返り、目標の設定・修正 【令和 5 年度内容】※回数・定員・内容は年度により若干異なる。 ・回数：1 クール 4 回×6 コース ・定員：140 名（2 コース：30 名、4 コース：20 名） ・1 回目から 4 回目の内容 ①体重測定、糖尿病予防講話、栄養士講話（食事バランス等）・食事記録で食生活チェック、目標設定 ②体重測定、健康運動指導士による運動講話・実技、栄養士講話（減塩等）・塩分チェック、目標確認 ③血液検査（空腹時血糖または随時血糖、HbA1c） ※指導評価のため効果測定を目的に検査を実施 ④体重測定、歯科衛生士による歯周病予防講話、目標評価、教室の振り返り、毎年健診受診の勧奨 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	・案内通知だけでなく、申込者が増えないコースは電話勧奨により参加者の増加を図った。 ・グループワークを取り入れ、参加者同士のコミュニケーションを図り、糖尿病予防に対してのモチベーションや仲間意識が高まるよう支援した（コロナ禍で実施困難な時期を除く）。 ・コロナ禍のため栄養講話が実施できなかった際は、代替として個別に食事記録の分析を実施した。 ・生活習慣の振り返りや行動変容の定着のため、食生活や運動、体重等の記録シートを配布し、教室持参時に激励のコメントを記入した。		
	結果評価	・毎年度、アンケートでは食事や運動等生活習慣の大切さに関する意見が多く、参加者の 90%以上が教室内容について理解できた・少し理解できたと回答している。 ・令和 5 年度の参加者は 83 名（60～70 代が 9 割）であり、目標値には達したが定員の約 6 割だった。生活習慣改善率 75.4%、HbA1c の維持または改善した者の割合 67.1%であり、目標値には達しなかったが、アンケートではグループワーク実施による好意見が挙げられ、コロナ禍により講義形式での開催が中心だった昨年度より HbA1c の維持または改善した者の割合が約 20%増加した。		
課 題		・40～50 代の参加が少ないため、参加しやすい日程や回数を検討していくことが必要である。 ・糖尿病予備群以上が増えているため、糖尿病予防について認識してもらえるよう、広くポピュレーションアプローチを行っていくことが必要である。		
その他				

工夫した点	参加者が参加しやすいように 1 クール 4 回を同じ曜日に設定した。
-------	------------------------------------

キーワード：

実施主体 電話番号 担当者 HP への連絡先の掲載	栃木市保健福祉部健康増進課 0282-25-3511 塚田 ☒ 可 ・ ☐ 不可	所在地 F A X 番号 E - mail	栃木県栃木市今泉町 2-1-40 0282-25-3513 kenkou05@city.tochigi.lg.jp
------------------------------------	--	-----------------------------	---

No. 50		特定保健指導		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印				
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		特定保健指導実施率：40%以上 (富岡市健康増進計画・食育推進計画「健康とみおか21（第3次計画）」より)		
現状と課題		本市では特定健診受診者のうち特定保健指導の対象者数は、令和4年度の速報値では338人で、特定健診受診者3,356人中10.1%を占めている。特定保健指導実施率は13.6%で、令和1年度の実施率12.0%と比較すると1.6ポイント上昇しているが、令和3年度までの実施率でみると国より低く、県より高い現状である。		
事業の目的		利用者が生活習慣上の問題点に気づき、生活改善のための取り組みを継続して行うことにより、生活習慣病への移行や重症化を予防する。		
対 象		年度年齢40歳から74歳の国民健康保険加入者のうち、特定健康診査の結果、腹囲が基準以上（男性85cm、女性90cm）またはBMIが25以上でかつ、血糖・血圧・脂質の検査値が一定の基準に該当する人（治療中の者は除く）		
連携機関		健診実施医療機関、主治医、公立富岡総合病院		
実施時期		通年	予算 財源	事業費：39,558千円 財源：特定健康診査等事業費
事業内容		(1)初回面接（保健師・管理栄養士） 生活状況を振り返りながら、スタッフと一緒に自分に合った目標を設定する。 (2)1～3か月間（保健師・管理栄養士・健康運動指導士） 個人の状況やニーズに合わせた方法で生活改善を行えるよう支援を実施する。 ・保健師や管理栄養士等の個別指導、電話等による定期的な支援、郵送での情報提供 ・管理栄養士による栄養指導 (3日間の食事記録を基にした栄養診断、塩分測定、情報提供) ・健康運動指導士による個別運動指導 (3)評価（保健師・管理栄養士） 3か月間の振り返り、今後も継続していくためのアドバイス ※（1）資料添付：有・ ☐ (2)使用したICTツール：有（ ☐ ）・ ☐		
評価	プロセス評価	・特定保健指導対象者数 301人、特定保健指導実施率 25.6%(R6年2月末現在：実施途中) ※現在指導中の人が評価まで終了した場合の実施率		
	結果評価	・1日に5皿以上野菜料理を食べている人の割合(20歳以上) 6.3%(R4)→目標：15%(R10)→30%(R17) ※1皿70g程度 ・運動習慣者の割合（20歳以上）36.1%（R4）→目標：40%(R10)→45%(R17) ・メタボリックシンドローム該当者の割合 17.7%(R4) → 目標 14%(R10)		
課 題		積極的支援の対象者における利用率の増加、効果的で利用しやすい支援方法の検討		
その他				

工夫した点	1回目の勧奨案内を健診結果と同封にし、その後連絡がない人への再勧奨はがきの送付時期を早めた。再勧奨はがきを送付しても連絡がなかった人には、送付から1週間後に電話または再々勧奨はがきで勧奨した。栄養指導や個別運動指導の際に1日1,600kcalの献立や野菜350gの目安、80kcalのおやつ量が分かるフードモデルを展示し、教材を見ながら普段の食生活についての確認、指導を実施した。
-------	--

キーワード：特定保健指導

実施主体	富岡市健康福祉部健康推進課	所在地	群馬県富岡市富岡134-4
電話番号	0274-64-1901	FAX番号	0274-64-1969
担当者	田島 志歩	E-mail	hoken@city.tomioka.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 51		ちょこっとプラスで目指せ！1日分の野菜！		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		なし		
現状と課題		野菜摂取量において、令和元年度健康アンケートでは、若年層・中年層では1日の野菜摂取量が1～2皿（80～160g 程度）である市民は7～8割という結果が出ている。和光市は比較的若い世代・働き世代が多く居住しており、この世代をターゲットにした野菜の摂取についての啓発が必要であると考えた。		
事業の目的		若い世代や働き世代・健康無関心層に対し、手軽に野菜摂取を促せるような啓発を目的としている。野菜摂取量を増やす事は、生活習慣病の予防につながるため、市民の健康の維持・増進を目的に実施した。コンビニエンスストアの野菜商品は100g 程度の取り扱いが多いことから、主食の商品に野菜商品を組み合わせることで1日の野菜摂取量を増やせることの啓発を目的とした。		
対 象		市内コンビニエンスストアを利用する市民		
連携機関		セブン-イレブン市内7店舗（株式会社セブン-イレブン・ジャパン） ファミリーマート市内11店舗（（株）ファミリーマート埼玉リージョン）		
実施時期		令和5年6月19日から可能な限り継続	予算 財源	事業費： 68 千円 財源： 市の一般財源
事業内容		和光市では市内の食に関わる事業者や市の関係課、相談機関等が一体となって食の課題に取り組むことでより良い食環境整備を図ることを目的に「和光市食育推進コンソーシアム」を設置しており、各所で食の課題に取り組んでいる。連携しているスーパーマーケットやコンビニエンスストアでは、これまで、市民を対象とした食に関する情報周知を実施してきた。より対象者に情報が届きやすい周知方法としてコンビニエンスストアの商品プライスレール部分にポップを掲示する手法を取り入れ、令和5年6月19日から掲示を開始した。普段の食事内容に野菜商品1品を加えることで、1日の野菜摂取目標量に近づけることができるという内容とし、おにぎりやパン、具たくさんスープやサラダのコーナーでのポップ掲示をしている。 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用したICTツール： 有（ ） ・ ☒ 無		
評価	プロセス評価	現在も掲示中であるため、今後認知度や効果については、市民アンケート等で評価予定		
	結果評価	現在も掲示中であるため、今後認知度や効果については、市民アンケート等で評価予定		
課 題		今後市民アンケート等の結果から評価し、課題の抽出を行う。また、市内スーパーマーケットでも展開を広げていきたい。		
その他		和光市では、市内の企業や事業者、地域団体が一体となり、食と健康を支援する体制づくりに取り組んでいく和光市食育推進コンソーシアム を設置し、市内の食の課題を共有し、食環境整備に取り組んでいます。		

工夫した点	購入へのハードルを上げ過ぎず、健康無関心層の目に留まるようなキャッチコピー選びをすること、減塩など食べることのマイナスな印象に対し、プラスのイメージにつながるような言葉を選択した。
-------	--

キーワード：健康無関心層 食環境づくり

実施主体	和光市 健康部 健康支援課 （和光市健康増進センター）	所在地	埼玉県和光市広沢 1-5-51
電話番号	048-465-0311	F A X 番号	048-465-0557
担当者	平原	E - mail	d0401@city.wako.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		



わこしよ

©和光市

ちょこっとプラスで 目指せ！1日分の野菜！

和光市食育コンソーシアム

野菜は1日360gとりましょう



おにぎり

100g

+

ちょこっと
プラス



臭だくさんのお味噌汁

100g

+

ちょこっと
プラス



パスタ

100g

+

ちょこっと
プラス



グリーン
サラダ

セブン-イレブン市内店舗



ファミリーマート市内店舗



No. 52		保健衛生委員事業（健康普及員活動）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針	区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	◎
指標と目標値		保健衛生委員としての知識を修得し、地域の健康づくりに役立てるための研修会に参加する。関係団体との話し合いにより、住みよい地域になるように健康の輪を広げる。	
現状と課題		平成 15 年に健康増進法が施行され、国民一人一人が健康の保持増進を図っていくことを法として規定している。また、高齢者の医療の確保に関する法律等により保健事業に関して、市民参加が前提となっている。このため、地域に根ざしたネットワークの構築と情報共有、情報発信、各地域市民相互の情報伝達が求められているため保健衛生委員の活動を通し、健康的な地域づくりの実現を図る。	
事業の目的		健康で住みよい生活環境づくりを自主的に推進するため、各区に保健衛生委員を設置する。	
対 象		・保健衛生委員は、各区における他の役員の選出方法との関連もあるので、それぞれ区の状況に応じ、区が選出するものとし、市長及び区長会長が委嘱する。 （三浦市・区保健衛生委員設置要領による） ・三浦市民（市民講座）	
連携機関		三浦市医師会、食生活改善推進団体三栄会、漁協女性部、横須賀消防局、日本赤十字社、ウォークボランティアみうら、神奈川県立保健福祉大学 等	
実施時期		令和 4 年 4 月 1 日～令和 6 年 3 月 3 1 日	
事業内容		(1) 保健衛生事業の広報活動 健康診査、健康教育、健康相談等の広報 市民まつり等、健康に関するイベントでのボランティア協力	
		(2) 研修会 全体研修会の参加 (3) 地域での実践活動（地域の特色を生かした活動） 市民講座、健康づくり教室・相談 等 (4) その他 地区の皆さんと市役所のパイプ役	
		※ (1) 資料添付 : 無 (2) 使用した ICT ツール : 無	
評価	プロセス評価	保健衛生委員全体連絡会、全体研修会、市民講座、保健衛生委員だより、保健衛生活動の広報・健康に関するイベントでのボランティア活動	
	結果評価	全体研修会 年 7 回「委嘱式、健診・検診について」「和太鼓を使った健康運動～楽しく元気に未病改善～」 「救急について学ぼう！」 「防災食（料理講習会）」 「脳を活性化！お魚ランチ」「ミニ健康ウォーキング」「地域ぐるみの防災・減災」「地域から広げる生活習慣病予防」 等 市民講座「～夜のトイレ困っていませんか？～気になる！頻尿・尿漏れ対策講座」 保健衛生委員だより 年 2 回（67 号、68 号、69 号、70 号） 保健衛生活動の広報・健康に関するイベントでのボランティア活動（みうらかむかむ歯っぴーDay 等）	
課 題		三浦市の全地区に保健衛生委員を配置し、情報の共有を行っているが、地域により活動に温度差があることは否めない。	
その他		健康で住みよい生活環境づくりを自主的に推進するため連絡会を設置する。	

工夫した点	スローガン作成「みんなに つなごう 健康の輪！」 社会情勢に応じた研修会の内容とする。（新型コロナウイルス感染症、防災他）
-------	--

キーワード：健康普及員、ボランティア、研修会、行政機関との連携・協力、健康づくり、街づくり

実施主体	三浦市健康づくり課	所在地	神奈川県三浦市六合 32
電話番号	046-882-1111	F A X 番号	046-882-2040
担当者	管理栄養士 佐藤 志保	E - mail	hoken0301@city.miura.kanagawa.jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 53		園児のやせ・肥満状況調査、個別栄養相談		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		第3次糸魚川市親子保健計画 肥満児の出現率：3～5歳児 H26 現状 4.1%→R 5 目標 2.5%		
現状と課題		肥満傾向児は小中学生も含め増加傾向であり、将来の生活習慣病予防の観点からも生活リズムや食事に関する正しい知識について、子どもの頃からの普及啓発等、継続した支援が必要である。【3～5歳児の現状】●肥満児の出現率：4.1%（H26）→5.1%（R 5）●3食毎日食べている割合：92.6%（H26）→95.3%（R 4）●砂糖入り飲料を週5～7回飲む割合：23.7%（H26）→20.1%（R 4）		
事業の目的		・幼児のやせ・肥満出現状況を明らかにし、栄養状態の把握、給食施設の栄養評価を行い、幼児期からの健康づくり対策の基礎資料とする。 ・対象者に個別栄養相談を実施し、将来の生活習慣病予防のため幼児期からの健康づくりを推進する。		
対 象		・R 5 調査対象者：市内全保育園・幼稚園児 3～5歳児 630 名 ・R 5 個別栄養相談対象者：肥満度＋15%以上児の保護者 32 名		
連携機関		保育園・幼稚園		
実施時期		通年	予算 財源	事業費： 財源： 千円
事業内容		7 月 園児のやせ・肥満状況調査（6月の身長・体重測定値で肥満度算出） 8 月 保護者へ「保育園・幼稚園身体測定結果のお知らせ」を個別配布 肥満度＋15%以上児へは「個別栄養相談のお誘い」を同封 8 月～ 個別栄養相談 1 月 再調査（個別栄養相談対象者の7月～12月測定値で肥満度算出） 再調査実施者へ「個別栄養相談のお誘い」を配布 2 月～ 個別栄養相談 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	前期の個別栄養相談は対象者 32 名のうち 10 名に実施した。園の先生から相談を勧めていただいた方や昨年度からの継続の方もおり、実施率は昨年度に比べ増加したが約 3 割にとどまっている。再調査後に相談を希望する方もいるが、今後も園と情報共有をしながら実施したい。		
	結果評価	R 5 園児の肥満出現率は 5.1%であり、目標 2.5%を上回っている。年齢別では 3 歳児 4.1%、4 歳児 3.0%、5 歳児 7.6%と年齢があがるにつれ出現率は高い。これまでの出現率は 4.1%（H26）→3.5%（H30）6.3%（R 3）で推移しており、年度によって差はあるが、ここ数年は増加傾向である。		
課 題		個別栄養相談実施率と肥満度改善率の向上 指導者のスキルアップ		
その他				

工夫した点	昨年度の個別栄養相談実施率が低かったことから対象者への案内文書を見直した。 対象者にとって有意義な相談となるよう、指導者間で相談の流れや資料の検討を行い実施した。
-------	--

キーワード：小児期からの生活習慣病予防

実施主体	糸魚川市教育委員会事務局こども課	所在地	新潟県糸魚川市一の宮 1-2-5
電話番号	025-552-1511（代）	F A X 番号	025-552-8292
担当者	こども支援室親子健康係	E - mail	kodomo@city.itoigawa.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 54		健やか黒部 減塩&野菜たっぷりプロジェクト	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		○
* 該当区分に○印			
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		第2次健康増進計画 2018年度 → 2028年度 ① 野菜を意識して食べている人の増加 野菜を1日3回以上食べている人の増加 30.3% → 40.0% ② 塩分を摂りすぎている人の減少 汁物を1日2回以上食べる人の減少 34.3% → 25.0% 漬物を1日2回以上食べる人の割合 25.7% → 20.0%	
現状と課題		平成30年度の特健診の結果から、血圧が130/85mmHgの基準値より高い人の割合が県内でワースト2位であり、黒部市国民健康保険加入者の5人に1人が高血圧であることが分かった。 野菜の摂取量がすべての年代で目標値(350g)に達していない。 高血圧予防として減塩・野菜摂取を推進する必要がある。	
事業の目的		市民一人ひとりが健康に対する意識を高めて自身の食習慣を見直し、高血圧などの生活習慣病の予防及び改善を図ることができるよう、減塩及び1日350gの野菜摂取に結び付く取り組みを推進し、健康寿命の延伸に繋げる。	
対 象		市民	
連携機関		黒部市食生活改善推進協議会、市内スーパー、薬局、図書館等	
実施時期		令和2年4月～令和3年3月	予算 事業費：2,087千円 財源 財源：一般財源
事業内容		(1) 食生活改善推進員による普及啓発：地区公民館等でみそ汁塩分濃度測定、野菜と塩分に関するアンケート調査、CATVにて食育番組の放送 (2) 市民公開講座の開催：野菜ソムリエによる野菜の必要性に関する講義 (3) 図書館での企画展の開催：野菜に関する蔵書の展示やオンライン健康セミナーの実施 (4) 「野菜をおいしく食べよう！料理レシピコンテスト2020」開催：応募総数199点の中から選ばれた8名が参加し、レシピ集を作成した。 ※ (1) 資料添付： 有 ・ 無 (2) 使用したICTツール： 有 () ・ 無	
評価	プロセス評価	レシピコンテストのレシピ集を作成し、地区公民館やスーパー等に配布することにより、幅広い対象の方にもアプローチすることができた。 食生活改善推進員の意欲的な取り組みがあり、今後の活動の中でレシピ集を使用した啓発などの継続が期待できる。	
	結果評価	市役所内の食堂にて、レシピ集を参考に考案された野菜たっぷりのメニュー(5品)の販売を期間限定で実施した。1品に関しては、メニューに定着し、現在も販売中。	
課 題		市民公開講座や企画展の参加者の中心は、高齢者が多く、働き世代や無関心層への周知が必要。 プロジェクト自体が単発の実施となっているため、継続的に実施できる取り組み作りが課題である。	
その他			

工夫した点	食生活改善推進員協力のもと、地区住民の減塩や野菜の摂取に対してアンケートやみそ汁塩分濃度測定を実施し、自身の食習慣を振り返るきっかけを作った。
-------	---

キーワード：

実施主体	黒部市健康増進課	所在地	富山県黒部市三日市1301番地
電話番号	0765-54-2411	FAX番号	0765-54-2411
担当者	荒地	E-mail	mami-arati@city.kurobe.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 55		高校生と連携した朝食レシピ集の作成	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針	区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
指標と目標値		＜第二次富士吉田市食育推進計画の評価指標＞ 朝食を欠食する者の減少 高校生 24.7%(R1)⇒15%以下(R6)	
現状と課題		富士吉田市では、食育推進計画策定当初より高校生の朝食欠食率の改善が見られていない。 高校生：H26 年度 15.1%、H29 年度 22.5%、R1 年度 24.7%	
事業の目的		富士吉田市食育推進計画策定当初より朝食欠食率の改善が見られない若年層の底上げを図るため、高校生と協働し、高校生自らが食べやすく食べたいと思う朝食レシピ冊子の制作を行う。制作した朝ごはんレシピ集を活用し、朝食欠食者が多い高校生を中心に広く周知するとともに朝食を食べることの大切さを伝え、高校生の朝食を欠食者の減少を目指す。	
対 象		配布対象：市内高校 1～3 年生 4 校、近隣高校 1～3 年生 1 校、市内中学 3 年生 5 校	
連携機関		NPO 法人かえる舎、富士北稜高校、富士吉田市食生活改善推進員	
実施時期		令和 3 年 4 月～令和 5 年 2 月	予算 財源 事業費： 345 千円 財源：国庫補助金、地方税
事業内容		令和 3 年 4～6 月 ①高校の授業時間にて市栄養士より講義（市の食をめぐる課題について）を実施 令和 3 年 7～12 月 ②高校生有志が集まり朝食レシピ簡易版の作成、市からはレシピへのアドバイス実施 令和 4 年 1～3 月 ③朝食レシピ簡易版の完成、レシピの改善に向けて高校生に配布・意見を聞く 令和 4 年 7～9 月 ④朝ごはんレシピ冊子「Morning Cooking」の作成（調理・撮影・編集・校正） 令和 4 年 10～11 月⑤朝ごはんレシピ冊子「Morning Cooking」の完成・完成報告会の実施 令和 4 年 12～2 月 ⑥各高校・各中学 3 年生に配布、朝食欠食等に関するアンケートの実施 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有(Instagram) ・ 無	
評価	プロセス評価	取組を市民に対して情報発信するため、市のホームページや広報誌に掲載し、並びに新聞や TV に取り上げていただいた。このことにより、朝食を食べることの大切さや栄養バランスの良い朝食について伝え、市民の栄養バランスに配慮した食生活の実践などの意識向上を図った。	
	結果評価	新型コロナウイルスの影響で活動が制限され、調理や撮影などが延期となり、冊子完成までに大幅に時間がかかってしまった。そのため、朝食レシピ冊子を配布してから高校生の反応を確認するまでにあまり時間がなく、朝食欠食率の改善には及ばなかった。今後も、朝食レシピ冊子を広く活用し周知した上で、効果検証していく。	
課 題		冊子配布後に実施したアンケートより、「行動や考えの変化がありましたか？」という質問で、全体の 3 割の人が「変化がなかった」と回答。冊子配布のみでは、朝食を食べるという習慣につなげることは難しく、この冊子を活用しながら朝食を作ってみること・食えることを呼びかける取組が必要。	
その他			

工夫した点	若い世代が食育に関心を持てるよう、朝食レシピ冊子に QR コードを載せ、委託先と市が共同で管理するインスタグラムに朝食レシピの作り方を掲載した。
-------	--

キーワード：高校生が考えた、高校生に食べてほしい朝食レシピ集

実施主体	富士吉田市 健康長寿課	所在地	山梨県富士吉田市下吉田 6-1-1
電話番号	0555-22-1111	F A X 番号	0555-22-0823
担当者	桑原 美樹	E - mail	kenko@city.fujiyoshida.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

Morning Cooking

～富士吉田市内の高校生が考えた、高校生に食べてほしい朝食レシピ～



Morning Cooking

～富士吉田市内の高校生が考えた、高校生に食べてほしい朝食レシピ～

<掲載内容>

- ・朝食の役割、バランスの良い食事
- ・忙しい朝でも短時間で作れるレシピ 5 品
- ・パンのアレンジ紹介 6 品
- ・朝食の定番！納豆のアレンジ紹介を 6 品
- ・朝食とフルーツの関係について

<朝食レシピ集 QR（富士吉田市 HP に掲載）>



彩りおウイミで野菜・野菜たっぷりサラダ

野菜のコロコロ浅漬け丼

材料（2人分・250kcal 塩分5.3g）

白米2膳（白米1膳1.50kg）

きゅうり 5本

なす 5本

トマト 3/2個

納豆 1膳5g

しょうゆ 大さじ1

酢 大さじ1/2

塩 大さじ1/2

砂糖 大さじ1/2

油 適量

おろし金（粗）適量

1. きゅうりとなすをそれぞれ5mm幅に切り、塩をふり、水で洗いぬぐいしんじょうする。2〜3分放置する。

2. トマトは種をヘタを取り取り、5mm幅に切る。

3. 白米の粒を温める。

4. きゅうりとなすを湯水でさらって塩を洗いぬぐい、トマトと白米を混ぜ合わせる。

5. 器に白米を盛り、その上に置く。

No. 56		「めざせ 1 日 80 g ! たんぱく摂ろう会」と協働した食育		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		第 2 次佐久市健康づくり 21 計画		
現状と課題		令和元年度 第 2 次佐久市健康づくり 21 計画 中間評価では、子どもの朝食喫食率や食事バランスの項目等で改善が見られず、課題となっている。（朝食を毎日食べる子どもの割合：H26 策定値 82.3%→R 元 77.3%、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：91.4%→90.9%）また、ここ数年においては、新型コロナウイルス感染症の流行による運動不足や食生活の乱れ等が子どもたちの健康状態に影響していることもわかってきた。 「めざせ 1 日 80 g ! たんぱく摂ろう会」は、令和 4 年 6 月にたんぱく質の価値啓発のため（株）明治、マルハニチロ（株）、伊藤ハム米久 HD（株）が立ち上げた組織であり、佐久市は協働して食育に取り組むこととなった。		
事業の目的		官民連携ならでの充実した食育の啓発により、市民の“食”への関心を高め、“たんぱく質の摂取”といった新たな切り口から、子どもの朝食欠食や食事バランス等の改善につなげること。		
対 象		一般市民		
連携機関		めざせ 1 日 80 g ! たんぱく摂ろう会		
実施時期		令和 4 年度～	予算 財源	事業費：486 千円（たんぱく摂ろう会予算は含まず） 財源：一般
事業内容		（令和 4 年度の取り組み） ①びんびんキラリ☆こども料理コンテスト 市内の小中学生、高校生を対象。たんぱく質がしっかり摂れ、作るのが簡単であり、かつ減塩を意識した主菜料理を募集。受賞作品は学校給食で提供。 ②小学校での食育授業 （株）明治の管理栄養士による朝食とたんぱく質摂取についての授業と調理実習 ③食育イベント“サクッとたんぱく摂ろう Day” 市内商業施設にて、たんぱく質について楽しく学ぶ食育講座とトークショー、スタンプラリー等のイベントを実施 ※（1）資料添付：有・無（2）使用した ICT ツール：有・無		
評価	プロセス評価	①応募レシピ数：6 点、（R5 年度～小中学校給食で提供：約 5,000 食） ②参加者数合計（2 クラス）：児童 51 名・保護者 12 名、（メディア 6 社来校） ③参加者数：トークショー30 名、スタンプラリー300 名、メディア露出：TV6 件・新聞 3 件・Web69 件		
	結果評価	食育授業では「朝食のお茶を牛乳に変えるよう心掛けたい」「食べると体重が増えると思っていたが筋肉がつくなら食べてみようかな」「栄養素を考えて食事をしたことがなかったので親としても勉強になった」などの感想が多く聞かれ、子どもたちの意識の変容につながったと考えられる。		
課 題		事業参加者は市民の一部であることから、今後も課題改善のために食育活動を継続し、効果的な方法を検討していく必要がある。		
その他				

工夫した点	目指せ1日80g！たんぱく摂ろう会との官民連携は初の試みであったため、Web 打合せを綿密に行った
-------	---

キーワード：食育、官民連携、料理コンテスト、イベント

実施主体	佐久市健康づくり推進課	所在地	長野県佐久市中込 3056
電話番号	0267-62-3189	F A X 番号	0267-64-1157
担当者	木内 春奈	E - mail	kenko@city.saku.nagano.jp
HPへの連絡先の掲載	可・不可		

No. 58		野菜いっぱい運動 ふくろいサラダ事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		推定野菜摂取量（野菜摂取レベル）の向上		
現状と課題		日本人の野菜摂取量は目標の一日 350 g 以上に対し一日平均 280 g と不足している状況である。また、若い世代になるほど野菜摂取量が少なく、20 代では一日平均 223 g となっている。（令和元年国民健康・栄養調査結果より）		
事業の目的		健康への興味関心が薄い若い世代（市内の大学生を対象を絞る）に、「野菜を 1 日 350 g 以上摂ること」を啓発するとともに、学食で野菜料理を 1 品提供し、野菜を食べることができる環境を作ること、野菜摂取量を増やし、野菜摂取の意識を高め、自らの健康づくりに役立ててもらうことを目的とする。		
対 象		市内にある大学の学生		
連携機関		袋井市おいしい給食課、ヤタローグループ株式会社タカキュー（学食運営会社）		
実施時期		令和 4 年 4 月～令和 6 年 3 月	予算 財源	事業費：400 千円（200 千円/年） 財源：一般財源
事業内容		①野菜料理 1 品無料提供（月 1 回） 袋井産野菜を中心に使用した野菜料理を数量限定で無料提供し、学生の野菜摂取不足解消及び野菜摂取にする意識向上や地産地消の推進を図る。 ②野菜いっぱいの市内学校給食メニューを学食メニューとして数量限定で販売（6、11 月各 2 日間） 一食に必要な野菜の量を学生に体験してもらうことで、地産地消の推進、野菜摂取の意識を高める。 ③カゴメ(株)ベジチェック®を使用した推定野菜摂取量の測定（年 4 回） 可視化することで、1 日に必要な野菜摂取量をわかりやすく啓発する。 ※（1）資料添付：有・ ☐ （2）使用した ICT ツール：有・ ☐		
評価	プロセス評価	①②③で啓発した学生の延人数は下記のとおりで、多くの学生に野菜摂取について啓発ができた。 多くの学生に啓発ができるようベジチェック測定を令和 4 年度 2 回から令和 5 年度 4 回に増やして実施。 令和 4 年度 1,472 人（内、ベジチェック®測定人数 479 人） 令和 5 年度 1,604 人（内、ベジチェック®測定人数 684 人）		
	結果評価	ベジチェック®測定の結果（野菜摂取レベルの平均値）で比較すると、野菜 350g に相当する野菜摂取レベル 7～8（カゴメ(株)提供）には届いていないが、令和 4 年 4.3 から令和 5 年 4.9 と若干ではあるが野菜摂取レベルの増加がみられた。		
課 題		月 1 回の野菜料理 1 品無料提供やベジチェック測定等の啓発だけでは限界があるため、若者世代に届く方法も検討する必要がある。		
その他				

工夫した点	推定野菜摂取量が可視化できるベジチェック®測定を実施した。結果がすぐに見られるため反応も良く啓発に繋げやすい。
-------	---

キーワード：野菜で若い世代を健康に。ベジチェック測定で推定野菜摂取量の見える化

実施主体	袋井市役所保健予防課	所在地	静岡県袋井市久能 2515-1
電話番号	0538-42-7275	F A X 番号	0538-42-7276
担当者	塚本 ゆみ江	E - mail	ytsukamoto@city.fukuroi.shizuoka.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

No. 59		10か月児の食べる機能健診	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		口腔機能の発達に応じた離乳食を与えることで、適切な口腔機能を獲得できる児を増やす。	
現状と課題		離乳食のつまずきや生活習慣等によって、適切な口腔機能の獲得ができていない児や口腔機能と離乳食の進み具合に乖離があり、適切でない離乳食を与えているなどの課題がある。また、4か月児健診の次の健診が1歳6か月児健診であるため、乳児期における全保護者への育児支援の機会が不足していることが考えられる。	
事業の目的		口腔発達に合わせた離乳食の支援。10か月児に対して離乳食の進み具合や口腔発達の状況を把握し、口腔機能の育成に関する支援を図り豊かな食生活につなげる。また、子育て環境や子へのかかわり方を確認し、必要者へ保健指導を行い、保護者の不安解消の場とする。	
対 象		10か月児～1歳0か月児（全員） ※1歳0か月を超えると健診内容が合わなくなるため、1歳0か月児まで	
連携機関		歯科医師会	
実施時期		R 5. 4 月～	予算 事業費： 2530 千円 財源 財源：一般
事業内容		10か月児全てを対象とした口腔機能の発達や口腔機能に合わせた離乳食の支援を行う。 口腔機能は、生活習慣や食生活、発達が関与するため、歯科職種以外の職種（管理栄養士、保健師）と実施していくとともに、相談の場も兼ね合わせ、保護者の育児支援につなげる。 （1）回数 年 34 回 （2）スタッフ 歯科医師 1 名 歯科衛生士 5 名、看護師 1 名、管理栄養士 4 名、保健師 4 人 （3）内容 健診項目：口腔健診（歯科医師）、フッ化物塗布・口腔指導（歯科衛生士）、座談会「手づかみ食べについて」（管理栄養士）、個別相談（保健師・管理栄養士） 問診票の内容（一部）：・離乳食のかたさはどの程度のものを与えていますか。 ・やわらかく煮た芋の場合、どの程度の大きさにしていますか。 等 歯科医師の所見 ・歯の萌出状況、軟組織異常、口唇形態、舌の動き 等 ※（1）資料添付： 有 ・ ☐ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	4月～11月における受診率は91.9%で、月齢と口腔機能の乖離は約40%の児で確認された。児の口腔発達ではなく、月齢に沿ってガイドブック通りに進めてしまう保護者が多くみられることが分かった。	
	結果評価	口腔機能の発達と離乳食の進み具合に乖離がみられた場合、児に適切な離乳食について、保護者と専門職で検討し継続支援を行った。必要者には訪問し、児の食べる様子や食事の形態を確認した。その結果、摂食量が増え体重の伸びに繋がった事例もみられた。	
課 題		口腔機能の発達と、発達に対して離乳食の状態を判断するためのエビデンスが不足していること。管理栄養士のみで継続フォロー者の口腔機能の発達を判断することが難しいため、歯科衛生士との連携が必須である。また1歳で保育所等に入園するケースも多く、給食について保育所等との連携も検討する必要がある。	
その他			

工夫した点	健診後必ずカンファレンスを実施し、保健師、歯科衛生士、管理栄養士で情報を共有し、その時の対応、その後の対応について検討を重ねる。
-------	--

キーワード：

実施主体	大府市保健センター	所在地	大府市江端町 4-2
電話番号	0562-47-8000	F A X 番号	0562-48-6667
担当者	前田・眞野	E - mail	hkn-c@city.obu.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 60		乳幼児の保護者及び保育所における災害時の食の備えについての取組		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		① 乳幼児をもつ家庭における備蓄等災害への備えの強化、意識向上。 ② 保育所における備蓄の整備（3日分）、災害時の食事提供マニュアルの整備。		
現状と課題		① 市による乳幼児の保護者へ向けた災害時の食の備えについての啓発はあまり実施の機会がなく、また状況把握もできていない ② 保育所における災害時の食事提供への備えは、備蓄食品の内容拡充を図りつつあるが、定期的な提供訓練の実施やマニュアルの整備はできておらず、体制整備が必要。		
事業の目的		① 乳幼児の保護者の防災意識の向上並びに住民に対する災害時の栄養・食生活支援を進める参考資料とする。 ② 保育所給食における災害対策の強化及び保育所職員の防災意識の向上。		
対 象		① 市内保育所0～2歳児の保護者、子育て支援センター・保健センター利用の乳幼児の保護者。 ② 保育所職員（調理員、保育士等）、児童		
連携機関		食生活改善推進連絡協議会、市内公立保育所		
実施時期		令和5年1月～2月	予算 財源	事業費：400千円 財源：市財
事業内容		① リーフレットの配布及びアンケートの実施 リーフレット内容：乳幼児を持つ家庭向けの備蓄のポイント及びレシピ（パッククッキングでの離乳食調理、備蓄食品を活用した料理等）の紹介。市食生活改善推進連絡協議会と共同で作成。 ② 保育所での災害時の給食提供訓練及び検討 保育所備蓄食品（缶入りパン、レトルトカレー等）を用いた給食提供訓練の実施。 訓練の結果を踏まえ、調理・提供、子どもの喫食状況、乳児・アレルギー児への対応、運用やコスト等について保育士や調理員と意見交換や備蓄食品の試食を行い災害時の食事提供について検討。 ※ (1) 資料添付： 有 ・ 無 (2) 使用したICTツール： 有（LOGOフォーム） ・ 無		
評価	プロセス評価	① リーフレット配布数：160部 アンケート回答数：84（回答率：52.5%）Web アンケート方式にしたため、回答しやすい反面、保育所へ直接提出しないことが回収率の低さの一因と考えられる。 ② 給食提供訓練市内8保育所（各2回）。既存の会議に検討の時間を設け、多職種の意見を聞いた。		
	結果評価	① アンケート結果より、乳幼児を持つ家庭における備蓄等、災害時に向けた食の備えの状況や意見を知ることができた。市食生活改善推進連絡協議会の活動の場となり、会員の意識向上が図れた。 ② 給食提供訓練や検討を通して既存の備蓄食品の評価や今後につながる検討ができた。		
課 題		① 災害時への備えの必要性について各種機会を通じた継続的な啓発及び具体的な知識の普及が必要。 ② 保育所職員との定期的な検討や訓練の実施、備蓄の拡充、マニュアルの整備等が必要。		
その他				

工夫した点	保育所における備蓄食品を用いた給食提供訓練とリーフレットの配布を同時期に行うことで、保護者と職員双方へ防災意識を高めるアプローチを行った。
-------	---

キーワード：災害、食の備え、乳幼児、保育所

実施主体	鳥羽市福祉課	所在	三重県鳥羽市大明東町2番5号
電話番号	0599-25-1184	F A X 番号	0599-37-7186
担当者	小林 綾	E - mail	kosodate@city.toba.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

▼配布リーフレット（A5 サイズ8ページ）

赤ちゃん
と
子どもの

災害時の 食の備え Book

近年、日本各地での地震や豪雨の発生や新型コロナウイルスの流行等、災害等が身近に感じられるようになりました。
大きな災害が発生し、ライフラインや物流が停止すると、あらゆる面で日常生活とかけ離れた不自由な生活をしなければならないことが想定されます。
このリーフレットでは、災害時に小さなおさんと暮らすご家庭に必要な食の備えのポイントや備蓄食品を活用したレシピを紹介しています。
いざというときに、大切な命を守るための備えとして活用していただければ幸いです。

R5年1月 鳥羽市食生活改善推進連絡協議会、鳥羽市健康福祉課

～家庭における災害時の食の備えについてのアンケートへのご協力のお礼～
右のQRコードをお読み取りいただき、アンケートへのご回答をお願いします。
所要時間は2分程度です。回答期限：令和5年1月27日（金）

STEP2 おかずを調理してみよう！

ツナじゃが（大人1人分）

ツナ：1/2箱
じゃがいも：100g
にんじん：50g
たまねぎ：75g
しょうゆ：小さじ1
砂糖：小さじ1
水：大さじ1

作り方

- ①じゃがいも、にんじん、たまねぎはひと口に切る。
- ②ポリ袋に①とツナ、調味料を加えて混ぜる。
- ③ポリ袋の空気を抜いて口をきつく縛る。
- ④ザルを入れた鍋に6～7分間程度の水を入れて沸かす。
- ⑤④を入れ、沸騰を待った後火加減で30分煮せしめる。

※煮あがり

***離乳食への展開**

月齢	5～6か月頃	7～8か月頃	9～11か月頃	12～18か月頃
材料	じゃがいも：15g にんじん：10g 水：大さじ1	ツナ(水素)：12g じゃがいも：20g たまねぎ：15g にんじん：10g 水：大さじ2	ツナ(水素)：15g じゃがいも：25g たまねぎ：20g にんじん：12g しょうゆ：砂糖 ：各小さじ1/4 水：大さじ2	ツナ：18g じゃがいも：30g たまねぎ：25g にんじん：15g しょうゆ、砂糖 ：各小さじ1/3 水：大さじ2
作り方	じゃがいもとにんじんのペースト	ツナじゃが	ツナじゃが	ツナじゃが

※調理後は大人と同様の方法でおこなう。各時間に応じた調整は以下を参照。

加熱後の外からつぶし、ペースト状にする。	加熱後の外から粉が残る程度につぶす。	材料は5～8mm角に切りにする。	材料は1cm程度の角切りにする。
----------------------	--------------------	------------------	------------------

2. 備蓄食品活用レシピ

備蓄食品を活用した簡易的な食卓向けレシピを紹介。食べられない備蓄食品も、ひと手間加えればお子さんにも食べやすくなります。

STEP1 アルファ化米を活用してみよう！

ケチャップライス（大人2人分）

アルファ化米(白米)：2袋
魚肉ソーセージ：2本
たまねぎ：100g
コーン缶：50g
油：小さじ2
トマトジュース：190ml
水：150ml
コンソメ：小さじ1
塩：少々

作り方

- ①魚肉ソーセージとたまねぎは7～8mm角に切る。
- ②熱したフライパンに油をひき、たまねぎを炒める。
- ③たまねぎが透き通ったら、アルファ化米、魚肉ソーセージ、コーン缶を加えてひと炒めする。
- ④トマトジュースと水、調味料を加えて全体を混ぜて煮る。弱火で7分程度煮く。
- ⑤火を止めて10分蒸らす。

※アルファ化米以外の材料も日持ちする備蓄食品の食材で作りました。
※お好みでオムライスにしてもいいですね。

スープ雑炊（大人1人+子ども1人分）

アルファ化米(白米)：1袋
水：500ml
お好みのフリーズドライスープ：2袋

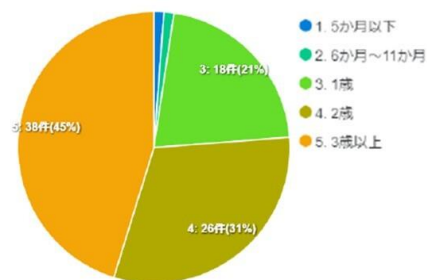
作り方

- ①鍋にアルファ化米と水を入れて弱火で10分煮る。
- ②スープを加えて5分煮る（味が少なければ足す）。

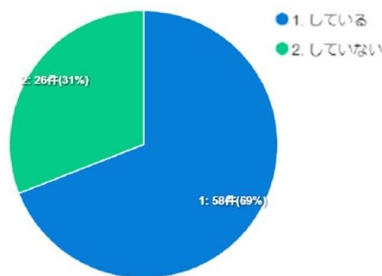
※スープと一緒に煮ることで、アルファ化米特有の食感がとろろ、食べやすくなります。
※水加減と煮る時間を調整し、お好みの仕上がりしてください。

▼アンケート結果

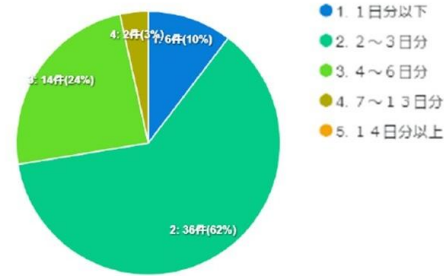
●子どもの年齢



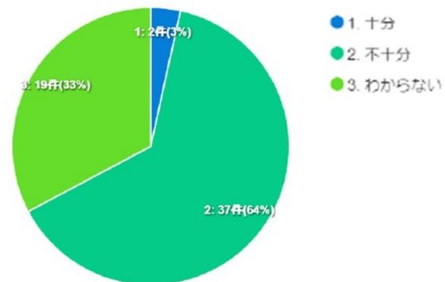
●家庭における備蓄の有無



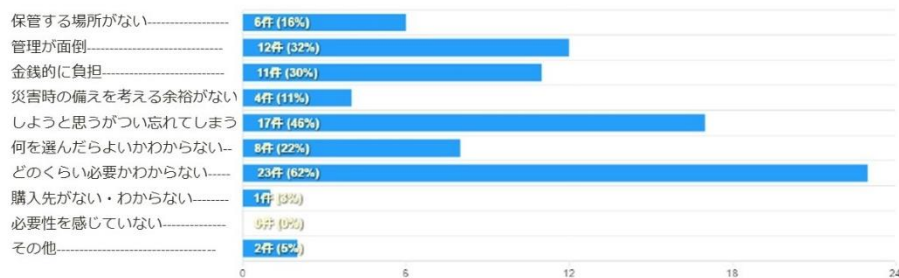
●何日分程度の備蓄をしているか



●備蓄食品等の内容や量は十分だと思うか



●不十分だと思う理由（複数回答可）



▼保育所における災害時等の給食提供についての訓練及び検討

【1日目献立】

- * 缶入りパン
- * ツナコーンシチュー
- * りんごジュース

【2日目献立】

- * レトルトカレー
- * ささみとコーンのサラダ
- * 野菜ジュース

【給食調理員による試食・検討】



【調理の様子】



No. 61		野菜摂取推奨・日野町ランチマップ（健康推進活動啓発事業）		
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		日野町健康づくり・食育計画（第4期） 「野菜をほとんど食べない人の割合の減少」 目標値 10.0%以下 「食生活でバランスのとれた食事に気をつけている人の割合の増加」 目標値 55.0%以上		
現状と課題		【現状】 ・住民アンケートでは、若い世代の野菜をほとんど食べていない（1日1皿以下）割合が高い。 10、20歳代男性 40.9%、10、20歳代女性 21.4%、30歳代男性 23.8%、30歳代女性 18.1% ・住民アンケートでは、ほぼ毎日中食をする人の割合は男性 22.0%、女性 11.0% 【課題】 ・厚生労働省が推奨する1日あたりの野菜摂取量 350g を摂取できている住民の方は少ないので、野菜摂取の啓発と併せて、野菜を食べていただけるきっかけとなるような取り組みが必要である。		
事業の目的		生活習慣病予防・重症化予防のために野菜 350 g 摂取を住民と町内飲食店に啓発し、町内飲食店の野菜使用ランチ（テイクアウトを含む）を情報提供し町民の野菜摂取習慣につなげる。		
対 象		日野町民		
連携機関		日野町商工会、日野旅館料理飲酒組合、町内飲食店		
実施時期		令和3年12月～	予算 財源	事業費： 996 千円 財源：
事業内容		野菜摂取啓発・日野町ランチマップの制作 野菜摂取啓発・日野町ランチマップの配布 健診結果説明会での啓発 日野町健康推進協議会と連携した地域住民への啓発 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ ☐ 無		
評価	プロセス評価	町内飲食店に出向いて、対面で事業を説明することができた。		
	結果評価	町内飲食店・成人式等での野菜摂取啓発・日野町ランチマップの配布 出前講座での啓発 参加者 163 名 健診結果説明会での啓発 参加者 695 名		
課 題		町内飲食店での野菜料理の提供状況を把握できていない。さらなる連携が必要。		
その他				

工夫した点	野菜摂取啓発・日野町ランチマップは、町民の野菜摂取状況、健康推進協議会作成の野菜摂取啓発ポスターを印刷した。
-------	--

キーワード：

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



- | | | |
|--------------|------------------------|-----------------------------------|
| ① れすとらん芭蕉 | ⑤ モスバーガー
フレンドタウン日野店 | ⑩ 日野まちかど感応館 新館
みかく |
| ② 松喜園 | ⑥ ツバメカフェ | ⑪ 近江日野商人ふるさと館「旧山中正吉邸」
食体験レストラン |
| ③ 伊勢市 | ⑦ とんかつえふ | ⑫ 竹友亭 |
| ④ COCO'S 日野店 | ⑧ 古風 | ⑬ 滋賀農業公園ブルーメの丘
まちカフェ |
| | ⑨ らっこや | |

令和元年度 日野町住民アンケートによると

日野町民の約90%が、野菜をじゅうぶんに食べられていないと回答！

毎日、あとひと皿の野菜を
食べるよう心がけましょう！

令和4年3月発行

日野町福祉保健課

〒529-1698

滋賀県蒲生郡日野町河原一丁目1番地

TEL : 0748-52-6574

FAX : 0748-52-6503

E-mail : hoken@town.shiga-hino.lg.jp

日野町健康推進協議会と
共に取り組んでいます。

野菜は、1日に350g以上
食べましょう！



おいしい旬の野菜をたっぷり

日野町内 13 店舗の

ひのベジメニュー

野菜を食べよう!!

を掲載!!



1日の野菜摂取推奨量 350g の 1/3 の
野菜が摂れるメニューのある飲食店をご紹介します！



掲載店舗は、「みんなでつくる滋賀県
安心・安全店舗認証制度」の認証店舗です。

No. 62		減塩効果検証事業	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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		
* 該当区分に○印	重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		
指標と目標値		【長期目標】子どもから高齢者まで減塩等の高血圧予防に取り組み、食生活の変化により、1日の塩分摂取量を減少させ、高血圧患者の比率を減少させる。 【中期目標】減塩モニターに参加し、食生活の変化により、1日の塩分摂取量が減少した市民を増やす。（減塩モニター参加者延べ100人）	
現状と課題		【現状】令和2年度において疾病別標準化レセプト比高血圧性疾患1.22と近隣市と比較して高値である。また要介護認定時の要因疾病第1位が高血圧性疾患（9.1%）、特定健診受診者のうち高値血圧以上が58.5%、塩分に気を付けて食事をしている人の割合が50%、特に20～40代男性で30%と低い。 【課題】近隣市と比較すると高血圧性疾患が多く、若い世代ほど減塩に対する意識が低い。	
事業の目的		市民の健康課題が高血圧であることが判明したことに伴う減塩の取組として、測定器使用による効果検証を実施し、検証結果から得られた具体的な減塩の取り組み内容を栄養指導や啓発等に活用する。	
対 象		健康教室（高血圧予防）参加者、食生活改善推進員養成講座受講者、市職員	
連携機関		無し	
実施時期		令和4年4月1日～令和5年3月31日	予算 事業費：499,400円 財源 財源：一般財源
事業内容		【減塩モニター】：1週間（3日間は普段通り、4日間は減塩取組み）毎朝の尿から塩分摂取量を測定。 ①減塩モニター募集 ②実施前面談 ③減塩モニター実施 ④実施后面談 ⑤結果分析 ⑥取り組みやすい項目を啓発 【尿ナトリウム比測定】：前日の食事のナトリウムとカリウムのバランスを尿で測定。 ①ナトリウム計の活用 ②測定結果の返却（2.0未満：非常に良いバランス、2.0以上4.0以下：よいバランス、4.1以上：バランスに注意） ③野菜摂取の啓発 ④結果分析 ※（1）資料添付： ☒ 有 ・ 無 （2）使用したICTツール： ☒ 有（YouTube） ・ 無	
評価	プロセス評価	減塩モニター実施者（新規）：26人（男性7人、女性19人） 尿ナトリウム比測定：延べ106人（健康教室参加者77人、食生活改善推進員29人）	
	結果評価	【減塩量】全体26人：平均1.65g減少、うち男性7人：平均1.04g減少、女性19人平均1.87g減少 減塩の取り組みにより逸脱者（食塩摂取目標量より2g以上多い者）14人中10人が2g以上減塩できた。 【尿ナトリウム比】全体106人 2.0未満（8人）2.0以上4.0以下（44人）4.1以上（54人） 実施者のうち、4.1以上が食生活改善推進員で約4割、健康教室参加者は約6割であった。	
課 題		「減塩モニター」は尿中カリウム排出量が多くても高値となるため、野菜や果物などカリウムの多い食品を多く摂取すると数値が高値となってしまう。対策として尿から塩分とカリウムの摂取バランスが分かる「尿ナトリウム比」をナトリウム計で測定し、塩分と野菜摂取のバランスを見る目安とする。	
その他		本事業は高血圧制圧のまちプロジェクト内の事業の1つとして実施した。令和4年度での機関連携はなかったが、以前は保健所や地元企業2社と連携し、実施した。	

工夫した点	参加者募集のために窓口でのチラシ設置、イベント、SNSを活用した啓発を実施した。野菜摂取・減塩レシピ動画の啓発を行った。
-------	--

キーワード：減塩 高血圧予防 チャレンジローソルト 毎日食べるベジタブル

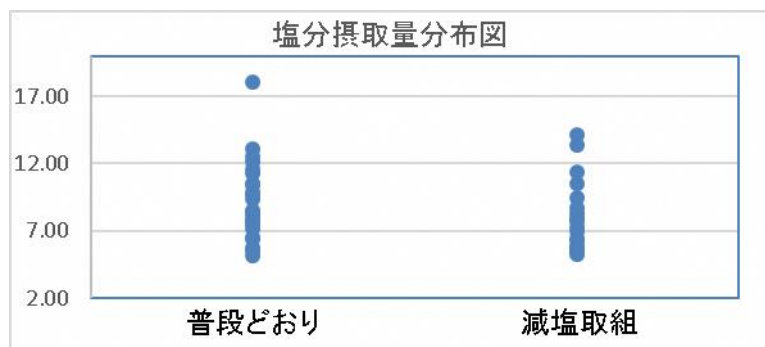
実施主体	福知山市福祉保健部健康医療課	所在地	京都府福知山市宇内記13番地の1
電話番号	0773-23-2788	FAX番号	0773-23-5998
担当者	絹川、澁谷、田辺	E-mail	kensui@city.fukuchiyama.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

減塩モニター参加者の減塩取り組み結果

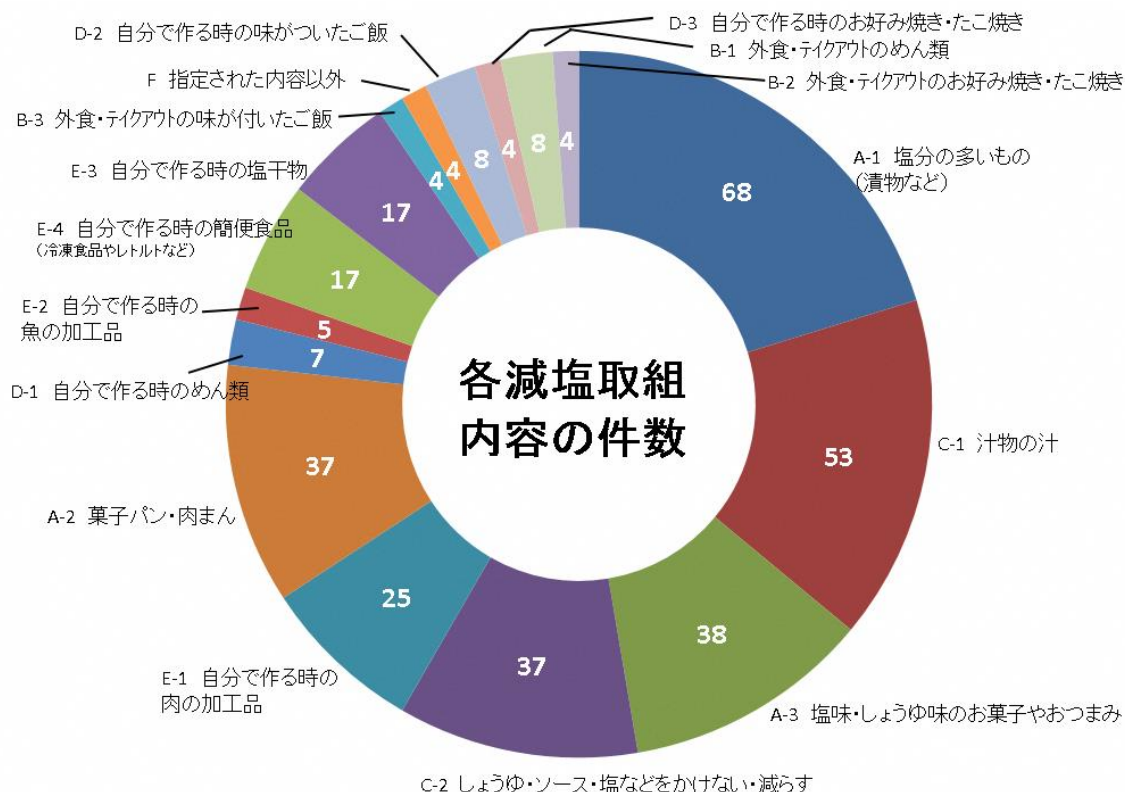
1 参加者 26 人

2 塩分摂取量の比較

	平均塩分摂取量
普段通りの食事	9.13g
減塩取り組み日の食事	7.48g
(普段ー減塩時)	1.65g



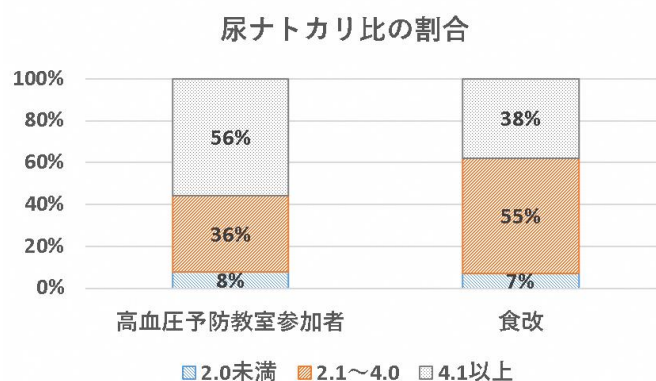
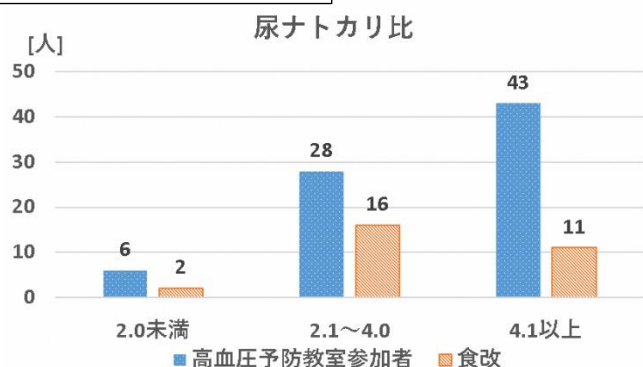
3 減塩取り組み内容



多くの人が取り組まれ、「取り組みやすく継続も可能」と感想をいただいた内容

- 1位:塩分の多い漬物を食べない
- 2位:ラーメンや味噌汁などの汁物の汁を残す
- 3位:塩分の多いお菓子やおつまみを減らす
- 4位:菓子パンを減らす、しょうゆ・ソース・塩をかけない

尿ナトリウム比測定結果



教室参加者は、「注意(4.1以上)」が6割と、ナトリウム摂取が多い(カリウム摂取が少ない)傾向が見られたが、食改は、「注意」が4割と、教室等参加者に比べてカリウム摂取が多くバランスがよいという傾向が見られた。

No. 63		関係機関と連携した災害時の健康を支える食育の推進		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の割合 30%以上（令和 9 年度）		
現状と課題		・ 第 2 次三田市食育推進計画（令和 5 年度～令和 9 年度）において、新たに施策の方向として「災害時の健康を支える食育」を位置づけている ・ 日ごろから非常用持出品の準備や備蓄など災害への備えを行っている割合：36.2% ・ 家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の割合：未把握（兵庫県現状値：9.8%） ・ 危機管理担当部門との連携が希薄		
事業の目的		・ 家族構成や家族の健康状態に応じた非常用食料などの備蓄状況の把握および周知啓発 ・ 危機管理担当部門との連携強化		
対 象		①食育の推進者（就学前施設、小学校、関係団体、行政等）、住民 ②③住民		
連携機関		①相愛大学、JA 兵庫六甲、コープこうべ第 4 地区本部、三田地域活動栄養士の会、三田市いずみ会（食生活改善推進員）、危機管理担当部門、明治安田生命保険相互会社 他 ②三菱電機電気三田製作所、コープ三田西店、三田地域活動栄養士の会 ③兵庫県栄養士会、コープ三田西店		
実施時期		①令和 5 年 9 月 8 日 ②令和 5 年 10 月 14 日、10 月 29 日 ③令和 6 年 2 月 16～22 日（アンケートは 2 月 18, 19 日の実施）	予算 財源	事業費：150 千円 財源：一般財源
事業内容		①食育シンポジウムの開催 ・ 第 2 次三田市食育推進計画（令和 5 年度～令和 9 年度）の基調講演 ・ 「災害時の健康を支える食育」をテーマに関係団体によるディスカッション ・ 危機管理担当部局および食生活改善推進員の展示 等 ②地域イベントへの食育ブースの出展 三菱電機オータムフェアおよびコープフェスタにおいて、備蓄の必要性を啓発するためのシールラリーおよび備蓄状況に関するアンケート等を実施 ③兵庫県栄養士会と市内小売店と連携した災害時の健康を支える食育の啓発 ・ フレイル予防と災害時の健康を支える食育の啓発およびアンケートを実施 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ WEB フォーム ） ・ 無		
評価	プロセス評価	・ 食育推進会議、食育推進庁内幹事会の開催および関係者との個別ミーティングを実施 ・ 広報誌、市 HP、校長会および園長会、就学前教育施設へのチラシ配布等を通じて事業周知		
	結果評価	・ 食育シンポジウム参加者 73 名、地域イベントへのブース参加者延べ 334 名 ・ 家族構成や家族の健康状態に応じて非常用食料などを備蓄している世帯の割合：17.1%(10/14, 2/18, 19 実施分)		
課 題		地域イベントは住民と直接接する貴重な機会であるが、事業のアウトカム評価を行うことが難しい。		
その他				

工夫した点	庁内外の関係者と綿密な調整を行った上で実施。子どもから大人まで楽しみながら備蓄について考えるためのツールとしてシールラリーを作成した。
-------	---

キーワード：災害時の健康を支える食育、備蓄、連携、協働

実施主体	三田市健康増進課	所在地	669-1514 三田市川除 675 総合福祉保健センター内
電話番号	079-559-6155	F A X 番号	079-559-5705
担当者	永松、伊吹	E - mail	Kenkou_u@city.sanda.lg.jp
HP への連絡先の掲載	☒ 可 ・ 不可		

おおあめ ふ でんき みず びちく
大雨が降って電気と水がとまっちゃった❗️備蓄シールで“こまった”をのりこえよう！

あかちゃんが、おなかをすかせて泣いているよ

しょくもつ 食物アレルギーがあつたまごで卵がたべられないよ

おじいちゃんがたべものをのみこもうとして、ゴホツゴホツとむせちゃった

ふあん 不安なきもち…あまいものでホツとしたいなあ

こんなときこそ栄養 たっぷり！バランスのいいごはんをたべよう

つかいすてのお皿とコップがない！お皿をよごさないようにたべるにはどうしたらいいかな

みず 水がつかえないから、おなべをよごさずに料理したいな

キッチンのコンロがつかえない❗️どうやって料理しようかな？

たべものがくさらないよう、はやめに料理してたべちゃおう！

て 手がよごれちゃった❗️どうやってきれいにしよう？

のどがかわいたなあ のみものはどこかにあったかな？

はじめてたべるものはちょっとたべにくいなあ…いつもたべているものならたべやすいね

びちく 備蓄でたくさんの“こまった”をのりこえたよ！
おうちの備蓄はどうか？家族にあわせた備蓄についてみなおしてみてね

三田市健康増進課

こたえ おおあめ ふ でんき みず びちく
大雨が降って電気と水がとまっちゃった❗️備蓄シールで“こまった”をのりこえよう！

災害が起り、物流機能が停止すると、特別に配慮が必要な方への食品は手に入りにくい可能性があり、平時から2週間分を備蓄することが推奨されています。

ストレスがたまると食欲がわかないことも。特に小さなお子さんがある場合は、食べなれたお菓子があつと安心できます。

偏った食事が続くと下痢や便秘、口内炎につながります。備蓄も「主食・主菜・副菜」の揃った栄養バランスを意識しましょう。

ミルク・ベビー用品

食物アレルギー対応食品

とろみざい

おかし

主食・主菜・副菜

耐熱のポリ袋(高密度ポリエチレン)に、食材と調味料を入れて湯煎すると鍋を汚さず調理でき、お米を炊くこともできます。お鍋でごはんを炊く体験もしておくと安心です！

カセットコンロとセットで必ずガスボンベも多めに備えておきましょう！

ラップ

バッククッキング

カセットコンロ

ろうこのたべもの

水道が止まると手や食器、調理機材を洗うことができません。ポリ袋、ラップ、ウェットティッシュの他にも、使い捨て食器や使い捨て手袋なども備えておくと安心です。

飲用の水は1日3リットル×人数分×3日以上備蓄しよう。お米を炊いたりお料理にも使えます。

冷蔵庫は、停電後もドアを開けなければ2～3時間は保冷されます。ドアの開閉を減らしたり、凍らせた保冷剤等やペットボトル飲料があれば、冷蔵庫の1番上の棚に移すと、冷気が上から下に下りるため、冷気を保つことができます。停電が続く場合は、傷みやすい生鮮食品から調理しましょう。

日持ちのする食品を消費しながらストックする方法です。食べなれた食品ならいざという時も食べやすい！体調をくずしたときにも活用できます。

ウェットティッシュ

みず

ローリングスティック

三田市健康増進課

No. 64		糖尿病性腎症重症化予防事業		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		
* 該当区分に○印				
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		第2期紀の川市国民健康保険データヘルス計画 最終目標 受療率 70% (R5 年度) 前年度保健指導利用者の HbA1c の改善・維持率 65%		
現状と課題		特定健診結果では HbA1c5.6 以上の有所見割合が半数以上を超えている。糖尿病の発症予防、早期発見および重症化予防のために、早期段階から適切な受療勧奨が必要となる。さらに、受療に至った対象者が、継続して治療および生活改善に取り組めるように、保健指導も含めた事業展開していく必要がある。		
事業の目的		・糖尿病性腎症のハイリスク者に対して受療勧奨を行うことで、重症化を予防し腎不全や人工透析への移行を防ぐことを目的とする。		
対 象		特定健診受診者で空腹時血糖値 126mg/dl 以上または HbA1c6.5 以上※1 型糖尿病の者を除く ○受診勧奨 ・特定健診の問診及びレセプトデータから医療機関未受診者 ・特定健診未受診者の内、治療中断者 ※高血圧・脂質異常等生活習慣病で治療をしている者を除く ○保健指導 ・新規：糖尿病治療中かつ医療機関で市の保健指導が必要と判断された者 ・継続：前年度に開始した者の継続支援		
連携機関		那賀医師会、保健指導委託医療機関		
実施時期		R4.4 月～R5.3 月	予算 財源	事業費： 510 千円 財源：国民健康保険事業勘定特別会計
事業内容		○医療機関未受診者・治療中断者 ・特定健診結果及びレセプト状況より対象者を抽出し受診勧奨の案内送付。送付 3 か月後にレセプト確認し、未受診者へは電話や訪問にて勧奨実施 ○医療機関受診者に対する保健指導 ・特定健診結果及びレセプト確認後対象者を抽出し保健指導の案内を送付。 ・保健指導参加者には、委託医療機関にて 3 か月間の継続支援（1 回目：対面、2 回目：電話、3 回目：対面）を実施。委託医療機関での保健指導概ね 3 か月後、半年後に市の管理栄養士による継続支援実施。保健指導報告書はかかりつけ医に随時報告。 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	受診勧奨：69 名 治療中断者への受診勧奨：7 名 R3 年度保健指導した者（5 名）の 1 年後の HbA1c の維持・改善率		
	結果評価	・受療率：69.7% ・HbA1c の維持・改善率：100%		
課 題		糖尿病の患者数は増加しています。そのため引き続き受診勧奨を行うとともに、重症化を予防するために保健指導の利用者数を増やしていく。		
その他		那賀圏域会議を 2 回、委託医療機関との意見交換会を 1 回、研修会を 1 回実施		

工夫した点	・勧奨通知に受診対象者には受診結果連絡票、保健指導対象者には保健指導依頼書を入れた医療機関様封筒を同封することで、受診行動の促進と保健指導の参加者（R4 年度 35 人）を増やすことができた。 ・保健指導では医療機関での指導3か月後、1年後に生活改善の継続支援を実施することで HbA1c の維持・改善に繋がった。また、かかりつけ医に保健指導実施報告書を提出することで対象者への指導や取り組み状況の共有ができ、双方から対象者をサポートすることで、対象者のモチベーションを維持することができ、HbA1c の維持・改善に繋がった。
-------	--

キーワード：

実施主体	紀の川市役所	所在地	和歌山県紀の川市西大井 338 番地
電話番号	0736-79-3134	F A X 番号	0736-79-3134
担当者	岡田 佳子	E - mail	Okada-003@city.kinokawa.lg.jp
HP への連絡先の掲載	◎ ・ 不可		

No. 65		ひえづっこ元気もりもり教室（小学校出前講座）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印 重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」	行政栄養士の基本指針		区分
	(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
	(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	
現状と課題		第2期データヘルス計画に基づき、年代に合わせた生活習慣病予防教室として小学生を対象に実施。	
事業の目的		生活習慣病は長年の生活習慣の積み重ねにより発症するため、「塩分摂取と健康」について学びを深めることで自分の健康状態に関心を持ち、健康的な生活習慣について考えるきっかけとする。	
対 象		小学校6年生（2クラス）	
連携機関		小学校	
実施時期		1回目：令和5年7月12日 2回目：令和5年9月19日	予算 財源 事業費：79千円 財源：一般財源
事業内容		・保護者の同意を得て、事前に対象児童の自宅で採取した尿を小学校に提出してもらい、ナトカリ比測定を実施。 ・1回目の講座で、生活習慣病には健康によくない生活習慣が関わっていることを知り、病気を予防するために自分ができる塩分摂取の工夫を考えることをめあてに、保健師が生活習慣病について、栄養士が上手な塩分に摂り方について講話。尿検査の結果を児童に配布。 ・「減塩のコツにチャレンジしよう」をテーマに、夏休みの取り組みを実施。 ・2回目の講座で、1回目の振り返りを保健師が実施。夏休みに取り組んだ内容について発表してもらい、発表に対して栄養士がコメントを行い、減塩の工夫について講話。 ※（1）資料添付：有・ ☐ 無 （2）使用したICTツール：有（ ）・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	ナトカリ比測定や夏休みの取り組みを行ったことで、子どもをとおして家族（大人）も一緒に生活習慣や塩分摂取について意識してもらう機会となった。	
	結果評価	夏休みの取り組みでは、実際に自分で料理を作ったり、商品の栄養成分表示を比較したりと、頑張った姿が伺えた。生活習慣病予防事業への参加が少ない子育て世代に、普段の生活を振り返ってもらう機会となり、家族で健康について意識してもらうきっかけになると考える。	
課 題		実際の塩分摂取量を提示することが難しい。 小学校の協力がなければ、事業実施が難しい。	
その他			

工夫した点	夏休みの取り組みを行うことで、塩分摂取についての意識づけがより強く行えた。
-------	---------------------------------------

キーワード：

実施主体	日吉津村役場 福祉保健課	所在地	西伯郡日吉津村日吉津 872-15
電話番号	0859-27-5952	F A X 番号	0859-27-0903
担当者	段塚万琴	E - mail	dantsuka@vill.hiezu.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	☒ 可 ・ ☐ 不可		

No. 66		健康長寿は食事から「低栄養の予防・早期発見」		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		○
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合の減少（第2次新見市健康増進計画）		
現状と課題		現状：高齢化率は43.2%（令和5年3月末現在）で増加を続けている 低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者は、健康診査受診者の約2割 課題：高齢夫婦世帯や高齢独居世帯が増加する中、食生活において栄養バランスの偏り、低栄養、孤食化など様々な課題が生じていることから、健康寿命延伸のためにも低栄養予防及びフレイル予防について情報提供を行う必要がある		
事業の目的		高齢者の食の現状を把握すること、現状から見えた課題解決の手がかりとして、手ばかり栄養法を用いて適切な食べる量と栄養バランスの普及啓発を関係団体と協働して行うことを通して高齢者の低栄養及びフレイル予防を図ること		
対 象		市栄養改善協議会員、地域の通いの場（サロン等）への参加者等		
連携機関		新見市栄養改善協議会、備北保健所新見支所		
実施時期		令和3年度～	予算 財源	事業費：695千円 財源：一般財源
事業内容		令和3年度：現状把握 ・健康教室等で通いの場に出向いた際に60歳代以降の参加者に「高齢者の食に関するアンケート」を実施し、高齢者の食に関する現状把握、問題点等を取りまとめる 令和4年度：人材育成・普及啓発 ・アンケート結果をもとに、栄養委員を対象に低栄養を予防するために摂取して欲しい食品と量、効率的に摂取するためのポイント等について手ばかり栄養法を学ぶ研修会の開催 ・食品の摂取状況を確認するための「食品チェック表」の作成 令和5年度：普及啓発 ・栄養士が通いの場等の健康教室に出向いた際に低栄養及びフレイル予防についての講話を行う ・栄養委員が研修会で学んだ内容や食品チェック表を使用し、地域住民へ低栄養及びフレイル予防についての伝達講習を主体となって行う ※（1）資料添付：有・無 （2）使用したICTツール：有（ ）・無		
評価	プロセス評価	・健康教室利用の啓発や低栄養予防についての内容をサロン等で入れてもらうように呼び掛けた ・栄養委員が主体となった伝達講習の実施や地域にあった内容を啓発できるように栄養委員研修会を行った		
	結果評価	・高齢者の食に関するアンケート(R3)を159人に実施した結果、男性の約1割、女性の約2割がやせ傾向であること、男女ともに肉と魚は約5割、卵と大豆・大豆製品は約7割が1日の適量を摂取していること、男性の約1割が1日の食事回数が2回ということがわかった ・手ばかり栄養法を知っている人の割合はR4年59.2%（健康増進計画中間評価） ・主菜を毎食食べている人の割合はR4年48.1%（新見市介護予防・日常生活圏域ニーズ調査） ・低栄養傾向（BMI20 以下）の高齢者の割合 H28年22.1% → R4年20.2%と減少（特定健康診断結果） ・栄養士による健康教室での低栄養及びフレイル予防の講話回数24回(R5.12月末現在)実施 ・栄養委員研修会(R4)を15回、栄養委員が主体となった伝達講習会を7回(R5.12月末現在)実施		
課 題		地域性や今までの食習慣の定着など、すぐに改善できることばかりではないため、繰り返し啓発し、改善に向けて促す必要がある		
その他		伝達講習会へ参加した地域住民に、バランスの良い食事についての啓発が記載されたポケットティッシュやハンドタオルをプレゼントした		

工夫した点	BMIの早見表や指輪っかテスト、10食品群のチェック表を使用して、自分の現状を知ってもらうこと フードモデルで1日に食べて欲しいたんぱく質の適量を提示し適量を知ってもらうようにした。
-------	--

キーワード：低栄養予防、食生活改善推進委員

実施主体	新見市健康医療課	所在地	岡山県新見市新見 310-3
電話番号	0867-72-6129	F A X 番号	0867-72-6613
担当者	森	E - mail	
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 67		食育イベントの実施		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		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		
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		
指標と目標値		長期目標：若年女性のやせの減少 短期目標：若い世代（学生や子育て世代）の来場者数（割合）の増加		
現状と課題		【現状】妊婦の約 14.2%が BMI の「やせ」に該当している（R4 第 1 回妊婦健診時の体重・身長より） 【課題】若年女性のやせは生理不順、貧血、生まれてくる子どもへの影響等があるため普及啓発をする必要がある。		
事業の目的		地域住民が笑顔で過ごすことができるよう、食を切り口とした健康づくりの実践につなぐ。		
対 象		地域住民（特に子育て世代）		
連携機関		山陽小野田市食生活改善推進協議会、山陽小野田市母子保健推進協議会、一般社団法人ラブテリ		
実施時期		令和 5 年 10 月 15 日（日）11 時～16 時 30 分	予算 財源	事業費： 414 千円 財源：委託料
事業内容		1) 講演会 ①テーマ「女性の健康課題と次世代のための食」 講師 一般社団法人ラブテリ 細川モモ 氏 ②テーマ「子どもの“できる”を育てる！～家庭・学校・地域でつくる食環境～」 講師 竹下和男 氏 2) ブース ・簡単！お弁当作り体験 ・食育に関するポスター掲示及びお弁当・レシピコンテストの投票の実施 ・「おやこ保健室」の実施（実施項目：骨密度測定機器、体組成計、非侵襲ヘモグロビン測定機器、個別指導、体重管理に関するチラシ配布） ・食生活改善推進協議会による「元気のりのり汁」の無料配布、 「野菜スタンプでエコバックづくり！」 ・母子保健推進協議会による「おさかな釣り遊び」「おりがみコーナー」 ※イベントの様子は市ホームページに掲載。 ※（1）資料添付： 有 ・ 無 （2）使用した ICT ツール： 有（ ） ・ 無		
評価	プロセス評価	来 場 者 数 *講演会 250 名（R4：113 名） *おやこ保健室 79 名（うち子ども 24 名） *簡単！お弁当作り体験 小学生 14 名 *元気のりのり汁 100 名 講演会参加者 *女性の参加 97% *参加者の年齢：10～20 歳代 20%、30～40 歳代 25% 合計 45%（R4：30%） ・ヘモグロビン測定ができる「おやこ保健室」には 79 名の参加があり、個別に情報提供ができた。 ・若い世代（高校生、大学生）、子育て世代の参加が半数あり、現状と課題について情報提供ができた。また、体重管理に関するチラシ配布も行うことができた。		
	結果評価	・食育について関心を持つことができ、実践しようと思った人 93%（講演会アンケートより） ・「今後の子育てに生かしたい」「意識を見直すきっかけになった」等の声が多かった。		
課 題		若年女性のやせについて把握する機会が妊娠届出時のみと限られ現状把握が難しいため、他機関と連携したデータ収集・共有が課題		
その他		地区組織や保育園・幼稚園・学校関係者の参加もあり、関係機関を通じて家庭・地域への普及啓発が期待できる。来場者からの家庭、地域への普及啓発が期待できる。		

工夫した点	休日開催、子育て世代が来場しやすいようなブースを企画、託児ルームの設置（講演会時のみ）
-------	---

キーワード：食育イベント、若年女性のやせ、女性の健康課題、次世代への影響

実施主体	山口県山陽小野田市福祉部健康増進課	所在地	山口県山陽小野田市大字鴨庄 94 番地
電話番号	(0836) 71-1814	F A X 番号	(0836) 39-5624
担当者	白井 誓栄	E - mail	hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可		

No. 68		生活習慣病予防教室		
行政栄養士の基本指針における位置づけ	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			
* 該当区分に○印	重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」			◎
指標と目標値		高血圧有症者の減少、メタボリックシンドローム該当者・予備軍率の減少、将来の医療費減少		
現状と課題		上島町は県内でも特定健診におけるメタボリックシンドローム該当者・予備軍率が高く、また、高血圧、糖尿病、脂質代謝異常の疾患が多い。特に高血圧における医療費は高い状況であり、町民の健康意識は低い傾向が伺える。そのため、高血圧発症予防のためには。早期に意識付けを図る必要性があり、幼少期からの正しい生活習慣の教育は欠かせない。また、地域性として高校から家を離れる子どもが多く、自宅通学者においても自分で食を選択する機会は確実に増える。こうした背景をふまえ、中学を卒業するまでに、正しい生活習慣病を理解し、自分で選択する力をつける必要があると考える。		
事業の目的		高血圧者が多い地域性や家族の疾病を知ることにより、自分の生活習慣病のリスクを考え、また、身近な食品や給食を媒体に減塩について学び、将来の疾病予防につなげる。 小学1年生から中学3年生まで実施している小児生活習慣病予防健診を理解し、将来の健診受診へとつなげる。		
対 象		小学5年生とその保護者、中学3年生		
連携機関		町内の全小学校および中学校		
実施時期		【小学校】各学校と検討し決定 【中学校】3月(入試後～卒業式までの間)	予算 財源	事業費：23千円 財源：一般
事業内容		【小学校】 ・尿中食塩濃度の測定の実施 ・講話「生活習慣病（主に高血圧）について」「料理カード使用した減塩メニュー作り」 【中学校】 ・尿中食塩濃度の測定の実施 ・講話「生活習慣病（主に高血圧） ～自分のからだと生活～」 「食の選択による減塩方法などについて ～選ぶ力をつける～」 ※ (1) 資料添付 : 有 ・ 無 (2) 使用した ICT ツール : 有 () ・ 無		
評価	プロセス評価	幼少期からの積み重ねの大切さを理解する。食べ物には隠れた塩分があることを理解する。自分の疾病のリスクを知っておくことの大切さを理解する。		
	結果評価	自分の疾病のリスク（遺伝や現在の塩分摂取等）を知ることにより、生活習慣病について身近に考えることができたか。これからの自分たちの生活に、食を選択する力を、どのように取り入れていけばよいのか、興味をもち理解できたか。個人の小5と中3の尿中塩分濃度のデータの変化を確認する。		
課 題		実践できる力をつけるための展開が必要である。		
その他		効果的に学習できるよう、実施時期については学校と協議。 尿検査（尿中食塩濃度）や、味付けや疾病の家系を関連付けることで、健康意識の向上につなげる。		

工夫した点	各小学校介入前に愛媛県事業の「ハート学び体験」を実施し、各学校で実施する際には参加した児童を健康リーダーとして、教室を展開した。
-------	--

キーワード：生活習慣病、小児生活習慣病予防、尿中食塩濃度、減塩、高血圧

実施主体	上島町健康推進課	所在地	愛媛県越智郡上島町生名 621 番地 1
電話番号		F A X 番号	
担当者	澤田 めぐみ	E - mail	
H P への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 69		地域と連携した子育て支援の取り組み	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針	区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進	○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援	◎
指標と目標値		(中長期目標) この地域で子育てしたいと思う親の割合【R10 年度目標値 65.0%】行橋市地域保健計画 (短期目標) 食事バランスを意識するようになる保護者の割合/食生活の大切さについて理解を深める保護者の割合/情報交換会を参考にする保護者の割合【講座アンケート5段階評価5と回答目標 100%】	
現状と課題		この地域で子育てしたいと思う親の割合 【R3 年度 58.8%】4 ヶ月健診健やか親子 21 アンケートより朝食を欠食する子の割合は1 割弱【R4 年度 小6 8.2%、 中3 8.3%】全国学力状況調査より事前に子育て支援センターにニーズ調査を実施、保護者自身の健康に目を向ける機会は少ない、情報交換の機会が少ないということがわかった。また、平成27 年度乳幼児栄養調査結果より保護者の食習慣が子どもへ影響することは明確であり、まずは保護者自身の健康意識の醸成を行う必要がある。	
事業の目的		保護者（育児期）への健康相談・講話等を実施し、保護者自身、ひいては子どもの健康増進を図る。	
対 象		子育て支援センターに通う未就園児の保護者	
連携機関		園、子育て支援センター	
実施時期		第1 クール：令和4 年8 月～10 月 第2 クール：令和4 年12 月～令和5 年2 月	予算 財源 事業費： 千円 財源：
事業内容		市保健師栄養士合同で保護者向けの運動・栄養・休息の重要性について、講話や運動実技・体内年齢測定・情報交換会などを交え、1 クールにつき3 回シリーズの講座を実施。子どもの生活習慣は保護者に似ることから、まず保護者自身の健康について振り返る内容とした。栄養士は第2 回食育講座を担当。 (流れ) 親子向け大型食育絵本→保護者向け講話→時短レシピ情報交換会→体内年齢測定と個別相談 ※ (1) 資料添付 : 有 ・ (無) (2) 使用した ICT ツール: 有 () ・ (無)	
評価	プロセス評価	保健師栄養士が連携した地域活動を行うことで、育児期の保護者が抱える健康課題を共有でき、方向性を統一した事業の企画立案ができた。園、子育て支援センターとのつながりを深める機会となった。	
	結果評価	アンケート集計結果より、全ての短期目標において100%が最も評価の高い5 と回答したことより、意識の改善や理解を深める内容であったといえる。自由回答欄では時短レシピ情報交換会が好評だった。	
課 題		保護者同士の横のつながりの発展が育児期の悩みや不安を解決する一助となるため、交流できる場づくり、仕組みづくりが必要。発達の悩みを抱える保護者が多いことからさらに多職種との連携した取り組みが必要。	
その他		本事業を市内全体に拡大し定着していきたい。	

工夫した点	保護者自身の身体を見つめなおす時間とする内容に重点を置き、子どもに必要な栄養素と育児期のお母さんに必要な栄養素は似ていることや自身を労わることが子どものためにもなると解説、美容の観点からのアプローチも行った。また保護者同士の時短レシピ情報交換の時間を設けた。
-------	---

キーワード：親の健康は家族の健康

実施主体	行橋市地域福祉課	所在地	福岡県行橋市中央 1-1-1
電話番号	0930-23-8888	F A X 番号	0930-25-2650
担当者	原 葉子	E - mail	fukushi@city.yukuhashi.lg.jp
HP への連絡先の掲載	可 ・ 不可		

No. 70		乳幼児健診等における簡易貧血検査		
行政栄養士の基本指針における位置づけ		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		○
* 該当区分に○印		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに該当する場合は「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		貧血の早期発見・治療へつなげることで乳幼児の発達阻害リスクを低減する。WHOの提言である「最初の1,000日」における栄養の重要性を周知する。		
現状と課題		乳幼児健診における栄養状態の評価は身長、体重、診察等によるものであるが生後6か月頃より乳幼児貧血のリスクが高くなり、貧血はその後の成長発達に影響を及ぼすとされている。そこで簡易検査として非侵襲性の貧血検査を実施することで乳幼児及び保護者の栄養状態を数値として捉えることにより、貧血の早期発見及び健康意識の向上を図る。		
事業の目的		乳幼児及び保護者へ非侵襲性の測定機器による簡易貧血検査を実施することにより、成長発達の阻害因子となる貧血リスクを低減する。また、保護者においては乳幼児期からの栄養の重要性を周知すると共に産後うつリスク低減を図る。		
対 象		7か月児、1歳6か月児、3歳児乳幼児健診対象者、町内小学校児童、一般町民		
連携機関		町内小学校		
実施時期		令和4年5月～	予算 財源	事業費：1,145千円 財源：町一般財源
事業内容		・7か月児、1歳6か月児、3歳児健診において、対象児及び保護者へ非侵襲性の簡易貧血検査（使用機器 Masimo Rad-67）及び個別栄養指導を実施。 ・町内小学校養護教諭と連携し、身体測定時に簡易貧血検査及び食育講話を実施。 ・1年に1回、長洲町在住の親子を対象とした測定会を開催し乳幼児健診対象者以外にも貧血検査及び体組成測定、口腔機能測定等の機会を提供する。 ※（1）資料添付：有・無 （2）使用したICTツール：有（ ）・無		
評価	プロセス評価	・令和4年5月より簡易貧血検査を導入し、各乳幼児健診毎月1回実施。 ・令和5年度測定人数（令和5年4月～令和6年1月）乳幼児健診対象児175名、保護者167名、小学生356名、一般町民48名 ・乳幼児健診での個別栄養指導の時間及び待機時間に貧血検査及び個別指導を実施し、従来の健診時間内で完結するよう配慮した。 ・小学校は各校の要望に応じて各学年へ貧血検査及び食育講話を実施した。		
	結果評価	令和5年度測定結果（令和5年4月～令和6年1月実施分）貧血疑いの者の割合は乳幼児健診対象児8.0%、保護者12.6%、小学生6.5%であった。 低値の者に対しては栄養指導を実施し、保護者には健診受診状況の確認及び受診勧奨を行った。		
課 題		7か月児への測定は難易度が高く時間を要する。ヘモグロビンの数値と発達の関連因子調査及び保護者の食に関する行動変容への影響を評価するための調査が必要。		
その他				

工夫した点	非侵襲性の機器を用いることにより採血が不要であり、痛みもなく測定が可能。また、乳幼児だけではなく保護者の測定をととして若年世代の健康や食に関する意識の向上を図った。
-------	--

キーワード：貧血、乳幼児、若年、貧血

実施主体	長洲町役場福祉保健介護課 保健予防係	所在地	熊本県玉名郡長洲町大字長洲 2766
電話番号	0968-78-7171	F A X 番号	0968-65-7510
担当者	西川・柿沼	E - mail	hoken@town.nagasu.lg.jp
HPへの連絡先の掲載	可 ・不可		

No. 71		出張健康教室（高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施）		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		行政栄養士の基本指針		区分
		(3)生活習慣病の発症予防と重症化予防の徹底のための施策の推進		○
		(4)社会生活を自立的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
重点テーマに 該当する場合は 「区分欄に◎印」		減塩を始めとした産学官等連携による食環境づくり、若年女性のやせ、栄養格差の縮小、 栄養ケア・ステーションとの連携、高齢者の介護予防・フレイル対策、自然災害に応じた栄養・食生活支援		◎
指標と目標値		○行政と医療機関が協働で健康教室を開催し、健康課題の共有を図るとともに連携体制を構築し、市民の健康増進、介護予防を目指す。 〈目標値〉・健康教室の実施回数（令和6～8年度、6回） ・協力医療機関の増加(令和4年度：1か所、令和5年度：2～3か所) ・継続する協力医療機関(令和6年度以降、年間2～3か所) ○教室参加者が自らの健康課題を理解し、疾患の発症・重症化予防やフレイル予防を理解し実践する。		
現状と課題		【現状】 ○高齢化率 41.9%(令和5年.12月末)、要介護認定率 22.1%(令和4年国 19.4%、県 20.1%)と高い。 ○要介護認定の原因疾患は、脳血管疾患や筋・骨格系疾患(骨折・骨粗鬆症・関節症)が多い。 ○脳血管疾患の基礎疾患である高血圧症、糖尿病の有病者が多い。 ○生活習慣病での医療機関受診率は国保(65～74歳)65%、後期高齢者 82%と、通院治療率が高い。 【課題】医療機関等関係機関や介護部門との連携、国保と連携した保健事業の実施。		
事業の目的		脳血管疾患のリスクであり有病者の多い高血圧症・糖尿病やフレイルのリスクとなる骨折を予防するため、市民に適切な生活習慣に関する知識と実践を学ぶ場を提供する。また、関係機関と連携した保健事業の連携体制を構築する。		
対 象		おおむね 65 歳以上の市民		
連携機関		南薩医師会、南薩薬剤師会、南九州市役所長寿介護課、庁内連絡会		
実施時期		令和5年8～11月	予算財源	事業費： 48 千円 財源：一般
事業内容		1. 協力医療機関の募集 2. 医療機関との協議：健康教室開催を希望した医療機関と教室内容・開催時期・講師等について協議（テーマ）高血圧症・糖尿病・フレイル予防（骨折予防）から選択（内容・講師）①病態(医師)、②市の現状等(保健師)、③栄養(管理栄養士)、④薬(薬剤師)⑤口腔(歯科衛生士)、⑥運動(理学療法士)から適宜組み合わせる ※高齢者の特性を踏まえた内容で講話・実技を交える ※別途、医療機関管理栄養士と、栄養に関する講話の内容・進め方等について打合せ 3. 広報：チラシ、ポスター作成。医療機関等及び長寿介護課による協力。市公式 LINE 配信。 4. 従事者打合せ：教室詳細・流れについて最終打合せ 5. 健康教室実施：各会場3回コース。事後アンケート実施。 ※（1）資料添付：有・ ☐ （2）使用した ICT ツール：有・ ☐		
評価	プロセス評価	医療機関等と協働した健康教室の開催は、市の健康課題を共有する機会となり、多職種連携や顔の見える関係づくりに繋がった。 ・南九州市健康づくり推進協議会1回 ・庁内連絡会6回 ・医療機関との打合せ2回×4か所		
	結果評価	・協力医療機関数 令和5年度：4か所 ・健康教室の実施回数 令和5年度：3回×4か所＝12回 ・参加者数 延べ251人 ・行動変容につながった割合 77.0%		
課 題		内容の理解度、行動変容につながった割合、健康教室参加者の感想や事業評価の医療機関へのフィードバック、医療機関の事業への理解及び連携体制の強化		
その他				

工夫した点	1 高齢者が参加しやすいよう、（身近な場所）居住地近くの医療機関での開催。 2 協力医療機関の特徴や実態をふまえて講師を分担し、医療機関や薬剤師会と円滑な関係を構築した。
-------	---

キーワード：高齢者、多職種連携、関係機関との連携した PDCA サイクルの実施

実施主体	南九州市健康増進課	所在地	鹿児島県南九州市知覧町郡 17530
電話番号	0993-58-7221	F A X 番号	0993-85-3550
担当者	大坪 美和	E - mail	kenkou@city.minamikyushu.lg.jp
H P への連絡先の掲載	可 ・ 不可	- 105 -	

2023 年度行政栄養士による活動事例集

発 行 公益社団法人 日本栄養士会

企 画 公衆衛生職域事業推進委員会

発行日 2024 年 6 月

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

TEL : 03-5425-6555 FAX : 03-5425-6554

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