

平成 27 年度行政栄養士による活動事例

平成 28 年 3 月

公益社団法人 日本栄養士会

公衆衛生事業部

【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、公衆衛生事業部会員による活動事例を収集し、事例集を作成する。

【テーマ】

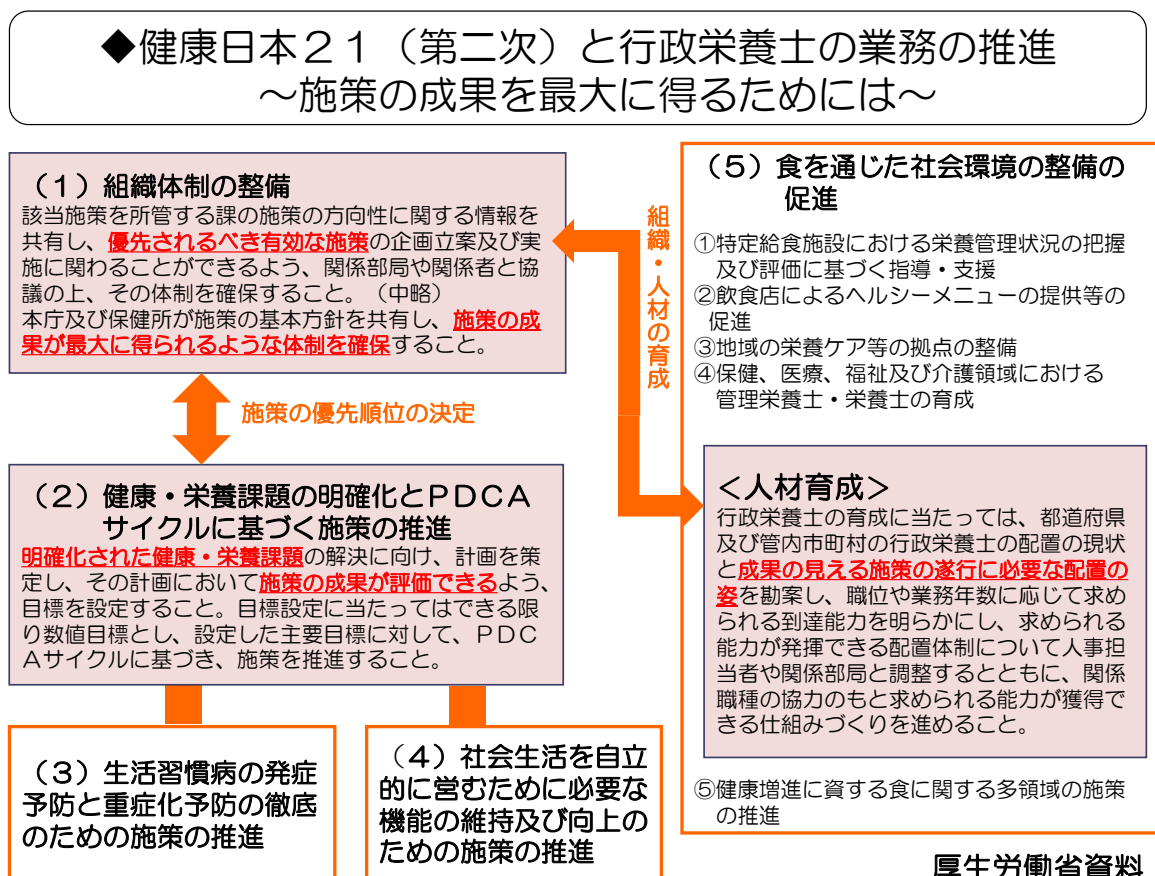
平成 25 年 4 月より健康日本 21（第二次）が施行され、推進にあたり、行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の一層の推進が図られるよう「地域における行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善の基本方針について（行政栄養士業務指針）」が厚生労働省から発出された（平成 25 年 3 月 29 日健が発 0329 号第 4 号 厚生労働省健康局がん対策・健康増進課長通知）。

行政栄養士業務指針では、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る。

そこで活動事例は、業務指針の（３）（４）（５）をテーマとして収集した。

【掲載事例】

活動事例は、原則として各都道府県単位で 2 事例（実施主体が都道府県のものを 1 事例、保健所設置市及び特別区、市町村が実施主体のものを 1 事例）として掲載している。



【目次】

■事例のテーマ※1の（３）（４）（５）は次のとおりである。

（３）生活習慣病の発症予防と重症化徹底のための施策の推進

（４）社会生活を自律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

■区分の「県」は都道府県が実施主体の事例、「市」は保健所設置市、特別区、市町村が実施主体の事例である。

都道府県名	事例No.	実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ※1			区分		添付資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
北海道	1	北海道	民間企業と連携した食環境整備事業	コンビニと毎年「食生活フェア」をタイアップ開催し、「野菜を食べよう！」などテーマに関連した企画商品の販売や知事メッセージ、チラシなどで道民にPRする。			○	○		
	2	妹背牛町	四つ葉の会活動（糖尿病食勉強会及び食のコントロール勉強会）	糖尿病や予備群の住民・家族を対象に勉強会を通年開催。内容や運営も参加者が決定するなど、自主活動を意識した教室としている。	○				○	
青森	3	下北地域県民局地域健康福祉部（むつ保健所）	下北地域版「健やか力」向上啓発DVDによる啓発活動	商業関係者などが加盟した「健康なまちづくり推進本部」を設置し、肥満解決のため野菜摂取UP啓発DVDを作成。スーパー・学校・保育所・医療機関等の機関で放映。	○			○		
	4	黒石市	重点モデル地区活動「食べて健康・私にもできる運動教室」	糖尿病による高医療費地区をモデル地区に選定し、食事と運動、自己記録と励ましをセットにした体験型の教室を半年間開催し評価を実施。	○				○	
岩手	5	一関保健所	地域住民を巻き込んだ関係機関協働による脱脳卒中宣言事業	死亡率ワースト1の脳卒中に対し、多機関がネットワーク化し予防・治療・人材育成・調査を実施。年齢調整死亡率や受動喫煙対策事業所数に良い変化が見られた。	○			○		
	6	大槌町	平成27年度運動指導事業	運動習慣が減少している町民実態に対し、男性の参加しやすさを考慮して全10回の運動教室を開催。少しずつ参加者の増加がみられている。	○	○			○	
宮城	7	仙台市太白区保健福祉センター	食育推進連携事業「Morning Vegetable～朝食に野菜を～（モーベジ！）」	仙台市食育推進計画（第2期）に基づき、幼稚園との連携を中心として、情報誌の配布、デモンストレーションや試食を含む食育講座の実施し食育に取り組んでいる。		○			○	
	8	富谷町	健診結果の見方講習会	生活習慣病予防の意識を高めるために、一般町民を対象に健診結果の見方講習会を実施し、より具体的な内容で実施することができた。	○				○	

都道府県名	事例No.	実施主体	事業名	概 要	事例のテーマ※1			区分		添付資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
秋田	9	秋田県平鹿地域振興局福祉環境部	高齢者低栄養化予防推進事業	横手地域長寿実現プロジェクト会議を開催し高齢者の低栄養予防について課題共有し、市・医療機関・福祉施設等幅広い職種を対象とした研修会、講演会を実施。		○	○	○		
	10	横手市	栄養改善事業 生活習慣病予防～高血圧予防～	食習慣調査質問票を活用し、その結果から節塩と野菜摂取の必要性があり、各ライフステージで個別食事指導や食生活改善推進員と高血圧予防の講習会を実施。	○				○	
	11	仙北市	安心子育て応援事業 離乳食教室～もぐもぐランド～	スムーズに幼児食への移行のために、離乳食教室に中期食の簡単な調理実習や試食を取り入れ、さらに個別相談も行い、離乳食への負担感や不安を除いている。			○		○	
山形	12	山形県置賜保健所	一人暮らし後期高齢者の食と生活習慣に関する実態調査	高齢期の低栄養予防の基礎資料を得るため、自立した75歳以上の高齢者105人に調査し、報告書とパンフレットを作成。長寿社会実現に向けて関係機関に広く発信。		○		○		有
	13	飯豊町	糖尿病になんてならないぞ！教室	糖尿病予防の知識普及、バランス食、身体活動の実践に向けて、特定健診でHbA1cが6.0%以上の受診者を対象に寸劇、グループワークを取り入れた教室を実施。	○				○	
福島	14	県中保健福祉事務所	特定給食施設等における料理の塩分測定について	特定給食施設の巡回指導時に給食提供料理の塩分濃度を測定し、その結果を地域の減塩対策推進のために活かす。			○	○		
	15	喜多方市	健康きたかた生活習慣病対策強化事業-健康づくり（生活習慣病予防）キャンペーンの実施-	塩分摂取過多の課題解決のため飲食店を「食育応援店」として登録。各店舗で市民向けにチラシ等の情報提供を行う。市健康づくり計画中間評価にて結果評価した。			○		○	有
茨城	16	県立健康プラザ	適塩事業マニュアルの作成と活用の促進	多くの市町村が科学的根拠に基づく栄養施策（適塩事業）を企画立案するための「市町村向け適塩事業マニュアル」を作成し、その活用支援を行っている。	○			○		
	17	土浦市	「土浦市版食事バランスガイド」の作成及び普及による食育の推進～‘食生活の基礎づくり’から‘食育を推進するための体制作り’まで～	市食育推進計画の目標達成のために、市民自らが食事の量やバランスのとり方がわかり、実践を促すツールとして「土浦版食事バランスガイド」を作成し、普及。	○		○		○	
栃木	18	安足健康福祉センター	従業員食堂における健康づくり推進モデル事業	働く世代の食生活改善を図るため、従業員食堂をもつ2事業所において健康づくり事業をモデル的に取り組み、従業員アンケート調査（前後）等による評価を実施。			○	○		有
	19	下野市	しもつけ減塩部 高血圧予防教室	市民の高血圧予防、腎臓病予防のために、減塩に着目した高血圧教室を開催し、尿検査を前後に行うことにより具体的な減塩指導や客観的な効果判定を実施。	○				○	

都道府県名	事例 No.	実施主体	事業名	概 要	事例の テーマ※1			区分		添付 資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
群馬	20	安中市	重症化予防介入事業の取り組み(国保の特定健診結果から医療機関受診につなぐ受診勧奨)	特定健診で受診勧奨判定値を超えている人を、早期に医療機関受診につなげるための取組。	○				○	
	21	東吾妻町	東吾妻町「“新名物”料理コンテスト」	指定する町でとれる農作物の使用し、「減塩・低エネルギーの料理の工夫」を全面に出し、募集・審査・普及のプロセスに重点を置いた料理コンクール。	○		○		○	
	22	吾妻保健福祉事務所	栄養改善業務検討会	管内町村と協働して、施策の成果を得るために地域の特徴及び課題を捉え、課題改善のための効果的な施策展開に向けた検討会(体制整備)。			○	○		
埼玉	23	鴻巣保健所	勤労者世代の生活習慣病の発症予防と重症化予防の取組	事業所の給食施設指導や既存データ(県民健康・栄養調査)を活用し、実態把握して得られた情報で栄養・健康情報リーフレット、卓上メモ作成支援。	○		○	○		
	24	小川町	小川町健康増進計画・食育推進計画	小川町健康増進計画。食育推進計画を策定し5つの健康分野の目標値設定し計画を推進。			○		○	
東京	25	西多摩保健所	西多摩圏域における高齢者施設等の防災対策支援事業	所管地域の災害時避難が困難な高齢者入所施設等に対しライフライン停止時防災マニュアル策定ガイドラインを作成、研修等実施し防災体制づくりを支援。			○	○		
	26	葛飾区	「かつしかの元気食堂」推進事業	区民の食生活改善への意識づけ行動変容を図るため健康的な食サービスを提供される店舗数を増やす取り組み。			○		○	
神奈川	27	平塚保健福祉事務所	特定給食施設における災害対策の推進	特定給食施設の対象者が災害時も安全安心な食事提供されるように施設状況把握し災害対策の体制整備。			○	○		
	28	藤沢市	食育講演会	藤沢市では若い世代への食育推進を重点目標に掲げ食育講演会をテーマごとに設定実施し推進。	○				○	有
新潟	29	新潟地域振興局健康福祉部	ヘルシーメニュー提供プロジェクト「ハッピー健康応援キャンペーン」	働き盛り世代の生活習慣病対策の一事業として健康に配慮したメニュー提供店をすすめ生活習慣病予防のための環境整備を支援。			○	○		有
	30	新発田市	平成26年度市民健康栄養実態調査	脳血管疾患年齢死亡率に着目し、塩分摂取量、野菜摂取量など生活習慣の実態把握をした上で、具体策を持って働きかけるための調査を実施。調査結果からターゲット層と事業展開を検討。	○				○	
富山	31	新川厚生センター	バランスアップ健康プロジェクト事業(社員食堂における健康フェア)	働き盛り世代へ適切な食習慣を身につけるため、課題である野菜摂取について社員食堂での健康フェアとアンケートを実施。意識向上、行動変容の動機付けを実施。			○	○		
	32	魚津市健康センター	健康づくりイベント「健康センター食堂」	市民アンケートから見えた課題(食事バランス)について、食生活改善推進員と連携して健康日本21の目標値達成を目指すイベントの実施。	○				○	

都道府県名	事例 No.	実施主体	事業名	概 要	事例の テーマ※1			区分		添付資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
長野	33	佐久保健福祉事務所	” さく ” っとうす味みんなでキャンペーン	「佐久地域食育推進連絡会議」の構成団体と連携した地域一丸の減塩活動の取組み（信州ACEプロジェクト地域版）。	○			○		有
	34	辰野町	糖尿病予防教室	特定健診において糖尿病観察・要観察者を対象として生活習慣の改善を実施。	○				○	有
岐阜	35	保健医療課	健康課題解決のための栄養施策の検討～食塩チェックリスト案の作成～	健康課題解決のため、食塩チェックリストを作成し、データの集約、血圧との関係を見る。食事の傾向がわかった。		○		○		
	36	七宗町	防災クッキング	町民を対象として、災害時に備えた準備と知識を普及するため、食生活クラブとの連携により防災クッキング教室の実施。					○	有
静岡	37	西部健康福祉センター	事業所給食施設における野菜摂取促進事業	働き盛り世代の生活習慣病予防を目的に事業所給食施設における食育活動、野菜摂取量の増加につながる取り組みを実施した。	○		○	○		
愛知	38	健康福祉部保健医療局健康対策課	働き盛り男性の肥満割合減少のための栄養改善事業－事業所における食習慣モデル調査－	県内全域の事業所の男性従業員に対する食習慣調査実施のためのモデル調査。	○			○		
	39	蒲郡市	学童期の健康スクール	学童期の子供達が望ましい生活習慣の「行動感覚」が身に付くよう事業を展開。	○				○	有
京都	40	健康対策課	健康ばんざい 京のおばんざい弁当事業	京のおばんざい弁当普及推進協議会を設置し、「おばんざい」を生かし栄養バランスを考えたお弁当を開発・普及し、府民の正しい食習慣づくりに役立てた。			○	○		
兵庫	41	加西市	加西市野菜をたべようプロジェクト ～野菜たっぷりオリジナルレシピコンテスト～	一皿でもたっぷり野菜を食べることができるアイデアレシピの募集等を通じて、市民の野菜摂取への関心や野菜摂取量の増加につながる事業を実施。	○				○	
奈良	42	中和保健所	「あなたの塩分チェックシート」を用いた奈良県民の食塩摂取状況についての検討	奈良県民の食塩の過剰摂取の原因を明らかにするため、塩分チェックシートを活用した調査を行い食塩摂取の地域特性等を検討。			○	○		有
	43	大和郡山市	効果的な離乳食支援方法の検討 ～自律離乳の視点から～	育児不安の中でも「離乳食の不安」を払拭し、離乳食から幼児食へのスムーズな移行につなげるために、個別、集団等の支援の有効性を検証。		○			○	
和歌山	44	和歌山市	妊娠前の母親の体型と出生時体重等の調査・分析 和歌山市「母子保健事業」 「健康わかやま推進事業」に係る調査の1つ	低出生体重児の減少を目的に、4か月児健診の問診票に母親の妊娠前の体重の記載欄を設けデータを収集。今後これらデータの分析を進める。		○			○	

都道府県名	事例 No.	実施主体	事業名	概 要	事例の テーマ※1			区分		添付資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
岡山	45	備中保健所 井笠支所	老人保健施設における災害時等栄養・食生活相互支援ネットワーク事業	病院、特養など給食施設ごとに取り組んでいる災害対策の取組。			○	○		
	46	真庭市	評価の見える保健指導～多職種連携	特定保健指導のドロップアウト減少に向けた多職種連携によるモデル事業。	○				○	有
広島	47	西部東保健所	保育所における医療機関と連携した取組事例～東広島市食物アレルギー連絡会議を開催して～	保育所における食物アレルギー対策のための関係者間の体制づくりへの取組（県モデル事業）。			○	○		
山口	48	萩健康福祉センター	地域・職域連携推進事業「食卓維新塩～まるしお～推進プロジェクト」	モデル事業所での働き盛り世代への減塩に向けた啓発活動。	○			○		
	49	周防大島町	健康増進計画推進事業（ちょび塩活動）	住民全体が減塩（ちょび塩）に興味・関心を持ってもらう啓発活動。	○		○		○	有
徳島	50	徳島県栄養士会	対話から行動変容、住民さんも管理栄養士・栄養士活き活きセミナー	県民の健康度を向上させるために、関わる管理栄養士・栄養士のスキル向上を図る取組。			○	○		
	51	藍住町食生活改善推進協議会	小学校食生活教室	小学6年生を対象としたヘルスメイト等と連携した食育教育。	○				○	
愛媛	52	宇和島保健所	宇和島圏域市町連携・協働による地域診断事業	大学や管内市町と連携し、特定健診結果を用い管内の地域診断を実施し分析を実施。	○			○		
	53	上島町	みんなの交流会	保健センター事業に関わっている参加者同士の交流を目的に交流会を実施。	○	○	○		○	有
高知	54	幡多福祉保健所	「幡多福祉保健所管内栄養士ネットワーク会議」と連携した、摂食嚥下障害のあり高齢者の食生活改善	管内の病院や施設の食事形態一覧表を作成し、介護職員等が嚥下食に対応できるよう摂食嚥下食調理研修会を実施。		○		○		有
	55	土佐市	とさつ子健診（小児生活習慣病予防健診）を通じた子どもの頃からの健康づくり	小学5年生及び中学2年生を対象に、とさつ子健診と結果説明会を実施し、生活改善に繋げている。	○				○	
福岡	56	福岡県（北九州市、福岡市、大牟田市、久留米市を除く）	福岡県食環境整備事業	ふくおか食の健康サポート店の整備と、登録店の健康づくり支援の情報収集し、事例紹介。			○	○		
	57	大野城市	世帯別食育講座（食育実践力育成プログラム）	食や生活習慣病に関する知識や調理技術など、食の選択力および実践力を身に付ける必要がある人を対象に調理実習実施。	○				○	

都道府県名	事例 No.	実施主体	事業名	概 要	事例の テーマ※1			区分		添付 資料
					(3)	(4)	(5)	県	市	
佐賀	58	中部保健福祉事務所	事業所における生活習慣病・重症化予防モデル事業	小規模事業所従業員を対象に実態調査と集団教育、個別アプローチを行い事後調査を実施し、84%に変化が見られた。	○			○		
	59	嬉野市	朝食摂取推進事業「イクメンはカラダの中からつくられる～簡単朝ごはんレシピの紹介～」	朝食の毎日摂取を増やすために、小中学校の児童生徒へのレシピを募集し、朝食摂取啓発とレシピを市報やホームページで紹介。	○				○	
熊本	60	熊本市	レシピ集を作成活用した熊本市食育実践講座	大学や企業と連携した食生活改善のための講座の開催。		○			○	有
	61	天草市	ハイリスク者フォロー事業	平成 26 年度に実施した市の健診における結果説明会と健康相談の成果。	○				○	
大分	62	東部保健所	味力あふれる大学生生活応援プロジェクト～学生の健康は学生の手で～	大学生を対象とした「食育ボランティア」を養成し、学生自身による健康づくりを支援。	○		○	○		
	63	豊後高田市	地域におじゃま！！健康教室	減塩意識の高揚と運動習慣の定着についての普及啓発を図るため、住民が参加しやすいよう地域に出向き、運動や食生活の教室を開催。		○			○	
鹿児島	64	大島支庁徳之島事務所（徳之島保健所）	健康かごしまデザイン 21 推進事業「健康かごしま 21 徳之島地域推進協議会」	「健康かごしま 21」を指針として地域全体の健康増進を図るために、協議会の開催等を実施。	○			○		
	65	鹿児島市	食育フェスタ開催事業	市と連携協定を結んだ短期大学とともに食に関する学習や体験活動等を取り入れた食育フェスタを開催。			○		○	有

事業名		民間企業と連携した食環境整備事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		平成25年度～平成34年度（概ね10年間） 野菜の摂取量 350g以上 等	
現状と課題		北海道では、平成23年度に健康づくり道民調査を実施し、全国と比較して肥満者の割合が多く、また、若年女性におけるやせの割合も高い。 食生活上では、野菜の摂取不足、カルシウム、カリウム等の摂取不足の傾向があり、道民自らが適正量を認識し、適切な食事を選択できる食環境整備が重要である。	
事業の目的		道民自らが外食や食品購入の際に、健康に配慮し自身にあった適正量を認識しながら、適切な食品の選択ができるよう、コンビニエンスストアと連携して普及啓発を行う。	
対 象		北海道民	
連携機関		(株) セイコーマート [北海道内で事業を展開しているコンビニエンスストア]	
実施時期		平成23年度から毎年度	
事業内容		[例示 H27 年度] 「野菜を食べよう！」フェアをテーマに実施 ○セイコーマート店舗に表示する POP、新聞折り込み等による商品 PR ○野菜を40g以上含む商品を基準に選定し、対象商品にシールを目印として貼り、売場でピーアールする。 ○知事メッセージ（チラシ等へ掲載） ※資料添付 : 無	
評価	プロセス評価	北海道健康増進計画の中間評価において施策評価を予定	
	結果評価	上記評価を含め、実施事業の評価を予定	
課 題		消費者ニーズの把握	
その他			

工夫した点	健康に配慮したメニューの選択案の作成等
-------	---------------------

キーワード：

実施主体	北海道	所在地	札幌市中央区北3条西6丁目
電話番号	011-204-5117	FAX 番号	011-232-2013
担当者	岸下	E-mail	Kishishita.makoto@pref.hokkaido.lg.jp

事業名		四つ葉の会活動(糖尿病食勉強会及び食のコントロール勉強会)			
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		・肥満、肥満傾向の人を減らす。			
現状と課題		・人口3,187人、特定健康診査対象者は882人、受診者512名、実施率55%。特定保健指導対象者数35名、特定保健指導実施者23名、実施率65%。 ・糖尿病対策として、肥満傾向にある人への支援が必要となっていた。			
事業の目的		・会員同士が仲間と一緒に意欲を持ちながら、食事や生活習慣の改善の見直しを行うことを目的とする。			
対 象		・糖尿病治療中、特定保健指導対象者、参加希望者、家族が治療中 (28名)			
連携機関		・住民と町栄養士のみ			
実施時期		・5月から翌年2月まで、およそ2か月に1回の開催。年間5回開催(調理実習、講話、運動)			
事業内容		講話の内容に合わせた食材の選び方・調理の仕方・メニューの立て方・1食分の調理実習 ・糖尿病の食品交換表の使い方と食品分類の仕方を確認。 ・自分の適正体重や1日に必要な食事の摂取量を確認。 ・調理実習により食品の選び方や栄養摂取量を確認。 ・糖尿病・脂質異常症・骨粗鬆予防・食中毒についての講話 ・会員の交流を深めるグループワーク ・調理実習後の筋力アップサーキットトレーニングの運動実施 ※資料添付 : 有 ・ ☐			
評価	プロセス評価	・26年度の参加者 1回目 24名 2回目26名 3回目19名 4回目22名 5回目23名			
	結果評価	・毎回教室前に身体計測を行うことで、体重増加の歯止めになったり、体重減にも繋がっていた。 ・バランスの良い食事をしながら体重減となっていた。 ・血液検査値の変化と食生活の関係について理解させることが出来た。 ・平成24年度事業開始から平成26年度事業終了時の体重の変化を比較すると、体重減少者は14名おり、50%の人の体重が減少していた。			
課 題		・男性の参加も増えているので、男性にも調理がしやすいメニューの工夫をする必要がある。			
その他		・自主活動の為、調理実習の経費は参加者の負担としている。			

工夫した点	・7グループに分け、代表者が参加者の出席確認を取るなど、参加者の自主的な活動意識を作った。 ・自主的な活動を重視するために、内容は、参加者のディスカッションにより決定した。
-------	---

キーワード：

実施主体	妹背牛町役場健康福祉課	所在地	北海道雨竜郡妹背牛町5200番地
電話番号	0164-32-2411	FAX 番号	0164-32-9037
担当者	土井暢子	E-mail	nobuko-doi@town.moseushi.hokkaido.jp

事業名		下北地域版「健やか力」向上啓発 DVD 「来 ^か さ ^{まい} MY健康！めざせ下北平均寿命アップ！～家族みんなで野菜を食べよう～」による啓発活動	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		下北地域の住民が子どもの健康のために「もっと野菜を食べる」をキーワードに「健やか力」を身につけ、自ら健康づくりに取り組む。 目標値：健康あおもり 21 下北圏域計画（第 2 次） 成人肥満者の割合の減少 目標値（20～60 歳男性 47% 40～69 歳女性 28%） 児童生徒の肥満者の割合の減少 目標値（小学 1 年生 11%、中学 1 年生 18%、高校 1 年生 11%）	
現状と課題		下北地域は県内でも平均寿命が短く、管内市町村は男女どちらかで全国ワースト 50 市区町村に入っている。その要因の 1 つとして大人も子どもも肥満が多いことが挙げられ、児童・生徒の肥満傾向児出現率は小 1 から高 3 まですべての年齢層で全国平均及び県平均より高い。また、平成 22 年度青森県県民健康・栄養調査では、成人の野菜摂取量は 265 g / 日で健康日本 21（第 2 次）の目標 350 g / 日には届いていない。	
事業の目的		下北地域県民局では平成 25 年 8 月に「健康なまちづくり推進本部」を設置し、県民局・地域が一体となった「下北地域健康なまちづくり事業」を進めている。その中で、本事業では下北地域の住民が子どもの健康のために「もっと野菜を食べる」をキーワードに「健やか力」を身につけ、住民自ら健康づくりに取り組むことを目的とする DVD を作成した。DVD を関係機関でも放映してもらうことで、地域の健康づくりに対する気運醸成を図るものである。	
対 象		事業内容参照	
連携機関		下北地域保健医療推進協議会及び保健対策部会構成団体・保育機関・学校等教育機関・医療機関・スーパーマーケット・商工会議所・商工会・農協・漁協・森林組合・管内市町村・下北地域県民局	
実施時期		平成 26 年 4 月～	
事業内容		「DVD の作成」平成 26 年 2 月～3 月むつ保健所でシナリオを作成し、DVD 制作は業者に委託した。平成 26 年 3 月完成。 「DVD の概要」登場人物：マモルさん（青森県健やか力向上推進キャラクター）家族（マモルさん、お母さん、小学生のダイジくん）、市町村栄養士、地域住民 あらすじ：マモルさん一家を中心としたアニメで、子どもの肥満を改善するために家族ぐるみで健康づくりに取り組んでいる様子が描かれている。小学生にも分かりやすく、楽しく見てもらえる内容で、野菜に関する基本情報や地域の方々からのメッセージが含まれている。 「DVD の配布」平成 26 年 4 月 14 日各連携機関やマスコミを参集し DVD の発表会を行った後、各連携機関等に配布。（全 236 ヶ所） ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	平成 26 年 4 月～9 月の DVD 活用状況アンケート調査（アンケート回収率 38.1%） 全体の活用割合 33.5% 保育機関 31.0%…父母会の前に参加者で視聴、各家庭に DVD を配布 学校等教育機関 44.4%…参観日に放映、給食指導や授業で使用 医療機関 19.6%…糖尿病ミニ教室で待合室や診察までの待ち時間に放映、健康講話に使用 スーパーマーケット 31.3%…営業時間に店内で繰り返し放映（レジ台、青果売り場、店舗入り口等） 管内市町村 80.0%…特定健診、がん検診等の待ち時間に放映、会議や研修会の前に放映	
	結果評価	健康あおもり 21 下北圏域計画（第 2 次）における評価	
課 題		DVD による啓発活動の他に、今後も様々な切り口から健康づくりに取り組む住民の機運醸成を図っていく必要がある。	
その他		むつ保健所の HP から動画をご覧いただくことができます。 http://www.pref.aomori.lg.jp/soshiki/kenmin/mu-hoken/shimokita-kenkou-dvd.html	
工夫した点		・ 地域住民や管内市町村職員に出演してもらうことや下北地域の特産品（一球入魂かぼちゃや下北産ひじき等）を盛り込むことで「下北らしさ」を出した。 ・ 親子そろって見られるように小学校 4 年生が理解できる内容とした。 ・ 限られた時間の中でも活用しやすいように 11 分版と 5 分版の 2 種類を作成した。	

キーワード：野菜、DVD

実施主体	青森県下北地域県民局地域健康福祉部 保健総室（むつ保健所）健康増進課	所在地	青森県むつ市大湊新町 11-6
電話番号	0175-24-1231	FAX 番号	0175-24-3449
担当者	盛 美咲	E-mail	misaki_mori@pref.aomori.lg.jp

事業名		重点モデル地区活動「食べて健康・私にもできる運動教室」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		糖尿病予防と重症化予防	
現状と課題		黒石市の標準化死亡比(平成 20～24 年の SMR)は、国・県・同規模市町村平均と比較して高く、特に心疾患、脳血管疾患、腎不全、糖尿病が高い状況にあり、平成 25 年度特定健診受診者のうち、脳血管疾患、虚血性心疾患、糖尿病性腎症の重症化予防対象者は 700 人を超えている。生活習慣病発症予防、重症化予防への取り組みが求められていることから、糖尿病による高医療費地区を重点モデル地区として取り組むことにした。	
事業の目的		自らの生活習慣を見直すことで生活習慣の改善点を見出し、健康行動の実践を継続できるように支援することで健康意識の向上や重症化予防を図る。また、糖尿病による高医療費地区をモデル地区に選定し、取り組んだ成果を他地区に活かし、市への効果を図る。	
対 象		モデル地区において、平成 25 年度は 75 歳未満で、特定健診の受診結果が BMI25 以上の方、血糖値判定が要指導以上の方。平成 26 年度は、更に血圧、脂質異常症のいずれかが要指導以上の方も加え、対象を拡大した。	
連携機関		特定非営利活動法人青森県健康・体力づくり協会、黒石市食生活改善推進委員会	
実施時期		平成 25 年 9 月 6 日～平成 27 年 3 月 23 日(各年度 7 回実施)	
事業内容		午前中に病気についての講義やグループワークを実施。初回の昼食時は自分で普段食べているご飯量を確認した後、100 g のご飯量を盛り目で確認してもらった。昼食は、食生活改善推進員が調理した野菜多めで減塩に配慮した 500 kcal前後のヘルシーでバランスのとれた定食を通して「目で見て」「舌で味わって」美味しく勉強し、午後は健康運動指導士による運動教室を毎月 1 回ペースで半年間実施した。 自主トレ期間中(事業終了後約 2 カ月)は、間食と歩数の記録を毎月 1 回提出するように対象者にお願ひし、1 カ月間の間食によるエネルギー量や歩数の結果から個人にアドバイスや励ましを手紙で返し、継続的な支援を行った。 ※資料添付　：　有　・　無	
評価	プロセス評価	健康教室の初回に自分が出来そうな目標をたて、中間、最終評価を自分で行うことで、目標の修正や振り返りが出来た。参加者のアンケートからは、野菜を摂るようになった、間食を控えた、エネルギーに気をつけるようになったという行動変容が見られた。	
	結果評価	平成 25 年度は、初回と最終回の体重、BMI、体脂肪、腹囲、血圧の変化を、平成 26 年度は血液検査による効果判定も加えた。体重・BMI・腹囲の減少は見られたが、血糖値、H b A1 c に改善が見られたのは約 2 割であった。	
課 題		参加人数が少なく、平成 27 年度は保健師による訪問に力を入れ、糖尿病と重症化予防に努める。 野菜の摂り方、減塩方法を知り、実践に結びつくような普及啓発が必要である。	
その他		標記事業の他、特定健診事後指導、医師・保健師・栄養士による健康教育、保健師による健康相談・家庭訪問、運動指導士等による運動教室の実施、地区公民館だよりの健康情報掲載も行われている。	

工夫した点	・ 普段使っている茶碗を持参してもらい、ご飯量を計量し、家庭においても実行しやすいようにした。 ・ 外食や果物のカロリーの高い順に並べ替える等のグループワークで自ら考え、自分の問題として捉える場となった。
-------	---

キーワード：ご飯の計量、野菜多め、目でみて確認する

実施主体	青森県黒石市役所	所在地	青森県黒石市大字市ノ町 11 番地 1 号
電話番号	0172-52-2111	FAX 番号	0172-52-6191
担当者	増川 由香理	E-mail	y-funemizu@city.kuroishi.aomori.jp

事業名		地域住民を巻き込んだ関係機関協働による脱脳卒中宣言事業		
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		脳血管疾患の年齢調整死亡率の低下（人口 10 万対） 基準値（H22 年）県：男性 70.1 女性 37.1（全国ワースト 1）、両磬：男性 64.8 女性 48.5 目標値（H34 年）県：男性 59.0 女性 34.0 食塩摂取量 基準値（H24 年）県：11.8 g（全国ワースト 1） 目標値（H34 年）県：8.0 g		
現状と課題		本県の脳卒中年齢調整死亡率は、平成 22 年から男女とも全国ワースト 1 であり、その要因とされる食塩摂取量、体格 BMI、運動不足、喫煙者が多いことが生活習慣病予防の喫緊の保健課題となっている。当所が広域振興局管内の 2 保健所に呼びかけ、平成 25 年度から県単事業を活用して「脱脳卒中宣言事業」を立ち上げ、関係団体と協働・機能分担し事業推進している。		
事業の目的		脳卒中死亡を減少させるため、生活習慣病予防対策を強化し、保健行政・地域医療・住民組織団体が協働により、情報共有と専門知識の向上、医療機関における保健指導、ボランティア等の自主活動の強化、市町とのネットワーク強化等を目的として事業を実施した。		
対 象		保健・医療・福祉関係者及び一般県民		
連携機関		医師会、歯科医師会、薬剤師会、看護協会、栄養士会、歯科衛生士会、市町、食生活改善推進員協議会、保健推進委員、消防機関、労働基準協会、商工会等		
実施時期		平成 25 年 7 月～平成 28 年 3 月		
事業内容		1 脳卒中予防体制の検討 年 2 回 2 脳卒中予防に関する普及啓発と地域活動展開 ①脳卒中予防の住民アプローチ（講演会、垂幕・のぼり旗の掲揚、マスメディア活用による PR） ②事業所に対する健康づくり自主対策の支援 健康づくり出前講座の実施、健康づくり調査の実施、分煙支援 ③医療機関における高血圧患者保健指導 尿中塩分測定、保健指導の実施、管理栄養士派遣による栄養相談の実施 ※資料添付：有・ 	④薬局における適正服薬指導 リーフレット配布による服薬患者サポート ⑤食生活改善推進員を活用した塩分測定訪問、一人暮らし高齢者訪問（保健福祉基金充当） ⑥保育所給食の減塩の定着化指導 3 生活習慣病予防に向けた専門研修の充実 ①地域保健・医療・介護等関係者の最新医療、予防、発症時の対応等の勉強会（キャリアアップ研修会） ②市町職員との課題共有（スキルアップ研修会） ③栄養士、給食関係者の情報共有、実践 4 脳卒中発症患者の傷病発症歴、生活歴等についての疫学調査の実施	
評価	プロセス評価	・三師会（医師会、歯科医師会、薬剤師会）と看護協会で機能分担した事業を展開し、食生活改善推進員等のソーシャルキャピタルを活用した地域住民への浸透を図りつつ、一体となって脳卒中予防に取り組むことができた。 ・広域振興局管内の 3 保健所管理栄養士が情報を共有して事業を展開することにより、互いの事業へのボトムアップを図りながら効果的に事業を展開できた。 ・福祉団体の助成金も活用し、食生活改善推進員の活動事業の強化を支援した。		
	結果評価	・脳血管疾患の年齢調整死亡率の低下（人口 10 万対） 県（H25 年）男性 62.1（-8.0） 女性 33.2（-3.9） 両磬 男性 55.6（-9.2） 女性 33.1（-15.4） ・事業所の受動喫煙対策が進んだ（分煙または禁煙） H22 年 73.1% ⇒ H26 年 85.5% ・従業員への健康づくり支援を実施している事業所（健診の受診勧奨、体操、健康機器設置等） 96.2% ・100%の保育所が給食の汁物の塩分 0.4～0.6%を提供		
課 題		成人期からの生活習慣病予防をさらに前進させるため、幼少期からの予防対策を強化する必要がある、次年度からこれに取り組むたい。		
その他		地域経営推進費（H25～27） 12,684 千円、いわて保健福祉基金（H25～27） 4,062 千円		

工夫した点	関係団体が脱脳卒中に向けた課題解決のために自ら事業実施するよう、情報共有と連携を強化した。
-------	---

キーワード：脳卒中予防

実施主体 電話番号 担当者	岩手県一関保健所 0191-26-1415 菊地 智江、澤口 眞規子	所在地 FAX 番号 E-mail	岩手県一関市竹山町 7-5 0191-26-3565 CC0005@pref.iwate.jp
---------------------	--	-------------------------	---

事業名		平成 27 年度運動指導事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		町民の運動習慣を基盤とした健康づくりの推進	
現状と課題		参加者のほとんどが 60 歳以上の女性であり、男性や働き世代の参加が得られにくい状況にあるため、男性や働き世代が参加しやすい教室の開催が課題。 (以下元気活いき大槌 21 プランより) ・運動習慣者の割合は男性 28.9%、女性 26.2%と平成 22 年度の男性 41.3%、女性 35.1%から大きく減少している。	
事業の目的		運動を通じた健康づくりの推進に必要な知識と実践のための技術を取得するための教室を開催することにより、メタボリックシンドロームや生活習慣病予防、介護予防を推進し、動機づけ支援を行うこと。また、継続した運動指導を実施することによる生活不活発病等の予防を行うこと。	
対 象		大槌町特定健診等で、運動指導を行うことにより、メタボリックシンドロームや生活習慣病予防の効果が期待できると認められる者、または運動指導を希望する者	
連携機関		公益財団法人 岩手県予防医学協会、大槌町教育委員会生涯学習課、エアロビック指導員、大槌町保健推進委員	
実施時期		平成 27 年 6 月～平成 28 年 3 月	
事業内容		① ヘルスアップ教室（平成 27 年 9 月～11 月、平成 28 年 2 月） 生活習慣病予防を主な目的にしている全 10 回の運動教室。有資格者や町教育委員会等へ指導を依頼し、動機づけ支援の一環として実施。 ② 健幸運動教室（平成 27 年 6 月～平成 28 年 3 月） 岩手県予防医学協会へ業務委託して実施している教室。下記 1)～3)に対象を分けて実施。 1) 楽しく笑える運動教室（全町民対象） 2) 男性のための運動教室（男性対象） 3) 子どもと一緒に運動教室（お子さん連れの方対象） ※資料添付 : 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	楽しく笑える運動教室、ヘルスアップ教室に関しては、女性がほとんどではあるが、10 名以上の参加が得られている。 上記以外の教室については、参加が少ないため、参加への呼びかけ等の対策が必要となっている。	
	結果評価	教室への参加をすることを運動習慣の足掛かりとしている参加者も見受けられる。 参加者の少なかった教室への参加者も会場を見直す等の対策後は、徐々にではあるが増加してきている。	
課 題		参加者の多くが 60 歳以上の女性となっており、運動不足が懸念される働き世代の参加が少ない状況だった。また、男性教室、親子教室の参加者が増加してはいるが、少ない状況であり、周知方法等の見直しが必要。	
その他			
工夫した点		参加者の 9 割以上を女性が占めているため、男性参加者がリピーターにならないケースが多い。そのため、対象者を区切った教室を実施した。	

キーワード：

実施主体	大槌町民生部保健福祉課	所在地	岩手県上閉伊郡大槌町上町 1 番 3 号
電話番号	0193-42-8715	FAX 番号	0193-42-4314
担当者	菅野 朗子	E-mail	akiko.k@town.otsuchi.iwate.jp

事業名		食育推進連携事業「Morning Vegetable～朝食に野菜を～(モーベジ!)」 (幼稚園との連携を中心とした取り組み)	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		仙台市食育推進計画第2期(平成23年3月策定)の推進の指標より抜粋 ※数値は計画の目標値 ・食育に「関心がある」人の割合 70%以上 ・朝食を毎日食べる人の割合 4歳児 100%, 20歳代～30歳代の男女 85%以上	
現状と課題		・仙台市食育推進計画(第2期)において,「食べる力をみんなでアップ～みんなでおいしく楽しく食べよう～」を基本目標に食育を推進している。太白区では,平成23年度より食育推進連携事業を実施している。本市では,公立・私立の保育所(園)全施設に栄養士を配置しているが,幼稚園では明確な食育担当者を設定していないことが多い現状をふまえ,平成26年度からは食育に関する情報が届きにくい幼稚園での食育を進めるため,幼稚園と連携した取り組みを中心として事業を進めている。幼稚園と連携して取り組みを行うにあたり,状況を把握するためアンケート調査を平成26年度に実施した。その結果,毎日朝食を食べている園児は97%,保護者は90.4%であった。一方で朝食習慣がある方の90%以上が主食を毎日食べているのに対し,主菜を毎日食べる方は55.1%,副菜は33.1%と低い割合となっており,朝食の内容充実に向けた取り組みが必要であることが確認された。	
事業の目的		・若い世代,子育て世代が朝食を毎日食べるようになる,朝食の内容が充実することを目指し,子育て世代に対する啓発として定期的な食情報の発信を行いながら各施設での食育の取組を広げる。・幼稚園に通う園児とその保護者が食育に関心を持ち,朝食を毎日食べるようになる,朝食の内容が充実する。また,幼稚園での食育に関する意識を高める。	
対 象		区内の幼稚園に通う園児と保護者並びに幼稚園職員	
連携機関		区内の幼稚園(20)	
実施時期		平成27年4月～平成28年3月	
事業内容		1. 情報紙の配布: 太白区内の全幼稚園(20施設)で年4回配布(配布枚数のべ16,400枚)。情報紙の内容は当課と幼稚園が連携して実施した食育講座の様子の紹介,幼稚園での食育活動の紹介,幼稚園や保護者へのインタビュー等,朝食を切口とした家族の食習慣や食育に関するものとし,簡単にできる野菜を使ったレシピも写真つきで紹介。 2. 食育講座の実施: 幼稚園を通して保護者(PTA役員等)へ講座を案内し,申し込みのあった幼稚園(2施設)で試食・デモンストレーションを交えた食育講座を実施。 例) ①講話「朝食の大切さ、好き嫌い、お弁当の工夫について」(内容は事前にPTA役員と保護者のニーズも含めて検討) ②デモンストレート「キャベチートスト,キャベツコロッケ,ウィンナー巻き,レンジスープ」 (野菜を使った簡単おかず,お弁当へのアレンジ) ③試食「キャベチートスト」 ④質疑応答(好き嫌いについての悩みが多く出された) ※添付資料: 無	
評価	プロセス評価	情報紙配布のため,26年度に太白区私立幼稚園研修会にて当事業の趣旨を説明した。26年度は16施設で情報紙を配布。27年度は区内の全幼稚園(20施設)で配布。配布時には幼稚園職員と情報交換を行い,園での食育の取り組みの推進につながるよう工夫した。食育講座は2園で実施。	
	結果評価	6月3日(S幼稚園)保護者43名参加。アンケート調査を実施。その結果,参加者の満足度は100%であった。試食後には「キャベツが甘くて子どもも食べやすいと思った」「これなら簡単だし家でもできそう」などの感想があった。デモンストレーションや試食を交えた講座では,参加者もイメージを持ちやすく実践につながるきっかけとなると思われる。	
課 題		・講座の案内が年度に入ってからとなり,幼稚園の年間予定との兼ね合いで実施できる施設が少なかった。次年度に向けては情報紙配布の機会に併せて早めに講座の案内を行う等工夫が必要である。また,講座の内容についても試食やデモンストレーションの実施のほか,媒体を活用した講座等,園の状況に合わせて工夫する。 ・情報発信として情報紙の配布を継続していくが,配布の機会を通して幼稚園職員と情報交換をしながら,職員への食育に関する意識づけも行っていく。	
その他		ここでは27年度の幼稚園対象の事業のみを記載。	

工夫した点	事業開始時は共通で使える視覚媒体(ポスター・ロゴマーク)を作成し、関係機関で活用することで広く周知。現在は、参加者が実践しようと思うきっかけとなるようデモンストレーションや試食を交えた講座の内容としている。
-------	---

キーワード：モーベジ！

実施主体	仙台市太白区保健福祉センター 家庭健康課	所在地	仙台市太白区長町南3-1-15
電話番号	022-247-1111(内線6786)	FAX 番号	022-247-1148
担当者	奥崎 香	E-mail	kaori_okuzaki@city.sendai.jp

工夫した点	全項目の結果について、説明を行うことができた。有病率の高い血糖、脂質、血圧については、生活習慣病予防に関するより具体的な内容で実施することができた。
-------	--

実施主体	宮城県 富谷町役場 福祉部 健康増進課	所在地	宮城県黒川郡富谷町富谷字坂松田 3 0 番 地
電話番号	0 2 2 - 3 5 8 - 0 5 1 2	FAX 番号	0 2 2 - 3 5 8 - 9 9 1 5
担当者	小松 智香	E-mail	kenkouzoushin@town.tomiya.miyagi.jp

事業名		高齢者低栄養化予防推進事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		高齢者の低栄養化を予防することにより健康長寿社会を実現し、高齢者が元気で活躍できる地域づくりに寄与する。70歳～74歳以下でBMI21.4 以下の人の割合27.0%（平成25年度）→目標値 減少（平成35年度）	
現状と課題		管内は、県平均を上回る高齢化率（県 33.6%横手市 35.2%）であり、要介護認定率は緩やかに上昇し続けている。平成 26 年 3 月には約 20%に達しており、今後も増えることが予想されている。標準化死亡比を見ると脳血管疾患が全国より高く 118.7。脳内出血は 136.6 である。 脳血管疾患は要介護状態になる原因の 1 位を占めており、脳内出血発症の一因として低栄養状態がある。従って高齢者の健康施策として取り組む必要性が高い。	
事業の目的		高齢者の低栄養予防による健康長寿推進と脳血管疾患予防のため、市、医療機関、福祉施設等の幅広い職種のスタッフを対象とした研修会、並びに住民を対象とした講演会などの普及啓発を実施する。	
対 象		管内住民	
連携機関		横手市、社会福祉協議会	
実施時期		平成 26 年 9 月～ （継続中）	
事業内容		平成 26 年度 （１）食習慣調査 対象：60 歳以上の在宅高齢者で要介護認定において非該当と認定された方 （２）低栄養予防講座 内容：医師による講話、食習慣調査結果を個別に説明 平成 27 年度 （１）横手地域健康長寿実現プロジェクト会議の開催（実施回数 3 回） 関係者による情報交換、課題の共有等 （２）健康教育媒体の制作→「高齢者の健康づくり」をテーマに 20 分程度の動画制作 （３）住民向け普及啓発事業の実施 講演会の開催 テーマ「低栄養予防でもっと元気に長生き！」 健康長生き教室の開催 20 回 参加者 236 人 ※資料添付 ： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	平成 26 年度に実施した食習慣調査で総死亡率が高いとされるやせの割合が 43%、食品群別摂取状況では、乳類・卵類・肉類の摂取量が目安量以下の者が多いこと等が明らかになった。 平成 27 年度普及啓発事業参加者数 593 人（10 月末日現在）	
	結果評価	平成 35 年度評価で 70 歳～74 歳以下で BMI21.4 以下の人の割合の減少を目指す。	
課 題		高齢者の健康づくり事業と介護予防事業の担当部署の連携が現状では難しい。管理栄養士、保健師のほか幅広い職種との連携が必要	
その他		管内の健康施策推進の牽引事業として 5 年程度の継続を予定。	

工夫した点	プロジェクト会議では各部署実務担当者による作業班を編成し、会議の進め方について協議した事により、各部署が抱える課題等について把握することができた。
-------	---

キーワード：高齢者、低栄養

実施主体	秋田県平鹿地域振興局福祉環境部	所在地	秋田県横手市旭川一丁目 3-46
電話番号	0182-32-4005	FAX 番号	0182-32-3389
担当者	佐藤まゆみ	E-mail	Satou-Mayumi@pref.akita.lg.jp

事業名		栄養改善事業 生活習慣病予防～高血圧予防～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		・1日当たりの平均野菜摂取量（緑黄色野菜/その他の野菜）基準値235g（H25）→目標値 増加 ・1日当たりの食塩摂取量 基準値 男性 12.0g/女性 10.1g（H25）→目標値 男性 9.0g/女性 7.5g	
現状と課題		平成25年度横手市食習慣調査結果から、食塩摂取量は男性12.0g・女性10.1gで目標量より高く、野菜の摂取量は235gで目標量に達していなかった。 高血圧予防のため、節塩と野菜摂取をすすめていく必要がある。 ※平成25年度横手市食習慣調査：横手市内小学校1年生保護者1,064件	
事業の目的		食習慣調査質問票を活用した個別食事指導を実施し、適切な食習慣確立の実践ができるよう支援する。 また、高血圧予防をテーマにした講習会を各地域で開催し普及啓発を図る。	
対 象		全市民	
連携機関		横手市食生活改善推進協議会	
実施時期		平成26年4月～平成30年3月（継続中）	
事業内容		・食習慣調査質問票を使った個別食事指導を各ライフステージで実施 妊娠期（母子手帳交付者）・学童思春期（小児生活習慣病予防健診対象児・肥満度30%以上児） 成人期（特定健診対象者）・その他希望者 ・高血圧予防の実践活動を食生活改善推進員と連携して実施 推進員講習会の開催 栄養講習会の開催 テーマ～高血圧予防～ 減塩推進活動の実施（減塩イベント・みそ汁塩分測定・塩分アンケート） ※資料添付：有・ 無	
評価	プロセス評価	食習慣調査実施者：H26年度実績 899件 栄養講習会参加者：H26年度実績1,099人	
	結果評価	平成30年実施の食習慣調査結果の集計より、食塩摂取量と野菜摂取量の確認	
課 題		食習慣改善は結果が見えにくく、継続した活動が必要である	
その他			

工夫した点	住民参加型健康づくり活動を推進するため、食生活改善推進協議会の地区組織と連携する。
-------	---

キーワード：食習慣を整え、健康的な食生活を実践しましょう

実施主体	横手市健康福祉部健康推進課	所在地	〒013-0044 横手市横山町1-1
電話番号	0182-35-2185	FAX 番号	0182-35-6374
担当者	佐々木一枝	E-mail	kenkou@city.yokote.lg.jp

事業名		安心子育て応援事業 離乳食教室～もぐもぐランド～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		実際に離乳食づくりを体験し、家庭にある食材から簡単に離乳食が作れることを知ってもらい、離乳食に対する負担感や不安の軽減を図る	
現状と課題		乳幼児健診時の栄養相談やアンケートから、離乳食に対して負担感や不安を持つ保護者が増えてきている。また離乳食をベビーフードに頼っている保護者もいるため、離乳食完了後の食事がスムーズに進まないケースがある。このことから、実際に離乳食づくりを体験してもらい家庭にある材料から簡単に離乳食が作れることを知ってもらいたい。また、若い頃から保護者が食事や料理に興味を持ち、これからの生活習慣病予防につなげていきたい。 集団指導という場を利用し、保護者が孤立しないで、仲間をつくるきっかけの場にしたい。	
事業の目的		・離乳中期食の調理形態について理解する ・簡単な離乳食づくりを体験し、今後の生活に生かす。 ・保護者同士の交流ができる	
対 象		7ヵ月児とその保護者	
連携機関			
実施時期		平成 25 年 4 月～	
事業内容		・ 7 ヶ月児の身体計測（身長・体重・頭囲・胸囲） ・ 保健師による発育相談（個別対応） ・ 離乳食中期食についての説明（集団） ・ フードモデル展示 ・ 簡単な調理実習（2 班にわかれ各 1 品作る） ・ 試食（スプーンを 2 種類準備し、子供と保護者に試食をしてもらう） ・ 離乳食について個別相談 従事者：管理栄養士、栄養士、保健師、看護師、母子保健推進員 ※資料添付 ： 無	
評価	プロセス評価	・ 参加後の意識変化を把握するため、アンケートを実施 （平成 26 年度アンケート結果） 参加率 8 5 . 2 % 参考になった 9 3 . 0 % 交流できた 8 8 . 0 %	
	結果評価	離乳中期食の調理形態を作る過程を体験し、実際に食べてもらい理解を深めている様子。個別相談では、離乳食について悩んでいたが実際に作る過程を見て、思っていたより簡単だったので家でも作ってみようという声が聞かれる。	
課 題		アンケート結果から交流できなかった人が 7 % の割合でいるため、今後、集団と個別の両面から他職種と連携し、保護者同士の交流ができるような働きかけをしていきたい。	
その他		母子分離をして調理実習をおこなっているため、保健師や母子保健推進員の協力をもらって事業を行っている。	

工夫した点	
-------	--

キーワード：

実施主体	秋田県仙北市役所 市民福祉部保健課	所在地	秋田県仙北市角館町中菅沢 77-28
電話番号	0187-55-1112	FAX 番号	0187-55-1113
担当者	村岡 利恵	E-mail	rie-muraoka@city.semboku.akita.jp

事業名		一人暮らし後期高齢者の食と生活習慣に関する実態調査	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		「健康やまがた安心プラン」・栄養バランスを考えて食事をとる高齢者 71.8%（H22）→80%（H34） ・地域活動に参加している高齢者 35.2%（H22）→45%（H34）	
現状と課題		①平成 25 年国民生活基礎調査による高齢者が要介護状態になる主な要因は、「高齢による衰弱」、「関節疾患」、「骨折・転倒」、「認知症」などで、これらは低栄養と関係が深い。 ②高齢夫婦世帯や一人暮らし高齢者など高齢者のみ世帯が年々増え続けているが、特に一人暮らし高齢者の増加は顕著である。 ③各自治体では、国の制度の中で介護予防事業の対象者を把握しているが、低栄養は十分に把握しきれていない。	
事業の目的		低栄養を予防して健康でいきいきとした高齢期を送るための基礎資料を得ると共に、調査結果は、健康長寿の実現に向けて関係機関等に広く発信する。	
対 象		管内 3 市町の食生活改善推進員から推薦された 7 5 歳以上で自立した一人暮らし高齢者 105 人。	
連携機関		山形県立米沢栄養大学、管内 3 市町、管内 3 市町食生活改善推進協議会	
実施時期		平成 26 年 7 月から平成 28 年 3 月	
事業内容		①「一人暮らし後期高齢者の食と生活習慣に関する実態調査」の実施 （調査内容：体格、健康意識、食事状況、買物状況、社会参加状況等） ②調査結果報告 （知事記者会見、栄養・食生活関連事業関係者を対象とした報告会、管内食生活改善推進協議会リーダー研修会、ホームページ掲載、地域版ラジオ放送） ③調査結果報告書及びパンフレット作成 ④出前講座の実施（テーマ：調査結果を基にした「健康長寿のための食生活」） ※資料添付：（有）・ 無 調査結果パンフレット A 3 （2 枚）	
評価	プロセス評価	①調査協力者 94 人（89.5%） ②調査結果パンフレット作成 3,000 部 ③出前講座の周知	
	結果評価	①管内介護予防関係機関等へパンフレット配布 ※12ヶ所 （地域の高齢者を対象にした調査結果なので説得力があったとの意見とパンフレットの追加希望有。） ②出前講座の実施 ※8回（220人）	
課 題		調査からは、規則正しい食と生活習慣の重要性が再確認されたので、今後も「健康長寿のための食生活」について機会をとらえて広く発信していく。	
その他		平成 27 年度は、本調査協力者の中から 85 歳以上の者を抽出し「食と生活習慣に関する回想調査」を実施した。現在、結果報告を作成中。	

工夫した点	
-------	--

キーワード：

実施主体	山形県置賜保健所	所在地	山形県米沢市金池三丁目 1-26
電話番号	0238-22-3004	FAX 番号	0238-22-3003
担当者	二関 悦子	E-mail	nisekie@pref.yamagata.jp

低栄養予防のポイント

主食・主菜・副菜をそろえ、1日3食
バランスよく食べましょう！

副 菜

野菜、海藻、きのこなど。
ビタミンやミネラル、食物繊維
を含み体の調子を整えます。

主 食

ごはん、パン、麺類など。
炭水化物を多く含み、エネル
ギーのもとになります。

主 菜

肉、魚、卵を使った料理や豆
腐、納豆など。たんぱく質を多
く含み、体をつくるもとになり
ます。旬菜、食べましょう。

汁 物

みそ汁、お茶、
牛乳、スープなど。

◎あなたの食生活をチェック！ 毎日食べていますか。



まんべんなく食べて、1日に9～10品目を目指しましょう。 ※「食生活改善推進員センター」発行資料より引用

運動でロコモティブシンドローム予防

①片脚立ち

左右1分ずつ、1日3回行いましょう。

姿勢をまっすぐに
行います。
床につかない程度に片
足をあげます。



◎転倒しないように、つかまるものがある場所で行いましょう。

②スクワット

深呼吸をするペースで5～6回繰り返します。
1日3回行いましょう。

肩幅より少し広め
に足を広げて立ち
ます。

息を吐きながら
お尻を下げて、吸い
ながらゆっくり元
の姿勢に戻ります。
椅子に座るイメージ
で行います。



◎支えが必要な人は、机やイスに手をついて行います。

※山形県ホームページ参照

発 行：山形県健康推進所 保健企画課 健康企画担当 TEL0238-22-3004

助言：山形県立米沢栄養大学

協 力：米沢市食生活改善推進協議会・川西町食生活改善推進協議会・白鷹町健康づくり推進協議会 平成27年6月発行

健康長寿に向けた 食と生活習慣



「一人暮らし後期高齢者の食と
生活習慣に関する実態調査」から



世界有数の長寿国となった我が国においては、年を重ねても「いかに健康で充実した暮らしをしていくことができるか」が最大の課題です。

高齢者の健康面で心配されるのは、低栄養や足腰の衰え（ロコモティブシンドローム）ですが、これらを予防するためには、健康的な食事や活動的な生活を心がけることが大切です。

このたび、平成26年7月～9月にかけて、75歳以上で一人暮らしの元気な方を対象に「食と生活習慣に関する実態調査」を行ったところ、良い食生活と活動的な生活習慣の重要性が確認されましたので報告します。

調 査 概 要

対象者 94名

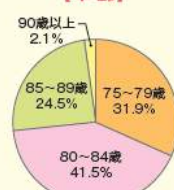
米沢市・川西町・白鷹町の
食生活改善推進員の皆様から
紹介していただきました。



【性別】



【年齢】

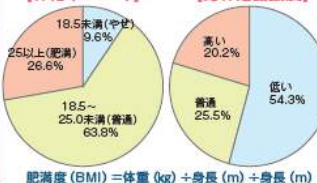


【独居年数】



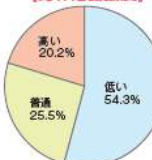
身体状況

【体格(BMI)】



肥満度(BMI) = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

【身体活動強度】

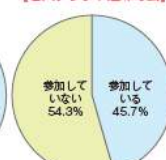


社会参加状況

【地域の集まり】



【老人クラブや趣味の会】



栄養素等摂取状況

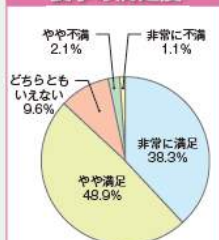
座っていることが多い生活では、食欲が低下して食事の量が減り、体に必要な栄養素が不足することが予想されますが、今回の調査で身体活動強度が低いとされた女性46人の栄養素等摂取状況は、概ね良好でした。

- ①推定エネルギー必要量1,500kcalに対し、摂取量の平均値は、1,555kcalでした。
- ②たんぱく質の推奨量50gに対し、摂取量の平均値は58.2gでした。
- ③野菜の摂取目標量350gに対し、摂取量の平均値は313gでした。

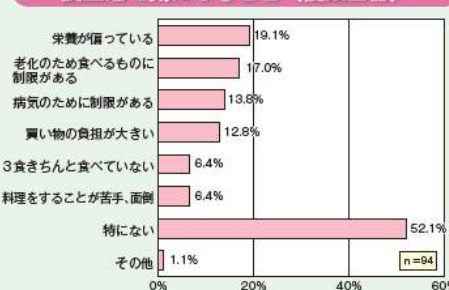
出典：①、②「日本人の食事摂取基準（2015年版）」

③「健康やまがた安心プラン」評価指標・野菜摂取量：目標値350g、現状値320.2g（20歳以上）

食事の満足度

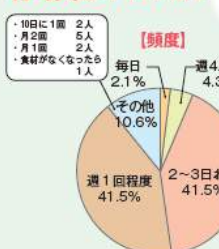


食生活で気になること（複数回答）



買い物状況

主に自分で買い物
に行く人は 77.7%！



買い物するときに重視すること（複数回答）

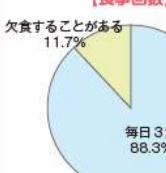


- ・購入先で一番多かったのはスーパーでした。
- ・購入食品で一番多かったのは、材料中心で、次が惣菜でした。

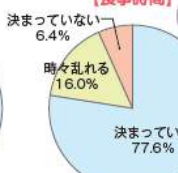
食事状況

全員が自分で食事を作っていました！

【食事回数】



【食事時間】



【外食の利用状況】



事業名		糖尿病になんてならないぞ！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		(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)社会生活を自律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		H25～H34 まで、糖尿病有病者 9.5%→維持、予備軍 31.1%→25.0%以下（※第2次健康いいで21より）	
現状と課題		① 糖尿病有病率は9.5%、糖尿病予備軍は31.1%（H23 特定健診結果より） ② 健診結果説明会等での面談から糖尿病リスクの高い方は、米、果物、芋類、菓子などの摂取頻度が高く、早食いの傾向にある。また、豪雪地帯であることから冬期間の活動量が減少する傾向にある。 ③ 意識して身体を動かしている人の割合は29.5%（第2次健康いいで21より） ・糖尿病予防の知識普及、バランスのとれた食事の実践、身体活動量の増加、が必要である。	
事業の目的		・HbA1cが0.1%以上、下がる。（初回より2か月後の採血、または次年度の健診において）	
対 象		H27 年度の特健診受診者のうちHbA1cが6.0%以上の者、または糖尿病予防に興味のある者	
連携機関		食生活改善推進員、鹿俣体育研究所、南陽検診センター	
実施時期		・1コース目：10/9、10/21、11/11、12/5、12/22 ・2コース目：11/30、12/7、1/13、2/18、3月上旬（※現在実施中）	
事業内容		第1回目・寸劇（自作）、補足説明、質疑応答（糖尿病と予防の基礎知識・実践方法の紹介） ・ランチタイム～ご飯の適量を測る～（バランス、野菜の量、塩分量、食べ方、時間など） ・グループワーク（生活の振り返り・目標設定）※スタッフは個別対応を意識して 第2回目：健康運動指導士による講話と運動、グループワーク（取り組みの振り返り・目標見直し） 第3回目：間食 50kcal を食べて消費して体感する （適量の展示、血糖値上昇しにくいお菓子の選び方、セルフコントロール、有酸素運動と筋トレ） 第4回目：採血（未受診者の集健診のときに同時実施） 第5回目：結果返却、個別面談、次年度の健診までの目標設定 ※資料添付：有・ 無	
評価	プロセス評価	① 保健師、栄養士、健康運動指導士、3者で打ち合わせを重ねることで教室全体につながりがでた。 ② 参加人数：1コース目延30人（平均6人/回）、2コース目延37人（平均18.5人/回）※現在実施中 ③ 行動目標の実行率（8割以上できた66.7%、5割できた16.7%、意識したができなかった16.7%） ④ 満足した・達成があった・やればできると感じた の項目に全員○が付いた。（評価アンケートより） ⑤ らくらく筋トレルームの利用者1名増加（※運動習慣の継続が期待できる）	
	結果評価	・HbA1cが平均0.3%減少（最低0.2%⇔最高0.4%）※測定不能者1名を除く。	
課 題		① グループワークで目標設定を行う時は、メンバーにやせ型・肥満型が混在しないように配慮すると、対象者に合ったアドバイスがしやすい。（生活の振り返りでは、話題や情報が広がり良かったと思うが） ② 75歳以上の高齢者（やせ型）へは、低栄養予防の指導が優先となってしまったため、対象者の基準を「75歳未満」などと限定するとさらに効果的に発症予防ができたのではないかと。 ③ 集団指導の中でも、より個別対応していくためには、参加人数が多ければ良いというものではないと感じた。支援の質を維持するためには、スタッフの適応能力向上と人数の調整が必要。	
その他		教室終了の3か月後、さらに1年後に、事後フォロー（電話・面談・教室等）を検討中。	

工夫した点	・寸劇：スライドを使用して視覚情報をプラスすることで病態やポイント等をイメージしやすくした。 ・グループワーク：時間を長く設け、生活や取り組みの振り返り・目標設定で情報共有できるようにした。
-------	--

キーワード：

実施主体	飯豊町健康福祉課健康医療室	所在地	山形県西置賜郡飯豊町大字椿 3654-1
電話番号	0238-86-2338	FAX 番号	0238-86-2230
担当者	屋島 さおり	E-mail	i-iryou@town.iide.yamagata.jp

事業名		特定給食施設等における料理の塩分測定について	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		実際に提供している料理の塩分濃度の把握	
現状と課題		・巡回指導時に給食提供料理の塩分については実測値の確認はしていない。 ・特定給食施設等では検食を行っている施設は多いが、検食者の所見による記録が多く、塩分の実測値による評価を行っている施設はほとんどいない。 ・減塩対策を実施している特定給食施設等が多いが、実際に提供している料理が栄養目標量どおりの食塩相当量で提供されているかの把握ができていない。	
事業の目的		特定給食施設等における給食提供料理の塩分測定を行うことで、食塩相当量の実態を把握するとともに、県中管内の減塩対策を推進していくための参考データとする。	
対 象		①巡回指導施設（医療監視含む）②塩分濃度測定希望施設	
連携機関		管内特定給食施設等、市町村	
実施時期		①平成 27 年 10 月～3 月 ②8 月～12 月に指定をした 4 日間	
事業内容		・給食提供料理を塩分測定器で測定する。 ・測定した料理の栄養目標量の提示があった際は、栄養目標量との差を確認する。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	・巡回指導時は書面内容の確認が主であるが、塩分測定を行うことで、実際の食塩提供量を推測することができ、当所にとって栄養管理の実態を把握する上で、有効な手法であると思われた。 ・当所における塩分測定の実施申し込みは無く、業務時間内に当所に出向いて塩分測定を行うことは、施設側にとっては負担になる内容だったと思われた。	
	結果評価	実施件数①：43 件（学校 5、病院 11、福祉施設 7、保育所 4、寄宿舍 3、事業所 13） ②：0 件 ・塩分測定濃度結果と聞き取りで把握した 1 杯の分量から、食塩の量を計算し、施設側が作成した献立の栄養計算値と比較することで、1 杯あたりの食塩相当量の差があるかを確認することができた。（指導時に献立の栄養計算値の提示のあった施設のみ） ・事業所 13 施設中 7 施設（53.8％）で献立の栄養計算値よりも高い塩分濃度結果が確認された。原因としては、目分量での味付けがなされていたことや、喫食時間が長いことによる温め直し、保温状態での提供が、献立の栄養計算値よりも高い塩分測定結果につながったことも考えられた。調味料の計測の徹底化、水分の蒸発による塩分濃度の上昇についても考慮した献立作成、調理の検討が必要と感じた	
課 題		・献立作成において食塩相当量の基準を満たすことも重要なことであるが、利用者の嗜好に配慮することも献立作成には大切な視点である。特定給食施設等には、嗜好・満足度調査の実施や評価も取り入れた献立作成について周知、指導を行う必要がある。	
その他			

工夫した点	・巡回指導時間内に取り組むことのできる内容とした点
-------	---------------------------

キーワード：

実施主体	福島県県中保健福祉事務所	所在地	福島県須賀川市旭町 1 5 3 - 1
電話番号	0248-75-7814	FAX 番号	0248-75-7824
担当者	健康増進課 五十嵐 佳代子	E-mail	Igarashi_kayoko01@pref.fukushima.lg.jp

事業名		健康きたかた生活習慣病対策強化事業－健康づくり(生活習慣病予防)キャンペーンの実施－	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		【第二次健康きたかた 2 1 計画に基づく指標】 * 【肥満者割合の減少】→減少(H30 迄の目標値) * 【塩辛いものをよく食べる人の減少】→減少(〃) * 【バランスのよい食事が摂れる人の増加】→85%(〃) * 【食育に関心を持っている人の増加→80%以上(〃)	
現状と課題		福島県は全国的にみても男女ともに塩分の摂取量が多く、本市の国保事業から見た主な疾病と医療費の傾向からも高血圧、心臓病、脳卒中などの循環器疾患の占める割合が約 6 割と高い。本市においては平成 25 年度から市民の塩分摂取の実態を明らかにし、減塩対策につなげることを目的として推定摂取食塩量調査を開始した。血圧の管理に大きく関係する塩分摂取を中心に、血管の健康、適正な体重管理等の啓発も実施し、生活習慣病予防に対する市民の意識醸成に取り組んでいる。	
事業の目的		第二次健康きたかた 2 1 に基づき、パンフレット等による啓発を実施する「きらり喜多方食育応援店」を整備することで、市民が食育・栄養・食生活に関する情報を入手し、個人で実践できるような環境を整え、市民の日々の生活における食育実践活動を推進することを目的とする。	
対 象		市民	
連携機関		市内で営業している飲食店、スーパー、商店、宿泊施設等で、事業の目的に賛同し、事業内容を実施する事業所。喜多方市食生活改善推進員会。	
実施時期		平成 26 年度～平成 30 年度（5 か年計画）	
事業内容		≪きらり喜多方食育応援店による啓発≫ (1) 「応援店」を募集し、市が提供するポスター、チラシ、パンフレットを店舗等に設置することにより、市民に情報提供を行う。 (2) 食育推進に積極的に協力する事業所等を「応援店」として登録し、「応援店」ステッカー等の交付、市ホームページでの紹介等により、この事業の P R を図る。 (3) その他、目的達成のために必要となる事業を行う。 ≪食生活改善推進員による啓発≫ 地区等での活動の中に減塩等食生活改善の内容を盛り込み、市民への啓発を図る。 ※資料添付 ： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	パンフレット等による啓発を実施する「きらり喜多方食育応援店」が増加し、普及啓発の機会が増えた。 【0→25 施設登録】（H27 実績）	
	結果評価	平成 27 年度健康生活習慣のアンケート調査結果より(第二次健康きたかた 2 1 中間評価) * 【肥満者割合の減少】→30～60 代男性の肥満割合は増加。60 代女性の肥満割合は減少。 * 【塩辛いものをよく食べる人の減少】→増加。女性よりも男性の割合が高く、20～30 代で食べている割合が高い。 * 【バランスのよい食事が摂れる人の増加】→68.1% * 【食育に関心を持っている人の増加】→45.3%	
課 題		市の健康実態と課題を踏まえ、生活習慣病予防及び改善につながる食育の推進を図り、健康増進と一体的に取り組むことでより効率的、効果的なものになるようアプローチ手法の工夫が必要である。	
その他		今後は、応援店を活用した情報発信を進めるとともに、応援店メニュー等の新たな取り組みに向けて各施設と検討していく。	

工夫した点	平成 26 年度、喜多方市の健康実態と減塩普及のため野菜摂取推進の内容に減塩や適正体重の推進を盛り込んだパンフレットを作成し、健康応援店を活用し啓発活動をするとともに、食生活改善推進員との連携により市民への地区での普及・啓発に努めた。現在も継続推進中である。
-------	---

キーワード： 各年代を通した間断のない食育の推進

実施主体	喜多方市	所在地	福島県喜多方市字御清水東 7244-2
電話番号	0241-24-5223	FAX 番号	0241-25-7073
担当者	大場美香	E-mail	hoken@city.kitakata.fukushima.jp



事業名		適塩事業マニュアルの作成と活用の促進	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		「第2次健康いばらき21プラン」（平成25年度～29年度）における指標項目「1日あたりの食塩平均摂取量（成人）」を、目標年度（平成29年度）までに、男性9g未満女性7.5g未満とする。	
現状と課題		現状　○「1日あたりの食塩平均摂取量（成人）」の現況値（平成23年）は、男性11.5g、女性10.1gと目標値を大きく上回っている。 ○茨城県は脳血管疾患、急性心筋梗塞などの循環器疾患での死亡が全国に比べて有意に高い。 ○市町村においては、住民の食塩摂取量の実態把握がなされておらず、科学的根拠に基づいた有効な栄養施策（適塩事業）を立案するための地域診断と介入効果の予測手法も確立されていない。 課題　①循環器疾患での死亡を少なくするため、その要因となっている食塩の摂取を減らす必要がある。 ②調査結果等の科学的根拠に基づいた栄養施策（適塩事業）の企画・実施を行い、適正な評価により成果が的確にみえる事業の展開が必要である。（PDCAサイクルに基づく事業の展開） ③多くの市町村が①の事業展開を実現するためには、有効な調査手法や解析方法がわかり、介入効果の予測と実行可能性の判断ができるマニュアルの作成が必要である。	
事業の目的		（1）保健事業のPDCAサイクルに添った事業展開で適塩事業を行うためのマニュアルの作成 （2）適塩事業マニュアルの市町村での活用の支援	
対　象		県内全市町村（マニュアル活用対象）	
連携機関		モデル事業実施市町（行方市、潮来市、大洗町）及び市町食生活改善推進協議会	
実施時期		平成26年度～27年度	
事業内容		1　適塩事業シミュレーションシート作成のためのモデル事業の実施 （1）食塩摂取量の把握とその要因の調査（3市町） 随時尿の採取による食塩摂取量の推定と質問票による食習慣調査（食塩に特化したもの）を行った。 20歳～79歳の住民を600人ずつ抽出し、訪問回収を食生活改善推進員の協力を得て行った。 （2）調査結果から、介入効果が予測できる「適塩事業シミュレーションシート」を作成 2　マニュアル作成検討会の開催（モデル事業実施市町等からの意見徴収） 3　マニュアルの印刷と関係機関への送付及びホームページへの掲載 4　マニュアル活用のための研修会の開催 ※資料添付　：　有　・ ☐	
評価	プロセス評価	○モデル事業実施市町との調査及び解析を適正に行うことができた。（回収率50%強） ○検討会を実施し、マニュアル内容の充実を図ることができた。（モデル市町、食生活改善推進員等参加） ○マニュアル周知のため、関係機関に印刷・配布(200部)及びホームページへ掲載することができた。	
	結果評価	（1）適塩事業を行うためのマニュアルを完成することができた。 （2）活用促進のための研修会を実施し、活用の支援を行うことができた。	
課　題		○多くの市町村がマニュアルを活用して適塩事業が実施できるよう、個別に支援して行く必要がある。 ○食環境への働きかけは、調査結果等を「いばらき健康づくり支援店」での取組に組み入れるなど、県レベルで広域に行う必要がある。	
その他			

工夫した点	○調査の回収率アップもねらい、適塩の普及を担う食生活改善推進員に訪問回収の協力を得て実施した。 ○事業計画段階で事業実施の効果を予測できる「適塩事業シミュレーションシート」の作成を行った。
-------	--

キーワード：科学的根拠に基づく栄養施策 PDCAサイクル 適塩事業マニュアル

実施主体	茨城県立健康プラザ	所在地	茨城県水戸市笠原町993-2
電話番号	029-243-4215	FAX 番号	029-244-4852
担当者	須能 恵子	E-mail	k.sunou@hsc-i.jp

工夫した点	食事バランスガイド上の料理レシピと栄養アドバイスをホームページに掲載。多機関連携での事業推進。
-------	---

実施主体	茨城県土浦市健康増進課	所在地	茨城県土浦市下高津 2-7-27
電話番号	029-826-3471	FAX 番号	029-821-2935
担当者	渡邊 直子	E-mail	

事業名		従業員食堂における健康づくり推進モデル事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		地域でモデル事業を実施することによって、働く世代の食生活への関心を高め食習慣の改善を促し、望ましい食生活を支援するための食環境整備を図る。	
現状と課題		管内は、県内でも脳血管疾患、心筋梗塞の死亡率が高く、働く世代の男性の肥満、食塩摂取量が多い。	
事業の目的		・働く世代が食生活の関心を高め、食習慣改善のための知識・態度を身につける。 ・望ましい食生活を支援するための食環境整備を促進する。 ・事業所全体で健康づくりに取り組める気運醸成や態勢を充実させる。 ・働く世代への食習慣改善に向け、モデル事業で得られた成果を管内に普及させていく。	
対 象		A 事業所（製造業/従業員数約 250 名）、B 事業所（製造業/従業員数約 300 名）	
連携機関		モデル事業所の衛生管理者・看護師・給食受託業者、管内市健康づくり担当等	
実施時期		平成 25 年 8 月～平成 26 年 6 月	
事業内容		1 モデル事業の実施 (1) 実態把握 2 事業所の衛生管理者や看護師、給食受託業者等への聞き取りと、モデル事業の実施前後に 2 事業所の従業員に対して自記式無記名のアンケート調査を実施し、従業員の食習慣や健康状態等を把握した。 (2) 各事業所の課題に合わせた取り組み 各事業所の課題や状況に応じ、①健康・栄養情報の提供、②健康づくりイベント・健康教育の実施、③食環境整備支援を行った。 (3) モデル事業検討会の開催 2 事業所の衛生管理者や看護師、給食受託業者、管内市担当職員を構成員とし、事業内容や管内他事業所への普及方法について検討した（全 3 回）。 2 管内事業所への普及（事業所給食施設関係者研修会の開催） 事業所給食施設関係者が壮年期等の栄養管理について理解を深め、モデル事業の取り組み内容や成果を他の事業所に普及させるための研修会を実施した。 ※資料添付 : 有	
評価	プロセス評価	・実態把握により、モデル事業所では肥満者、高血圧者、高血糖有所見者が多いこと、食習慣の行動として「しょうゆを直接かける」者が約 7 割と食塩を多く摂りやすい傾向にあること、1 日に食べる野菜料理の皿数は「1～2 皿」が約 8 割と野菜摂取量は少ない傾向にあることがわかった。 ・7 か月間の定期的に取り組むをすることで、野菜摂取量の増加や食塩摂取量の減少など客観的なデータ改善には至らないが、野菜を摂取しようとして心がけている人が増えたりと食生活への関心が高まった。	
	結果評価	・ヘルシーメニューの工夫や調味料入れ容器の変更、減塩しょうゆ・ノンオイルドレッシングへの変更等の食環境を変えることによって、食習慣改善につながった。 ・モデル事業を契機に、事業所自ら積極的に減塩・食事バランスの情報提供を実施したり、事業所の健康管理部門と給食管理部門の連携強化につながった。また、事業主が安全衛生委員会において、健康管理に対する発言が多くなる等、事業主の意識が高まり、事業所全体で健康増進に対する気運醸成につながった。 ・管内の事業所へは、研修会を実施することで普及をすることができた。	
課 題		モデル事業で得られた成果の管内事業所への普及は不十分であり、今後も食生活への関心・食習慣改善のために各関係機関と連携した食環境整備支援に努めていきたい。	
その他			

工夫した点	モデル事業所の中でも、衛生管理者や看護師、給食委託業者の栄養士や調理員など、様々な部門・職種と連携し、各事業所の課題に合わせ継続した取り組みを行った。
-------	---

キーワード：食環境整備 事業所 働く世代

実施主体	栃木県安足健康福祉センター	所在地	栃木県足利市真砂町 1-1
電話番号	0284-41-5895	FAX 番号	0284-44-1088
担当者	佐々木 千尋	E-mail	ansoku-kfc@pref.tochigi.lg.jp

1 実態把握（アンケート調査）の結果について

(1) 実施時期

事業前：平成 25 年 9 月 事業後：平成 26 年 5 月

(2) 調査項目

- ①基本属性（性別、年齢） ②心身の健康状態 ③健診結果（メタボリックシンドローム、肥満）
 ④食生活について（朝食摂取、食品の摂取状況、塩分に係る食品の摂取状況、野菜摂取量）
 ⑤従業員食堂メニューの選択理由 ⑥外食メニューの選択理由 ⑦健康づくり・食生活改善への支援について
 ⑧健康づくり（健康情報、栄養情報の提供、健康づくりイベント等）についての意見

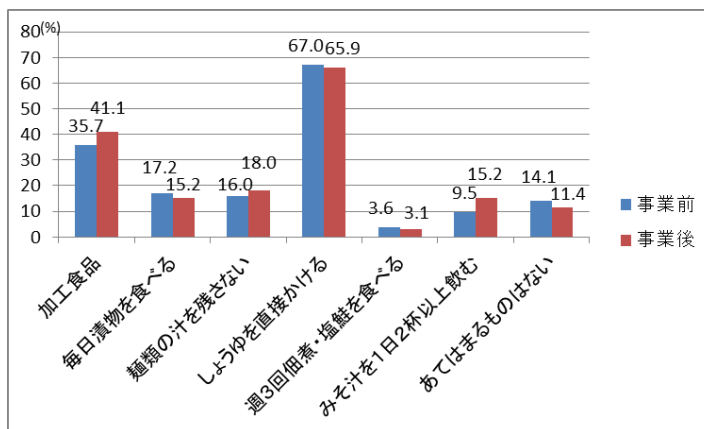
(3) 主な結果

①回答者及び回答率

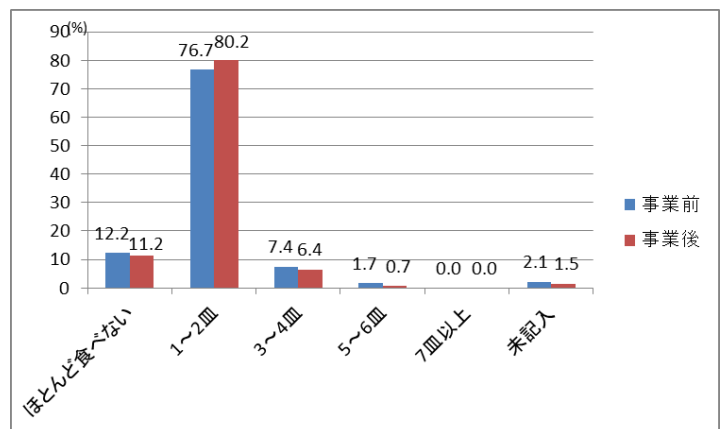
事業前：対象者 576 名 回答者 476 名（男性 409 名、女性 67 名） 回収率 82.6%

事業後：対象者 551 名 回答者 455 名（男性 407 名、女性 48 名） 回収率 82.6%

②塩分を多く含む食品の摂取状況（複数回答）



③1日の野菜料理の摂取状況



2 モデル事業の取り組みの様子

(1) 健康・栄養情報の提供



↑各事業所の課題に応じた

卓上ポップ

栄養士の手書きの健康情報→



↓選択制小鉢の

エネルギー表示



自分で盛り付けるご飯の →
量とエネルギー表示



(2) 健康づくりイベント・健康教育の実施



↑塩分量、アルコールのエネルギー表示

他にも体脂肪測定や野菜 350g 計量体験など実施

(3) 食環境整備支援



↑ヘルシーメニューの検討



↑調味料入れの検討

事業名		しもつけ減塩部 高血圧予防教室	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	(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)社会生活を自律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			
指標と目標値		・しょうゆをたっぷりかける人の割合の減少 男性 30.6%（平成 23 年度）→ 20%以下（平成 29 年度） 女性 12.0%（ ” ）→ 10%以下（ ” ） 参考資料「健康しもつけ 21 プラン（第二次計画）」 ・1 日あたりの食塩摂取量（20 歳以上）の減少 11.2g（平成 21 年度）→ 8g 未満（平成 34 年度） 参考資料「とちぎ健康 21 プラン（二次計画）」	
現状と課題		栃木県民の食塩摂取量は、1 日あたり男性 11.9g、女性 9.9g であり、目標量（男性 8g・女性 7g）を超えて摂取している。参考資料「平成 24 年度国民健康・栄養調査」 また、下野市の平成 25 年度 5 月診療費用において、生活習慣病といわれる疾病の中で最も高い費用額となっている高血圧は、全体の 8.78%（県 8.72%）を占め、次に腎不全が 8.28%（県 6.12%）を占めている。参考資料「栃木県国民健康保険団体連合会 目で見える栃木県の医療費状況」 栃木県民は脳卒中・心疾患の死亡率が高く、これらの要因として高血圧の合併症が強く影響している。この高血圧の原因のひとつに食塩摂取量の多いことがあげられていることから、減塩の必要性や自分の塩分摂取量を確認し、適正量の把握と生活習慣の改善を図るために、高血圧予防教室を行うこととした。	
事業の目的		高血圧予防・腎臓病予防のために、減塩について学ぶ。また、尿検査によって自分の塩分摂取量の変化を確認し、減塩習慣を継続することができるようにする。	
対 象		下野市民で、健診受診者のうち 74 歳以下で下記①②のいずれかに該当する方 ①血圧が要指導以上の方で内服治療していない方 ②クレアチニンが要指導の方	
連携機関		・栃木県保健衛生事業団（尿検査委託）・県南健康福祉センター（家庭用血圧計の借用）	
実施時期		年 2 回（4 クール）とし、各回は対象者と実施場所を変えた。 ①10/5, 10/26, 11/18, 12/9 ②1/25, 2/15, 3/2, 3/23	
事業内容		・1 日目：講話と自己チェック表の回収（尿検査、2 日分の食事記録、生活習慣チェックシート） ・2 日目：講話と調理実習、自己チェック表の結果説明（尿検査、食事記録、みそ汁塩分測定（希望者のみ））、血圧記録票の回収 ・3 日目：尿検査の回収、相談（希望者のみ） ・4 日目：講話（生活習慣チェックシート、みそ汁の飲み比べ、グループワーク）と尿検査の結果説明 フォローアップ：翌年 6 月に対象者全員の尿検査を実施し、減塩習慣の継続の確認を行った。 尿検査の方法：随時尿を用いて、Na、K、Cr 濃度の分析から 1 日の塩分摂取推定値を算出 ※資料添付 ： 有 ・ （無）	
評価	プロセス評価	参加者の継続性と日常の食・生活習慣の状況を知る ・教室参加者は全体で 28 名になり、全員過程を終了した。 ・4 回 1 コースとし時間をかけて段階を踏んでいくことにより、伝わりやすい教室になった。 ・参加者の 4 日分の食事記録をバランスガイドに当てはめ塩分量を計算し、また希望者の普段飲んでいるみそ汁の塩分量を計ることで、参加者自身が日頃の塩分量を振り返ることができた。	
	結果評価	・参加者アンケートの 9 割近くが「生活習慣の改善にすぐに取り組みそう」と回答があった。 ・家庭で食事を用意している参加者が多く、家族の減塩にも繋がったとの意見もあった。 ・参加者が学んだことを家庭に持ち帰り、実践することで減塩の輪が広がっていくと考える。 ・実際の塩分摂取量については、教室中に 2 回の尿検査で塩分摂取量を出し、6 割の対象者が減塩に成功した。しかし、フォローアップでは、ほとんどの対象者の塩分量が増えていた。	
課 題		・教室参加期間中は、定期的に塩分について意識できるが、教室終了後も意識を継続させることは難しいことが改めて分かった。 ・今後は、高血圧予防の生活習慣を継続できるように、健康だよりや減塩のポイントを手紙で送る等の支援をしていきたい。また、教室参加後のフォローアップ体制についても検討していきたい。	
その他			

工夫した点	・4 回 1 コースとし時間をかけ、またフォローアップを行うことにより減塩習慣につながるようにした。
-------	--

キーワード：高血圧、減塩

実施主体	下野市役所 健康増進課	所在地	栃木県 下野市 下古山 1220
電話番号	0285-52-1116	FAX 番号	0285-52-3712
担当者	山崎 泰世	E-mail	kenkouzoushin@city.shimotsuke.lg.jp

事業名		重症化予防介入事業の取り組み(国保の特定健診結果から医療機関受診につなぐ受診勧奨)	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		国保の特定健診結果で受診勧奨判定値を超えていた未受診者の、適正な医療機関受診への増加。	
現状と課題		データヘルス計画を策定するにあたり具体的な保健事業として「受診勧奨強化」と「重症化予防介入」を計画の主軸とし、推進していく方向とした。しかし、平成26年度特定健診結果で、血圧、血糖、脂質の値が受診勧奨判定値を超えた人の約半数は、医療機関への受診が確認できない。	
事業の目的		特定健診で受診勧奨判定値を超えている人を、早期に医療機関受診につなげるにより生活習慣病の重症化を予防することを目的とする。そのため、特定保健指導の対象外で受診勧奨判定値を超えている人のうち、医療機関未受診者に、受診勧奨を実施し、適正に受診する人を増加させる。	
対 象		平成26年度の特定健診受診者2,768人(男性1,237人、女性1,231人)のうち、健診結果が、非肥満(腹囲:男性85cm未満、女性90cm未満・BMI<25)、健診時の質問票で、血圧・血糖・コレステロールの服薬歴が無く、受診勧奨判定値を超えるレベル(収縮期血圧160mmHg以上、拡張期血圧100mmHg以上、HbA1c6.5以上(NGSP値)、LDLコレステロール180mg/dl以上、中性脂肪1000mg/dl以上)が、いずれかひとつでも該当する152人(男性43人、女性109人)及び、健診受診後3ヶ月以内に、国保データベースシステム(以後KDBシステム)で、レセプトデータの確認が出来ない146人(男性41、人女性105人)を対象とした。	
連携機関		市国保年金課、県国民保険連合会	
実施時期		平成27年3月～平成27年10月。	
事業内容		生活習慣病の各々のリスクに合わせて作成したリーフレットに、返信用の回答書を同封し、受診勧奨通知を郵送した。回答書の未返信者に、保健師2人、管理栄養士1人による家庭訪問を実施し、医療機関の対応状況(受診日・検査・治療・薬剤等)、今後のフォロー等を中心に確認した。訪問終了後の約3ヶ月後に、再度KDBシステムで受診の有無を確認した。 ※資料添付：有・ 無	
評価	プロセス評価	①レセプトが未確認の医療機関未受者146人に受診勧奨通知を郵送し、回答が返信された人の約3割(32.9%)が「未受診」であった。「既に受診している」46人(31.5%)、「受診していないが近日内に受診予定」28人(19.2%)、「受診していないが受診する予定はない」24人(16.4%) ②その後、3ヶ月後のKDBシステムによるレセプトの確認では、①の受診勧奨通知のみで、「生活習慣病で受診した人」が21人(63.6%)いた。しかし、①で「受診している人」のうち、関節症、眼科等の他の疾患が13人(25.0%)いるとともに、レセプトが未確認の人が12人(19.7%)いた。①で「近日内に受診予定」で受診した人も、関節症、歯科、眼科等の他の疾患が大半だった。「受診する予定は無い人」は、未受診者が多くいた。 ③回答書が未返信のため、訪問した人は、未受診者23人(38.3%)が最も多かった。訪問により6人(18.2%)が、生活習慣病の受診につながった。 ④家庭訪問3ヶ月後の生活習慣病の服薬者は、「受診している」16人(69.6%)が、大半を占めていた。	
	結果評価	受診勧奨通知と、保健師と管理栄養士による家庭訪問の実施は、高血圧症や糖尿病、脂質異常症等の医療機関への受診に有効だということが分かった。	
課 題		医療機関への受診が重症化予防につながらない場合も多く、その後のフォローアップも課題といえる。受診勧奨の手紙や訪問で、医療機関に受診させることは出来たが、その医療機関の医師は専門医ではなく、「まだ薬は飲まなくて良いから大丈夫」と言い放たれる場面も多かった。さらに、医師自身が重症化予防への関心も高くなかったため、定期的な医療受診にはつながらなかった。また、訪問時の保健指導を拒む人も少なからずおり、放置すれば、様々な合併症が起き、腎不全になれば人工透析の導入となって医療費が高額になることを伝えたものの受け入れない人もいた。	
その他		今後は、これまで以上に、医療(市医師会)と行政(保険者)の連携を強化し、KDBシステムを活用した情報共有の機会を密にして、地域ぐるみの重症化予防対策を模索していきたい。また、対象者本人に、生活習慣を改善するための支援でさえ予想以上の拒否を受けることもあり、本来の目的である生活習慣病の重症化の予防には、対象者とかかわり方を含めて、継続的な、根気ある受診勧奨が必要不可欠といえる。	

工夫した点	フィードバック文例集 ^{*1} を参考に、生活習慣病のリスク内容に合わせたリーフレットの作成。 ※1：平成25年4月標準的な健診・保健指導プログラム(改訂版)【別添】厚生労働省健康局。
-------	--

キーワード：重症化予防

実施主体	安中市市役所健康づくり課	所在地	群馬県安中市安中1丁目23-13
電話番号	027(382)1111	FAX 番号	027(381)7016
担当者	柳沢 明美	E-mail	a-yanagisawa@city.annaka.gunma.jp

事業名		東吾妻町「“新名物”料理コンテスト」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		・野菜摂取目標量（350 g）とれている人の増加・「料理の味付けを薄味にしている人」の増加 ・地場産物を購入する人の増加	
現状と課題		・H25 年度実施した「食育および生活習慣に関する町民意識調査」の結果、野菜摂取目標量（350 g）以上の人は、全体の 6 % と少なく、特に 20～39 歳で野菜摂取が少ないことが分かった。 ・20 歳以上で「料理の味付けを薄味にしている人」は 59.9%で、若い世代で減塩を意識している人の割合が低く、野菜摂取と同様に若い世代の食習慣を改善するためのアプローチが必要である。 ・また、中学 1 年生の食事調査の結果、平均食塩摂取量は 11.3g と高く、子どもの頃から減塩（薄味）の意識付けをしていくことが重要である。	
事業の目的		料理コンテストは、第 2 次東吾妻町元気プラン（食育推進計画・健康増進計画）を広く町民に広報する手段として企画した。コンテスト入賞作品を広く普及（飲食店や給食のメニューに取り入れる等を検討）し、また、町の広報ツールを使って町民へ「ヘルシーな料理」（薄味・低エネルギーの工夫）を発信し、町民の野菜の摂取増加と薄味への意識向上を図ることを目的とする。 さらに、地元の特産品を使用することにより、地産地消の推進および地域活性化にもつなげる。	
対 象		東吾妻町民（コンテストの応募は県内全域）	
連携機関		東吾妻町「“新名物”料理コンテスト」実行委員会・吾妻保健福祉事務所	
実施時期		平成 26 年 7 月～現在	
事業内容		1．実行委員およびワーキングチームの設置・開催（構成員は、商工会、観光協会、飲食店組合、農協等、食育推進・健康増進に関連する団体・機関等から選出）＊県が実施する食育推進リーダー活用モデル事業として位置付けていただき、県食品安全課・吾妻保健福祉事務所と連携・協働で実施 2．作品応募…町内外に広く募集 町民へは、毎戸配布及び小中学校の児童生徒を通して保護者へ配布 3．書類審査（1 次審査）…ワーキングチームによる応募書類の審査の実施 4．2 次審査（試食審査）…書類審査で選出された 1 5 作品の試食審査の実施 5．最終審査（試食審査）…「食育講演会」を開催し、参加者（一般町民）先着 100 名による試食審査 6．入賞作品の普及活動…入賞作品レシピ集を作成し、住民および関係機関へ配布 普及料理講習会の開催及びイベントでの入賞作品の紹介 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	・指定する町でとれる農作物の使用をコンテスト応募の条件とし、地産地消を推進した。 ・また、「減塩・低エネルギーの料理の工夫」を全面に出して募集し、健康な食事について啓発した。 ・応募作品…7 8 点 食育講演会参加者…1 5 0 人 ・コンテスト実行委員・ワーキングチームの開催を通じて、幅広い分野の関係者と情報交換・情報共有を行うことができ、食育推進・健康増進事業を進めるための体制整備ができた。	
	結果評価	・評価方法を検討	
課 題		・コンテスト入賞作品を広く普及していくため、給食施設・飲食店・宿泊施設関係者との連携を図り、より多くの町内外の人に食べてもらう。また、家庭の食卓にも入賞作品の普及するための事業を検討する。	
その他			

工夫した点	・コンテスト実施後の普及を見据えて、実行委員会及びワーキングを設置した。町内関係者だけにとどまらず、県食品安全課や吾妻保健福祉事務所との共催事業に位置付け、幅広く広報した。
-------	--

キーワード：

実施主体	東吾妻町役場保健福祉課（保健センター）	所在地	群馬県吾妻郡東吾妻町原町 1 1 1 7-1
電話番号	0 2 7 9-6 8-5 0 2 1	FAX 番号	0 2 7 9-6 8-3 7 1 1
担当者	菊地 薫	E-mail	kikuchi@town.higashiagatsuma.gunma.jp

事業名		栄養改善業務検討会	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		管内町村と協働して、施策の成果を得るために必要なデータの把握及び整理を行い、地域の特徴及び課題を捉え、課題改善のために今後取り組むべき事項を明らかにする。このことにより、効果的な施策展開に向けた、地域の健康課題分析のための体制整備を行う。	
現状と課題		・本県は、健康課題の分析から、優先すべき健康課題は「脳血管疾患」であり、その要因は「高血圧」「食塩摂取量の過剰」であることが特定された。 ・吾妻地域は、食生活の特徴から食塩摂取量が過剰であると仮定されるが、地域全体及び各町村における必要なデータの分析が不足しており、健康課題及び要因の特定がされていない。 ・毎年、栄養改善業務検討会を開催しているが、優先すべき健康課題についての検討は実施していない。	
事業の目的		市町村における行政栄養士は、地域の健康づくり及び食生活改善を積極的に推進するため、専門的な知識、技術を活かし、栄養改善業務を円滑かつ効果的に運営することが必要とされている。また、保健所の果たす役割として、健康情報の収集、分析及び提供並びに市町村に対する技術的支援等が求められている。 これらから、栄養改善業務に関する情報交換、調査研究等を検討し、行政栄養士の資質の向上を図る。	
対 象		吾妻保健福祉事務所管内の行政栄養士（保健福祉事務所 1 名 町村 6 名）	
連携機関		管内 6 町村・県保健予防課	
実施時期		平成 26 年度、平成 27 年度（毎月 1 回）	
事業内容		1. 地域の健康・栄養課題の分析、検討 吾妻地域及び管内各町村における成果のみえる栄養改善施策に取り組むため、「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を実践するための資料集」を用いて、管内行政栄養士と協力して必要なデータの把握及び整理を行い、健康・栄養課題の分析及び検討を行った。 2. 幼児健診の栄養相談票からの分析、検討 管内各町村の 1 歳 6 ヶ月児健診および 3 歳児健診実施時の栄養相談票調査結果より、「保護者の食行動と子どもの食習慣」について分析し、今後の対策について検討した。 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	・各町村での必要な統計データ等の抽出に手間取ったが、月 1 回の検討会時に確認を行ったため継続して作業に取り組むことができた。 ・管内各町村及び吾妻郡全体の状況を定期的に把握でき、管内の行政栄養士による情報の共有ができた。 ・幼児健診からみる保護者の食行動と子どもの食習慣の関連についてまとめ、学会発表することができた。	
	結果評価	・様々なデータの分析を行うことにより、地域の健康・栄養課題について確認することができた。 ・統計データの抽出は関連部署との連携が必要であり、様々な部署との連携が強化された。 ・他部署においても健康課題に興味を持ってもらうことができ、今後の効果的な事業の実施が期待できる。	
課 題		・優先すべき健康課題は、吾妻郡全体では本県全体と同様であると考えられるが、各町村においては様々であるため、更に傾向等分析していく必要がある。今後、各町村の食生活の特徴も捉え効果的な事業展開に繋げたい。 ・吾妻郡において、保護者の共食と食事に関する会話と子どもの食習慣について関連がみられたため、今後、アプローチ方法等について検討し効果的な実施について支援していきたい。	
その他			

工夫した点	今後、各町村においてデータ抽出、整理、分析が実施でき、事業評価の際にも活用されるよう、データの出展や算出方法がわかるような支援を心がけている。
-------	---

キーワード：行政栄養士・健康・栄養課題・子どもの食習慣

実施主体	吾妻保健福祉事務所	所在地	群馬県吾妻郡中之条町西中之条 183-1
電話番号	0 2 7 9 - 7 5 - 3 3 0 3	FAX 番号	0 2 7 9 - 7 5 - 6 0 9 1
担当者	齊藤 朋子	E-mail	saito-tomoko@pref.gunma.lg.jp

事業名		勤労者世代の生活習慣病の発症予防と重症化予防の取組	
行政栄養士の基本指針における位置づけ	(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)社会生活を自律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		○
指標と目標値		・勤労者世代の生活習慣病の発症予防と重症化予防 ・利用者に応じた食事の計画、調理及び栄養の評価、改善を実施している特定給食施設の割合の増加	
現状と課題		鴻巣保健所では、平成22年度より、『生活習慣病予防キャンペーン』を通じて、広く住民に生活習慣病予防の知識を普及するため、企業、飲食店などとの連携強化に努めている。平成25年度は、野菜摂取量の増加を目的とした情報提供を行い、健康を支えるための食環境の整備を行った。 しかし、県民健康・栄養調査、国民健康・栄養調査埼玉県分の結果によると、野菜摂取量、食塩摂取量には改善はみられない。 また、栄養管理状況報告書の結果では、食塩摂取量（給与栄養量）が多く、肥満者の割合が30%を超える事業所もある。	
事業の目的		・県民健康・栄養調査の再解析をすることにより、根拠のある情報提供を行う。 ・勤労者が主体的に参加し、日常生活の中で実践につなげるための情報提供を行う。 ・企業の社員食堂を活用した食生活改善から生活習慣の見直しを支援する。	
対 象		管内事業所給食施設	
連携機関		事業所 鴻巣保健所管内保健衛生活動連絡協議会栄養部会	
実施時期		平成26年4月～	
事業内容		(1) 事業所を対象とした給食施設指導による実態把握 給食施設実地指導の機会に、栄養管理・衛生管理だけでなく、給食の喫食状況、嗜好や献立の内容の他、健康管理部門から生活習慣病対策及び健康診断等の実施状況を把握 (2) 平成23年度埼玉県民健康・栄養調査からの実態把握 満30歳以上60歳未満を対象に実施した平成23年度埼玉県民健康・栄養調査において、勤労者世代の食生活の特徴を把握することを目的に、データを再解析し実態把握 (3) 社員食堂からの健康づくり ポスター掲示・卓上メモ・野菜に関する媒体設置 リーフレット・健康チャレンジカード配布し、生活習慣改善の啓発 健康チャレンジカードは、朝礼時に総務担当者からの説明後全社員に配布、キャンペーン終了後総務担当者が回収 ※資料添付： 有 ・ ☐ 無	
評価	プロセス評価	・実態把握のために、給食施設指導や既存データ（県民健康・栄養調査）を活用し、そこから得られた情報で栄養・健康情報リーフレット、卓上メモを作成した ・県民健康・栄養調査再解析の結果について、市町として把握している情報と合わせ、鴻巣保健所管内保健衛生活動連絡協議会栄養部会において検討分析を行い、情報共有を図った。	
	結果評価	・卓上メモは、手にとり見ている方が多く、キャンペーン終了後、継続設置の希望があった。 ・健康チャレンジカードでは、個々の取組の他、野菜の残食が減るなどの効果がみられた。 ・事業所での取組では、企業の総務部門、給食の委託業者と連携し、実施することができた。	
課 題		・栄養管理状況報告書の結果で、食塩摂取量（給与栄養量）が多いので、委託業者と喫食者の両者に対する指導が必要 ・社員の生活習慣病対策に継続的に取り組むために、給食部門と健康管理部門、総務部門などが連携した仕組みづくり	
その他			

工夫した点	効果的な栄養媒体として卓上メモが有効であるという論文があったことより、卓上メモを2種類用意した。卓上メモには男性が興味をひくよう、イラストだけでなく、グラフを活用した。
-------	--

キーワード：
 勤労者
 生活習慣病予防
 社員食堂
 健康づくり

実施主体	埼玉県鴻巣保健所	所在地	埼玉県鴻巣市東4-5-10
電話番号	048-541-0249	FAX番号	048-541-5020
担当者	松岡綾子	E-mail	m4264612@pref.saitama.lg.jp

事業名		小川町健康増進計画・食育推進計画	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		小川町健康増進計画・食育推進計画を参照 http://www.town.ogawa.saitama.jp/0000000896.html	
現状と課題		本町では町民が心身ともに健康な日常生活を送ることができるよう、毎年度保健事業計画を策定し、乳幼児から成人まですべての町民を対象とした各種事業を実施してきた。しかし、近年、少子高齢化や疾病構造の変化など、町民の健康づくりを取り巻く環境は変化し、生活習慣病の早期発見や治療にとどまらず、食生活や運動面で普段から健康的な生活習慣を送ることで予防する「一次予防」に重点を置いた総合的な健康づくりを推進することが必要とされている。	
事業の目的		国では平成 25 年度に「二十一世紀における第二次国民健康づくり運動（健康日本 2 1（第二次））」策定され、本町においても健康づくりを取り巻く環境の変化に対応するため、「健康は守るものではなくつくるもの」といった町民の積極的な健康づくりへの意識の変化を促すとともに、この計画の最終的な目標である健康寿命の延伸を実現するための取組を、家庭、学校、職場、地域等の協働により進める必要があるため、計画を策定した。	
対 象		町民	
連携機関		小川町健康づくり推進会議、関係各課	
実施時期		平成 27 年度～平成 36 年度	
事業内容		計画の構成としては、国の「健康日本 2 1（第二次）」に基づき、本町でも同様に 5 つの健康分野【①栄養・食生活、②身体活動・運動、③休養・心の健康、④飲酒・喫煙、⑤歯・口腔】に分類し、目標値を設定した。なお、①栄養・食生活分野を小川町食育推進計画とする。 さらに、乳幼児から高齢者までの年代を 4 つの世代【①幼少期（0 歳～18 歳）、②青年期（19 歳～39 歳）、③壮年期（40 歳～64 歳）、④高齢期（65 歳以上）に分け、それぞれの世代の取組み等を設定した。 本計画の周知方法は町広報、回覧（概要版）、町ホームページ等で行う。 【平成 27 年度の計画の推進について】 ①小川町健康づくり推進会議の開催、②ウォーキングの推進、③ラジオ体操の普及啓発（CD の貸与）、④親子クッキング教室の開催、⑤町広報にコラムの掲載、⑥特定健康診査等受診率 P R 活動 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	健康づくり推進会議において実施状況の報告、当該年度食育事業の検討等	
	結果評価	平成 31 年度に中間評価アンケートを実施する予定	
課 題		事務局のみならず、各所管においても各項目の推進目標を達成するための関連事業の企画・立案を行い、様々な関係機関と連携協力を図りながら推進していく必要がある。	
その他			

工夫した点	健康づくり推進会議条例に基づき会議を開催して計画推進の進捗状況の確認や事業内容の検討などを来ない、関係機関と連携をとれるようにした。
-------	--

キーワード：健康増進計画 食育推進計画 健康づくり推進会議

実施主体	小川町	所在地	埼玉県比企郡小川町大字腰越 618 番地
電話番号	0493-74-2323	FAX 番号	0493-74-2343
担当者	荒井厚子	E-mail	ogawa120@town.ogawa.saitama.jp

事業名		西多摩圏域における高齢者施設等の防災対策支援事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		施設の防災体制 備蓄食品（利用者・職員）：増やす（3日分以上） 緊急時対応マニュアルの整備：増やす 地域連携体制の有無：増やす	
現状と課題		西多摩保健所の所管地域は、東京都の最西で4市3町1村からなる二次保健医療圏で、広大な山間部を有し、その中に高齢者が生活する施設も多いという特色がある。そのため、他の圏域に比べ集中豪雨や地震等の災害が起きた場合は、道路の寸断による施設の孤立や電気や水道等のライフラインの停止が生じ、当分の間施設内での生活を余儀なくされるなど、入所者の健康への影響も高いと考えられる。 このため、これらの施設は、平常時から災害時を想定した対策を整備し、関係機関及び近隣との連携を強化しておくことが重要である。	
事業の目的		災害時等に集団での避難が困難な高齢者入所施設等に対し、ライフライン停止時に入所者の健康の維持や安全を確保できるような防災マニュアル策定ガイドラインを作成し、施設の防災体制づくりを支援する。	
対 象		西多摩保健所管内：高齢者・病院等の給食施設 115（老人福祉施設 65、病院 30、介護老人保健施設 12、その他の高齢者施設 8） 全給食施設中 38%	
連携機関		高齢者等給食施設	
実施時期		平成 25 年度から 2 年間	
事業内容		【25 年度】圏域内の高齢者施設等のうち、1 日 3 食給食を提供している施設を対象に施設の防災対策状況を調査し、この結果を踏まえた防災研修会を実施した。実施に当たっては、生活環境安全課の課長、係長を中心に、各係（薬事指導係、食品衛生係、環境衛生係、保健栄養係）が連携して取り組んだ。 (1)アンケート調査「高齢者施設・病院等における災害時の対応に関する調査」（施設の災害対応把握） (2)実地調査（防災対策が進んでいる施設のうち 4 施設を地区別に抽出し調査） (3)研修会（調査結果を踏まえ防災対策の支援研修を実施） 【26 年度】施設関係者もメンバーに加えて検討会を開催、各施設が防災マニュアルを作成・改定する際に役立つガイドラインを作成し、研修会を実施した。 (1)平成 26 年度状況調査(前回アンケートからの進捗状況確認) (2)「高齢者施設等における防災マニュアル策定ガイドライン」の作成、配布 (3)研修会の実施（施設長・防災責任者対象：1 回、栄養士対象：1 回） ※資料添付：有・☐	
評価	プロセス評価	平成 26 年度状況調査では約 6 割の施設が備蓄の見直し、2 割の施設が訓練・地域連携体制等の見直しを行っていた。	
	結果評価	備蓄食品の整備は92%から98.1%へ、緊急時のマニュアルの整備は78.8%から82.5%、地域連携は69.0%から70.0%へ増加した。備蓄食品の充実(日数・内容)や職員用の備蓄も増えた。管内の防災体制の整備が進んだ。	
課 題		100%整備でない。災害対策は、訓練し常に見直しが大切である。災害は忘れたころにやってくる。継続的な支援が必要である。特定給食施設指導台帳システムを用い、毎年施設の災害整備状況を把握していく。	
その他		「高齢者施設等における防災マニュアル策定ガイドライン」保健所のホームページ公開中 http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/nisitama/hokeneiyousaigai.html	

工夫した点	管内の施設の実態を把握し、調査結果に基づきガイドラインを作成した。また、食事の提供を中心に災害時の生活に不可欠な点（ごみ、生活水、トイレ、薬など）の視点も入れた災害体制整備を進めた。
-------	---

キーワード：災害対策

実施主体	東京都西多摩保健所	所在地	東京都青梅市東青梅 5-19-6
電話番号	0428-22-6141	FAX 番号	0428-23-3987
担当者	山田五月	E-mail	S0200159@section.metro.tokyo.jp

事業名		「かつしかの元気食堂」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		(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)社会生活を自律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		「かつしかの元気食堂」の認定店舗数を増やす。 平成 26 年度 7 店舗 平成 27 年度 25 店舗 ～ 平成 34 年度目標値 200 店舗	
現状と課題		・毎日 1 回以上外食する区民 13.6%（男性 23.8%、女性 8.3%）男性 20 代 40.9% 30 代 43.2% 40 代 31.9% ・BMI25 以上の区民 21.1%（男性 26.5%、女性 18.6%）男性 30 代 25% 40 代 39.1% 50 代 39.2% ・栄養バランスのとれた食事がとりにくくて困っている区民 25.7%（男性 23.5%、女性 28.1%）男性 20 代 45.5% 30 代 38.6% 40 代 27.5%	

工夫した点	・東京聖栄大学と協働での事業展開 ・事業推進体制として協議会を設置 ・シンボルマークを作成し広報誌をはじめ HP・SNS、各種イベントへの参加などでの PR 活動を展開
-------	--

キーワード：かつかの元気食堂

実施主体	葛飾区健康部健康づくり課	所在地	葛飾区青戸 4-15-14
電話番号	0 3 - 3 6 0 2 - 1 2 6 8	FAX 番号	0 3 - 3 6 0 2 - 1 2 9 8
担当者	相馬 美佳	E-mail	091500@city.katsushika.lg.jp

事業名		特定給食施設における災害対策の推進	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		○ 特定給食施設における非常備蓄食の充実 ①非常備蓄食の必要量を備蓄している施設の増加 ②非常時の献立表を作成している施設の増加	
現状と課題		東日本大震災前である平成 22 年の給食施設栄養管理報告書によると、1 日 3 食食事を提供している 48 施設のうち、非常食を備蓄している施設は 47 施設（98%）、献立表がある施設は 37 施設（77%）であった。平成 23 年 5 月に震災時の対応を調査した際、「なんとか対応できたものの今後非常食を充実したい」「在庫を増やしたい」という声が半数に上り、施設で活用できる資料の整備が当センターに求められた。	
事業の目的		特定給食施設の対象である入所者・入院患者に災害時も安全安心な食事が提供されるように、施設の状況に合わせた災害対策（自助）の充実強化に向けて支援するとともに、施設間連携・相互支援（共助）のための体制を整備する。	
対 象		管内特定給食施設のうち、1 日 3 食食事を提供している施設 56 施設（平成 27 年 11 月時点）	
連携機関		管内の病院、老人保健施設、老人福祉施設、社会福祉施設、有料老人ホーム、行政（秦野市・伊勢原市）	
実施時期		平成 23 年度～	
事業内容		1 地域食生活対策推進協議会（地域の栄養課題を協議する会議）の開催 （1）開催回数：年 1～2 回 （別途作業部会の開催） （2）構成員：学識経験者、上記連携機関の管理職・管理栄養士等 （平成 26 年度 19 名） 2 状況把握 （1）実地調査時や給食施設栄養管理報告書により、施設ごとに対策の状況・課題を把握した。 （2）調査：平成 23 年 5 月「東日本大震災に関連する対応状況調査」、平成 24 年 10 月「非常備蓄食の状況調査」、平成 26 年 6 月「備え状況調査」を実施し、事業展開の資料とした。 3 特定給食施設が活用できる資料の作成 （1）「災害に備えた非常備蓄食の考え方」 （平成 26 年 3 月作成） 災害で施設が孤立しても、入所者・入院患者への食事の提供が必要な状況を想定し、ワークシートにより備蓄量の必要量を試算でき、更に施設特性に応じた備蓄に向けて種類とその特徴、コスト面、献立表の例等もまとめているため、管理栄養士等が施設管理者に提案する際に活用できる資料である。 （2）「給食施設のための備えセルフチェック表」 （平成 27 年 3 月作成） 30 年以内に 87%の確率で起こるとされる東海地震の被害想定を基に 9 分野に区分し、給食施設に必要な対策を検討・調査し、管内施設の事例・実施率により細かな対策例を示した自己点検表である。結果は、自施設の対策状況がレーダーチャートで表示されるため、優先順位をつけて展開できる。 4 普及啓発 実地調査時、講習会等において情報の共有、結果の還元を図った。災害対策をテーマにした講習会は平成 23 年度から 5 回開催した。平成 26 年度より地域ごと、種別ごとの情報交換会も取り入れ、今年度は、「セルフチェック表」で実施率が低い防災訓練・ライフラインへの対策を重点に開催している。 ※資料添付：無 上記資料はホームページ（http://www.pref.kanagawa.jp/cnt/p785395.html）参照	
評価	プロセス評価	○東日本大震災直後の調査により、地域の実情に基づき事業を展開できた。以降の調査では、事業の進捗を報告しながら、対象全施設の協力のもと状況把握ができ、資料作成に反映できた。 ○平成 26 年度以降の講習会では、災害をテーマに充実した情報交換により地域内で共助意識を育成・強化できた。（参加者：平成 26 年度 対象 51 施設のうち 30 施設 36 名、平成 27 年度 対象 54 施設のうち 28 施設 35 名）また、社会福祉施設等の情報交換会開催に至る等、横のつながりにも広がった。	
	結果評価	○管内施設の実態にあった具体的な資料を作成できた。これは、地域食生活対策推進協議会委員として、地域の核となる特定給食施設の管理者及び管理栄養士からご協力をいただいた成果である。 ○平成 24 年度と平成 26 年度の調査を比較すると、48 施設のうち、13 施設で備蓄食数の増加、6 施設で備蓄日数の増加、28 施設で飲用・調理用備蓄水が増加する等、非常備蓄食の内容が充実した。	
課 題		食事提供を含めた防災訓練の実施や防災・減災意識の継続等の自助に対する支援、さらに連携体制づくりに消極的な施設も含めた共助体制の整備が当センターの課題である。	
その他		今後 ○非常備蓄食に係る対策を把握し・評価するとともに、「セルフチェック表」を更新する。 ○管内施設情報のリスト化、マップ化を通して、共助体制の構築を推進する。	

工夫した点	○「セルフチェック表」は、管内施設の事例と実施率を盛り込み、より具体的に身近な自己点検表とした。 ○管内施設の状況を調査で把握し、その結果を還元するとともに、講習会で共有・意見交換したことで、内容を深めながら意識を高めることができた。また、それが共助体制への一助となった。
-------	---

キーワード： 非常備蓄食 特定給食施設

実施主体	神奈川県平塚保健福祉事務所 秦野センター	所在地	神奈川県秦野市曾屋 2-9-9
電話番号	0463-82-1428	FAX 番号	0463-83-5872
担当者	保健福祉課 中塚さおり	E-mail	nakatsuka.ir3@pref.kanagawa.jp

事業名		食育講演会	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		第2次藤沢市食育推進計画では、「若い世代への食育を推進する」ことを重点目標の1つに掲げ、食育に取り組んでいる。 ・朝食を食べる市民を増やす（20～39歳）85% ・主食・主菜・副菜のそろった食事を食べている市民を増やす（20～39歳）80% ・食事を家族や友人と味わって食べる市民を増やす（20～39歳）90% ・よく噛んで味わって食べる市民を増やす（20～39歳）80% 第2次藤沢市食育推進計画より抜粋（目標年度 平成31年度）	
現状と課題		平成25年度アンケート調査結果より20～39歳の「朝食を毎日食べている人」「主食・主菜・副菜のそろった食事をしている人」「よく噛んで食べるように心がけている人」の割合が他の年代（3歳6か月児、小学6年生、中学2年生、40～65歳、65歳～）と比べて低い。 市では、様々な保健事業等を実施しているが、食育への関心も他の世代と比べると低く、ターゲットとしている20～39歳の参加が少ないため、若い世代への効果的なアプローチが課題である。	
事業の目的		生涯を通じて健やかな生活を送るためには、20～39歳の若い世代が食生活の重要性について認識し、自分の食生活を組み立てる力を身につけることが重要であるため、若い世代が「食」に対して関心を持つ魅力的なテーマを設定することで多くのターゲット層に参加してもらい、健康的な食生活について意識し、実践につなげることを目的とする。	
対 象		スポーツ少年団や部活動でスポーツを行っている子どもの保護者及び市民	
連携機関		藤沢市食育推進会議、藤沢市食育推進関係各課、学校栄養職員、藤沢市栄養教諭連絡会等	
実施時期		平成27年7月6日（月）	
事業内容		食育講演会 テーマ：「食とスポーツ」～しっかり食べて強くなる～ 講 師： 公認スポーツ栄養士 佐藤郁子氏 1．成長期の食事について	

工夫した点	若い世代（子育て世代）が関心のあるテーマを設定した。また、従来の周知方法に加え、学校関係各課に協力依頼し、給食だより等を通して周知することで、より効果的な周知ができるよう調整した。
--------------	--

キーワード：若い世代、スポーツ栄養

実施主体	藤沢市食育推進会議	所在地	神奈川県藤沢市鵠沼2131-1
電話番号	0466-50-8430	FAX 番号	0466-28-2121
担当者	福留 啓子	E-mail	fukudome-k@city.fujisawa.lg.jp

事業名		ヘルシーメニュー提供プロジェクト 「ハッピー健康応援キャンペーン」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		第2次新潟県食育推進計画 食塩摂取量の減少 10g 未満（H28）、野菜摂取量の増加 350g 以上（H28）	
現状と課題		働き盛り世代は、朝食欠食や野菜不足、塩分の過剰摂取等、食習慣の乱れや栄養バランスの偏りの問題が見られる。また、当部管内市町の 40 歳代の内臓脂肪症候群予備群・該当者は県平均を上回っており、若い世代からの生活習慣病予防対策が必要である。 新潟県には、生活習慣病対策の一事業として、健康に配慮した「サービス」「メニュー」「情報」「空間」を提供できる飲食店として県や新潟市が指定した「健康づくり支援店」があり、当部管内では 44 店が指定されている（H27.4.1 現在）。しかし、この内、健康に配慮したメニューを提供している店は 6 店のみであり、飲食店における生活習慣病予防のための食環境整備を再々進めていく必要がある。	
事業の目的		①飲食店を利用する際、ヘルシーメニューを選択できる環境をつくる。 ②飲食店利用者がヘルシーメニューを選択する仕組みをつくる。	
対 象		五泉市民を中心とした、県内在住者	
連携機関		五泉市、五泉市内健康づくり支援店	
実施時期		平成 27 年 10 月 1 日～11 月 30 日 ※ヘルシーメニュー提供プロジェクトは平成 24 年度から開始	
事業内容		①ヘルシーメニューの提供 健康づくり支援店で各店オリジナルの「ハッピーバランスごはん」、「ハッピーベジめし」のいずれか又は両方を提供。ヘルシーメニューの開発に当たっては当部が栄養面での技術的支援を行う。 【ヘルシーメニューの基準】 ーハッピーバランスごはんー ■主食・主菜・副菜がそろっている■エネルギー600～700kcal 程度■塩分 3.5g 以下■野菜量 120g 以上 ーハッピーベジめしー ■野菜量 180g 以上（単品不可） ②参加店全店共通割引の実施 ヘルシーメニュー 1 食につきポイントシール 1 枚進呈。シール 1 枚で次回のヘルシーメニューが 50 円引き、シール 5 枚で次回のヘルシーメニューが半額の 2 コースを設定。 ※資料添付 ： 有・ 無	
評価	プロセス評価	（1）店主の意識向上 事業を通じて参加店店主とヘルシーメニューや健康づくりについて話し合う機会を複数回持つことにより、店主の健康への意識がより高くなっていくようであった。 また、これまで実施してきた内容や結果について、随時、参加店以外の健康づくり支援店にも報告しているが、このことも店主の意識を向上させ、今回の参加店増加につながったと考えられる。 （2）地域への波及 当キャンペーンの取組がマスメディアに取り上げられたこと、他のイベントで P R したこと及び手に取りやすくかつ見やすいパンフレットを作成したこと等により、五泉市民や県民に取組を広く波及させることできた。	
	結果評価	①今回のキャンペーンでのヘルシーメニュー提供店舗数は 14 店と年々増加してきており、市内の食環境整備が進んできている。（H24: 3 店 H25: 5 店 H26: 8 店） ②ヘルシーメニュー注文数とポイント割引利用者数については現在調査中。	
課 題		・ヘルシーメニュー提供店の増加とヘルシーメニューの通年提供 ・ヘルシーメニュー利用者の増加	
その他			

工夫した点	①市や健康づくり支援店との協働事業としていくため、事業を企画する段階から、市や健康づくり支援店数店と事業内容を検討した。また参加店にアンケートを実施し、店主の考えを取組に反映させている。 ②ヘルシーメニュー開発への健康づくり支援店の負担感を軽減するため、メニュー提案や栄養面での技術的支援を行った。
-------	---

キーワード：市や健康づくり支援店との協働、飲食店でのヘルシーメニュー提供

実施主体 電話番号 担当者	新潟地域振興局健康福祉部 0250-22-5174 広沢圭子	所在地 FAX 番号 E-mail	新潟県新潟市秋葉区南町9-33 0250-22-5188 hirosawa.keiko@pref.niigata.lg.jp
---------------------	--------------------------------------	-------------------------	--

【パンフレット外面】



【パンフレット内面】



【ポイントカード外面】



【ポイントカード内面】



事業名		平成 26 年度市民健康栄養実態調査	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		(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)社会生活を自律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	
指標と目標値		新発田市健康づくり計画 1 日の野菜摂取量の増加 350 g 以上 1 日の食塩摂取量の減少 10 g 未満	
現状と課題		全国の脳血管疾患年齢調整死亡率がなだらかな減少を示しているのに対し、新発田市は横ばいであり、全国に比べて高い状況である。平成 21 年度調査結果から、男女ともに塩分摂取量・野菜摂取量が市の健康づくり計画の目標値に達していない現状（1 日の食塩摂取量 11. 4g、1 日の野菜摂取量 305g）が明らかになり、脳血管疾患や生活習慣病予防の課題として食塩摂取量の減少と野菜摂取量の増加があげられた。前回調査から 5 年が経過し、データの変化等の把握が必要である。また、前回調査では、減塩や野菜を多く摂取することに取り組まない理由の背景等が不明であり、働きかけるターゲット層の把握が不十分であった。	
事業の目的		新発田市民の栄養摂取状況及び生活習慣の状況を把握し、市民の健康づくりの推進を図るために必要な基礎資料を得ることで、市の実態に即した具体策を持って有効に働きかけることを目的とする。 また、今回の調査結果から、前回の調査後の事業評価を行い、市の健康づくり計画の指標とする。	
対 象		クラスター（集落）抽出により、市全域の地区を層化して約 3 4 地区を無作為に抽出した 4 7 6 世帯の世帯員（満 1 歳以上の 1 6 1 7 人）	
連携機関		国立保健医療科学院 生涯健康研究部長 横山徹爾 新潟県立大学教授 村山 伸子	
実施時期		調査時期：平成 26 年 11 月 5 日（水）～11 月 13 日（木）、平成 26 年 12 月 10 日（水）～12 月 26 日（金）の 1 日（日曜及び祝日は除く）。 集計・結果分析等：平成 26 年 11 月～平成 27 年度継続実施	
事業内容		調査票を用いて、栄養摂取状況調査（満 1 歳以上）、生活習慣調査（満 15 歳以上）、身体状況調査（身長体重…満 15 歳以上、血圧・腹囲…満 20 歳以上）、歩数調査（満 20 歳以上）を実施。 ・質問項目の単純集計 ・H21 と H26 の栄養摂取状況調査及び生活習慣、身体状況調査の比較 ・H26 の各調査結果と国・県との比較 ・仮説に基づいた検証（クロス集計） ・調査結果のまとめと結果報告 ※資料添付 ：無	
評価	プロセス評価	調査を円滑に行うため、所属課内部や関係機関、調査単位区の区長等との連携を図ることができた。 従事者説明会を行い、調査員が調査の目的を理解し、必要な知識及び技術を習得することができた。	
	結果評価	1 日あたりの食塩摂取量は男性 11. 7g、女性 10. 2g、市全体で 10. 9g であり、目標値（1 日 10g 未満）に達していなかった。H21 の結果と比較したところ、男女ともに同等であったが、市全体では摂取量が有意に減少していた（p<0. 05）。また、国・県との比較では、男女ともに県と同等であり、男性は国とも同等で、女性で国よりも摂取量が有意に多かった（p<0. 05）。1 日あたりの野菜摂取量は、男性 344. 5g、女性 327. 9g、市全体で 335. 5g であり、目標値（1 日 350g 以上）に達していなかった。H21 の結果と比較したところ、女性は同等であり、男性及び市全体で摂取量が有意に増加していた（p<0. 05）。国・県との比較では、男女ともに県と同等であり、国よりも摂取量が有意に多かった（p<0. 01）。他に、食塩摂取量や野菜摂取量と生活調査の項目のクロス集計では、特に男性で健康感や意識との関連がみられるという結果が得られた。（※結果はすべて 20 歳以上を比較）	
課 題		・調査結果の周知と、結果を基にした地域住民への食生活改善の普及・啓発の機会の設定 ・結果からみえた市の現状から次年度以降取組むべき事業内容の検討	
その他		市の広報誌や各イベント、健康教室等で調査結果の周知を行っているが、今後は市民の健康に関する意識や知識などのクロス集計の結果を踏まえた上で、ターゲット層を改めて検討し、現状に則した事業展開を進めていく。	

工夫した点	全国や県と比較できるように、国民健康栄養実態調査や県民栄養実態調査を参考に質問項目の設定を行った。
-------	---

キーワード：

実施主体	新潟県新発田市健康推進課	所在地	新潟県新発田市中央町 4-10-4
電話番号	0254-22-3101 【内線 1266】	FAX 番号	0254-22-3110
担当者	山村 若奈	E-mail	kenkou@city.shibata.lg.jp

事業名		バランスアップ健康プロジェクト事業（社員食堂における健康フェア）	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		富山県健康増進計画（第2次）の目標値 指標：野菜摂取量の増加 目標値：350g／日	
現状と課題		富山県の死因の過半数が、がん、心疾患、脳血管疾患など生活習慣病である。背景となる栄養・食生活分野の課題としては、H22年県民健康・栄養調査では、食塩の過剰摂取、野菜摂取量の不足、20～60歳男性の肥満者の割合が改善されていないなどがあげられる。特に野菜摂取量においては、20歳代、30歳代の摂取量が少ない状況である。	
事業の目的		脳血管疾患等生活習慣病を予防し「健康寿命の延伸」を実現するためには、若い世代から適切な食習慣を身につけておくことが必要である。そのため、働き盛り世代を対象に、社員食堂における健康フェアを通じて摂取量不足が課題となっている野菜の摂取について意識向上及び行動変容の動機づけを行う。	
対 象		A事業所A社員食堂利用者 約200名	
連携機関		A事業所（健康管理部門）・A事業所給食委託会社・（公社）富山県栄養士会	
実施時期		平成27年6月～10月	
事業内容		(1)健康フェアの開催 平成27年9月28日～10月2日（5日間） ・野菜量が120g以上摂れるメニューの提供 ・野菜摂取促進に関する情報提供（パネル、フードモデル、クイズ等の提示） ・1日の野菜摂取目標量350g計量チャレンジ（生の野菜使用） ・野菜摂取のコツ紹介及び栄養・食生活相談（県作成：健康づくり通信の配付） (2)アンケート調査の実施 ・健康フェアの評価及び野菜摂取に関する意識等の把握 ※資料添付 ： 有 ・ 無 （県作成：健康づくり通信）	
評価	プロセス評価	・事業所（健康管理部門）・給食委託業者・厚生センターが連携して検討・企画、実施したことにより、健康フェア参加率及びアンケート回答率はいずれも9割を超える高率であった。 ・事業所が社員食堂の健康づくりに果たす役割について再認識する機会となった。	
	結果評価	・健康フェアを通して、野菜を摂る効果について「知ることができた」「だいたいできた」を合わせると75.9%。健康フェア後、「今より野菜を摂ろうと思った」と回答した者が98.9%。健康フェアが健康管理を行う上で「参考になった」「やや参考になった」を合わせると85%であった。 ・普段の食事で野菜を食べるよう「心がけている」「やや心がけている」を合わせると81.3%であり、そのうち、心がけている内容として「社員食堂で野菜の多いメニューを選ぶ」と回答した者が47.4%であった。約半数が社員食堂を活用し野菜摂取を心がけている状況が伺えた。	
課 題		・野菜摂取を心がけているが、摂取量が足りていないと思っている者が多いことから、厚生センターとして引き続き、摂取量を増やす食環境の整備や普及啓発が必要である。 ・事業所（健康管理部門）が社員の健康課題を踏まえ、社員食堂等を活用した栄養・食生活面での健康づくりに関わっていくことが求められる。	
その他		アンケート結果は健康フェア終了1週間内に集計し、事業所において回覧された。その結果、同事業所他食堂においても事業所・給食委託会社・厚生センターと連携した健康フェアの実施が決まった。	

工夫した点	・健康フェアの目的を達成するために、計画の段階から事業所（健康管理部門）・給食委託業者・厚生センターが連携して検討・企画し、健康フェアを実施した。 ・野菜計量には生の野菜を使用し、また、クイズを取り入れることで、若い世代にも野菜摂取に対する意識向上や動機づけができるよう工夫した。
-------	---

キーワード： 健康づくり 連携 社員食堂 健康フェア 野菜摂取

実施主体	富山県新川厚生センター	所在地	富山県黒部市堀切新343
電話番号	0765-52-2647	FAX 番号	0765-52-4440
担当者	大沢ますみ	E-mail	masumi.osawa@pref.toyama.lg.jp



夏本番！！ ビタミン・ミネラルが豊富な旬の夏野菜が効果的などを
食事をしっかり食べて暑い夏を乗り切りましょう。

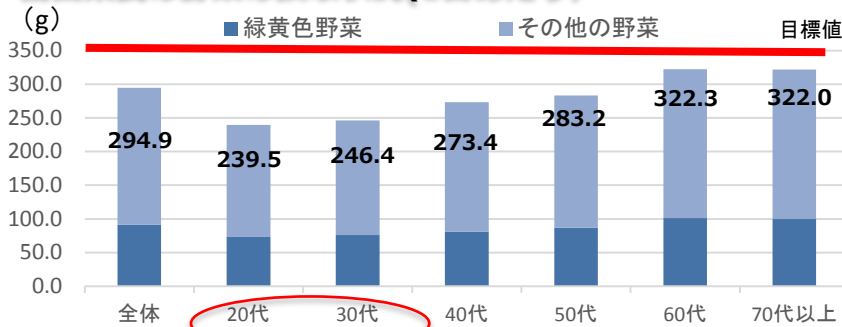


野菜で健康生活を！

「野菜」には、健康を維持し、体調を整えるために必要な**ビタミンやミネラル**、**食物繊維**が多く含まれています。
野菜を食べて、健康生活を目指しましょう。

どの年代も1日に必要な野菜の量を食べていません。特に**20～30代の若い世代が野菜不足！！**

富山県民の野菜の摂取状況(1日あたり)



平成22年県民健康栄養調査

♪野菜は、1日350gを目安に♪

野菜には、緑黄色野菜と淡色野菜があります。それぞれに含まれる栄養素の種類が違いますので、下記の量を目安にとりましょう



緑黄色野菜：にんじん・小松菜
ほうれん草・ブロッコリー 等

淡色野菜：キャベツ・ごぼう
レタス・きゅうり・なす 等

健康トピックス

実践のヒント編

野菜の**小鉢1皿＝70g**と考え、**1日5皿、毎食1～2品以上**を目標に食べると、350gの野菜をとることができます。
特に朝食は、野菜が不足しがちなので、意識して食べましょう。付け合わせの野菜も忘れず食べてね

<1日の野菜料理の取り方例>
～毎食に野菜料理を1品以上～



朝食

昼食

夕食



健康クイズ

8月31日は、
「や(8)さ(3)い(1)」
で「野菜の日」です。
さて、夏が旬の野菜はどれでしょう。

a なす



b アスパラガス



c ほうれん草



d 枝豆



クイズの答えは、このページの下に
*旬の野菜は、栄養価も高く、味もよいです。食卓に積極的に取り入れましょう



事業名		健康づくりイベント「健康センター食堂」	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		市民アンケートでは、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上」である者が75.5%である。健康日本21の目標値と同等の80.0%をめざす。（目標年度平成37年度）	
現状と課題		市民が自らの生活習慣の改善を行うことで、健診データの改善や疾病の重症化予防をすることが求められている。しかし、特定健診結果から抽出した保健指導対象者への保健指導の場では、主食量や嗜好品のとりすぎ、野菜の摂取量不足等、食事のバランスや量に過不足のある者が多くみられる。	
事業の目的		食生活改善に必要な市民が、食事のバランスや適正な食事量、味付けを体験することで、自らの食生活の改善内容を具体的に理解し、実践できるように支援する。	
対 象		一般市民。ただし、特定保健指導利用者には参加勧奨案内を送付する。	
連携機関		市食生活改善推進員	
実施時期		年2回開催	
事業内容		食事バランスガイドを使った栄養バランスのチェック バイキング形式による試食体験 グループワークによる行動目標や感想の聞き取り ・参加者が自分の身体状況や身体活動レベルから1日分のエネルギー量を選択し、食事バランスガイドの「つ(sv)」を選ぶ。準備の都合上、主菜と副菜の提供量は一律とするが、主食は自分で計算した適量を各家庭から持参した自分の茶碗に盛りつける。 ・ゆっくりよく噛んで食べる体験をするため、食事時間を20分間以上と設定し、普段の食べ方と比較してもらう。 ・5～6人を1グループとし、保健師・看護師等が各グループを担当することで、食べながら今後実践できそうな行動目標、及び日頃の食生活と比較して感じたこと等の意見を引き出す。 添付資料：無	
評価	プロセス評価	参加直後のアンケートでは、「いつもの食事は副菜が不足していると感じた」「普段より品数が多い」「全体的に味が薄い」「20分は長く感じた」「時間をかけて食べたら満腹になった」等、普段の食生活との違いを体感したという意見が多かった。 また、特定保健指導利用者への参加勧奨では、37%の参加率であった。	
	結果評価	本事業は市民の食事バランスの改善を目指しているため、今後、健康増進プラン進捗状況確認の市民アンケートを用いて評価をする予定。 あわせて、特定保健指導利用者のうち参加者と非参加者の健診結果の評価については、次年度行う予定。	
課 題		一度に事業に参加できる人数が限られるため、広く一般市民にアプローチするためには、食生活改善推進員活動や、マスコミ・広報誌を活用したポピュレーションアプローチと併用する必要がある。	
その他			

工夫した点	特定保健指導参加者は、普段調理をしない男性が多いため、食品ではなく料理を選択する食事バランスガイドを活用することにより、食事のバランスを簡単に考えられるようにした。
-------	--

キーワード：食事バランスガイド、体験型支援

実施主体	富山県 魚津市健康センター	所在地	富山県魚津市吉島1165
電話番号	0765-24-3999	FAX 番号	0765-24-3684
担当者	森岡めぐみ	E-mail	kenko-center@city.uozu.toyama.jp

事業名		“さく” っとうす味みんなでキャンペーン	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		・ 塩分チェックシートの総合点数及びアンケートで「塩分に気をつけている」と答えた人の割合の増加 ・ みそ汁の試飲において「薄い」と回答した人の割合の減少 ・ 平成 28 年度及び平成 31 年度県民健康・栄養調査による食塩摂取量の減少	
現状と課題		・ 佐久保健福祉事務所管内の脳血管疾患の標準化死亡率（平成 20 年～平成 24 年）は男 102.2、女 105.8 で、県平均（男 114.1 女 124.8）より低いが全国と比べると高い。 ・ 佐久保健福祉事務所管内の 1 日食塩摂取量は、40 歳代 11.2 g、50 歳代 12.1 g、60 歳代 13.3 g、70 歳代 14.1 g（国立がんセンター「次世代多目的コホート研究」（2012 年））で目標量を超えている。	
事業の目的		佐久地域の食育を関係機関・団体が連携して推進するため「佐久地域食育推進連絡会議」を設置しており、この会議構成員が中心となって佐久地域の食育関係者を巻き込み、佐久地域一丸となって減塩活動に取り組む。	
対 象		管内全住民	
連携機関		佐久地域食育推進連合会議構成機関・団体（医師会、歯科医師会、栄養士会、歯科衛生士会、調理師会、食品衛生協会、小中学校栄養教諭・学校栄養職員・養護教諭、高等学校養護教諭、PTA、保育園給食連盟、幼稚園協会、農協、農業女性団体、食生活改善推進協議会、市町村、県関係機関）	
実施時期		平成 27 年度から平成 29 年度まで	
事業内容		佐久地域食育推進連合会議構成機関・団体を中心とした地域の食育関係者が、以下事業を実施し、住民の減塩に対する意識を高めるとともに具体的な方法を普及する。 ① 共通リーフレットの作成・配布 ② 出前講座の実施 ③ 塩分チェックシートの実施 ④ みそ汁の試飲の実施 ⑤ 減塩料理コンテストの実施と料理の普及 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・ 関係機関・団体の減塩活動の実施回数及び実施人数を把握する。 ・ 食育関係者を対象として開催している「食育フォーラム」を活用し、事業を実施しての感想や課題を出し合い共有することで、事業をすすめる関係者の意識を高めるとともに事業内容を見直す。	
	結果評価	・ 実施した「塩分チェックシート」及びみそ汁試飲の実施結果をまとめ、事業開始年度から終了年度までの結果を比較する。 ・ 平成 25 年度と平成 28 年度及び平成 31 年度の県民健康・栄養調査による食塩摂取量を比較する。	
課 題		若い年代層、特に働き盛り世代への働きかける手段と効果的な内容・方法。	
その他		本事業は、長野県がすすめる健康づくり県民運動「信州 ACE（エース）プロジェクトの「Eat（健康に食べる）」取組の地域版として位置づけている。 （ACE は脳卒中等生活習慣病に効果のある A（Action：体を動かす）、C（Check：健診を受ける）、E「Eat（健康に食べる）」を表し、世界で 1 番（ACE）の健康長寿をめざす思いを込めたもの）	

工夫した点	減塩を地域の食育活動テーマとするにあたり、佐久地域食育推進連絡会議で同意を得た。事業内容は、食育関係者みんなですすすめるものとなるよう、「食育フォーラム」において食育関係者から出された意見をもとに検討し、会議で決定した。取組を広く住民に知ってもらえるよう、報道機関への PR に配慮した。
-------	--

キーワード：減塩、食育関係者、連携

実施主体	長野県佐久保健福祉事務所	所在地	長野県佐久市跡部 6 5 - 1
電話番号	0 2 6 7 （ 6 3 ） 3 1 6 3	FAX 番号	0 2 5 7 （ 6 3 ） 3 2 2 1
担当者	赤塩真奈美 羽根田洵子	E-mail	sakuho-kenko@pref.nagano.lg.jp

“さく” っとうす味みんなでキャンペーン

目 標

信州ACEプロジェクトを踏まえ、佐久地域が一丸となって減塩活動に取り組む

実施者

佐久地域食育推進連絡会議構成員及び佐久地域の食育関係者

実施期間

平成 27 年度から平成 29 年度までの 3 年間

キャッチフレーズ

野菜たっぷり 塩分ひかえめ

事 業 内 容

項 目	概 要	実施方法
普及啓発の強化	共通リーフレットの作成・配布	地域住民へのキャンペーンの周知と減塩呼びかけのツールとして、共通リーフレットを作成し、それぞれの活動の中で配布する。
	出前講座の実施	・作成部数 5,000 部 ・実施者が様々な機会を通じて住民へ配布 ・出前講座実施団体一覧を作成し、連絡会議構成員に周知する。 ・作成した一覧を活用して、住民への出前講座を実施する。
動機づけの活動	塩分チェックシートの実施	「塩分チェックシート」を用いて塩分摂取状況の判定を行い、住民自身が自らの食塩摂取状況と減塩に向けての改善点を知ること、減塩の意識高揚を図る。
	みそ汁の試飲	・健康教育・指導、健康のつどい、出前講座などの様々な機会をとらえて実施する。 ・目標 年間 3,000 人 3 年間で 1 万人 (佐久地域人口の 20 人に 1 人)
方法の普及	減塩コンテストの実施・料理の普及	・共通の方法でみそ汁を作る。 ・健康教育・指導、健康のつどい、出前講座などの様々な機会をとらえて実施する。 ・目標 年間 700 人 3 年間で 2,000 人 (佐久地域人口の 100 人に 1 人) ・数多くの応募があるようコンテストの実施を広く周知する。 ・入賞作品は、ホームページ等を活用し、地域へ普及する。

キャンペーン実施の評価

- ◎ 塩分チェックシートにおける総合点数の減少及び「塩分に気をつけている」と答えた人の割合の増加
- ◎ みそ汁の試飲において「薄い」と回答した人の割合の減少
- (◎ 県全体：平成 28 年度及び平成 31 年度県民健康・栄養調査による食塩摂取量の減少)

佐久地域食育推進連絡会議（事務局：長野県佐久保健福祉事務所）

事業名		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 * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		特定健診において高血糖・糖尿病で観察・要観察の人の割合を H26 から H30 までに 12.8%から 12.2%に改善する。				
現状と課題		辰野町の生活習慣病（高血圧、高脂血症、高血糖・糖尿病）での受診状況をみると、どの世代も上伊那や県よりも高い状況にあり、長野県 28.8%、上伊那 23.0%、辰野町 32.4%となっている。				
事業の目的		糖尿病は放置すると合併症の危険があるため、早い段階から糖尿病予防の対策が必要となる。個人の生活習慣等を具体的に把握しながら、継続的に健康教育を行うことにより、健康行動の改善を支援する。				
対 象		巡回型特定健診、医療機関特定健診、人間ドック受診者のうち、空腹時血糖値 100 以上 126mg/dl 未満または HbA1c5.6 以上 6.2%未満の方に対し通知にて教室開催のお知らせをし、教室参加を希望した人。				
連携機関						
実施時期		国保特定健診後				
事業内容		医師の講演、講義（運動、栄養）の全体会と、3ヶ月間の運動実践、検査結果や食事記録などを元にした個別面接を組み合わせ実施。6ヶ月間の支援で初回と3ヶ月後と6ヶ月後の3回採血を行い、空腹時血糖と HbA1c の測定を行う。 ※資料添付 ： ⑦ ・ 無				
評価	プロセス評価	教室参加率 教室開始時に日程表を配り、重ねて教室の最後に必ず次の教室の日程を伝えることで、毎回参加できていた。 対象者の行動変化 食事は、食べ方に関すること（野菜から食べる、ゆっくり食べるなど）は継続しやすいが、間食など嗜好品の摂取は着手まで時間がかかる。運動については、教室時だけでなく日常的に実行した人は検査値の改善がみられた。				
	結果評価		初回	中間評価	最終	次年度
		空腹時血糖 (mg/dl)	104	105	108	105
H b A 1 c (%)		5.8	5.7	5.7	5.8	
		参加者 7 名の平均。次年度の検査結果は健診受診者 6 名の平均。				
課 題		・ 特定健診の検査結果を元に参加者を募集しているが、参加する人は健康に関して意識の高い人が多く、本当に生活習慣の改善が必要な人が集まらない。 ・ 健康増進法の個別健康教育の基準に則った教室だが、特定健診の標準とされる値と教室対象の基準値が重なる部分があり「標準範囲内だから大丈夫」と教室参加につながりにくい。				
その他						

工夫した点	- 生活習慣として定着できるように、全体の話と個別の話を織り交ぜながらの教室運営を行った。 - 他教室の運動講座や講演会への参加も勧めながら、新しいトピックスを織り交ぜるようにした。
-------	--

キーワード：

実施主体	長野県辰野町役場保健福祉課	所在地	長野県上伊那郡辰野町中央 1
電話番号	0266-41-1111	FAX 番号	0266-43-3307
担当者	綿貫 順子	E-mail	hoken@town.tasuno.nagano.jp

該当者 様

辰野町長 矢ヶ崎克彦



平成 25 年度 糖尿病予防教室 ちょっと血糖値が高め

脱出大作戦のご案内

あなたは今回の特定健診の血液検査の結果をみると、空腹時血糖 100～125mg/dl、または HbA1c5.6～6.4%のいずれかに入っており” ちょっと血糖値が高め” な状態でした。この状態が続くと将来、糖尿病等の生活習慣病が発症する心配があります。

個人にあった運動・食事両面から専門家がサポートするこの教室へ、” ちょっと血糖値が高め” の状態を改善するために参加してみませんか。

糖尿病予防教室では、9～11 月までヘルスアップ教室生と一緒にトレーニングを行います。ヘルスアップ教室では、A コース（午後 3 時～5 時）と、B コース（午後 7 時～9 時）の 2 コースを設定しており、ご希望のコースいずれかを選択していただけます。

	時間	会場	内容
9 月 3 日 (火)	午後 1:30～3:00	たつの町保健福祉センター	講演会 「効果的な運動方法とは」 ～高血糖予防について～ 講師 松本大学 田邊愛子先生 個別面接（健診結果の確認、教室参加の目標作成）
9 月 5 日 (木)	A : 午後 3:00～5:00 B : 午後 7:00～9:00	共生館 「あさひヶ丘」	講義「毎日の食事で気をつけること」 講義「運動について」
9 月	教室生と相談 で決めます	たつの町保健福祉センター	血液検査（血糖値、HbA1c） 個別相談
9/12～11/28 毎週木曜日	A : 午後 3:00～5:00 B : 午後 7:00～9:00	共生館 「あさひヶ丘」	個人にあった運動（筋力トレーニング・有酸素運動・ストレッチ）等を実施
12 月 5 日 (木)	午前 8:30～10:00	たつの町保健福祉センター	血液検査（血糖値、HbA1c） グループワークによる情報交換 講義「高血糖の原因とインスリンの働きを知る」 講義「年末年始の過ごし方」
1 月、2 月 各 1 回	教室生と相談 で決めます		個別相談（目標について、実施状況について） 2 月に血液検査（血糖値、HbA1c）
3 月に 1 回			今後の生活に向けて 個別面接

【申し込み方法】

8 月 23 日(金)までに電話で下記までお申し込みください。
ヘルスアップ教室のコース選択を申し込み時にお知らせください。
申込みをされた方へは、後日教室の案内をお知らせします。



【連絡先】

辰野町役場 保健福祉課 保健係 管理栄養士 保健師
電話：41-1111 内線 2124・2131

事業名		健康課題解決のための栄養施策の検討～食塩チェックリスト案の作成～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		食塩摂取量を減らす	
現状と課題		岐阜県全体の死亡原因疾患では、男性 心疾患、女性 心疾患及び脳血管疾患が全国平均より多い。 平成23年度県民栄養調査の結果、摂取食塩相当量が男性平均11.0g 女性平均9.5gであった。 これらのことから、壮年期層の食塩摂取量を減らすことが課題である。	
事業の目的		地域の健康課題を解決するために、食生活の特徴を明確化するための有用なツールを作成し、地域に合わせた栄養施策の展開を図ることを目的とする。 ①食事調査を行わなくても、食塩摂取量が多いかどうかを判定できる有用な食塩チェックリストの作成。 ②市町村ごとの食生活の特徴を明確化することにより、市町村保健事業に役立てる。	
対 象		県民	
連携機関		岐阜県保健医療課、岐阜県保健所、市町村健康増進担当課	
実施時期		平成26年6月～12月	
事業内容		① 第1回栄養施策研修の開催 新潟県立大学 村山伸子先生を講師に地域の課題を明確にする。 食塩チェックリストを作成 ② 住民に対し食塩チェックリストを使う。データの集約 ③ 食塩チェックリストを保健所単位ごとにデータ集積し血圧との関係を確認 ④ 第2回栄養施策研修会開催 新潟県立大学 村山伸子先生の指導のもと食塩チェックリストの有用性の検証と市町村の検証結果報告 ※資料添付 : 有	
評価	プロセス評価	栄養施策研修会を通じ、岐阜県の健康課題を明確化しその対策を検討する中で食塩チェックリストを作ることができた。また、実際に住民に対し食塩チェックリストを使い、血圧と食塩チェックリストの項目の関係を確認することができた。	
	結果評価	食塩チェックリストの項目と血圧の関係から、汁物の重ね食べや調味料の使い方など影響を与えている項目がいくつかわかった。県内でも、市町村ごとに食事の特徴をつかむことができた。	
課 題		食塩チェックリストの項目は、実際に使ってみるともっと追加した方がいい項目もでてきたため、項目の選定には十分な検討が必要である。また、検証するデータが血圧より尿中Na量の方がより正確である。	
その他			

工夫した点	食塩チェックリストの項目の選定には、平成23年岐阜県県民栄養調査の中から高食塩摂取者の個票を分析し、その特徴から項目を決定した。
-------	--

キーワード：

実施主体	岐阜県保健医療課	所在地	岐阜市藪田南2-1-1
電話番号	058-272-1111	FAX 番号	058-278-2624
担当者	新谷 由加里	E-mail	c11223@pref.gifu.lg.jp

回答していただいた内容は、個人を特定しないデータとして市町村において栄養指導等の基礎資料として活用させていただくことに同意いただけますか。

同意します

同意しません

あなたのふだんの食事の様子をお答えください

該当するものに○をつけてください。

No	食塩摂取チェックリスト					
1	食事は1日に何食たべますか？	1食	2食	3食	4食以上	
2	満腹になるまで食べますか？	はい		いいえ		
3	味噌汁や汁物は1日に何回食べますか？	ほぼ食べない	1回	2回	3回以上	
4	漬物は1日に何回食べますか？	ほぼ食べない	1回	2回	3回以上	
5	漬物を食べると答えた人は 1食に何種類の漬物を食べますか？	1種類	2種類	3種類	4種類以上	
6	1日に何回煮物を食べますか？	ほぼ食べない	1回	2回	3回以上	
7	煮物を食べると答えた人は 1食に何種類の煮物を食べますか？	1種類	2種類	3種類	4種類以上	
8	家での煮物の味は濃いですか？	はい		いいえ		
9	しょうゆ、ソースはたっぷりかけますか？	はい		いいえ		
10	麺類の汁は全部飲みますか？	ほぼ飲まない	半分飲む		全部飲む	
11	食塩摂取の目安量を知っていますか？	はい		いいえ		
12	適塩、減塩を心がけていますか？	はい		いいえ		
性別	男	女	年齢	歳	身長	cm
同居家族	有	無	血圧	/ mmHg	体重	kg

事業名		防災クッキング	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		平成 27 年度から平成 34 年度まで（8 年間）町内全域 32 地区で防災クッキング教室を開催する。	
現状と課題		過去の大規模災害による被災地の反省で、災害直後から、いかに早く日常に近い食事ができるかによって、ストレスが大きく緩和されると言われている。しかし、防災リュックを用意していない住民も多く、具体的に何が最低限必要で、どんな方法があるのかを知らないことが多い。住民が、自分の命は自分でしか守れないことを理解し、防災意識を高め、具体的な準備や知識を得ることが課題である。	
事業の目的		災害時に推奨する備蓄食品や物品、ポリ袋を使った調理法を学び、備えられるように啓発する。	
対 象		町民	
連携機関		七宗町食生活クラブ（町が委託する食育推進ボランティア団体）	
実施時期		平成 27 年 10 月から 11 月の間 3 地区で実施（12 月に 1 地区開催予定）	
事業内容		カセットコンロとポリ袋を使った湯せんの調理法を紹介する。おもに缶詰や乾物を使い、それらが栄養豊富で手軽である利点を伝え、平常時から活用できる料理を紹介する。実習する料理は、やきにくタレごはん・キャベツのゆかりあえ・ゆで卵・紙コップでつくる蒸しパンの 4 品である。また、防災リュックに推奨する物品として、排泄しなければ食事が摂れないことから携帯トイレ袋、そして、使い捨てカイロは、レトルト食品や粉ミルクを人肌程度の温度まで温めることができることを強調して啓発した。食品では、たんぱく質やビタミンが補える肉や魚、大豆の缶詰や野菜ジュースを推奨した。 ※資料添付 ： 有	
評価	プロセス評価	食生活クラブの計画どおりに実行されている	
	結果評価	防災リュックの中身を見直したい、ポリ袋で調理ができることを人に教えたい、普段でも活用したいなどと意欲的な意見があったので事業の目的は果たせたようだ。	
課 題		課題は案内方法であり、区長に案内を依頼し集会時に配布したところ、全戸に周知はできるが参加希望者が無く、結局口コミにより婦人が集まった。その他、既存の団体（サロンなど）を対象に開催したところ、案内をしなかった近所の住民から、参加したかったと残念がられた。今後は案内の仕方を検討する。	
その他		これをきっかけにサロンを開設したいという声もあり、住民同士の交流の機会が増えていくと良い。食生活クラブと共に各地域に密着した新事業に取り組み、参加者の反応に手応えを感じることができた。	

工夫した点	高齢化率の高い七宗町では買い物難民が多いため、賞味期限が長く栄養価の高い缶詰や乾物を平常時から積極的に活用し身近な食材となるように、非常時の防災クッキングと合わせて啓発した。
-------	---

キーワード：

実施主体	岐阜県七宗町役場住民課健康係	所在地	岐阜県加茂郡七宗町上麻生 2152 の 1 七宗町生きがい健康センター内
電話番号	0574-48-2046	FAX 番号	0574-48-1360
担当者	小柳 尚子	E-mail	ikisen@town.hichiso.lg.jp

【七宗町】食生活クラブ ～地域密着食育推進ボランティア～

「防災クッキング」＜計画書・報告書＞平成27年～28年度(2年間)

目的:住民へ、災害時に備えた準備と知識の向上をねらいとし啓発活動をする。

開催年度	時期	活動名	内容	対象者	会場	目標数	予算	参加費	人員	管理栄養士	参加数	参加費
H27	10/5(月)	防災クッキング①	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	中麻生住民	中麻生公民館	10名	3,000円 (@300×10)	300円/人	1	有	12	3,600
	10/10(土)	防災クッキング②	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	小穴住民	小穴公民館	10名	3,000円 (@300×10)	300円/人	2	有	7	2,100
	10/20(火)	防災クッキング③	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	大貝戸住民	大貝戸公民館	15名	4,500円 (@300×15)	300円/人	3	有	14	4,200
	12/2(水)	防災クッキング④	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	下中切住民	下中切公会堂	10名	3,000円 (@300×10)	300円/人	2	有		
H28	10月～11月	防災クッキング①	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	本郷上住民	本郷上公民館	10名	3,000円 (@300×10)	300円/人	2	有		
		防災クッキング②	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。	本郷下住民	本郷下公民館	10名	3,000円 (@300×10)	300円/人	2	有		
		防災クッキング③	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。					300円/人	2	有		
		防災クッキング④	推奨する備蓄食品やその活用法を調理実習をして紹介する。					300円/人	2	有		

※町内全域で32地区の公民館にて実施する。
 ※H29年からは栄養士不在で活動できるようにする。
 ※年に4地区ずつ開催し、慣れてきたら増やしたい。

事業名		事業所給食施設における野菜摂取促進事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		野菜摂取量平均値の増加（20歳以上の男女） 平成34年度 目標値 350g以上 （第3次ふじのくに健康増進計画、第3次静岡県食育推進計画） 給食利用者の給食（昼食）での野菜摂取量 120g 給食（昼食）での野菜提供量（定食又はモデル献立） 160g	
現状と課題		平成20年県民健康基礎調査において、20歳以上の1日の野菜摂取量は285gであり、1日の野菜摂取の目標である350g以上摂取しているのは約3割のみである。平成25年の県民健康基礎調査においても、野菜摂取量は少ない。そのため、肥満や糖尿病予防にも効果が期待される「野菜摂取量の増加」を図るための働き盛り世代への対策が必要である。	
事業の目的		働き盛り世代の生活習慣病予防の観点から、事業所給食利用者の野菜摂取量の増加を図るため、平成22年度からモデル事業として管内の1市にある事業所給食を対象に、野菜摂取の促進を図ってきた。モデル事業対象の事業所の取組の現状を把握分析し、事業の効果と今後の方向性を検討し、その結果を踏まえて給食施設に働きかけることにより、さらに野菜摂取量の増加を図る。	
対 象		管内の事業所給食施設及び利用者（モデル事業はモデル事業対象市内の管理栄養士のいる特定給食施設）	
連携機関		管内市町、管内給食施設、農林事務所、道の駅等	
実施時期		平成22年度～ 1市におけるモデル事業 平成25年度～ モデル事業の評価分析及び管内への事業展開	
事業内容		平成22、23年度 事業所給食施設に対し、食育・栄養情報の提供、食生活改善イベントや地産地消イベントの実施、ふじのくに食の仕事人による調理実習、地場産野菜の活用支援、料理コンテスト入選作品の提供などを実施。 事業実施前、実施中にアンケート調査を実施。 平成24、25年度 モデル事業対象給食施設を対象とした検討会の開催 事業所給食での地産地消の取組の確認 管内全事業所、管内市町を対象とした研修会の開催（取組の発信） 事業評価のためのアンケート調査実施 平成26、27年度 事業評価のためのアンケート調査を分析し、事業の効果と方向性の検討（平成27年日本栄養改善学会発表） モデル事業実施市のすべての事業所給食施設を対象とした検討会の開催 モデル事業実施市以外の市の事業所における食育イベント実施 管内全事業所、管内市町を対象とした研修会の開催、食育取組事例を取りまとめ、ホームページに掲載。 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	事業所給食施設での食育取組が増加した（12項目中5.2項目→7.1項目）。 野菜摂取を意識している給食利用者が増加した（野菜摂取を意識している人64.0%→67.8%）。 会社の総務部門や健康管理部門と給食受託会社との連携が強まった。	
	結果評価	給食利用者の調査日の給食での野菜摂取量が増加した（85g→93g）。 調査日の給食での野菜提供量（定食又はモデル献立）が増加した（128g→149g）	
課 題		給食利用者の野菜摂取量や給食提供量は増加したが、目標に届かなかったため、継続して事業所に働きかける必要がある。管内の全事業所において野菜摂取の意識が高まるよう働きかける必要がある。	
その他			

工夫した点	市町の栄養士や農林事務所を巻き込んで事業を行った。事業所の総務部門や健康管理部門に働きかけた。
-------	---

キーワード：野菜摂取促進

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	FAX 番号	0538-37-2224
担当者	健康増進課 辻井 博美	E-mail	kfseibu-kenzou@pref.shizuoka.lg.jp

事業名		働き盛り男性の肥満割合減少のための栄養改善事業－事業所における食習慣モデル調査－	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		・健康日本 2 1 あいち新計画指標： 20～60 歳代男性の肥満者（BMI25 以上）の割合の減少 21.0%以下（H34 年）	
現状と課題		・ 糖尿病有病者の割合は、男性 9.5%、女性 5.6%で男女とも全国値を上回っている。 （平成 22 年度厚生労働省都道府県における医療費適正化計画の策定に係る参考データ） ・ 中性脂肪 150ml/dl 以上の者の割合が、男性 30.3%、女性 15.0%でともに全国値を上回っている。 （平成 22 年度厚生労働省都道府県における医療費適正化計画の策定に係る参考データ） ・ メタボリックシンドローム該当者（男女）の割合が、15.1%で全国値を上回っていた。 （厚生労働省「レセプト情報・特定健康診査等データベース」） ・ 健康日本 2 1 あいち新計画策定時 20～60 歳代男性の肥満者の割合 24.2%で、前期計画で悪化した。	
事業の目的		働き盛り男性の肥満要因となる食生活習慣を把握するための調査方法等を確認・検証するために、食習慣モデル調査を実施した。	
対 象		モデル地区（県 3 保健所管内）内で協力が得られた事業所の男性従業員	
連携機関		・政令指定市（1 市）、中核市栄養士（3 市） ・調査協力事業所（特定給食施設所有事業所）	
実施時期		平成 2 7 年 2 ～ 3 月（分析等は平成 2 7 年度実施）	
事業内容		○肥満の背景にある食習慣や食環境を特定するためのフロー図の作成と調査内容の検討 ・特定給食施設指導を担当する政令指定都市、中核市を交えたワーキング会議で、働き盛り男性の肥満の背景にある食習慣等の関連図を作成し、それを検証するための調査内容の検討を行った。 ○モデル調査の実施 ・ワーキング会議メンバーの県保健所管内で協力が得られる事業所でアンケート調査を実施した。 ○結果に基づく啓発用資料の作成 ・特定給食施設（事業所）指導等で活用するための資料を、結果から得られた内容に基づき作成した。 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	○肥満の背景にある食習慣等を特定するフロー図の作成 →作成できた ○調査票の作成 →作成できた ○調査の実施 →12 事業所 男性 1,765 人 ○調査結果の把握→ ・肥満者の割合が 26.0%で、4 人に 1 人以上が肥満者であった。 ・40 歳代、50 歳代の肥満者の割合は 30%を越えていた。 ・肥満者の食行動で有意な差が見られたものは「早食い」であった。 ・BMI 正常値内の高値群（肥満予備群：23≤BMI<25）に肥満者と同じ「早食い」に差が見られた。 ○結果に基づく啓発用資料の作成 →作成できた。	
	結果評価	○モデル調査の結果をもとに、県内全域での全体調査の実施 ・40～50 歳代の肥満者の割合の減少 ・「早食い」習慣者の割合の減少 ○従業員の肥満者の割合を把握する事業所が増える。（特定給食実施状況報告） ○従業員の肥満者の割合が増えない事業所が増える。（特定給食実施状況報告） ○20～60 歳代男性の肥満者（BMI25 以上）の割合の減少（健康日本 21 あいち新計画中間評価・最終評価）	
課 題		○40・50 歳代の肥満者の割合が 30%を超えており、20・30 歳代の世代からの取組が重要である。 ○肥満の背景を特定するためフロー図では「早食い」のみが検証できた。分析方法の検討が必要である。	
その他			

工夫した点	ワーキング会議で、肥満の背景にある食生活等を特定するためのフロー図の検討と作成を行い、それを検証する調査内容にした。
-------	--

キーワード： 働き盛り男性 男性肥満 事業所給食

実施主体 電話番号 担当者	愛知県保健医療局健康対策課 052-954-6271 山村 浩二	所在地 FAX 番号 E-mail	愛知県名古屋市中区三の丸 3-1-2 052-954-6917 kouji_yamamura@pref.aichi.lg.jp
---------------------	--	-------------------------	---

事業名		学童期の健康スクール	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		(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)社会生活を自律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			
指標と目標値		健康がまごり 2 1 第2次計画の指標・・・肥満傾向にある小学生（肥満度20%以上）への保健指導人数（平成30年20人以上）	
現状と課題		平成24年度に行った、健康に関するデーター分析により、平成25年度から「蒲郡いきいき市民健康づくり事業」を実施している。 蒲郡市の課題として、メタボリックシンドロームといわれる、内臓脂肪型の肥満が、県内でも多い。そこで、家族単位で考えると、子どもにも影響が考えられる。また、学童期の肥満は思春期を経て成人期に移行すると確認されています。	
事業の目的		学童期からのよりよい生活習慣を確立することで、生活習慣病の発症の抑制を目指し、児童が自ら健康に関心を持ち、主体的に健康づくりに取り組む環境をつくる。	
対 象		小学校3年生～6年生肥満度20%以上の親子又は生活習慣病に関心のある親子 15組	
連携機関		市内小学校・市内医療機関・市民病院	
実施時期		夏休み・冬休み・春休みでの健康づくりの教室開催と電話・面接等による個別指導	
事業内容		○1回目 受付・計測等 ・ガイダンス 20分 （親）（子）講演「子どもの生活習慣病予防に大切なこと」 あいち小児保健医療総合センター内分泌代謝科 医師 濱島 崇氏 ※はじめ30分間医師の話親子合同その後、（子）健康チェック（身体測定・チェック表等）・健康クイズ ○2回目 栄養（バランス）・運動（体の動かし方）プログラム ○支援レター 1回目 ○3回目 グループワーク「取組み状況報告」 ・ 栄養プログラム「おやつについて考えよう」 ○支援レター 2回目 ○個別面接 ○4回目 健康チェック（身体測定・チェック表等）・修了証書授与 ※資料添付 ： 有（チラシ）	
評価	プロセス評価	参加者を集めるのには、課題が多い。学校からは肥満の児童差別といわれてしまい、なかなか周知の連携がとれず、周知不足を感じる。今回は7名参加でそのうち、4名が肥満度20%以上の児だったが、全員肥満度は減少した。	
	結果評価	意識的にも毎日の体重計測やおやつのカロリーなど本人が意識し改善してきた成果があった。親もそれを感じてもらえ、家族みんなの健康管理につながった。	
課 題		子どもの将来のために望ましい生活習慣などの行動が実施でき継続できる児童を育てることで、将来の生活習慣病予防のため、この時期の肥満指導の大切さを教育委員会に理解してもらえるよう、学校医と連携をとりながら、進めていきたい。生活改善のその後のフォローや計測値の今後についても継続できる体制（例：保健室フォロー）などが今後の課題である。	
その他			

工夫した点	自分自身の生活習慣の中から、要因を自分で見つけ、親子一緒に考えてもらうことで、望ましい生活習慣の「行動感覚」が身につけてもらうよう工夫した。
-------	--

キーワード：
 セルフモニタリング

実施主体	愛知県蒲郡市	所在地	愛知県蒲郡市浜町4番地
電話番号	0533-67-1151	FAX番号	0533-67-9101
担当者	千賀典子	E-mail	hoken@city.gamagori.lg.jp



「学童期の健康スクール」

のご案内

“メタボリックシンドローム”の対象は大人だけではなく、子どものころからの予防が大切です。
今回、楽しく親子で生活習慣を見直し、健康づくりの学習ができる、「学童期の健康スクール」を開催します。
是非ご参加ください。



❖対 象：小学3年生～6年生で肥満度20%以上又は健康づくりに関心がある親子

❖対 象：15組

❖日 時・内容

	日 時	内 容
1	7月29日（火） 9時半～12時	ガイダンス 健康チェック（身体測定・生活習慣チェック等） 医師の話「子どもの生活習慣病予防に大切なこと」 講師：あいち小児保健医療総合センター 内分泌代謝科 濱島 崇 氏
2	8月20日（水） 10時～2時半	栄養「何をどれだけ食べた方がいいの？」 調理実習：ヘルシーランチを作って食べよう 講師：管理栄養士 中村真梨子 氏 運動「楽しく体を動かそう！」 講師：健康運動指導士 伊藤聖子 氏
3	12月24日（水） 10時～12時	調理実習「手作りおやつでクリスマス会」 グループワーク
4	3月26日（木） 10時～12時	健康チェック（身体測定・生活習慣チェック等） グループワーク

※教室の他、メール等で個別相談もできます。

❖参加費：無 料

❖場 所：蒲郡市保健センター（浜町4番地）



申込み方法：平成26年7月18日（金）までにお申込みください

・電話 0533-67-1151（平日8:30～17:15）

・FAX 0533-67-9101 または Eメール hoken@city.gamagori.lg.jp

タイトル名「学童期の健康スクール」と明示の上

① お子様のお名前、生年月日、学校名、学年 ②連絡のつく電話番号 をご記入下さい

お問い合わせは 蒲郡市保健センター（蒲郡市健康推進課） 0533-67-1151

事業名		健康ばんざい 京のおばんざい弁当事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律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		野菜摂取量 350 g 食塩摂取量 9.0 g 以下（平成 29 年度） 販売数 年間 15,000 食（平成 32 年度）	
現状と課題		○平成 23 年府民健康・栄養調査設問「あなたは市販の弁当を買うときに何を基準に選びますか」 1 位 価格 48.5％ 2 位 好物が入っているか 27.2％ … 8 位 野菜が入っているか 13.4％ 9 位 健康に配慮している 5.9％	
事業の目的		「おばんざい」という京都ならではの食文化を生かして、栄養バランスを考えたお弁当を開発・普及し、 府民の正しい食習慣のきっかけとする。（目標数値は「指標と目標値」欄参照）	
対 象		京都府内の一般住民	
連携機関		京のおばんざい弁当普及推進協議会、府内弁当事業者、飲食店等事業者等	
実施時期		平成 17 年度～ 年間を通じて実施	
事業内容		【おばんざい弁当の規格基準策定】 平成 17 年度 協議会設立 規格基準策定 【認定事業】 協議会による審査・認定（有効 1 年間） 認定された弁当には商標登録マークの使用を許可 【普及活動】 チラシの配布、イベントでの販売ブース設置、各種学会での弁当採用などにより住民へ普及活動を実施 ※資料添付 ： 有 ・ ☐ （事業 URL: http://www.pref.kyoto.jp/obanzai/ ）	
評価	プロセス評価	・販売個数、取り組み事業者数、認定事業者による意見交換会の実施 ・平成 28 年府民健康・栄養調査設問にて府民意識の変化を判定する ・利用者アンケートの実施（未実施）	
	結果評価	・府民健康・栄養調査による府民の栄養摂取状況の判定	
課 題		・取り組み事業者数の伸びが鈍化している ・規格基準が厳しいとの声が事業者から聞かれるが、緩和する線引きに悩んでいる	
その他		厚労省から公表された「健康的な食事」の通知に準拠し、より事業者が取り組みやすく、住民にとっても 利用しやすい規格基準となるよう変更を検討。	

工夫した点	京のおばんざい弁当普及推進協議会を設置し、学識者を含む複数の委員による審査・認定を行い透明性を確保している。
-------	--

キーワード：食に関する社会環境の整備 健康的な食事

実施主体	京都府健康対策課	所在地	〒602-8570 京都市上京区下立売通新町西入
電話番号	075-414-4738	FAX 番号	075-431-3970
担当者	金井 真弓	E-mail	m-kanai19@pref.kyoto.lg.jp

事業名		加西市野菜をたべようプロジェクト　～野菜たっぷりオリジナルレシピコンテスト～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		野菜を１日 350 g 食べる人の増加、栄養バランスのとれた食生活を送る人の増加を目指すところと考え、健康かさい 2 1（改訂版）より、野菜を毎食食べる人の割合の増加　18.2％（平成 21 年）加西市食育計画より、１日 2 回以上、主食・主菜・副菜を揃えて毎日食べる人の割合の増加　47.3％（平成 23 年度）を指標としている。	
現状と課題		兵庫県国民健康保険団体連合会より出された健診有所見者状況等資料によると、加西市は平成 25 年度特定健診受診者のうち、メタボリックシンドローム該当者率は兵庫県内でも上位。メタボリックシンドロームの判定基準となる高血糖、高血圧、脂質異常の予防策の 1 つとして、野菜の摂取量を増やすことが有効である。健康かさい 2 1 等では野菜を 1 日 350g 以上食べることを目標としているが、北播磨圏域は県下でも野菜摂取量が少なく、350g には 100 g 以上足りていない。このため、野菜を毎食食べることや、バランスの良い食事を普及してきたが、平成 26 年度に実施した加西市健康づくりに関するアンケート調査（単純集計）からは、野菜を毎食食べている方は 13.3％であり加西市民の野菜摂取量は少ないと考えられる。	
事業の目的		１皿でもたっぷり野菜が食べられ、忙しい朝でも簡単に作れるといったアイデアレシピを募集し、広報や健康福祉まつりの会場等で作品の披露と野菜摂取量の現状などを示し、野菜摂取に関する市民の関心を高め、野菜摂取量の増加を目的する。	
対　象		加西市在住、在学、在勤の方	
連携機関		加西市いずみ会	
実施時期		27 年 7 月～28 年 3 月	
事業内容		7 月～8 月　広報・チラシなどで募集。運動事業、健康講座等で周知を図った。 9 月～1 次から 3 次審査を実施し、優秀作品を決定。 1 次審査：　指定された野菜の量を使用しているか、野菜が主役であるか、調味料の過剰はないかを審査。 2 次審査： 庁内食育関係部局の協力を得て、7 名で審査。野菜がたっぷりとれるか、工夫点・PR ポイントが魅力的か、野菜が主役であるか、身近な野菜を使って調理できるか、見た目や色彩が考慮されているか、簡単に調理ができるか、普段の食事に取り入れてみようと思うかの 7 項目について採点。 3 次審査： 庁内食育関係部局・加西市いずみ会長・加東健康福祉事務所栄養士に審査員として依頼。加西市いずみ会の協力を得てレシピに基づき調理し、審査員の試食により、見た目、味、市民への普及おすすめ度を評価。 応募レシピの披露：健康福祉まつり会場で、応募いただいた全レシピの展示と、優秀賞レシピ（２つ）の試食を実施。１日に必要な野菜量の提示、野菜優秀賞のレシピの配布。朝食を食べることも合わせて普及啓発した。広報では 3 か月にわたり優秀賞レシピを紹介。 ※資料添付　　：　有　・　無	
評価	プロセス評価	・健康教室や運動教室など、様々な場所で事業の周知と応募のお願いをしたが、時間がない、オリジナルレシピなんて作れない等の意見が多かった。気軽に応募してもらえるような募集方法の検討が必要。また、使用する野菜を指定することで献立が考えやすく応募が増えたのではないかと考える。 ・健康福祉まつりで配布した優秀賞のレシピは好評で参考にしたいとの感想があった。展示したレシピやパネル等も十分見てもらい、野菜の摂取が不十分であることを改めて感じられた方もあった。	
	結果評価	応募数は 75 作品。小学校 3 年生からの応募が多数あり、小学生部門を設定し審査をするようにした。健康福祉まつりでは 200 人以上の参加があった。野菜が足りていないことや、野菜の調理方法など、普及啓発できた。市広報 1 月～3 月号で市民へレシピ紹介。	
課　題		・市民が応募しやすい方法の検討。（使用する野菜の設定、申込み用紙の簡略化、等） ・朝食でも野菜を摂れるよう、バランスのよい朝食レシピの募集等の検討	
その他			

工夫した点	募集レシピは、誰かに試食をしてもらい、感想をもらうような様式にした。ほとんどが家族からのメッセージとなっており、家庭への食育の機会ともなっている。
-------	---

キーワード：

実施主体	加西市健康福祉部健康課	所在地	兵庫県加西市北条町古坂 1072-14
電話番号	0790-42-8723	FAX 番号	0790-42-7521
担当者	河合 朋加	E-mail	kenko@city.kasai.lg.jp

事業名		「あなたの塩分チェックシート」を用いた奈良県民の食塩摂取状況についての検討	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		指標：土橋らが開発した（2013）食塩摂取量質問用紙「あなたの塩分チェックシート」を評価指標とした。 目標：食塩摂取過剰の原因を明らかにする。（①保健所管内別、②年代別、③男女別等）	
現状と課題		現状：奈良県は健康寿命日本一を目指しており、減塩は喫煙と並んで健康寿命の延伸に効果があるといわれている。食塩摂取についての課題が明らかになっておらず、市町村比較もできていないため、有効な対策をとれていない。 課題：国民健康栄養調査、県民健康栄養調査はすべての市町村に対する調査ではなく、妥当性の検討もなされていないため、資料として使いづらい。	
事業の目的		土橋らが開発した（2013）食塩摂取量質問用紙は妥当性の検討がなされているためエビデンスとして有効であると考えられる、そこでこの質問用紙を用いて奈良県内の市町村でアンケート調査を実施し、保健所管内市町村別、年代別、性別の差を比較し、課題を明確化する。	
対 象		奈良県民（20～90 代）	
連携機関		奈良県食生活改善推進員連絡協議会、奈良県下市町村	
実施時期		2014 年 4 月～2015 年 3 月	
事業内容		奈良県食生活改善推進員連絡協議会員が住民を対象に「あなたの塩分チェックシート」を調査し、結果を分析した。有効回答数 2,324(男性：513、女性：1,811) 統計処理には統計ソフト SPSS Statistics21（IBM 社）を用い、Fisher の正確検定、Mann-Whitney U 検定、Bonferroni 検定によって検討し、危険率 5%未満を有意差ありと判定した。 ※資料添付　：（有）・ 無	
評価	プロセス評価		
	結果評価	①保健所管内別：全体の点数としては、有意差は認められなかった（P=0.132）が下記項目については、有意差が認められた。 ・奈良市保健所管内：汁物や漬物を食べない人と昼食を外食しない人が少ない。干魚を食べない人と外食と比べて味付けが薄い人が多い。 ・郡山保健所管内　：汁物や漬物を食べない人が多い。 ・葛城保健所管内　：しょうゆやソースをかけない人とめん類の汁を残す人が少ない。 ・桜井保健所管内　：ハムやソーセージをあまり食べない人が少なく、しょうゆやソースをほとんどかけない人が多い。 ・吉野保健所管内　：ハムやソーセージをあまり食べない、めん類の汁を残す、昼食で外食を利用しない人が多く、干魚を食べない人が少ない。外食と比べて味付けが薄い人が少ない。 ②年代別：20～50 代が 60 代（P<0.001）、70～90 代（P=0.005）と比較して、塩分摂取が有意に多い。20～50 代は漬物、練り製品、干魚の摂取頻度は低い。汁物、ハム・ソーセージ、めん類、おやつ、外食の利用頻度が高い。また食事量が多く、味付けが濃い人が多い。 ③性別：男性の方が、女性に比べて塩分摂取が有意に多い（P<0.001）。 ・女性は男性と比べて汁物を飲む人が多い。 ・男性は、女性と比べて、練り製品、ハム・ソーセージ、めん類、しょうゆ・ソース、めん類の汁、昼食の外食、夕食の外食が多く、味付けが濃い人が多い。	
課 題		・奈良県食生活改善推進員連絡協議会員が健康教育のイベント等の参加者を対象にアンケート調査を実施したため、意識の高い人が多いと考えられるため、今回の結果が奈良県民の実態であるか限界がある。 ・奈良県食生活改善推進員連絡協議会員が調査したため、会員がいない地域の調査ができていない。また、地域により回収枚数に偏りがある。	
その他			

工夫した点	・奈良県食生活改善推進員連絡協議会の全地区から協力を得られた。 ・食生活改善推進員連絡協議会総会にてアンケート結果の報告を行い、地域特性を示すことで活動の方向性を示すことができた。
-------	---

キーワード：塩分チェックシート、食塩摂取の地域特性

実施主体	1) 奈良県中和保健所 2) 大和郡山市	所在地	1) 橿原市常磐 605-5 2) 大和郡山市本庄町 317 番地の 2
電話番号	1) 0744-48-3034 2) 0743-58-3333	FAX 番号	1) 0744-47-2315 2) 0743-58-3330
担当者	1) 中野緑・松田邦子 2) 野原潤子	E-mail	1) nakano-midori@pref.nara.lg.jp 2) hokenS@city.yamatokoriyama.lg.jp

あなたの塩分摂取量をチェックしましょう！

性別	男 ・ 女	年齢	歳	事業名	
----	-------	----	---	-----	--

あてはまるものを○で囲んでください		3点	2点	1点	0点
食べる頻度	みそ汁、スープなど	1日2杯以上	1日1杯以上	2～3回/週	あまり食べない
	漬物、梅干しなど	1日2回以上	1日1回くらい	2～3回/週	あまり食べない
	ちくわ、かまぼこなどの練り製品		よく食べる	2～3回/週	あまり食べない
	あじの開き、みりん干、塩鮭など		よく食べる	2～3回/週	あまり食べない
	ハムやソーセージ		よく食べる	2～3回/週	あまり食べない
	うどん、ラーメンなどのめん類	ほぼ毎日	2～3回/週	1回/週以下	食べない
	せんべい、おかき、ポテトチップスなど		よく食べる	2～3回/週	あまり食べない
しょうゆやソースなどをかける頻度は？		よくかける (ほぼ毎日)	毎日1回はかける	時々かける	ほとんどかけない
めん類の汁を飲みますか？		すべて飲む	半分くらい飲む	少し飲む	ほとんど飲まない
昼食で外食やコンビニ弁当などを利用しますか？		ほぼ毎日	3回/週くらい	1回/週くらい	利用しない
夕食で外食やお惣菜などを利用しますか？		ほぼ毎日	3回/週くらい	1回/週くらい	利用しない
家庭の味付けは外食と比べていかがですか？		濃い	同じ		薄い
食事の量は多いと思いますか？		人より多め		普通	人より少なめ
栄養のバランスに気をつけて食事をしていますか		気をつけている		少し気をつけている	あまり気をつけていない

各項目の点数を合計しましょう！

(*) 最終項目は点数に関係ありません

判定

合計点	食塩摂取量
0～8	少ない
9～13	平均
14～19	多め
20点以上	かなり多い

奈良県では健康長寿日本一をめざし「減塩」を推進しています！！

〇〇保健センター

事業名		効果的な離乳食支援方法の検討　～自律離乳の視点から～					
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進					○
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進					
指標と目標値		指標：本市で実施した1歳6か月児健康診査において、保健師、管理栄養士等が「離乳食の完了期から幼児食へ適切に移行がスムーズにできていないため支援が必要と判断した子どもの数（以下、「支援児数」）を指標として、支援方法による効果を測定。統計処理には統計ソフト SPSS Statistics21（IBM 社）を用い、Fisher の正確検定によって検討し、危険率 5%未満を有意差ありと判定した。 目標値：①すべての支援方法において、コントロール群と比較して有意に減少する。 ②測定結果から効果的な離乳食支援方法を考察し確立する。 ③支援児数がベースライン値より減少する。					
現状と課題		現状：乳幼児を育てている保護者に対して本市がとったアンケート結果によると離乳食について悩んだことがある人が約 90% (41/46 (人), 2016 年調査)、また 2008 年度において離乳食の完了期から幼児食へ適切に移行がスムーズにできていない子どもは、16.0% (105/657 (人)) にのぼっていた。 課題：離乳食から幼児食へ適切に移行がスムーズできない子どもは、保護者の育てにくさにつながるため、食の悩みを軽減するような支援策の検討が必要である。					
事業の目的		板倉らの報告（2007）によると、育児不安の中で「栄養について」の不安が約 3 割であり、その中でも「離乳食について」の不安が圧倒的に多く、井田らの報告（2014）においても離乳食について個別的で具体的な情報を求める人が多いことがわかっていることから、離乳食の不安を払拭するための支援が重要である。そこで、本研究では、離乳食で不安を持つ保護者をゼロにし、離乳食から幼児食へのスムーズな移行につなげることを目標として、個別、集団等どのような方法で支援することが有効であるかを検証し、明らかにすることを目的とした。					
対 象		2006 年 2 月～2014 年 6 月生まれの大和郡山市民					
連携機関							
実施時期		2009 年 4 月～2016 年 2 月					
事業内容		①ハイリスク者への個別支援 7 か月児健康診査において「離乳食をあまり食べない」と回答した児すべてに管理栄養士が訪問、電話等にて個別支援を実施し、あわせて離乳食の「形態」「食べ方」「形態選択の理由」の聞き取り調査を行い、食べない要因を分析した。また、必要な者については、保護者が児に離乳食を与える場面を見ながら、離乳食の「形態」「形状」「固さ」「食感」「保護者の与え方」「子どもの食べ方」を観察しながら支援を実施した。 ②離乳食開始後の個別支援 第 1 子の 2～6 か月児の保護者を対象に実施している「子育て教室」を受講した者の中で OB 会に所属した者を対象に約 3 か月後に離乳食について訪問指導と同様の内容での個別支援を実施した。 ③12 か月時点での集団指導 離乳食から幼児食への移行にあたり育児相談時に集団指導を実施した。 ※資料添付　：　有　・　無					
評価	プロセス評価	・②を対象に離乳食の悩みはどのように解決したかをアンケート調査したところ、友人、本・雑誌、インターネットの順であり、専門職は、親・兄弟と並んで 4 位であった。 ・2009 年度から①②③の支援を実施したところ、以下のとおり 2010 年度からベースライン値と比較して支援児が減少し、一定の効果が認められた。（ベースライン値：2008 年度　16.0% (105/657 (人))					
	結果評価	支援児数において、コントロール群と比較して①は有意差が認められた (P=0.019) が、②③は有意差が認められなかった。このことから、一般的な離乳食支援（ポピュレーションアプローチ）より、7 か月時点で離乳食が上手く進んでいない児に対するハイリスク支援が幼児食へのスムーズな移行に最も効果的であると考えられた。					
課 題		ポピュレーションアプローチでの支援よりハイリスク児の支援が効果的だったことより、ハイリスク児を早めに見つけ出し支援することが必要である。また、ポピュレーションアプローチについては、悩みを解決する手段として専門職に相談すると回答した人は離乳食のステップアップがスムーズにできていた人が多いことから、専門職に相談してもらえるような方法を再考する必要がある。					
その他							

工夫した点	離乳食を食べない理由について、訪問相談等で離乳食を与える場面を見ながら、要因を分析した結果、実際の口腔発達よりもやわらかすぎる離乳食を与えていることによる「口腔発達機能と離乳食形態のミスマッチ」が食べない要因の中で主要な部分を占めていることが示唆された。二木(1983)は、月齢による一律の「計画離乳」では不適応児が出てしまうことから、その子の実能力にあわせた「自律離乳」を提案している。これらのことから、本研究では「自律離乳」の考え方を取り入れ、各支援を実施することで、一定の効果が認められた。そこで、「自律離乳」を行うためのツールとして「乳幼児食事相談の主訴別支援策チャート」を執筆し、(公社)奈良県栄養士会ホームページ掲載する等、「自立離乳」の支援方法について普及に努めている。http://www4.kcn.ne.jp/~n-eiyou/top/sien-chart3.pdf ※本研究は、「乳幼児食事相談の主訴別支援策チャート」作成のためのリサーチクエッション部分です。
-------	---

キーワード：離乳食、自律離乳

実施主体	大和郡山市	所在地	大和郡山市本庄町 317 番地の 2
電話番号	0743-58-3333	FAX 番号	0743-58-3330
担当者	野原潤子	E-mail	hokenS@city.yamatokoriyama.lg.jp

事業名		事業名なし（妊娠前の母親の体型と出生時体重等の調査・分析） 栄養士が主の取組みではありません。 ※当市の「母子保健事業」「健康わかやま推進事業」に係る調査の１つ。	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		○
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		指標：全出生数中の低出生体重児の割合、目標値：減少 ※当市の健康増進計画の「栄養・食生活」分野の指標の内の１つ	
現状と課題		現状：9.6%（平成24年 人口動態統計） 課題：低出生体重児となった要因が明確でないため、その改善のための効果的な啓発ができていない。	
事業の目的		妊娠前の母親の体型、出生時体重、出産週数などの関連性を、市のデータで分析すること。 20～40代の女性のBMIの把握。 分析した結果を啓発等に活かし、ひいては目標を達成すること。	
対 象		当市の4か月児健康診査の受診者（約3,000人／年）	
連携機関		なし	
実施時期		平成26年4月～現在継続してデータ収集中	
事業内容		※当市では、乳幼児健康診査を市内の保健センター（4か所）で実施している。 ※この調査のため、4か月児健康診査（以下、健診）の問診票に妊娠前の体重記載欄を新たに設けた。 ①受診月の前月に、4か月児健診の案内と問診票を受診対象者に郵送。 ②4か月児健診の実施（各保健センター月2回）。受診時、問診票を回収。 ③保健師（母子保健担当）が、毎月、各保健センターに行き、問診票を見てデータ入力を行う。 ※毎月、母子関係の連絡会議を各保健センターで開催しており出向く機会があるので、その機会を利用して入力している。 ※資料添付：有・ ☒ 無	
評価	プロセス評価	着実にデータが収集できている。	
	結果評価	現在、データ収集中。	
課 題		関係性が見いだせるのかどうか。	
その他		データ入力作業に栄養士は関わっていない。分析や結果が出た後の啓発資料の作成に関わる予定。栄養士は現在「健康わかやま21推進事業」の主担当のため、栄養に限らず市のデータを色々とりまとめている。	

工夫した点	対象者について、4か月児健診の受診者を選んだ点。受診率が高く（平成26年度98%）、出生児ほぼ全員のデータが収集できる。調査方法について、既存の問診票に項目を追加するのみで済む点。
-------	--

キーワード：

実施主体	和歌山市地域保健課	所在地	和歌山県和歌山市吹上5-2-15
電話番号	073-488-5120（担当班直通）	FAX 番号	073-431-9980（保健所代表）
担当者	金谷裕代（かなや）	E-mail	chiiki.hoken@city.wakayama.lg.jp

事業名		老人保健施設における災害時等栄養・食生活相互支援ネットワーク事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		○
指標と目標値		1) 平時から災害に備える「自助」の体制整備（マニュアルの作成、非常用備蓄食品の備蓄） 2) 災害発生下における施設間で支え合う「共助」の体制整備 （災害時栄養・食生活相互支援ネットワーク（以下、ネットワーク）の構築） 3) ネットワークの体制の強化・拡大 4) 災害発生下における効果的なネットワークの運用	
現状と課題		【現状】 平成20年に給食施設を対象に実施した災害時対応状況調査により、給食施設における平常時から行うべき災害時の備えが十分にすすんでいなかった。 ・災害時のマニュアル作成状況：30% ・非常用備蓄食品の備蓄状況：20% 【課題】 災害時の備えが十分にすすんでいなかったため、災害発生下においても施設利用者に対して適切で安全・安心な給食の提供がきる体制整備が喫緊の課題であった。	
事業の目的		給食施設では、災害等発生下においても施設利用者に対して適切で安全・安心な給食を提供する責務がある。そこで、井笠支所管内の給食施設が、不測の事態が生じた場合（災害時等）でも、施設利用者に対して適切で安全・安心な給食を提供できる体制を整備する。	
対 象		井笠支所管内の介護老人保健施設（10施設）（以下、同事業構成施設）	
連携機関		対象に同じ	
実施時期		平成22年度～現在	
事業内容		1) 災害時対応状況調査の実施 ⇨ 災害時のマニュアルの有無、非常用備蓄食品等の備蓄状況、相互支援の必要性の有無を把握した。 2) 災害時の給食提供を考える研修会及び会議の開催 ⇨ 話し合いの場を設定し、災害時等栄養・食生活相互支援マニュアルを検討した。 3) 災害時等栄養・食生活相互支援ネットワークの構築 ⇨ マニュアルに基づき、施設間で支え合う「共助」の体制整備を行った。 4) 災害時等栄養・食生活相互支援ガイドライン（以下、ガイドライン）の作成 ⇨ 災害時の体制整備や備えについての手引きを作成した。*ガイドラインはホームページ上で公開 5) ネットワークを運用した定期的な実地訓練の実施及び反省会の実施 ※資料添付：無（ホームページで公開： http://www.pref.okayama.jp/page/286982.html ）	
評価	プロセス評価	【企画・運営プロセスの評価】 1) 情報収集：アンケートや施設への聞き取りにより、施設の災害への備えについて現状を把握 2) アセスメント：施設の「自助」及び施設間で支え合う「共助」に重点を置き、方向性を明確化 3) 目標設定：災害時の給食施設としての機能維持 4) 計画策定：同事業構成施設担当者及び管理者と行政栄養士が情報と目標、活動方法を共有し、事業の展開方法を検討 5) 運営：同事業の主体を構成施設が担い、柔軟性のある活動を展開できる仕組みを工夫	
	結果評価	給食施設を対象に実施した災害時対応状況調査結果 ・災害時のマニュアル作成状況：〔H20〕 30%〔H22〕 40%〔H25〕 60%〔H27〕 80% ・非常用備蓄食品の備蓄状況：〔H20〕 20%〔H22〕 10%〔H25〕 100%〔H27〕 100% ・ネ ッ ト ワ ー ク の 状 況：〔H20〕 なし〔H22〕 構築〔H25〕 強化〔H27〕 自主的かつ継続的な運用 同事業は拡がりをみせ、平成23年度から病院、平成24年度から特別養護老人ホームでも推進されるようになった（病院はネットワークの構築のみ）。	
課 題		被災後の調理現場の適切な処置と早期稼働に向け、自施設における給食体制の更なる強化。 同事業構成施設による主体的な運営及びネットワークの更なる強化。	
その他		課題に基づき、必要に応じて研修会など開催し、更なるネットワーク運用の強化に向けて支援を行う。	

工夫した点	同事業構成施設担当者及び管理者の主体性や柔軟性を引き出し、目標と展開方法の共有を図ったこと。
--------------	--

キーワード：給食施設、老人保健施設、災害、非常用備蓄食品、栄養・食生活、相互支援ネットワーク

実施主体	岡山県備中保健所井笠支所	所在地	岡山県笠岡市六番町2-5
電話番号	0865-69-1675	FAX 番号	0865-63-5750
担当者	浅田芳光	E-mail	yoshimitu_asada@pref.okayama.lg.jp

事業名		評価の見える保健指導～多職種連携	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		指 標 ①保健指導実施率 ②体重、腹囲、血圧、運動習慣の有無、個人の感想 目標値 ①自分の立てた目標を達成できた人を５０％にする。 ②体重が減少し、肥満を改善できた人を５０％にする。	
現状と課題		真庭市の１地域で特定保健指導の実施医療機関がゼロであること、他地域においても平成２５、２６年度ともにドロップアウトが多いこと。	
事業の目的		上記のことから、モデル地区を設け、集団で特定保健指導を行うことにより、ドロップアウトを減らし対象者の満足度を上げる。	
対 象		平成２６・２７年度で、モデル地区に在住の動機づけ支援、及び積極的支援の者計８名（男性３名、女性５名 平均年齢 67.1 歳）	
連携機関		岡山県国民健康保険連合会、真庭市役所北房振興局地域振興課 保健師、栄養士	
実施時期		平成 27 年 9 月から平成 28 年 3 月	
事業内容		運動を中心とした肥満対策によるプログラム ①測定（血圧、体重、腹囲）と問診 ②講話（生活習慣病予防、食生活に関して、運動の意義等） ③運動（ストレッチ、ヨガ、ノルディックウォーク等） ④グループワーク 詳細は添付資料による ※資料添付 ： (有) ・ 無	
評価	プロセス評価	ストラクチャー評価（職員の体制、予算、社会資源の活用等） プロセス評価（目標の設定、指導手段、対象者の肥満度等） アウトプット評価（保健指導継続率、保健指導実施率等）	
	結果評価	アウトカム評価（肥満度や血液結果等の健診結果の変化等）	
課 題		事業実施が初めての取組であったため、早い時期からの開催が出来なかった。	
その他			

工夫した点	①定期的な電話による受診勧奨 ②グループワークでのお互いの情報共有、励ましあい
-------	--

キーワード：集団指導

実施主体	岡山県真庭市役所健康推進課	所在地	岡山県真庭市久世2927-2
電話番号	0867-42-1050	FAX 番号	0867-42-1388
担当者	池田 丈太	E-mail	jyota_ikeda@city.maniwa.lg.jp



プログラム内容

健康☆若返り
教室のご案内

回数	開催予定日	会場	内容	担当
1	9月 (ステップ1)	北房	初回面談 測定(血圧・体重・腹囲)と問診 * 健診時とのその後の比較と健康チェックも行う 講話 「生活習慣病予防について」 グループワーク 自分の目標をたてる ストレッチ・運動	市保健師 国保連 市保健師・栄養士 健康運動指導士
2	10月 (ステップ2)	北房	測定(血圧・体重・腹囲)・問診 * 健診時とのその後の比較と健康チェックも行う 講話 「おいしくヘルシーに食べるコツ」 グループワーク ノルディックウォーキング	市保健師 市栄養士 市保健師・栄養士 健康運動実践指導者
3	12月 (ステップ3)	北房	測定(血圧・体重・腹囲)・問診 * 健診時とのその後の比較と健康チェックも行う 講話 「運動の意義・効果」 グループワーク ヨガ	市保健師 国保連 市保健師・栄養士 健康運動指導士
4	2月 (ステップ4)	北房	測定(血圧・体重・腹囲)・問診 * 健診時とのその後の比較と健康チェックも行う 講話 まとめ グループワーク 運動 北房での運動教室の紹介 修了式 贈呈 会食(和食弁当)	市保健師 国保連 市保健師・栄養士 健康運動指導士

参加勧奨

2回目までに
2回程度電話

参加勧奨

3回目までに
2回程度電話

参加勧奨

・1か月の間
に電話
(3回目面談
から1か月
後)

・1か月の間
に電話
(前回連絡か
ら1か月後)

終了!

健康づくり継続へのスタート

事業名		保育所における医療機関と連携した取組事例 ～東広島市食物アレルギー連絡会議を開催して～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		東広島市内の公立・私立保育所等で共通の生活管理指導表が活用される。 医療機関と連携したアレルギー連絡会議等が市町で開催されている。	
現状と課題		保育所では、厚生労働省が平成 23 年 3 月に策定した「保育所におけるアレルギー対応ガイドライン」及び当県が平成 26 年 2 月に作成した「保育所における食物アレルギー対応のポイント～生活管理指導表の活用マニュアル～」(以下「活用マニュアル」)という。)に基づき、食物アレルギー疾患児への対応を行っている。 しかしながら、アレルギー疾患児に対する適正な除去食・代替食を提供し、より安全に集団生活を送るには、保育所単独での取組では限界があり、保育所と医療機関、行政等の関連機関が情報共有できる仕組みや連携した支援体制の整備が必要と考える。	
事業の目的		地域における食物アレルギー対策を推進するため課題の明確化等を行い、生活管理指導表の見直しを図った。平成 26 年度に県のモデル事業として東広島市食物アレルギー連絡会議を設置し、地域の状況に応じた生活管理指導表の活用、地域での連携等のあり方について検討を行った。	
対 象		東広島市内の公立・私立保育所	
連携機関		東広島市（保育課、健康増進課、教育委員会学事課）、医療機関、東広島市保育所・認定こども園 県健康対策課	
実施時期		平成 26 年 6 月～平成 27 年 3 月	
事業内容		◇「東広島市食物アレルギー連絡会議」開催（2 回） 第 1 回：生活管理指導表の活用の検討及び実態把握について 第 2 回：食物アレルギー診断書・除去指示書・生活管理指導表の検証及びまとめ 課題整理と今後の取組、ワーキング会議の報告 ◇「東広島市食物アレルギーワーキング会議」開催（1 回） 食物アレルギー診断書・除去指示書・生活管理指導表の活用状況及び様式の検討 ◇医療機関へのアンケートの実施 ※資料添付：有・ ☐	
評価	プロセス評価	東広島市の関係部署にコンセンサスを得るための説明を行った。 病診連携を図るため、医療機関の連絡会議委員は病院及び診療所から各 1 名選出した。 医療機関にアンケート調査を行い、食物負荷試験や生活管理指導表等についての意識調査及び情報収集を行った。	
	結果評価	医療機関を含めた、東広島市食物アレルギー連絡会議を設置した。 医療機関等の関係機関と東広島市における統一の生活管理指導表を作成した。	
課 題		連絡会議の設置等、医療機関と連携した取組を啓発していく必要がある。 生活管理指導表の活用について、継続的に検討する必要がある。	
その他			

工夫した点	広島県のモデル事業として実施
-------	----------------

キーワード：

実施主体	広島県西部東保健所保健課	所在地	東広島市西条昭和町 13-10
電話番号	082-422-6911（内線 2417）	FAX 番号	082-422-5048
担当者	楠本明美	E-mail	fjwehoken@pref.hiroshima.lg.jp

事業名		地域・職域連携推進事業 「食卓維新 塩 ～まるしお～推進プロジェクト」			
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		(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)社会生活を自律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					
指標と目標値		【健康やまぐち21計画（第2次）H25→H34】※平成29年度に中間評価 ・成人の食塩摂取量の減少 男性：10.8g→9g未満 女性：9.7g→7.5g未満 ・健康寿命の延伸 男性：70.47年 女性：73.71年→平均寿命の増加分を上回る健康寿命の増加			
現状と課題		・萩市は健康寿命が県内市町の中で最下位。一方、本県及び管内の死亡原因の上位である脳血管疾患は、寝たきりの主原因疾患であり、その予防対策は、健康寿命の延伸に必要不可欠 ・脳血管疾患等の生活習慣病の一次予防対策は、これまで地域住民を対象とした取組はなされてきた ・労働者を対象とした取組は、安全衛生面上に重点がおかれている ↓ これまでの地域保健活動に加え、新たに職域での1次予防対策の支援が必要			
事業の目的		働き盛り世代の食塩摂取量の減少			
対 象		働き盛り世代（青壮年期）			
連携機関		・萩健康福祉センター圏域地域・職域連携推進協議会構成団体 （至誠館大学・萩商工会議所・萩市・阿武町等計12団体） ・山口県立大学			
実施時期		平成27年4月～平成28年3月			
事業内容		働き盛り世代の減塩対策をテーマに、職場における情報提供を中心とした支援プログラムを地域・職域連携推進協議会等で作成する。作成したプログラムはモデル事業所において試行・評価を行い、事業所で活用できるプログラムの完成を目指す 【実態把握】 ・萩地域における働き盛り世代の食習慣や食環境に関する実態を把握 【支援内容や方法の検討】 ・実態把握結果を踏まえ、地域の特性に沿った働き盛り世代への動機づけや実践支援の方法を検討 ・モデル職場で使用する媒体作成：ポスター、カレンダー、塩分換算ものさし、塩分換算カード ※山口県立大学栄養学科との共同研究 【モデル職場の選定と支援】 ・検討した支援内容をモデル職場で実施し、地域保健と職域保健の連携により職場での継続的な取組を目指す ※資料添付：有・無			
評価	プロセス評価	・モデル事業所数 4事業所約200名 講座＋媒体展示 2事業所 媒体展示 2事業所 【啓発活動】 ・塩分の知識や食品の塩分含有量等が掲載されたポスター掲示や講座の実施 【行動変容のための支援】 ・まるしおカレンダー（塩分の適切な摂取ができていくか日々チェックする媒体） ・尿による1日の推定食塩摂取量の測定（取り組み前後に実施） ※評価については次年実施予定			
	結果評価	・塩分に関する知識の定着（アンケートの実施） ・頻度調査による塩分摂取量の取り組み前後の変化 ・尿による1日の推定食塩摂取量の取り組み前後の比較 ・カレンダーのチェック状況・提出率 ※評価については次年実施予定			
課 題		・モデル事業所での実施から、次年度拡充のための手法 ・萩健康福祉センター圏域地域・職域連携推進協議会構成団体との連携			
その他					

工夫した点	・支援プログラム作成にあたっては、協議会所属団体だけでなく、教育機関とも連携した ・事業所での実施が無理なくできるよう、媒体展示も可とした ・知識の提供だけでなく、行動変容につながるような媒体も作成し活用した ・広く啓発できるよう、マスメディアを活用した
-------	--

キーワード：健康寿命・働き盛り世代・事業所・減塩・動機づけ・行動変容

実施主体	山口県萩健康福祉センター 健康増進課	所在地	山口県萩市江向531-1
電話番号	0838-25-2669	FAX 番号	0838-26-0691
担当者	安田 綾子	E-mail	a13226@pref.yamaguchi.lg.jp

事業名		健康増進計画推進事業（ちょび塩活動）	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		食塩摂取量の減少【目標値：男性 9.0 g 未満 女性 7.5 g 未満】	
現状と課題		本町は高血圧者の割合が県内でも有意に高く、死亡原因の上位を高血圧が大きく影響する循環器疾患が占めている。高血圧の要因として食塩の過剰摂取が挙げられるが、平成 22 年度に行った町民食事アンケートで本町の食塩摂取量は男性 14.5 g、女性 11.4 g と非常に多いことが分かった。 健康増進計画策定において健康づくり推進の中核に減塩を据え、減塩から他の生活習慣全体の改善につなげていくことを決定した。また減塩（ちょび塩）を「活動を知る」「必要性がわかる」「方法がわかる」「実践・定着」「環境整備」と段階的に進めていくことで健康づくり無関心層にもアプローチをしていく。	
事業の目的		・住民全体が減塩（ちょび塩）に興味・関心をもてるようになる。 ・住民が 1 日に摂っている食塩量を知り、生活を振り返る機会をもつ。 ・住民が食塩の摂取量を減らす方法を知り、実行することができる。 ・減塩（ちょび塩）に取り組みやすい環境を整備する。	
対 象		一般住民	
連携機関		大島郡医師会、大島郡歯科医師会、大島郡体育協会、生活改善実行グループ連絡協議会、大島郡連合婦人会、食生活改善推進協議会、母子保健推進協議会、小中学校 PTA 連合会、地域活動（母親クラブ）連絡協議会、子育て支援センター、周防大島町商工会、山口大島農業協同組合、山口県漁業協同組合東和支店、周防大島町観光協会 等	
実施時期		平成 23 年 4 月～平成 28 年 3 月	
事業内容		【ちょび塩活動を知る】シンボルマークの作成・活用（のぼり旗・健診ポスターの設置、ポロシャツの着用、関係機関による広報紙などへの掲載）、ちょび塩ソング・ダンスの作成・披露、ちょび塩月間（10 月）・ちょび塩の日（8 日）の PR 活動 【ちょび塩の必要性がわかる】食塩摂取量調査（全中学生、離島住民等）、みそ汁の食塩濃度測定（食推による随時測定、幼児健診、特定保健指導等）、簡易尿中食塩排泄量測定、学校給食センター栄養士による給食の食塩濃度測定 【ちょび塩の方法がわかる】ちょび塩レシピの作成・配布（年 6 回）、健康福祉大会における食塩 2.5g 未満の弁当販売（JA・地域飲食店に調理依頼）、出前講座（学校、農協、漁協、地区福祉会等）、食生活改善推進員等による料理講習会、学校給食だよりへの掲載 【ちょび塩の実践・定着】【環境整備】減塩グッズの展示・紹介、減塩商品の取り扱い依頼、ちょび塩の日 PR 活動での減塩商品配布、学校給食でのちょび塩メニューの提供、ちょび塩メニュー作成プロジェクト会議（1 食エネルギー 500kcal 台、食塩量 2.0g 未満で地域の特産品を使った献立を作成） ○健康増進計画推進会議（年 2 回）で進捗状況及び今後の活動について協議 ※資料添付：有	
評価	プロセス評価	ちょび塩の日 PR 活動参加人数：約 150 人／回、ちょび塩レシピ設置状況：約 50 カ所 1000 枚／回	
	結果評価	健康福祉大会での食塩 2.5 g 未満の弁当販売：200 個／回、学校給食の献立表に 1 食分食塩量を提示	
課題		食塩摂取量：平成 22 年度男性 14.5 g 女性 11.4 g → 平成 27 年度男性 14.1 g 女性 11.3 g	
課 題		ちょび塩活動自体は広まっているものの、関心度（実行意欲）は低く、実践には結びつきにくい状況にある。必要性を今一度確認し、実践に向けた指導や環境整備に注力していきたい。	
その他		食塩摂取量調査は九州医療センターや大学との協働による。	

工夫した点	関係機関との連携は健康増進計画推進委員会の設置・運営によって密になったと考えられる。ちょび塩活動の進捗状況等を確認することで今後の取り組みについて協議でき、それにより関係機関独自の取り組みが増えたことで様々な世代、地域全体へと“ちょび塩”が広まった。
-------	---

キーワード：ちょび塩、健康増進計画委員会、

実施主体	山口県 周防大島町 健康増進課	所在地	山口県大島郡周防大島町土居 1325-1
電話番号	0820-73-5504	FAX 番号	0820-73-0090
担当者	村井 祐佳	E-mail	kenko@town.suo-oshima.lg.jp

「ちょび塩」シンボルマーク



「ちょび塩」の日 PR 活動



健康増進計画推進会議の様子



「ちょび塩」レシピの一部



の事業名		対話から行動変容、住民さんも管理栄養士・栄養士生き生きセミナー	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		指標：自ら行動目標を立てることができた人の割合。目標値：80%	
現状と課題		徳島県では、平成5年から14年連続して「糖尿病死亡率全国ワースト1位」が続いていたが、平成19年には糖尿病死亡率は全国第7位と改善傾向がみられが、平成20年から平成25年にかけて、またもや連続で「全国ワースト1位」となった。平成26年には、全国第7位となった。厚生労働省の「2013年国民健康・栄養調査」の結果によると、糖尿病有病者(糖尿病が強く疑われる者)の割合は、50歳以降に割合が増えることがわかった。国立循環器病研究センターが実施した糖尿病実態アンケート結果では糖尿病患者の約半数が血糖管理目標に達していなかった。これらの結果を受けて50代の働き盛りの年代は健康づくりの意識は低い、その年代から自らやる気を出して健康行動を実行していく必要がある。	
事業の目的		管理栄養士・栄養士が生き生きと仕事することで徳島県民の健康度を向上させる。そのために最新の健康行動につながるアプローチ法を学ぶ共に管理栄養士・栄養士に関わる人の自己肯定感、自己効力感を身につけるスキルを体験する。また、管理栄養士・栄養士同志で対話が生まれ普段の研修会では得られない関係性が生まれる。	
対 象		徳島県栄養士会会員他	
連携機関		一般社団法人地域活性士会	
実施時期		第1回：平成27年9月14日（月）、第2回：平成27年11月16日（月）	
事業内容		○平成27年9月14日（月） 講演1 午後1時30分から午後2時まで “特定保健指導に使える”「ぽっこりお腹の撃退法 骨盤を鍛えるひめトレエクササイズ」 講演2 午後2時から午後4時まで 「管理栄養士・栄養士の仕事が変わる読書法」 講演1・2講師 一般社団法人 リードフォーアクション協会認定 リーディングファシリテーター ハイブリッド管理栄養士 南部真也先生 1冊の本を通じて、知識を得るための個人の経験に留めず、話題の本の感想を分かち合ったり、仲間と一緒に読むことで、内容をより深く理解したり、新しい自分に出会ったり、同じ問題意識をもった仲間たちと解決方法を見つけ出すことができます。読書の中から、ダイアログを通じて、行動するきっかけを紡ぎだした。 ○平成27年11月16日（月） 午後1時30分から午後4時30分まで 講演3 「住民さんや患者さん、入所者の方の笑顔のための仕事術 ～フューチャーマッピングでイキイキと仕事をしている未来のあなたに出会いませんか～」 講師 一般社団法人ビジネスモデルイノベーション協会理事 レゾナンスリーディング開発者 フューチャーマッピング認定ファシリテーター 渡邊 康弘先生 1枚のチャートを完成させるにしたがって、論理と感性を同時に満たすクオリティの高いアイデアを生み出した。さらに単にアイデアを生み出すだけでなく、望む結果を得るまでのシナリオを作り上げた。 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	セミナー参加者数：延53名	
	結果評価	自ら行動目標を立てることができた人の割合：100%	
課 題		1回のみの開催に終わらずに今後継続することが重要である。その事業の位置づけが問題である。	
その他		管理栄養士・栄養士が自分自身も関わる対象者の方々も生き活きてQOL向上を目指すために自ら考え自ら行動に移す新しいスキルを活用し、その結果アンケートの結果からも効果が見られた。	

工夫した点	楽しく参加でき、参加者同士に対話がうまれるように工夫した。
-------	-------------------------------

キーワード：行動変容、読書法、フューチャーマッピング、人材育成、栄養教育

実施主体	徳島県栄養士会公衆衛生栄養士協議会	所在地	徳島県徳島市万代町5丁目7-3
電話番号	090-1325-6712	FAX 番号	088-626-0166
担当者	中川 利津代	E-mail	toku-eiyounifty.com

事業名		小学校食生活教室	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		【指標】朝食を毎日食べる習慣がある割合 小学6年生 【現状 77.0%（平成17年度）】 【目標値増加（平成28年度）】（食生活教室アンケート調査より）	
現状と課題		【現状】大人の生活の夜型化に巻き込まれ、夜ふかし、朝食の欠食などに結びついている子が増えてきている。 【課題】児童自らが、生活習慣や食生活を振り返り、生活習慣病予防のための正しい知識を身につけ、行動変容に結び付けることができるよう、また児童から保護者への情報提供にもつながり、家族単位で健康づくりが実践できることのきっかけとして、食生活教室を継続して実施していく。	
事業の目的		子どもの頃から健康づくりを学習することによって、生涯を通じて、自分の健康は自分で守る意識と技術を身につける。また、教室修了後は、自らが実践者となり、健康づくりの知識を普及する。	
対 象		町内小学校（4校）6年生	
連携機関		小学校、教育委員会、保健所、藍住町食生活改善推進協議会	
実施時期		10月～12月	
事業内容		*平成13年度より、町内4小学校6年生の授業で、学校・地域・行政が連携して取り組みを行っている。児童の朝食内容をもとに、絵カードを使って、食べ物の働きに分類し、日頃の自分や家族の朝食について振り返る。私たちの体は私たちが食べたものから作られていることを認識し、バランスよく食べることが大切であることを確認する。（「えいようのうた」を歌って、学習内容を確認。） *小・中学生対象「朝食アイデア献立コンクール」の優秀作品の紹介も合わせて、朝食の大切さを伝えている。 *地産地消、郷土料理、不足しがちな野菜料理を意識し、調理実習を行っている。 ※資料添付：有・（無）	
評価	プロセス評価	授業後のアンケート調査から、朝食を毎日食べてない児童が、今後、毎日朝食をとるように気をつけると意識が変わったことが把握できた。食生活教室が、行動変容に結びつけられるきっかけになったと思われる。	
	結果評価	指標「朝食を毎日食べる習慣がある割合」は平成17年度77.0%に対し、平成27年度は90.0%と増加している。	
課 題		継続していく上で、夏休みに実施している「朝食アイデア献立コンクール」の応募数増加や、「弁当の日」に向けた学習にもつながり、今後も継続的に実施していくことが大切である。	
その他			

工夫した点	1つの事業から多くの効果が得られるように、学校・地域・行政が、現状や問題点の共有を行い、連携を行っていること。
-------	---

キーワード：小学校、生活習慣病予防、食生活教室、食生活改善推進協議会

実施主体	藍住町食生活改善推進協議会 (後援 藍住町)	所在地	徳島県板野郡藍住町奥野字矢上前 32-1 藍住町保健センター
電話番号	088-692-8658	FAX 番号	088-637-3158
担当者	坂東 善子	E-mail	hokenc@mail.netwave.or.jp

事業名		宇和島圏域市町連携・協働による地域診断事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		健康寿命の延伸（男性 69.63　女性 73.89⇒延ばす）	
現状と課題		愛媛県では、2013 年 3 月に策定した第 2 次県民健康づくり計画「えひめ健康づくり 21」に基づき健康づくり施策を展開しているところである。高齢化のピークが平成 32 年頃到来し、県民の 3 人に 1 人が高齢者と予想される中、健康寿命の延伸につながる生活習慣病対策が喫緊の課題である。宇和島保健所管内は、県下でも高齢化率 33.8%と県平均（27.6%）を大きく上回っており、健康寿命も県平均よりも短い現状である。	
事業の目的		管内の地域診断を実施し、その結果を分析し、管内の健康課題の解決の方策の検討や将来を見据えた健康づくり関連事業の根拠とするとともに、県及び市町の健康増進計画をはじめとする各種計画の効果的な推進を図る。働き盛りの健康支援に効果があがる対策を検討することを目的とする。	
対 象		①管内 A 町をモデルに医療保険者別特定健診分析 ②A 町在住の 40 代男性で直近の特定健診の結果、何らかの有所見があったもの ③A 町在住の協会けんぽ及び共済組合加入の 20 歳代～40 歳代の男女	
連携機関		愛媛大学看護学科、大阪市立大学大学院、協会けんぽ、管内市町	
実施時期		平成 25 年度～平成 27 年度	
事業内容		1　地区分析（死亡・介護の状況、医療保険者別健診状況及び生活環境） 2　職域 40 代男性の検査データが有所見となる関連要因の分析（グループインタビュー） 3　食事頻度調査・味覚調査 ※資料添付　：　有　・　○無	
評価	プロセス評価	特定健診の分析結果によると、地区別、性・年齢別に差異がみられた。性・年齢の別では、協会けんぽ、共済組合の 40 代男性に肥満、脂質異常などの有所見が多いことが判明したことから、現在、制度上介入しづらい職域の 40 代男性を対象にグループインタビュー、食習慣調査・味覚調査を行い、40 代男性の特定健診データが有所見となる関連要因（生活習慣・社会的要因やおかれている環境）分析した。 グループインタビュー　（共済組合 7 名・協会けんぽ　4 名・国保　4 名の計 15 名） 味覚調査・食事頻度調査（共済組合・協会けんぽ 20～40 代加入者　男性 231 名　女性 193 名）	
	結果評価	グループインタビューの結果、40 代男性の特定健診データが有所見となる要因は、医療保険者共通して食生活・飲酒・運動不足・喫煙・ライフイベント等の環境の変化・健康情報の偏りの 6 カテゴリーであった。食生活では、「食事の味付けが濃い・甘い」「大食い・早食い・ダラダラ食い」「寝る前の飲食」「偏食」「間食が多い」「おかずは大皿盛り」「調味料を沢山かける」の 7 サブカテゴリー、33 コードで構成された。 食事頻度・味覚調査の結果、肥満・高血圧・脂質異常と食生活の関連は、BMI 普通に対し、肥満者の男性は、「食べるのが早い」「濃い味を好む」、女性は「食卓調味料を味も見ないでかける」が有意に高かった。食品頻度との関連は、肥満は男性が「乳酸菌飲料」、女性が「缶ジュース」「缶コーヒー」の摂取頻度との関連が認められた。血圧は、男性が「油料理」、女性は「肉類」の摂取頻度との関連が認められた。脂質異常は、男性が「海藻類」「野菜」の摂取頻度との関連が認められた。肥満・高血圧・脂質異常と味覚調査との関連は、有意な関連は認められなかった。	
課 題		町の健康課題を取り扱っているので、長期的評価が必要なアウトカム評価を県が主体で行っていくことに限界を感じている。短期的なアウトプット評価、具体的な数値目標の評価にとどまりがちである。	
その他		生活習慣改善の契機は、健診といった特別な場面だけでなく、日常生活場面にあることから、タイミングよく生活改善が開始できる支援や環境づくり、自らの外見や自覚症状と日常生活の改善点に気付ける指標や教材の提供が有効であることが示唆された。	

工夫した点	地域診断結果を関係機関や住民に報告し、それぞれの立場で改善できることを話し合い、平成 27 年度は実践目標を掲げ、改善に向けて実践に繋げた。
-------	--

キーワード：地域診断・PDCA・健康寿命・生活習慣病予防

実施主体	愛媛県宇和島保健所	所在地	愛媛県宇和島市天神町 7 番 1 号
電話番号	0895-22-5211	FAX 番号	0895-24-6806
担当者	植田真知	E-mail	Ueta-machi@pref.ehime.jp

事業名		みんなの交流会	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		一緒に食べる輪を広げる（輪食）：他の人と食事をともにする機会が週数回以上ある高齢者の割合 71.1%（H26）→75%（H36）	
現状と課題		保健センターで毎月、機能訓練教室を開催しているが、夏季の日中に高齢者が会場に集まるのは厳しいのでは、ということで、H21 年度より「夕涼み交流会」として夜店感覚で集える会を企画した。機能訓練参加者だけでなく、保育所の食育や育児教室の事業も兼ね、一般住民との交流も行っていたが、H26 年度より、（各参加者の負担が重くなり過ぎないように）参加者同士の交流に重点をおき、各種事業の成果発表も兼ね、現在の形で実施している。	
事業の目的		保健センターの各種事業にかかわっている参加者同士の（世代）交流と成果発表	
対 象		ヘルスメイト、「おたっしやクラブ」（機能訓練教室）・「ばくばくきつず(食育)」(保育園児・保護者)・「育MEN料理教室」（男性料理）・「まめっこクラブ」（育児教室）参加者および「NPOポップコーンの会」（障害をもつ子と親の会）	
連携機関		保育所・NPOポップコーンの会	
実施時期		H27. 8. 28	
事業内容		・白玉団子づくり（保育園児・機能訓練参加者） ・食育の歌と踊り披露（保育園児） ・自己紹介（名前・子供のころ好きだった遊び e t c） ・お弁当箱リレー（箸を使ったゲーム） ・踊り（「新・生名島音頭」・フォークダンス） ・プレゼント(手作りの軍手人形・タオル人形）（機能訓練参加者から保育園児・幼児へ） ・会食、パンの販売（NPOポップコーンの会） ※資料添付　： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	機能訓練教室での事前のプレゼント作りは、意欲的に行っていた。園児も、保護者や地域の人の前で、はりきって歌や踊りを披露したり、積極的にゲームや企画に参加したりしていた。 各グループの参加率は、体調や都合の悪い人以外は、対象者のうちほぼ全員の参加があった。	
	結果評価	高齢者と幼児が交互に座るなど、お互いの交流が深められるよう座席配置なども考慮し、楽しんでもらえた。「育MENー」の男性も上手に輪に加わり、交流できた。幼児は、お年寄りからのプレゼントにとっても喜んでいた。乳児が参加できる内容が少ないので、スタッフのフォローが必要である。	
課 題		今年度は初めて「育MEN料理教室」（男性料理教室）参加者にも参加依頼した。さらに交流を深めていけるよう、それぞれの事業参加者のかかわり方を検討していく。	
その他		他地区でも同様の単独の事業は行っているが、各教室の参加人数やかかわり方として、このような形で交流会を実施できるのは現時点では生名地区のみである。	

工夫した点	各世代・グループの参加者がじゅうぶんに交流できるよう、事前準備を行い、企画内容を毎回、検討している。今回は特に「食」を中心にゲームや内容を考えた。
-------	---

キーワード：食育、交流

実施主体	上島町生名保健センター	所在地	愛媛県越智郡上島町生名 2133-4
電話番号	0897-74-0911	FAX 番号	0897-74-0912
担当者	澤村留美	E-mail	sawamura-rumi@town.kamijima.ehime.jp

8/28 みんなの交流会

時間：10：00～12：30

場所：生名保健センター（多目的室、食事のみ機能訓練室）

内容：

① おやつ作り（フルーツ白玉）

保育園児（年長）と「おたっしゃクラブ」「育MEN理料理教室」参加者（※調理補助：ヘルスメイト）

② 歌・踊り「4つの仲間を食べよう」「バナナうんちはいうんち」：保育園児

③ お弁当箱リレー（箸・スプーン）

④ 歌と踊り「生名島音頭」（※踊り指導：ヘルスメイト）

⑤ フォークダンス（オクラホマ・ミキサー）：全員

⑥ 園児におみやげ贈呈（おたっしゃクラブ参加者 手作り品）

⑦ 昼食（夏野菜カレー＆フルーツ白玉）（※カレー調理：ヘルスメイト）

⑧ ポップコーンの会 パンの販売



白玉団子づくり



食育の歌と踊り



お弁当箱リレー



踊り（新・生名島音頭）



フォークダンス



お年寄りからプレゼント

事業名		「幡多福祉保健所管内栄養士ネットワーク会議」と連携した、摂食嚥下障害のある高齢者の食生活改善	
行政栄養士の基本指針における位置づけ ＊該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		・管内食事形態一覧表掲載施設の増加 H22 年度：41 施設 → H27 年度：60 施設 ・摂食嚥下食の調理ができる介護職員等の増加（摂食嚥下食調理研修会参加数）H23 年度：13 人 → H27 年度：100 人	
現状と課題		・病院や施設等では、同じ呼び名の食事でも調理形態や大きさが異なることがあり、転院等で誤嚥のリスクがある。そのため H22 年度に食事形態一覧表を作成したが、それ以降に呼び名等が変更になっている施設や新設の介護施設等の状況を把握し更新する必要がある。 ・介護施設や在宅介護事業所では、栄養士や調理師が配置されていないため介護職員が食事づくりを担っており、摂食嚥下障害のある方への食事（嚥下食）の作り方で困っている。	
事業の目的		摂食嚥下障害のある高齢者が、病院から福祉施設、在宅へと施設を移った際に、食事形態の違いによる誤嚥を起こすことなく適切な食事を摂食できることを目的に、給食施設の食事形態一覧表の作成や介護職員等多職種が摂食嚥下の知識を持ち、むせ込みのある方への食事（嚥下食）に対応できるように育成する。	
対 象		幡多福祉保健所管内介護福祉施設、在宅介護施設、病院等の栄養や調理に従事する職員	
連携機関		「幡多福祉保健所管内栄養士ネットワーク会議」（管内の教育、保健、医療、福祉等の分野で活動する栄養士が、地域の課題に対して連携して取り組むことを目的に作られた組織）	
実施時期		平成 22 年度～平成 27 年度	
事業内容		1 管内食事形態一覧表の作成・更新、活用状況の把握 （H22 年度）食事形態アンケート調査を実施し、管内病院、福祉施設等 41 施設の食事形態一覧表を作成 （H24 年度）食事形態一覧表活用状況アンケート調査：25/44 施設（57%）が活用したこと有りと回答 （H27 年度）食事形態一覧表の更新及びグループホーム等栄養士のいない介護施設 22 施設分を追加 2 摂食嚥下食調理研修会の開催 平成 23 年度 1 回、24 年度 1 回、25 年度 2 回、26 年度 2 回、27 年度 1 回 … 計 7 回 トロミ食、ゼリー食等嚥下食の作り方について（管内栄養士ネットワーク会議会員が講師） 3 「幡多福祉保健所管内栄養士ネットワーク会議」による協議 委員（教育 1 名、保健 3 名、医療 4 名、福祉 6 名）による年 4 回の会議：食事形態についてのアンケート調査、食事形態一覧表の様式、摂食嚥下食調理研修会の内容等を協議 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	・管内食事形態一覧表の作成（平成 23 年 3 月）、更新（平成 28 年 1 月） ・管内食事形態一覧表が、入所者の転院等の際に利用されている。平成 24 年度アンケート調査で 25 施設（57%） ・摂食嚥下食調理研修会の開催 5 年間で 4 市町、計 7 回 ・管内栄養士ネットワーク会議の開催（年 4 回）	
	結果評価	・管内食事形態一覧表掲載施設が増加 平成 22 年度：41 施設 → 平成 27 年度：延べ 64 施設 ・摂食嚥下食調理研修会の受講者が H23 年度～H27 年度 5 年間で 70 施設延べ 125 名となり、摂食嚥下の知識を持ち、嚥下食に対応できる施設及び介護職員が増えた。	
課 題		・給食施設における食事形態の呼び名は施設内で変更があるため、一覧表の定期的な更新が必要 ・嚥下障害のある高齢者に関わる多職種のスキルアップシステムの構築 ・在宅にまで嚥下食の知識を広めていく仕組みづくり	
その他		摂食嚥下食調理研修会では、調理研修の他に、当所 歯科衛生士による口腔ケアと誤嚥防止についての研修を併せて行っている。また、企業にトロミ剤の使い方やサンプル提供等の協力を得ている。	
工夫した点		・調理研修のメニュー等の選定にあたっては、加工食品の利用や家庭にある食材を用い、普段の生活の中ですぐに取り入れられるものを選んだ。また、管内数ヶ所で開催することで、より多くの方に参加してもらえるようにした。 ・「幡多福祉保健所管内栄養士ネットワーク会議」と定期的な情報共有をした。 ・アンケート調査の実施は、一般的な食事形態をカラー写真で示し、回答しやすいよう配慮した。 ・必要な人がいつでも情報を得られるよう、当所ホームページに食事形態一覧表をアップした。	

キーワード：摂食嚥下、食事形態、栄養士ネットワーク、多職種連携

実施主体	高知県幡多福祉保健所 健康障害課	所在地	高知県四万十市中村山手通 1 9 番地
電話番号	0 8 8 0 - 3 4 - 5 1 2 0	FAX 番号	0 8 8 0 - 3 5 - 5 9 7 9
担当者	古居 妙子	E-mail	130118@ken.pref.kochi.lg.jp

管内食事形態一覧表 一部抜粋

平成27年8月現在

施設名	副食の形態								
	①	②	③	④	⑤	⑥	⑦	⑧	
								(その他) 呼び名 説明	
A病院	軟菜	—	ざく切り	手刻み (トロミあり・なし)	グライNDER(トロミあり・なし)	ミキサー	—		
B病院	並菜	一口大	粗きざみ	きざみ・ きざみトロミ	超きざみトロミ	ミキサー・ ミキサートロミ	ミキサーゼリー		
C病院	常菜・軟菜	一口大	—	—	熟煮つぶし	ミキサー	ステップ3	熟煮菜	歯のない方でもつぶせる程度の軟らかさ。活力鍋を使用。
特別養護老人ホーム D	並菜	一口大	荒キザミ	キザミ		ペースト (ミキサー)	—	ゼリー	栄養補助食品使用
特別養護老人ホーム E	普通食	一口大カット	③と④… やわらか食		軟菜食		ソフト食	ゼリー食	既製品のゼリー使用
介護老人保健施設 F		並菜	荒刻み	刻み	超刻み (トロミ付あり)	ミキサー食			
老人保健施設 G	並菜 軟菜	大キザミ	キザミ		超キザミ	ミキサー	ソフト	軟菜(加熱時間等を変え、軟らかくしたもの)	あんかけ(各形態にトロミ剤を用いてあんを作り上からかける)
社会福祉施設 H	普通食	小キザミ (2cm程にカットする)		粗みじん (5mm程にカット)・ 粗みじんあんかけ	超みじん(2mm程にカットする)・ 超みじんあんかけ		ソフト食(ゲル化剤を用いて、ソフトなゼリー状にする)		
グループホーム I	並菜	一口大	荒キザミ	キザミ	極キザミ				
グループホーム J	並菜	並菜	荒きざみ			ミキサー食 (トロミ付有)	ゼリー食 (トロミ入り)		

⋮
計 64施設

事業名		とさっ子健診（小児生活習慣病予防健診）を通じた子どもの頃からの健康づくり	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		【指標】朝食を毎日食べる子の割合（現状：小学生 95.9%・中学生 85%→目標値：100%）/主食・主菜・副菜のそろった朝食を食べている子の割合（現状：小学生 32.5%、中学生 27.9%→ 目標値 40%以上）/自分にとって必要な食事量を知っている中学生の割合（現状 20.8%→目標値 30%以上）（第2期土佐市食育推進計画（H27～H31 年度）より）	
現状と課題		成人の健診受診率が、平成 19 年度まで県内最下位であった。特定健診が始まった H20 年度からは最下位から脱出したものの受診率は 30%台にとどまり（平成 26 年度は 35.5%）、成人の健康管理意識が低い。また、土佐市の死因別死亡状況で最も高いのは脳血管疾患で、平成 24 年度の脳血管疾患 SMR 値は男性 155.8、女性 172.5 であった。特定健診後の保健指導では指導を受けても、改善につながらないケースも多い。成人してから意識を変える事は容易ではなく、長年身についた生活習慣を変える事は難しいことから、子どもの頃から望ましい生活習慣を身につける事が大切である。しかし、子どもに目を向けると、夜更かし・朝食欠食（食べていてもバランスが悪い）・間食の取り過ぎ等生活リズムの乱れている子も多く、土佐市には肥満傾向の子が多い。平成 24 年度肥満度出現割合は全国平均を大きく上回り、特に 12 歳児は、全国平均 9.62%に対して、15.6%と最も高くなっている。	
事業の目的		健診をきっかけに、食事・運動・睡眠など生活習慣の見直し、改善に向けて、親子で取り組みを始め、子どもの頃から望ましい生活習慣を身につけることで将来の生活習慣病を予防する。また、子どもの頃から健診を受診して健康管理行うことの大切さを知ってもらう。	
対 象		土佐市に住所を有する小学 5 年生及び中学 2 年生	
連携機関		学校教育課・市内小中学校・高知県立大学・高知県総合保健協会	
実施時期		平成 24 年度～現在	
事業内容		【とさっ子健診受診勧奨】（4 月～12 月） 子どもに対しては、HR 等で健診（健診の内容や自分の身体（特に血管）と生活習慣との関連について）の説明・PR するとともに学校の協力を得て教員より受診勧奨。保護者へは、案内文書の配布と共に懇談会や給食試食会・市 PTA 総会等を利用して受診勧奨。 【とさっ子健診】（H27：8 月 23・24 日（日・月）、12 月 12 日（土））※原則保護者同伴で受診 ①問診（子ども：生活習慣に関する内容、保護者：子どもの既往歴や生活習慣について）②計測（身長・体重）③腹囲測定④尿検査⑤血圧測定⑥採血検査（特定健診検査項目＋貧血検査）⑦歯周病予防コーナー⑧県立大学によるお楽しみコーナー及びアンケート 【とさっ子健診結果説明会】（H27：10 月 3・4 日（土・日）、1 月 23 日（土））※原則保護者同伴 保健師・管理栄養士・栄養士が個別に説明。健康づくり課で作成した「からだクイズ」を解答してもらい、クイズと個人の結果を見ながら健診結果と一緒に確認。自身の結果やさまざまな媒体を見ながら生活習慣の振り返り、本人の気づきにつなげる。健診結果で要精密検査となった子には紹介状を渡し、生活習慣改善して 2～3 ヶ月後の受診を勧める。上記日程の都合が合わない方には後日、日程調整の上、個別で説明。 ※資料添付　：　無	
評価	プロセス評価	【H27 とさっ子健診受診率】小学 5 年生：108 名/227 名（受診率 47.6%）、中学 2 年生：44 名/285 名（受診率 15.4%）。初年度から比較すると年々受診率は増加しており、少しずつだが健診のメリットを感じている方が増えている。 【H27 結果説明会参加率】受診者 152 名中 149 名参加（H28.2.29 現在参加率 98%） 【参加者の声】「健診を受けた事で自分の身体の状態を知ることができる」「結果説明会で個別に説明を受けることで、自分自身の生活習慣を振り返り、改善したら良いところも一緒に考えてもらえる」等の声が多数あり、健診を受けるだけでなく、その後の説明会での保健指導が受診者の健康意識を高め、生活習慣改善に繋がっている。	
	結果評価	H27 年度有所見率：小学 5 年生 61%、中学生 65.9%。ほぼ毎年 6 割の受診者に何らかの項目で異常が見られる。 県立大学が実施した受診者（子ども）への H26 健康意識調査（健診受診時とその 3 ヶ月後に実施）では、子ども自身による健康管理は、健診受診後に変化が見られ、総合的にみて高まっていたのは約 4 割。	
課 題		・受診率の向上（特に中学 2 年生では部活動等との重なりがあるため、学校の協力が不可欠） ・受診者だけでなく、とさっ子健診の結果から見える子どもたちの姿を乳幼児期から学童・思春期まで全体へ周知し、生活習慣改善につなげていくことが必要と思われる。	
その他			

工夫した点	必ず保護者同伴とすることで親子で健診・保健指導を受けてもらえ、子どもだけでなく家庭全体の生活習慣改善につながっている。また、媒体を多く使用し、子どもたちに分かりやすい保健指導を心がけている。
-------	---

キーワード：子どもの頃からの健康づくり

実施主体	高知県土佐市健康づくり課	所在地	高知県土佐市高岡町甲 1792-1
電話番号	088-852-1113	FAX 番号	088-850-2433
担当者	高野 典子	E-mail	kenkou@city.tosa.lg.jp

事業名		福岡県食環境整備事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		福岡県健康増進計画　～いきいき健康ふくおか21～　（平成25～34年度） ・「ヘルシーメニュー提供に取り組む飲食店の増加」　40店舗（H24）　→70店舗（H34）	
現状と課題		福岡県における糖尿病の年齢調整死亡率（2010年）は、男性では全国平均を上回り高い状況にある。 また、2010年度の特健診のデータをみると、男性のHbA1c6.1%（JDS値）以上の割合は全国6位と高く、LDLコレステロール160mg/dl以上の割合は、男女とも全国4位以内と高くなっている。これらの背景となる栄養・食生活について、平成23年県民健康づくり調査結果等から把握した主なものは以下のような状況である。 ①野菜摂取量が少ない　②外食ではうどんやラーメンがよく食べられている　③主食の重ね食が多い ④若い世代で飽和脂肪酸エネルギー比が高い傾向にある　⑤主食・主菜・副菜の揃った献立が少ない	
事業の目的		働き盛りの年齢層における外食の機会が増大しており、生活習慣病予防のためには、本人に必要な栄養量についての知識の普及と、外食料理や弁当を通しての健康管理が重要となってきた。 そこで、多くの飲食店や弁当店においてヘルシーな食事の提供が行われ、外食利用者が個々人の状況に合った食事を選択できる環境をつくることで、自主的な健康づくりを支援することを目的とする。	
対　象		飲食店、一般県民	
連携機関		公益社団法人 福岡県食品衛生協会、福岡県商工会連合会、中小企業振興センター、コンビニ 等	
実施時期		平成27年7月～	
事業内容		1　ふくおか食の健康サポート店の整備 飲食店等からヘルシーメニュー提供に関する相談のアドバイスが行えるよう相談窓口を開設し、基準に該当するヘルシーメニューを提供する店を登録する。 2　健康づくり支援のための食環境整備 飲食店等関係機関と協議を行うなどし、健康づくり支援の効果的な推進について検討する。また、登録店による取り組みを情報収集し、食を通じた健康づくりの事例として紹介する。 3　登録店の周知 登録店の情報をホームページで随時公表するとともに、地域で活用されるよう周知を行う。 ※資料添付　：　有　・　(無)	
評価	プロセス評価	・飲食店等連携機関へのアプローチ数及び健康づくり支援のための協議回数 ・飲食店等からのヘルシーメニュー提供に関する相談件数	
	結果評価	福岡県健康増進計画～いきいき健康ふくおか21～での最終評価～ ・ヘルシーメニュー提供に取り組む飲食店の増加　　　　　　　・野菜の摂取量の増加 ・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増加	
課　題		・食の健康サポート店の登録数の拡大及び、登録店のメリットとなる情報発信の工夫。 ・栄養バランスを基本とする食生活の実践方法に関する県民向けの情報提供。	
その他			

工夫した点	・登録店となってもらったための飲食店関係者向けのPRチラシの作成、登録店の基準の見直し ・ホームページやフェイスブックなどのツールを活用した、登録店のPRと利用者への啓発
-------	--

キーワード：食環境整備、野菜、主食・主菜・副菜

実施主体	福岡県（北九州市、福岡市、大牟田市、久留米市を除く）	所在地	福岡県福岡市博多区東公園7番7号
電話番号	092-643-3269	FAX 番号	092-643-3271
担当者	健康増進課 原田 和子	E-mail	kenko@pref.fukuoka.lg.jp

事業名		世代別食育講座（食育実践力育成プログラム）	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		大野城 健康・食育プランの目標値 ・「朝食を毎日食べる」幼児（3～5歳）の割合 98% ・食事作りの手伝いをする幼児（3～5歳）の割合 30% ・1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる成人の割合 75% など	
現状と課題		・朝食を毎日食べる習慣がある子どもの割合は中学生以降が低くなり、成人では、20～30歳代の子育て世代の朝食欠食が問題である。（幼児 94%、小学生（低学年）93%、小学生（高学年）94%、中学生 85%、20歳代 70%、30歳代 71%、40歳代 80%、50歳代 79%、60歳代以上 91%） ・朝食で、副菜（野菜、海藻、きのこなど）を食べている子どもは2～3割（幼児 31%、小学生（低学年）21%、小学生（高学年）27%、中学生 21%）。1日に2回以上、主食・主菜・副菜をそろえて食べる成人は66%。栄養バランスが課題。 ・食事作りの手伝いをする子どもは、約4～5人に1人。食事作りに関わり、自分で料理を作る力を身につけることが必要。	
事業の目的		・生涯にわたって豊かな心と健康な身体であることを目指し、生活習慣病に関する知識と自分で料理ができる力を学ぶことにより、「安心・安全な食を選択する力」と「健全な食生活を実践する力」を培う。 ・食に関する知識や技術を家庭で実践する人を増やす。	
対 象		食や生活習慣病に関する知識や料理技術など、食の選択力および実践力を身につける必要がある人。	
連携機関		大野城市食生活改善推進員、子育て関連NPO法人	
実施時期		平成27年7月～平成28年3月	
事業内容		①「妊婦さんと新米ママの家庭料理&取り分け離乳食教室」（対象：妊婦～乳児の保護者） 講話：朝食の重要性、主食・主菜・副菜のバランス、だしの取り方、野菜の1日摂取量の目安。 調理実習：みそ汁、煮魚、煮物を簡単に作るコツ。みそ汁の塩分濃度測定。ご飯とお粥（湯飲み使用）を一緒に炊飯。 離乳食を取り分けるときの説明。離乳食の展示と味見（段階別）。 ②「キッズクッキング教室」（対象：5～6歳児と保護者） 講話：朝食の重要性、主食・主菜・副菜のバランス、だしの取り方。 調理実習：おにぎり、煮干だしのみそ汁、手作りふりかけなど、子どもが主体的に調理。保護者は見守り。 ③「健康栄養クッキング教室」（対象：特定保健指導対象者及び生活習慣病が気になっている一般市民（市報で募集）） テーマごとに開催。第1期 脂質異常症、第2期 減量、第3期 高血圧。 講話：生活習慣病改善のための食事ポイント、グループワーク。（減量のテーマ時のみ、体重測定・血圧測定） 調理実習：ご飯、野菜サラダの計量。みそ汁の塩分濃度測定。栄養バランスの説明。 ④「初心者のための男性料理教室」1コース5回（対象：ほとんど料理をしたことのない男性） ※資料添付：有 ○ 無	
評価	プロセス評価	・実施回数 15回 ・教室定員数に対する参加率（参加者数/定員数） 91%※ ※8月の教室は、台風で急遽日程を変更したため参加率が低く、63%であった。 また、乳児対象の事業はキャンセル待ちが出る状況だが、乳児の体調不良などで欠席があった。	
	結果評価	・「これから気をつけよう」「日常生活にとり入れよう」と思うことがあった人の割合 97% ・教室で学んだ食に関する知識や技術を家庭で実践しようと思う人の割合 88% （アンケートで「思う」「できたらしたいと思う」「思わない」のうち、「思う」と回答した人の割合） 今後、さらに行動変容を促すことができるように、内容の見直し・改善を行う。	
課 題		事業の効果、市関与の妥当性の観点から事業の見直し・改善を行うべきである。育児が困難でフォローが必要な母親や、特定保健指導対象者など、教室を必要としている人の参加率向上や教室後のフォローが課題である。母子保健事業、特定保健指導、介護予防事業との連携を図り、来年度に向けて対象者や内容の見直しを行う。	
その他		・乳幼児期を対象とした教室は一部を委託事業（申込受付、託児、教室実施）とし、市管理栄養士は、当日の全体管理や相談への対応を行った。	
工夫した点		・離乳食教室・幼児対象の料理教室・男性料理教室などは料理を作るだけに終わらず、栄養バランスや減塩のための知識と料理技術の習得を図り、生活習慣病対策としての内容を重点的に組み込んだ。 ・グループワークやロールプレイングを取り入れ、教室生同士が情報交換できる場を作り、一方的に講義を行うのではなく、自ら気づきを得られるように工夫した。	

キーワード：食育、生活習慣病

実施主体	大野城市長寿社会部すこやか長寿課	所在地	福岡県大野城市瓦田4-2-1
電話番号	092-501-2222	FAX番号	092-584-5656
担当者	小野 春奈	E-mail	sukoyaka@city.onojo.fukuoka.jp

事業名		事業所における生活習慣病・重症化予防モデル事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	
指標と目標値		○第2次佐賀県健康プランにおける指標（H23 年度現状→H34 年度目標値） ・肥満（BMI25 以上）の割合の減少（30.5%→27.4%） ・日常生活における歩数の増加（7,235 歩→9,000 歩） ・運動習慣者の割合の増加（19.3%→35.0%）	
現状と課題		佐賀県の事業所における定期健康診査の有所見率は、過去5年間継続的に全国より高い状況にある。しかし、小規模事業所（従業員が50人未満の事業）においては、労働基準監督署へ定期健康診断の報告義務がないため、有所見率の把握もできていない現状がある。 また、平成23年度県民健康栄養調査の結果、30～40歳代男性の肥満が多い、20～30歳代男性の朝食欠食率が高い、30代歳男性では5人に2人が昼食を外食しているなど、働き盛り男性の生活習慣病改善の必要性が明らかになっている。	
事業の目的		小規模事業所（従業員が50人未満の事業）に対して、生活習慣病等疾病予防や重症化予防のための指導及び支援を行うことにより、従業員自身の自己管理意識を高め健康づくりの継続と疾病予防及び重症化予防の効果アップを図る。	
対 象		小規模事業所（従業員が50人未満の事業）従業員	
連携機関		労働基準監督署、産業保健総合支援センター、全国健康保険協会佐賀支部、佐賀商工会議所、佐賀県医師会成人病予防センター、佐賀大学、NPO法人スポーツフォアオール	
実施時期		平成26年9月1日～平成27年3月31日	
事業内容		1 実態調査及び事後調査の実施 事業開始前『食事摂取状況アンケート調査』、事前・事後の『生活習慣等アンケート調査』及び『ライフコーダーによる運動量測定』 2 集団健康教育の実施 医師による健康講話（1回）とスポーツ指導員による実技指導（1回） 3 個別アプローチ（3か月間：平成26年10月24日～平成27年1月31日）の実施 保健所からの週1回の健康情報の提供（電子媒体と紙媒体併用）と個人による毎日の体重測定・記録 ※資料添付： 有 ・ 無	
評価	プロセス評価	集団健康教育を組み合わせることや健常者も含めた職場ぐるみの集団的アプローチとしたことや事業主を始め、会社側の全面協力を得られたことにより、個別アプローチ（保健所からの週1回の健康情報の提供と個人による毎日の体重測定・記録）の効果が高まった。	
	結果評価	3か月間の個別アプローチ後の意識や行動に「変化有」と答えた人73%だった。また、体重測定をした人は34人（90%）で、体重測定後に何らかの変化があった人は、32人（84%）だった。健康情報の購読率は50%以上だったが、テーマにより購読率にばらつきがあったことからテーマの選び方やタイトルのネーミングの工夫が必要だった。	
課 題		今回は、保健所からのポピュレーションアプローチのみであったが、今後は医療保険者が行う特定保健指導（ハイリスクアプローチ）と連携し指導及び支援を行う必要があると考える。	
その他			

工夫した点	ライフコーダーにより、時間帯による運動量の変化の見える化おこなったり、男性の多い職場だったので、若い女性のインストラクターによる運動の講義をおこなうなど、対象者の興味を引くようなプログラムとした。
-------	--

キーワード：生活習慣病予防、重症化予防、ライフコーダー、体重測定

実施主体	佐賀中部保健福祉事務所	所在地	佐賀県佐賀市八丁畷町1-20
電話番号	0952-30-1905	FAX 番号	0952-30-3464
担当者	金丸 さとみ	E-mail	chubuhokenfukushi@pref.saga.lg.jp

事業名		朝食摂取推進事業『イケメンはカラダの中からつくられる～簡単朝ごはんレシピの紹介～』	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印	(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進		
	(5)食を通じた社会環境の整備の促進		
指標と目標値		第2次（平成25～29年度）嬉野市食育推進計画で以下のような目標を設定 朝食を毎日食べている人（平成24年度）→（平成29年度） ・20～39歳男性 46.2%→60% ・3歳以上の子ども 93.6%、小学5年生 93.5%、中学2年生 92.0%→100% ・高校生 79.8%→90%	
現状と課題		【現状】第2次計画策定にあたり、調査した結果、20～39歳男性の朝食を毎日食べている人の割合が第1次計画での基準値より低下していた。（平成20年度）53.3%→（平成24年度）46.2% また、幼児や児童生徒についても目標が達成できていなかった。 【課題】若い頃からの健全な食生活は生活習慣病の予防につながる。欠食が健康に与える影響は大きいと考えられるが、20～39歳男性に食育について啓発する機会がほとんどない。	
事業の目的		第2次計画では、「生涯にわたる心身の健康と豊かな人間性を育み、生きる力を身につけること」を根本的な考え方として、関係者が協働しそれぞれの場面で食育を推進していくこととしている。 その中で特に20～39歳男性に朝食を毎日食べている人の割合が少ないことに着目し、朝食摂取率を上げることで、生涯にわたる健康の一助になるよう関係者が協力して推進することを目的とした。	
対 象		市民	
連携機関		市内小・中学校・幼稚園・保育園・給食センター（2ヶ所）、嬉野市食育推進会議、嬉野市食生活改善推進協議会	
実施時期		平成26年1月から	
事業内容		・給食センターの協力で市内小・中学校の児童生徒へレシピを募集 ・応募作品の中から選出し、本人へ取材（コメント、顔写真の撮影等） ・レシピの試作、写真撮影を実施し詳細なレシピに調整 ・朝食摂取を啓発する内容とレシピを市報、ホームページに掲載（毎月1回） ※資料添付：無	
評価	プロセス評価	・市報掲載（毎月：平成27年12月まで）レシピ数24種類 ・ホームページ閲覧数（平成26年1月～平成27年11月まで）1277件 ・取り組みを広報するため、市内小・中学校の全児童生徒、幼稚園・保育園児等へ啓発のチラシを配布 ・男性の料理教室やその他食育教室等で事業の広報と掲載レシピを採用した調理実習を実施	
	結果評価	第2次（平成25～29年度）嬉野市食育推進計画中間評価の結果は以下の通り。 朝食を毎日食べている人（平成24年度）→（平成27年度） ・20～39歳男性 46.2%→55.6%・3歳以上の子ども 93.6%→95.6% ・小学5年生 93.5%→90.5%・中学2年生 92.0%→91.2%・高校生 79.8%→77.0%	
課 題		20～39歳男性、3歳以上の子どもについては改善した。今後は目標値に近づくよう推進していく。	
その他		小学5年生、中学2年生、高校生についてはやや低下しているので、今後も学校と協力し推進する。	

工夫した点	20～39歳男性に食育について啓発する機会が少ない。そのため、子育て世代であることを想定し、小・中学校の児童生徒からのレシピを採用、コメントや顔写真とともに掲載することで注目してもらうことをねらった。また、ホームページを活用することで若い世代が情報を入手しやすいよう工夫した。
-------	--

キーワード：児童生徒へレシピを募集・ホームページ掲載

実施主体	佐賀県嬉野市健康づくり課	所在地	佐賀県嬉野市塩田町大字馬場下甲
電話番号	0954-66-9120（直通）	FAX 番号	1769 番地
担当者	小國 智穂	E-mail	0954-66-9140
			hoken@city.ureshino.lg.jp

事業名		レシピ集を作成活用した熊本市食育実践講座	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		熊本市食の安心安全・食育推進計画より。 「1週間あたりの朝食について」ほとんど食べないと回答した割合 20代男性（現状値H24）29.4%→（目標値H30）15% 30代男性性（現状値H24）29.4%→（目標値H30）15%	
現状と課題		【現状】本市における青年期の朝食欠食率が全国平均より高い。 【課題】青年期は食についての関心が低い年齢層であり、進学や就職で環境が変わる等、食習慣が変化しやすい時期である。その後も生活環境の変化や不規則な生活の中、仕事等を優先し外食の増加や運動時間の確保が難しくなるなど、肥満を誘発しやすくなるため、食習慣の是正が重要となる時期である。	
事業の目的		熊本市食の安心安全・食育推進計画に基づき、生活習慣病その他の食生活の乱れに起因する疾病を予防するため、地域、職域等と連携を図り、食生活改善に関する支援のための講座を実施するもの。 過去の実施結果から健康教育だけでは実践につながりにくいことから簡単メニューの「レシピ集」配布や「調理実習」などの具体的な体験型事業を拡充することにより実践力をアップさせることを目的とする。	
対 象		青年期等	
連携機関		熊本市内の大学・企業等	
実施時期		平成27年1月から実施	
事業内容		① 指導資料（レシピ集）作成 ・平成27年1～2月 献立作成及び試作、検討会実施（5回） ・平成27年3～7月 レシピ集校正、印刷 ② 食育実践講座（調理実習含）の実施 ・平成27年8月 食育実践講座にてレシピ集を活用 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	① 講座実施件数 資料配布数（受講者数）	
	結果評価	熊本市食の安心安全・食育推進計画より。 ① 「1週間あたりの朝食について」ほとんど食べないと答えた割合 20代男性（H24）29.4%→（H27）22.6%、30代男性性（H24）29.4%→（H27）16.2% ② 「企業・大学等でのに関する講座の開催（件数）（H24）19件→（H27）29件	
課 題		大学生等の講座への参加者をいかに増やしていくか。 レシピ集を用い、参加者が調理を継続できるような呼びかけや取り組みの工夫を継続する。。 食育月間においての活用の工夫（対象世代への積極的な配布、周知に取り組む）。	
その他		担当部署：熊本市健康づくり推進課、各区役所保健子ども課 ・レシピ集の完成が、食育月間に間に合えばもっとよかったと思う。	

工夫した点	レシピ集には調理技術獲得のため、調理をあまり行っていない人でも取り組みやすいよう、献立に難易度を設定。献立だけでなく、調理器具や調味料、食材の切り方やはかり方等を掲載している。献立には野菜摂取が多くなるような献立に努めた。 また、食事バランスガイドを掲載し、食の選択能力獲得についても努めた。
-------	--

キーワード：

実施主体	熊本市	所在地	熊本市中央区手取本町1番1号
電話番号	096-328-2145	FAX 番号	096-351-2183
担当者	丸内 晃子	E-mail	kenkouzukuri@city.kumamoto.lg.jp



Let's cooking

みなさんは、ごはんをしっかり食べていますか？作っていますか？
朝食の欠食や、野菜不足が問題となっている今、自分で食事を作り、朝・昼・夕の
3食をきちんと食べることは、とても大切です。
この冊子は、料理が苦手、面倒だと思っている方にも作りやすい料理を紹介して
います。さっそく挑戦してみましょう！

目次

■ バランスがよい食事ってどんな食事？

■ 簡単レシピ一覧

難易度★ ぱっと！お手軽クッキング

- ・キャベツのココット p5
- ・マリネ風サラダ
- ・野菜と青魚のさっと煮 p6
- ・即席漬け
- ・レタスとミニトマトの簡単スープ
- ・玉ねぎの簡単レンジ蒸し p7
- ・ピリ辛冷やっこ

難易度★★ 簡単料理にひと工夫

- ・すぐに食べたい！あっという間に親子丼！ p8
- ・簡単みそ汁
- ・なすのお好み焼き風 p9
- ・スープ餃子
- ・ピザトースト
- ・キャベツとちくわのサラダ p10
- ・キャベツの甘酢炒め

難易度★★★ あなたももう一人前！

- ・タコライス p11
- ・卵チャーハン
- ・中華丼 p12

■ あると便利！～調理器具・調味料～

■ 知っていると便利！～切り方、測り方（計量スプーン）～

事業名		ハイリスク者フォロー対策事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ		(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)社会生活を自律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			
指標と目標値		平成26年度ハイリスク者の次年度健診結果（改善状況）、健診リピーター率、精密検査受診率及びがん検診精密検査受診率	
現状と課題		現状・対象者の増加 ・対象者が健診結果説明時に家族の方が代理で結果を受け取られる場合に直接指導ができない。 ・継続フォロー率が低い ・行動変容が未確認である 課題・フォロー対象者の見直し ・アプローチの徹底 ・時期の見直し ・結果説明会時に初回指導の徹底	
事業の目的		住民が生活習慣病に罹患しない。重症化しない。がん死亡率が減少する。	
対 象		天草市特定健診、生活習慣病予防健診、がん検診受診者の内①Ⅱ度高血圧者（治療者除く）、Ⅲ度高血圧者（治療者含む）②糖代謝異常：HbA1c6.9以上（未治療者）、③慢性腎臓病：尿たんぱく 2＋以上で3病態未治療者、④がんの要精密検査未受診者	
連携機関		健診委託機関（JA厚生連、日赤健診センター）	
実施時期		平成27年度健診終了後	
事業内容		方法 ①健診結果説明会（個別）②欠席者健康相談 ③訪問指導・電話・来所相談 内容 ①健診結果の見方の説明 ②病態の説明 ③放置したらどうなるか ④今後しなければいけないこと（2次検査受診勧奨、生活習慣改善）⑤対象者の④がん検診精密未受診者に対しては早急な受診の勧奨 ※資料添付： 無	
評価	プロセス評価	現在取り組み中	
	結果評価		
課 題		対象者によっては訪問指導の受け入れが難しい時があり、そのような場合、どのようにしたら受け入れがスムーズになるのか・・・工夫が必要である。	
その他			

工夫した点	前年度の反省を踏まえた対象者の絞り込み、指導媒体
-------	--------------------------

キーワード：

実施主体	天草市健康増進課	所在地	熊本県天草市亀場町亀川1886-2
電話番号	0969-24-0620	FAX番号	0969-24-1631
担当者	加世田糸子	E-mail	kaseda-i@city.amakusa.lg.jp

事業名		味力あふれる大学生生活応援プロジェクト～学生の健康は学生の手で～	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律的に営むために必要な機能の維持及び向上のための施策の推進	
		(5)食を通じた社会環境の整備の促進	○
指標と目標値		【指標】 男性の肥満者の割合の減少（20 歳～69 歳） 27.0%→25.0% 女性はやせの者の割合の減少（15 歳～29 歳） 24.0%→22.0% 大学生の朝食摂食率の向上 53.6%→70.0%	
現状と課題		平成 23 年度に実施した県民健康づくり実態調査から、男性の肥満割合は 10 歳代から 20 歳代で 15%上昇している。反面、女性では 10 歳から 20 歳代を中心に「やせ」が多く、50 歳から 60 歳代にかけて肥満割合が上昇している。 また、第 2 期大分県食育推進計画では、大学生の朝食摂取率が 53.6%となっており、健康や学習の面からも朝食摂取率を向上させることが重要である。 このことから、男女とも 10 歳代から 20 歳代にかけての健康づくりが必要であるが、行政機関として、当該年齢層に対する啓発の機会がないのが課題である。	
事業の目的		10 歳代から 20 歳代の健康問題を切り口に、意識の向上と適正な食習慣の定着を目的として、市内 2 大学の学生を対象に「学生食育ボランティア（Food Education Supporter）以下 F E S」の養成を行い、学生自身による健康づくりを支援し、食育推進の中核となる人材を養成し自主的な活動を行う。	
対 象		大学生（別府大学、立命館アジア太平洋大学（A P U））	
連携機関		別府大学、立命館アジア太平洋大学（A P U）	
実施時期		平成 25 年～（継続中）	
事業内容		① F E S の養成講座 平成 25 年度から毎年 8 月に 3 日間の養成講座を開催（3 年間で 99 人　うち国際学生 6 人） ② 各大学祭での食育活動 食育 S A T を活用した普及啓発及び学生による栄養相談等 ③ 学生寮生への自炊支援活動（自炊セミナー） 数ヶ月後に寮を出る学生を対象に、早くて安くて、美味しい料理の講習会を行い、自炊（朝食）するための支援を行う。 ※資料添付　：　無	
評価	プロセス評価	① F E S の数 ② 食育 S A T の体験者数、栄養相談数 ③ 自炊セミナー参加者数	
	結果評価	短期目標　大学生の朝食摂食率の向上 長期目標　男性肥満率の減少と女性はやせの者の割合減少	
課 題		2 大学のカリキュラムなどの違いからイベント開催のスケジュール調整が困難 大学生なので活動できる場所が近場に限られる。また、講義優先なので休日しか活動できない	
その他		将来的には、それぞれの大学にサークル活動として自主的に活動できるよう支援していく	

工夫した点	ピアカウンセリングの手法を用い、同様の背景を持つ学生の口から日常生活（サークル、バイト、外食、共同生活）の中に食生活に関する話題が出るように養成講座の時から趣旨説明し実践している。
-------	--

キーワード：食育、学生ボランティア、

実施主体	大分県東部保健所	所在地	別府市鶴見字下田井 1 4 - 1
電話番号	0 9 7 7 - 6 7 - 2 5 1 1	FAX 番号	0 9 7 7 - 6 7 - 2 5 1 2
担当者	津田 克彦	E - mail	tsuda-katsuhiko@pref.oita.lg.jp

事業名		地域におじゃま！！健康教室	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		自治会単位：40 地区を目標 望ましい食習慣に向けての知識の向上と実践につながる内容と、運動習慣の必要性和習慣化	
現状と課題		本市は平均寿命・健康寿命ともに短くまた国民健康保険の一人当たりの年間医療費が年々高くなっている。その主な要因に「悪性新生物」「高血圧」「糖尿病」などの疾病がある。また平成 24 年度の国保特定健診結果では、高血圧が 69%、高血糖が 84、5%と他市に比べ高くなっている。さらに壮年期において「悪性新生物」や「急性心筋梗塞」が主な死亡原因であることから、これらの生活習慣病の発症予防や重症化予防が大切である。高血圧をはじめとする循環器疾患の予防、重症化予防には食塩の摂取を減らし野菜を食べる健康的な食生活の実践と適度な運動が効果的である。しかし平成 24 年度の本市における食生活実態調査では日頃より濃い味付けに慣れており、野菜摂取量も少ないなどの結果が出ている。また運動習慣においても一人では続かないといった傾向がある。そこで市民が減塩の意識を高め、うす味を習慣化し野菜摂取を促し、運動習慣を身に付けるよう広く普及啓発をおこなう必要がある。	
事業の目的		生活習慣病予防が健康寿命の延伸に大きく影響を及ぼすことから、その予防のためには適切な運動や休養とともに、規則正しいバランスのとれた食生活を送ることが大切である。しかし、運動教室を開催しても、なかなか教室に参加しないのが実状である。そこで、地域にこちらが出向き、楽しく運動しながら楽しく食生活を学ぶことを目的とした健康づくり教室を実施するもの。	
対 象		市民全体であるが特に壮年期の世代を対象とする	
連携機関		指導者：食部門（栄養士）運動部門（TMK）	
実施時期		期 間：平成 27 年 4 月～平成 28 年 3 月 ※2 週間に 1 度の 6 カ月間の健康教室（全 12 回）	
事業内容		内 容：運動教室（12 回）と食の講話及びうす味体験（8 回） （運動 1 クール 6 か月 1 か月 2 回）（栄養 1 クール 4 か月 1 か月に 2 回） 1 回目：食のプロフィール・運動 2 回目：高血圧と減塩・運動 3 回目：体力測定 4 回目：『豊後高だし』を使った減塩料理、自宅のみそ汁塩分測定・運動 5 回目：バランス食、手ばかり法・運動 6 回目：間食（果物）について・運動 7 回目：1 食 2.5 g の調理実習 8 回目：栄養まとめ・運動 9～10 回目：運動 11 回目：体力測定 12 回目：運動 ※資料添付：有・ 	
評価	プロセス評価	平均参加率 66.8%（平成 28 年 2 月 8 日現在 25 地区）運動、食に関して回を重ねるごとに関心等が深まり、質問等がでるようになった	
	結果評価	25 地区 380 人に実施 1 日の塩分摂取目標量、野菜摂取の目標量を知っている人が増えた。実際うす味を意識するようになり、野菜摂取に関しても今より+1 皿食べる等食事に関する行動変容もアンケートより確認できた。	
課 題		主に壮年期をターゲットとした事業であったが（40～50 代 3.9%）（60 代 30%）（70 代 44.5%）（80 代 21.6%）と年齢層が高かった。	
その他		今年度の事業成果を踏まえ次年度は引き続き地域へ出向く教室を継続するとともに、さらに青壮年期を取り込むため、企業単位で「企業におじゃま！！健康教室」を実施する	

工夫した点	事業に従事する栄養（栄養士）、運動スタッフが多いため、（同日同時時間の開催地区あり）事前の打ち合わせにおいて学習に関する内容を十分検討、学習内容の統一を図った。
-------	--

キーワード：

実施主体	大分県豊後高田市子育て健康推進課	所在地	大分県豊後高田市
電話番号	0 9 7 8 - 2 2 - 3 1 0 0	FAX 番号	0 9 7 8 - 2 2 - 1 2 1 1
担当者	栄養士氏名 米光 尚実	E-mail	

事業名		健康かごしまデザイン2 1 推進事業「健康かごしま2 1 徳之島地域推進協議会」	
行政栄養士の基本指針における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		・生活習慣の状況（特定健診実施率 65%，特定保健指導実施率 45%，がん検診受診率 50%，メタボリックシンドローム該当者及び予備群の推定数 平成 20 年と比べて 20%減少，食塩摂取量 8g 未満，成人（全体）の喫煙者割合 12%） ・衛生知識等の認知度（COPD 認知者割合 80%，ロコモティブシンドローム認知者割合 80%） ・死亡率（脳血管疾患年齢調整死亡率（人口 10 万人対）男性 49.2，女性 29.5，がん年齢調整死亡率（人口 10 万人対）男性 98.9，女性 49.8）	
現状と課題		・会議での協議を基にした委員所属団体による具体的な取組ができていない，事務局が委員所属団体の取組を把握する仕組みがない，委員所属団体間の連携を検討することができていないといった課題に対し，2 5 年度から協議会運営方法の修正をかけている。 ・協議の前提となる関連情報や協議結果が広く周知できていないのみならず，委員所属団体会員への周知自体が不十分である。	
事業の目的		「健康かごしま2 1」を指針とし，各種団体による地域課題の共有，推進方策の検討，実践・連携により地域全体の健康増進を図る。 ・「健康かごしま2 1（平成 25 年度～平成 34 年度）」に沿った地域での取組を推進する。 ・啓発用共通キャッチフレーズの地域での浸透を図るなど，委員所属団体での具体的な取組を行う。	
対 象		委員所属団体及び県民	
連携機関		あまみ農業協同組合天城事業本部，鹿児島県食生活改善連絡協議会徳之島支部，徳之島町商工会，大島教育事務所，天城町PTA連絡協議会，天城町保健福祉課，徳之島町健康増進課・介護福祉課，徳之島地区養護教諭部会，伊仙町区長会，大島郡歯科医師会，伊仙町保健福祉課，大島郡医師会，伊仙町地域女性団体連絡協議会	
実施時期		平成 27 年 12 月 10 日（各団体による取組は，平成 26 年度から継続中であり，当面は 28 年度の会議開催まで継続する予定）	
事業内容		・協議会の開催 2 7 年度の協議内容 1 脳卒中对策の取組について（2 6 年度協議したテーマに対する取組等を評価する） 2 がん対策の推進について（今年度新たなテーマを協議し，今後取組を進めていく） 3 啓発用共通キャッチフレーズの活用について（キャッチフレーズを活用して，啓発を進める（2 5 年度から継続中）） ・協議結果の各種団体への周知 ・委員所属団体の取組状況等の報告・とりまとめ ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	・委員所属団体の取組状況等の報告については，ほぼ全委員から提出があった。 ・委員所属団体の取組の状況については，既存事業の枠を出す取組は見られないが，協議結果を踏まえた内容が増加傾向にある。 ・各団体間の新たな連携による取組は今後の課題であるが，今年度各団体の取組を協議に取り上げ，他団体の取組に対する認知の向上に努めた。	
	結果評価	・委員所属団体会員等への周知・啓発が実施されるようになってきており，行政のみの実施と比べて周知方法やルートに広がりが出てきている。	
課 題		・委員や構成団体の頻繁な交代があることもあり，健康づくりに対する認識・取組が低調な団体が見られる。 ・団体間の連携を具体化するプロセスがイメージしにくいため，効果的なアプローチをとることが難しい。	
その他			

工夫した点	従来の行政が中心に取り組むスタイルから，各団体ができることに取り組むというスタイルに変換を図っている途中であり，団体育成のスタンスに立って各団体の意識変革や取組の開始・定着を見守っている。
-------	--

キーワード：意識変革，取組の開始・定着，協議結果の周知，団体間の連携

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 4943-2
電話番号	0997-82-0149	FAX 番号	0997-83-2535
担当者	蔭山 正之	E-mail	tokunoshima-kenzou@pref.kagoshima.lg.jp

事業名		食育フェスタ開催事業	
行政栄養士の基本指針 における位置づけ * 該当区分に○印		(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)社会生活を自律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		第二次かごしま市食育推進計画 ・食育に関心を持っている人の割合の増加（90%以上） ・鹿児島島の郷土料理・伝統食を1種類でも作ることのできる人の割合の増加（85%以上） ・メタボリックシンドロームの予防や改善のための取組を継続して行っている人の割合の増加（30%以上） ・食事をよく噛んで味わって食べる人の割合の増加（40%以上） ・地場産（鹿児島県産）の農畜産物・水産物を意識して購入する人の割合の増加（90%以上）	
現状と課題		本市の食育の現状（平成25年7月に実施した「食育に関する市民意識調査」結果から主なもの） ・食育の言葉や意味を知っていた人は増加しているが、食育についての関心度は低下している。 ・鹿児島島の郷土料理や伝統食を1種類でも作ることができる人の割合は減少している。 ・メタボリックシンドロームを認識している人の割合は9割近いが、予防や改善のための取組を半年以上継続して実践している人の割合は4人に1人となっている。 ・食事をよく噛んで味わっている人の割合より、あまり噛んでいない人の割合が高くなっている。 ・地産地消について、言葉や意味を知っていた人の割合は増加している。	
事業の目的		市民一人ひとりが、食について関心を高め、生涯にわたって健全な心身を培い、豊かな人間性をはぐくむ食育の一環として、本市と連携協定を結んだ鹿児島女子短期大学とともに食育フェスタを実施し、食に関する学習や体験活動を通じて、家庭や地域、学校等が連携した食育の推進を図る。	
対 象		市民	
連携機関		鹿児島女子短期大学、食育推進ネットワーク	
実施時期		平成27年11月23日	
事業内容		(1) オープニングセレモニー 鹿児島女子短期大学「ヤング踊り連 Team 鹿女短」によるパフォーマンス 開会挨拶・食育推進キャラクター愛称表彰式 (2) 基調講演 演題「食への感謝～フランス料理への憧れ～」 講師 カミーユ オーナーシェフ 上柿元 勝 氏 (3) 展示ゾーン ・食育推進ネットワーク会員による食に関する展示 学校給食展、子どもの災害食、高齢者の食育など ・関係機関・団体による食に関する展示 公立保育園での食育紹介、食中毒予防、鹿児島市の農林水産業など (4) 体験・販売ゾーン ・大学による出展（郷土料理・食文化・商品開発など） 「かつおぶしだし」講座&料理教室、「いこもち」作り教室、鹿児島の食材を活用した「だし茶漬け」の販売、お店屋さんごっこ、「あくまき」作りの体験、「ガネ」の試食など ・食育推進ネットワーク会員による出展 魚のさばき方教室、魚の解体ショー及びふるまい、サツマイモのぐるぐるパンづくり体験、咀嚼テスト、野菜計量体験、旬のりんごの食べ比べ、汁物の塩分や飲み物の糖度計測など ・上柿元シェフから学ぶ親子料理教室 ※資料添付：有・無	
評価	プロセス評価	本市と鹿児島女子短期大学がそれぞれの資源や機能等の活用を図りながら相互に協力することができた。また、鹿児島市食育推進ネットワーク（食に関わる各種関係機関及び団体）と連協・協力し取り組んだ。	
	結果評価	初回の開催であったが、参加者は1,100名で、当日のアンケート結果でも好評であった。	
課 題		第二次かごしま市食育推進計画の数値目標に基づいたイベント内容の検討	
その他			

工夫した点	
-------	--

キーワード：

実施主体	鹿児島県鹿児島市健康総務課	所在地	鹿児島県鹿児島市山下町11-1
電話番号	099-216-1492	FAX 番号	099-216-1242
担当者	久保 美佐子	E-mail	kubo-m86@city.kagoshima.lg.jp

かごしま 食育フェスタ 2015

～「食」でつながろう、元気なかごしま！～

オープニングセレモニー (9:45～10:00)

基調講演 (10:00～11:00) ※手話通訳あり

演題 食への感謝～フランス料理への憧れ～

講師 上柿元 勝 氏 (カミュー オーナーシェフ)

体験・展示ブース (11:00～15:00) ※詳細は裏面をご覧ください

◇事前申込みが必要なイベント

イベント名	対象	時間	料金	定員
①サツマイモのぐるぐるパンづくり	どなたでも (小学生以下は保護者同伴)	11:15～12:45、 13:30～15:00	1組 500円	各6組 (1組4人まで)
②「かつおぶしだし」講座&料理教室	中学生以上	11:30～13:00	500円	40人
③魚のさばき方教室	市内に住む小・中学生とその保護者 (2人1組)	11:30～13:00	1組 300円 (保険料込み)	20組
④上柿元シェフから学ぶ親子料理教室	市内に住む包丁を使い慣れた小学 5・6年生とその保護者 (2人1組)	12:30～15:00	1組 1000円 (保険料込み)	20組
⑤「いこもち」作り教室 & お茶の入れ方教室	どなたでも	13:00～14:30	200円	40人

①～⑤共通

◇定員を超えたら抽選 (当選者には 11月6日までに参加票を送付)

◇申込み 往復はがきに希望するイベント名、住所、参加者全員の氏名、年齢 (③④は子どもの学年)、電話番号を書いて、10月23日 (必着) までに〒892-8677 山下町 11-1 鹿児島市健康総務課へ



くわしくは
鹿児島市ホームページ
かごしま食育フェスタ



鹿児島市食育推進キャラクター



交通アクセス
市電 南陽電停下車徒歩約5分
鹿児島中央駅下車徒歩約10分
※駐車場はありませんので公共交通機関でお越し下さい

とき 平成27年11月23日 (月・祝)

ところ 鹿児島女子短期大学 鹿児島市高麗町 6-9

主催: 鹿児島市、鹿児島女子短期大学

後援: 全国栄養士養成施設協会

協力: 鹿児島市食育推進ネットワーク

お問い合わせ先

鹿児島市健康総務課 電話 099-216-1492

リサイクル機種の表示: 紙・プラスチック可



展示ブース (11:00～15:00)

本館3階

正しく知ろう! 砂糖・でん粉の知識と魅力

・独立行政法人 農畜産業振興機構 鹿児島事務所

食に関するパンフレット

・消費生活センター

公立保育園での食育紹介～楽しく食べる子どもに～

・保育園

正しく知ろう! みんなで防ごう! 食中毒

・生活衛生課

鹿児島市の農林水産業

・農政総務課

楽しんでます! 料理講座!

・生涯学習課

販売

(本館3階学生ホール)
黒豚とん汁+おむすび2コ
値段 300円
限定 200食
(明和食品)

本館4階

子どもの災害食～「3.11」からのメッセージ～

・公益社団法人 鹿児島県栄養士会

ウンチは健康のバロメーター!

・鹿児島ヤクルト販売株式会社

南国鹿児島でもぶどうが収穫できます。収穫はたのしい。

・川路ぶどう園

鹿児島地区学校給食展

・鹿児島地区栄養教諭等協議会

高齢者の食育～口から食べる喜びと大切さ～

・アサヒ物産

食べるの～いすき! (食に関わる絵の展示)

・保育園児、幼稚園児

鹿児島市の学校給食

・保健体育課

安全で衛生的な魅力ある学校給食

・学校給食センター

鹿児島市の食育&健康づくり

・健康総務課

体験・販売ブース (11:00～)

中庭

鹿児島の「郷土料理食育」～「あくまき」作りの体験～

・鹿児島女子短期大学食物栄養学専攻

・時間 11:00～11:30 (試食各 150名分)

13:30～14:00 (試食各 150名分)

・時間 11:30～ (体験・先着 15名)



鹿児島の「郷土料理食育」

～「ガネ」の試食、食べ比べ、作り方説明～

・鹿児島女子短期大学食物栄養学専攻

・時間 11:00～11:30 (試食各 150名分)

13:30～14:00 (試食各 150名分)



新品種「鹿女短学生が作ったさつまいも (あやこまち)」

の紹介 & 試食販売

・鹿児島女子短期大学食物栄養学専攻

錦江湾で獲れたヒメアマエビの試食、錦江湾の海の幸の紹介

・かごしま環境未来館 (共催: 鹿児島大学水産学部)

新鮮で旬な市内産農産物のPR販売

・鹿児島市農産物等流通促進協議会

農産物直売所「きいの社」による農産物等販売等

・グリーンファーム (鹿児島市観光農業公園)

南館1階

鹿児島の食材を活用した「だし茶漬」の販売

・鹿児島女子短期大学食物栄養学専攻

・時間 11:30～13:00

本館3階

子どものためのお話 (大きなかぶ他)

・鹿児島女子短期大学児童教育学科

お店屋さんごっこ (お弁当屋さん、パフェ屋さん、お子様ランチを作ろう)

・鹿児島女子短期大学児童教育学科

・時間 11:00～14:00

本館3階学生ホール

魚の魅力を再発見! ～魚の解体ショー&びるまい～

・いお・かごしま食育普及推進協議会

・時間 14:00～15:00、先着 300名程度

安全・安心! おいしさまるごと旬の青果物～旬のりんごの食べ比べ～

・青果市場リニューアル推進協議会

本館4階

ちゃんと噛めてますか? ～咀嚼テスト～

・公益社団法人 鹿児島市歯科医師会

・先着 100名程度

～「人とまち」を元気にする食育活動紹介～食育ミニセミナー

・自然食のMOA かごしま店 & 健康な人まち心をつくる会

・時間 11:00～11:30、14:00～14:30

意外と知らない「和食」の正しい食べ方

・公益社団法人 鹿児島青年会議所

食生活は若い時から気をつけよう～知っておきたい塩分の目安、野菜計量体験等～

・鹿児島市食生活改善推進員連絡協議会

毎日をイキイキ過ごす食生活のヒント 塩分・糖度測定

・保健予防課・保健センター 測ってみたい汁物、飲み物をお持ち下さい。

