

Ⅱ 主な取組の状況

1 食を通じて健康な体をつくるために



幼児期から高齢期にいたるまでライフステージに応じた「バランスのとれた規則正しい食生活の実践」、子どもの肥満予防や思春期からの過度な痩身の予防、職場等での健康指導など「生活習慣病や過度な痩身等の予防」、及び「食の安全に関する信頼の構築」に取り組みました。

(1) バランスのとれた規則正しい食生活の実践

栄養バランスのとれた規則正しい食習慣を身につけることは、健康な体を作るための基本であり、各ライフステージでバランスのとれた規則正しい食生活の実践に取り組みました。

①食育指導 ②給食試食会 ③日本味めぐり

蟹江町、蟹江町立保育所、蟹江町給食センター

●実施時期：①平成26年5、6月のうち6日間 ②平成26年6月26日 ③月1回

●対象者：①年長児童 ②児童保護者 ③給食喫食児童生徒

●内容

- ① 年長児童を対象に、当日献立が箸の日に、給食前に箸の持ち方を全員で練習。その後、給食中に、当日の献立のポイントと地産地消、残さず食べることなどを指導します。また、年長組保護者に指導内容を資料を配布しました。
- ② 在所児童保護者を対象に、試食会を実施。施設の概要や、幼児食の要点をお話ししました。また、今年度は愛知県が野菜摂取量ワースト1ということから、簡単に野菜が摂取できる献立も紹介しました。
- ③ 月一回、小中学校と同一献立で各都道府県の郷土料理を提供。



●活動の成果、今後の課題

箸の持ち方が定着する時期に、正しい箸の持ち方を練習する機会を作り、ご家庭でも練習していただくきっかけを作りました。

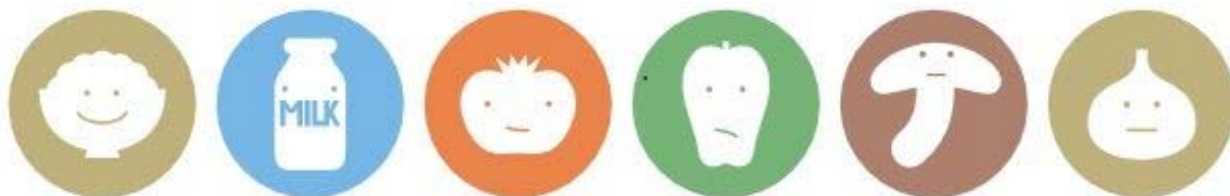
試食会でも箸の指導等を実施していることをお知らせすることで、幼児食に必要な栄養の面、作法の面等を意識していただきました。

また、学校と連携し、日本の伝統料理を味わい、古きよき日本を再確認しました。



〈取組項目：乳幼児期における基本的な食習慣の確立〉

〈取組場面：保幼〉



食育体験ツアー

西尾市

●実施時期：平成26年6月26日 ●対象者：伊文保育園 年長児

●内容

市内伊文保育園の年長児41名を対象に、市内のヴェルサウォーク西尾において、見て、触って、楽しく学べるプログラムとして、食育についての基礎学習とスーパーマーケットの店内に並んだ野菜や果物に触れながら買い物体験などを実施しました。

野菜や果物に直接触れながら興味関心を高め、何でも進んで食べようとする気持ちを育てることを目的とし、食育体験ツアーを実施しました。



●活動の成果、今後の課題

「子どもたちが、野菜や果物に興味を持ち、嫌いだった野菜も食べられるようになった。」「家に帰って、赤黄緑の話をたくさんしてくれた。」などと保護者の方からお話を聞くことができました。

今後はスーパーマーケットまでの交通手段を確保し、離れた園も参加できるようにしていきたいと思います。



〈取組項目：乳幼児期における基本的な食習慣の確立〉

〈取組場面：保幼〉

マテバシイせんべい作り

みよし市立三吉小学校

●実施時期：平成26年9月～11月 ●対象者：児童と保護者

●内容

みよし市立三吉小学校の校庭に植えられているどんぐり＝マテバシイの木から、毎年秋に児童が実を拾い集め、その実を児童の保護者が材料としてマテバシイせんべいを作り、児童に配布しています。

素材を活かした素朴な味付けで、毎年、児童からも保護者からも大変好評です。

●活動の成果、今後の課題

毎年、児童や保護者に大変好評で、児童は校庭に植えられているマテバシイの木から作られているということをきっかけに、食への関心を高めています。また、児童の保護者にとっては、せんべい作りを通じて児童と食について話すきっかけともなっています。



〈取組項目：学校における小中学生への食に関する指導の充実〉

〈取組場面：学校〉

のびのび子ども塾「野菜クイズ・栄養カルタ」

大治町保健推進員 栄養グループ

●実施時期：平成26年12月4日 ●対象者：小学生（のびのび子ども塾参加者）

●内容

野菜の知識を深め、食事の楽しさを伝える機会として、野菜クイズと栄養カルタを行いました。野菜クイズは、町内の野菜について花と食べる部分の写真を見比べて当てるクイズです。栄養カルタは読み札の内容も全て栄養グループの手作りです。少人数で普通サイズのカルタで遊んだあと、全員で大きいサイズのカルタを体育館いっばいに広げて遊びました。



最後に保健師から、手ばかりを用いた1日の野菜摂取量の目安も伝えました。

●活動の成果、今後の課題

普段、カットされた野菜しか見ていない子どもたちは、野菜の花や葉を見て興味津々でした。栄養カルタは少人数では輪になって集中して取り組み、全員の大カルタはとても盛り上がりました。

保健推進員による学童への取り組みは始めてで、とても良い機会でした。食育を通して世代間の交流もしていきたいと思います。

〈取組項目：学校における小中学生への食に関する指導の充実〉

〈取組場面：学校、地域〉

平成26年度 学校給食教室

公益財団法人愛知県学校給食会

●実施時期：平成26年11月 ●対象者：県内小中学校の児童生徒の保護者

●内容

学校給食会では、学校給食を通じ、食の知識を学び、望ましい食習慣を養うことを目指しており、学校給食の理解と食育の発展を図るため、保護者を対象に毎年学校給食教室を開催しています。

今年度も11月に4日間開催し、計201名の保護者が参加されました。内容は、「学校給食の意義と役割」の講義と今年度8月に開催された学校給食献立コンクール豆部門の最優秀賞献立の調理実習、また「朝食に野菜を食べよう！」をテーマに講話を行いました。



●活動の成果、今後の課題

学校給食の意義や学校での食育の取組、調理実習を通して学校給食の実態を保護者の方に理解していただきました。また、栄養教諭による「朝食に野菜を食べよう！」の講話をもとに朝食の大切さや食生活についても学んでいただきました。今後も多くの保護者に参加していただき、学校給食に対して理解を得たいと思います。



〈取組項目：小中学生の食育のための家庭への支援〉

〈取組場面：地域〉

男子！自立クッキング

愛西市食育推進専門部会

●実施時期：平成26年11月及び12月の2日間 ●対象者：男子高校生

●内容

今後一人暮らしを始めた場合でも、食事の面で自分の健康管理ができる大人を育成するために実施しています。市内にある高校の3年生男子を対象にしており、本年度は45名の参加がありました。

この事業では、参加者である高校生が作った農産物や地元食材を使い調理実習をし、講義で朝食の必要性やバランスのよい食事選びのコツなどを学んでもらいます。地産地消と生活習慣病予防に目を向けられる取り組みとなっています。



●活動の成果、今後の課題

生徒の感想として、参加して期待通りだったと約8割が回答、作った料理を家でも作ってみたいと思う生徒は約5割でした。

義務教育を終えた高校生は、将来に向け自己管理能力を身につける大切な時期のため、対象を女子生徒にも広げられると、さらに充実した事業になるのではないかと考えています。

〈取組項目：高校における食育の充実〉

〈取組場面：学校〉

まんずまんずクッキング

岩倉市、食生活改善推進員

●実施時期：奇数月 第3木曜日 ●対象者：まんずまんずクッキング会員（男性の自主グループ）

●内容

岩倉市には、男性だけの料理教室グループ「まんずまんずクッキング」があります。

このグループは、男性が料理を作る楽しさ・面白さを味わいながら、それを他の男性にも伝え、食に興味のある男性同士、交流を深めています。

現在、男性会員数は13名で、年間8回（定例6回、地区活動2回）の活動に管理栄養士や食生活改善推進員が料理講習の支援をしています。



●活動の成果、今後の課題

男性向けに旬の野菜を使った簡単料理を紹介し、男性の食への関心を高め、仲間作りにもつながりました。

反面、男性会員の高齢化に伴い、会員数の減少が課題です。

今後もPRに努め、会員数を増やしていく必要があると思います。



〈取組項目：青年期以降における健全な食生活の実践の支援〉

〈取組場面：地域〉

青年講座（バランス・アップ）

刈谷市

- 実施時期：平成27年1月～3月 毎週木曜日
- 対象者：市内在住、在勤または在学の18歳～39歳
- 内容

青少年に多様な学習・体験活動の機会を提供し、生涯学習の推進、指導者の養成などを目的として年4回連続講座を行っています。

今回は、心と体のバランスをキープしよう！をテーマに心のバランスを整えるセラピー・ヨガ、体のバランスを整える栄養法や簡単なバランス食の作り方などを組み合わせて講座を開催しました。最初に生活習慣、及び食生活チェック表を用いて現状分析と課題を見つけ、中間チェックを経て最終的にどのくらい改善できたか確認しました。

（11人参加）



- 活動の成果、今後の課題

現在の生活習慣と食生活を、表で見える化した事により、改善策や成果を容易に理解する事ができました。また、個々に合った1日分の食事の適量、食材や調理方法を工夫する事でカロリーを低く抑えられる事などを学ぶ事ができました。

青年講座の一環として行うため、様々な体験の一つとして、食に関する講座を取り入れていきたいと思えます。



〈取組項目：青年期以降における健全な食生活の実践の支援〉

〈取組場面：地域〉

妊婦さんの栄養教室

安城市

- 実施時期：通年
- 対象者：市内在住の妊婦及びその家族
- 内容

調理のデモンストレーションの見学とグループワークを行いながらの講義で、妊娠期の栄養バランスのとれた食事についてと、貧血予防について学ぶ教室です。グループワークの後には調理デモで作り方を学んでいただいた献立の試食もしていただけます。妊婦の方に、気軽に楽しく参加していただけるような教室になるように配慮しています。

- 活動の成果、今後の課題

参加者の事後アンケートでは、教室への満足度が「大変満足」と「満足」と回答した方の割合が96.5%という結果になり、教室に参加された方からは良い評価をいただきました。

ただ、教室の参加者の人数が少ない傾向なので、参加者数を増加させるための工夫が必要な状況です。



〈取組項目：「妊産婦のための食生活指針」の推進〉

〈取組場面：地域〉

健食健口（けんしょくけんこう）教室

愛西市（地域包括支援センター）

- 実施時期：平成27年9月から3月の間に8回コースを2クール
- 対象者：二次予防事業の対象者把握事業で把握された二次予防事業対象者（介護予防事業における要介護状態・要支援状態にはないが、そのおそれがあると考えられる65歳以上のもの）

●内容

低栄養状態にある方、口腔機能の低下がある方を対象に、元気な生活を送るために必要な「食べること」を通じて介護予防を行ないました。管理栄養士による栄養講座や歯科衛生士による口腔ケアなど、仲間と一緒に楽しく学んでいただくことができました。



●活動の成果、今後の課題

地産地消を考慮したメニューの提案を行い、身近な素材を使用した簡単料理を紹介したことにより、料理に関心を持つ方が増え、バランスのとれた食事に気をつけていただくことができました。

口腔機能の内容（講話や実習）も同日に実施しているため、食事と口腔の働きを理解していただけました。

〈取組項目：高齢期における食による健康維持の推進〉

〈取組場面：地域〉

介護食教室

西尾市

- 実施時期：平成26年10月30日
- 対象者：市内在住、在勤者

●内容

市内在住の24名が参加し、介護食って難しい？介護食ってどうやって作るの？などの悩みを栄養士の先生に教えていただきながら学びました。

また伊那食品工業の担当者により、介護食に使われる寒天についても学びました。



●活動の成果、今後の課題

まだ介護食と関わっていない方、実際に介護食を作っている方など参加者で必要とする内容が違うため、今後はみんなに満足いただける内容を考えなければならないと思います。

また実際に作ってみたいという方が多かったです。

〈取組項目：高齢期における食による健康維持の推進〉

〈取組場面：地域〉



(2) 生活習慣病や過度な痩身等の予防

生活習慣病を予防するため、若年期からのメタボリックシンドロームや思春期からの過度な痩身について、食生活の改善や歯の大切さなどの食の視点を中心に予防対策を推進しました。

よくかんで 食べ過ぎを防ごう！

半田市立宮池幼稚園 (愛知県国公立幼稚園長会)

●実施時期：平成 27 年 1 月 15 日

●対象者：幼稚園児 保護者

●内容

本園の 4 歳児 (39 名) とその保護者を対象に歯科指導を実施しました。園児には最初に染め出しをし、歯の磨き方を教えてもらいました。

その後、保護者向けに、おやつとり方、規則正しい食事、寝る前に食べたり飲んだりしない、よくかんで食べることの必要性等について話をさせていただきました。

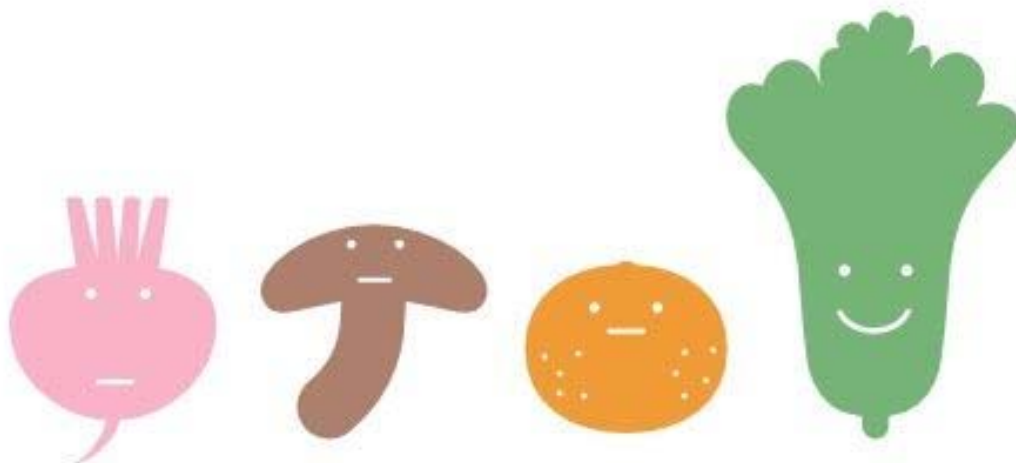
●活動の成果、今後の課題

歯科医から直接歯磨きの指導を受けた後、歯を磨くこと・よくかんで食べることが子どもの生活の自立につながるということを聞き、母親自身が意識して食生活の在り方を考えるよい機会となりました。



〈取組項目：子どもの肥満予防等の推進〉

〈取組場面：保幼〉



「お口の体操1.2.3」『しっかり歯磨き』

豊根村立杉の子保育園

●実施時期：通年 ●対象者：お口の体操・年長中児 歯磨き・全園児

●内容

食べ物を噛めない子・口にちょっとしか食べ物を入れられない子・いつまでも噛んでいて飲み込めない子が多いので、食前に唇・アゴの体操・唾液の分泌などを良くする体操を毎日行っています。

歯磨きについては、3歳未満児は、保育士が全員に仕上げ磨きを行い、3歳以上児は、保育士と一緒に磨いています。週に1回フッ化物洗口も行っています。



●活動の成果、今後の課題

個人差があり、成果が見られる子もいますが、見られない子もいます。

何のために体操をするのかを、子供たちにどう伝えていけるか？理解した上で体操がきちんと出来るようにしていきたいと思います。



〈取組項目：歯の大切さについての子どもへの啓発活動の推進〉

〈取組場面：保幼〉

特定給食施設巡回指導

愛知県

●実施時期：通年 ●対象者：特定給食施設等

●内容

健康増進法に基づき、特定給食施設（特定多数の者に対し継続的に1回100食以上または1日250食以上提供する施設）等に対し、保健所が巡回指導を行っています。

愛知県の20～60歳代男性の約4人に1人が肥満傾向であることから、20～60歳代男性の肥満者の割合の減少を重点目標として、事業所への巡回指導の強化を行いました。

また、食生活の実態把握のためのアンケート調査も行いました。

●活動の成果、今後の課題

重点的に指導する対象を決めることで、より効果的な指導を行うことができました。

今後はアンケート調査の結果を分析するとともに、引き続き全保健所で調査を行い、指導等に活かします。



〈取組項目：職場での健康診断等に基づく食生活改善の推進〉

〈取組場面：職場〉

健康公開講座

「食事のバランス～野菜の効用とおいしく・たくさん食べる方法～」

公益財団法人愛知県健康づくり振興事業団

●実施時期：平成26年10月11日 ●対象者：一般成人

●内容

あいち健康の森健康科学総合センターでは、生活習慣病の予防に関する県民の意識を高め、実践を促せるよう、年6回の健康公開講座を開催しています。10月は、女子栄養大学・大学院食生態学研究室教授武見ゆかり先生をお招きし、「野菜の効用とおいしくたくさん食べる方法」をテーマに講座を開催しました。

武見先生による野菜摂取の効用や方法、高齢期の食事についての講義後、津下センター長との対談形式で進行しました。



●活動の成果、今後の課題

10月の講座には245人の方にご参加いただきました。

講座後に実施した参加者を対象としたアンケートでは、98.9%が「わかりやすかった」、100%が「参考になった」と回答しています。



〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：地域〉

糖尿病予防プチ講座

碧南市

●実施時期：平成26年5月30日、6月27日、7月24日 ●対象者：市民

●内容

平成26年5～7月に市内在住の血糖値高めの方を対象に3回コースの講座を開き、医師による糖尿病の講話・生活習慣チェック、栄養士による食事療法の講話と糖尿病食の試食、保健師による運動療法の講話、健康運動指導士による運動実践、歯科衛生士による糖尿病と歯周病との関連の講話等を行いました。



●活動の成果、今後の課題

参加者の満足度は高く、生活習慣・食習慣を見直す意欲が見られ、間食や夜食・糖分を含む飲料を控えるなどの改善が見られました。

また肥満傾向の見られる参加者のうち、5割が体重の減量に成功しました。

〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：地域〉

(3) 食の安全に関する信頼の構築

食の安全に関する正しい知識と理解を深め、安心して健全な食生活を実践できるよう、食品表示や食品の安全性確保のための対策などについて、情報の提供や意見交換などを行い、食の安全に関する信頼の構築に取り組みました。

高校生向けの食品表示研修会の実施

愛知県

●実施時期：平成27年3月3日 ●対象者：高校生

●内容

愛知県では、県職員が無料で集会などの場に出向き、県政の様々な分野について分かりやすく説明する「県政お届け講座」を行っています。食育推進課では、この取組みの一環として、「知っていますか？正しい食品表示」と題し、豊橋東高等学校の生徒の皆さんに、食品表示に関する講座を実施しました。

講座の中では、写真を利用して、実際の青果店店頭やお菓子の表示状況を示しながら、食品表示に対する理解を深めました。

●活動の成果、今後の課題

普段何気なく見過ごしがちな食品の表示ですが、食品を選ぶにあたって参考となる情報が沢山含まれています。

今後も、食品表示について、理解が深まるような取組みを行いたいと思います。



〈取組項目：食品表示の適正化の推進〉

〈取組場面：学校〉

現地見学型リスクコミュニケーション

コカ・コーライーストジャパンプロダクツ株式会社 東海工場、愛知県

●実施時期：平成26年8月13日 ●対象者：県内在住の親子10組23名

●内容

生活衛生課では食の安全に関する正しい知識を深めてもらうため、親子参加型の工場見学を実施しています。今年度は、県内の製造工場に御協力いただき、飲みものができるまでを見学しました。

ペットボトル入り清涼飲料水等の製造ラインを見学し、食品製造施設が行っている安全な食品を製造するための取組について学習しました。また、官能検査及び手洗いの方法について体験しました。

官能検査は、用意されたジュースがどの製品かをクイズ形式で体験しました。

手洗いの方法では、実際に手を洗い、洗い残しの有無について手洗いチェッカーを用いて確認しました。

●活動の成果、今後の課題

実際に製造現場を見ることで、食に対する知識や理解を深めることができました。また、普段は行わない官能検査や手洗い後のチェックを体験することで、楽しく学ぶことができました。

参加者からは「製造者の苦労がわかった」、「意見交換会で、いろいろな人の質問があり、更に知識が増えて良かった」といった感想をいただきました。



〈取組項目：食の安全に関する情報提供や意見交換〉

〈取組場面：地域〉

自主衛生管理相談員研修会

一般社団法人愛知県食品衛生協会、愛知県

●実施時期：平成26年7月8日

●対象者：食品衛生指導員

●内容

生活衛生課では、優れた衛生管理システムである HACCP の導入を推進するため、講習会や委託事業を継続的に実施しています。

平成26年度についても、一般社団法人愛知県食品衛生協会に委託している食品衛生相談事業において、食品衛生指導員を対象とした HACCP 研修会の講演依頼があったことから、HACCP の基本的な考え方や HACCP の7原則12手順、危害分析や重要管理点の設定等について説明を行いました。

●活動の成果、今後の課題

愛知県では HACCP に基づく工程管理を導入し、一定水準以上の衛生管理が認められた施設に対し、「愛知県 HACCP 導入認定施設」として認定しています。

この研修会では、HACCP システムとは何かという基本的な話から始まり、特に厳重に管理する必要がある工程の決定方法等について説明しました。

研修会の受講者は受講後、HACCP に関する一定の知識を有する食品衛生指導員として県内の食品事業者に対する助言指導を行い、HACCP の考え方を推進していく役割を果たすことになります。

今後も継続的に研修会を開催し、HACCP の導入を一層推進していきたいと考えます。



〈取組項目：安全に関する自主管理と情報開示の促進〉

〈取組場面：職場〉

福祉医療公開講座「介護と食」

一般社団法人愛知県薬剤師会

●実施時期：平成26年10月26日

●対象者：県民

●内容

一般県民を対象に、名古屋駅前のウインクあいち大ホールで公開講座を開催しました。

メイン講師に服部幸應氏を招いて、介護に関する食についてご講演いただき、当会常務理事によるシリーズ6回目となる「薬剤師が話す食育の話」を食の機能について分かりやすく解説したスライドを用いて講演しました。

また、栄養のバランスやメタボ対策、食材の分類から考える「薬食同源」について解説したプリント「食育早見表」を配布しました。

●活動の成果、今後の課題

「薬と健康の週間（10月17日から23日まで）」に合わせて本会が毎年開催する公開講座で、シリーズ6年目となった「薬剤師が話す食育の話」。

継続して実施することにより、食育に関心を持っていただくことを目標としてきましたが、具体的にどのような成果が得られたかについて今後は検討していきたいです。



〈取組項目：食品と医薬品との相互作用に対する普及啓発〉

〈取組場面：地域〉