

Ⅱ 平成 27 年度の主な取組の状況

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。

ここにご栄養相談

豊橋市

●実施時期：年 4 回

●対象者：未就園児の保護者等

●内容

豊橋市からの呼びかけで、豊橋市内の子育て支援施設の常設型子育てひろばに参加する保護者から、乳幼児の栄養相談を受けています（管理栄養士）。

子どもを遊ばせながら、栄養士から指導が出来るため、保健センター等にわざわざ電話するほどのこともないけれど、なんとなくモヤモヤしているママたちに専門家の立場でアドバイスができ、好評です。

●活動の成果、今後の課題

相談者からの質問に答えるだけでなく、常設型子育てひろばに来ているママたちにも積極的に話しかけ、悩み事や気になっていることを聞いています。アドバイスを実践して、次の開催日にわざわざ報告に来る方もいて、市民のお役立ちに一役かっています。



〈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：地域〉



朝食にプラスワン（乳幼児健診、集団教育）

稲沢市保健センター

- 実施時期：4か月児健康診査及び1歳6か月児健康診査時
- 対象者：4か月児健康診査及び1歳6か月児健康診査対象児の保護者

●内容

平成26年度実施のアンケートで、朝食の喫食率が90%程、食事内容が主食・副菜・主菜が不十分な食事の方の割合が85%以上という結果から、乳幼児をもつ保護者に、朝食の大切さと簡単にバランスよく食べる具体的な方法を啓発するため、健診の受付の前に、パネルに料理カードを貼り、包丁や鍋やコンロを使わずにすむ簡単な、今の食事にプラスワンできるアイデアを「幼児期の食事のポイント」の資料を配布しながら、紹介しています。



●活動の成果、今後の課題

健診受付前のにぎやかな待ち時間に実施していますが、話が始めると注目して聞いていただいています。プリントを配布して事後相談時に個別対応できることもあります。

今後、健診アンケートを集計し、教育の効果を3年計画で評価していきたいです。

〈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：地域〉

保護者及び乳幼児の朝食での野菜摂取について問診

大府市

- 実施時期：平成27年6月～
- 対象者：4か月の保護者、1歳6か月、3歳児健診対象者

●内容

乳幼児健診時の問診項目に市独自項目として朝食での野菜摂取について追加しました。

平成27年度は問診の集計及び分析をしました。

平成28年度より3歳児健診時に保護者へ朝食での野菜摂取について、集団教育を行う予定です。

●活動の成果、今後の課題

保護者や乳幼児の朝食での野菜摂取状況が把握できました。

4か月児保護者 朝食でほぼ毎日野菜を食べる
父：16.2% 母：21.8%
朝食でほとんど野菜を食べない
父：56.3% 母：45.0%

児 朝食でほぼ毎日野菜を食べる
1歳6か月児：31.8% 3歳：17.0%
朝食でほとんど野菜を食べない
1歳6か月児：32.0% 3歳：47.1%

保護者も乳幼児も朝食で野菜を食べていないので、改善に向けた啓発が必要です。



〈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：地域〉

学校で使用する食育教材「愛知の伝統料理」の開発

愛知県栄養教諭・学校栄養職員研究協議会

●実施時期：平成27年度

●対象者：愛知県内栄養教諭・学校栄養職員研究協議会会員

●内容

本協議会の研究テーマのひとつに、「食文化を伝承しよう」があります。そこで、本年度は「愛知の郷土料理」の教材を作成しました。

地域の歴史や料理の由来、材料や作り方を掲載し、古くから伝わる味や食材など、自分たちが暮らす地域に目を向けることにつながればと考えました。

児童生徒の学習教材としてだけではなく、食育講演会や家庭・地域への通信（たより）への活用も図りました。



●活動の成果、今後の課題

授業では、初めて見たり聞いたりする料理もあったようですが、季節や地域の行事と関係の深い料理や赤みそ（豆みそ）の文化など、愛知県の豊かな食文化を知る学習となりました。

給食試食会では、愛知の食文化を家庭の食卓で伝承する大切さ啓発しました。今後は、家庭や地域との連携を深める教材についても研究したいと考えています。



〈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〉

愛知県産の新鮮な魚を使った親子料理教室

高浜市こども育成グループ翼児童センター

●実施時期：平成27年8月29日

●対象者：翼児童センター利用の親子

●内容

高浜市では、こども食育推進協議会を中心に食育を推進しており、児童センターでも積極的にクッキング教室を行っています。

今回、子どもたちにあまり親しみのない魚を楽しく料理しておいしく食べてもらおうと、漁業士の協力を得て、教室を企画しました。

タコを丸ごと1匹ぬめり取りしてタコ飯にしたり、アナゴを背開きして煮付けや天ぷらにしたり、イワシの手開きやヤリイカ、ガザミの処理など親子でさまざまな体験ができました。



●活動の成果、今後の課題

通常の教室は、子どもだけの参加で、親は話を聞くだけでした。

今回親子で同じ体験をしたことで、教室中だけでなく家庭でも親子共通の話題となりました。また、普段見えない両親の頑張る姿は、子どもの心に素敵な思い出として記憶されたと思います。

今回のように専門家の協力を得られれば継続できると思います。



〈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〉

「男子厨房に入ろう」修了者と「まんずまんずクッキング」との交流会

岩倉市、食生活改善推進員

●実施時期：平成27年6月18日 ●対象者：市民（男性）

●内容

岩倉市で開催する「男性の栄養教室（男子厨房に入ろう5回シリーズ）」修了者の受け皿として、「男子厨房に入ろう」修了者と男性だけの料理教室グループ「まんずまんずクッキング」との交流会を行いました。

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、交流を深めている男性だけの料理教室グループ「まんずまんずクッキング」で学んだ調理の指導を行い、調理に興味を持った男性グループの方との交流を通して仲間づくりを行いました。



●活動の成果、今後の課題

会員と同年代の男性が集まっていることから、参加者も緊張することなく、気軽に参加してもらうことができ、「まんずまんずクッキング」の会員になってもらうことができました。

保健センター事業（講演会など）にも自主的に参加し、食や健康に興味をつなげることができました。

〈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〉

ぐっと健康！社食ランチツアー

尾張旭市

日立オムロンターミナルソリューションズ株式会社
パナソニックエコソリューションズ株式会社

●実施時期：平成27年10月、12月 ●対象者：市内在住、在勤、在学の方

●内容

社員の健康に配慮したランチを提供している企業の見学、ランチ試食や社員に対する健康の取組紹介を通して、参加者の健康づくりの参考としてもらうことを目的として、「ぐっと健康！社食ランチツアー」を実施しました。



●活動の成果、今後の課題

市内企業の社員への食を通じた健康づくりの取組を通して、参加者の食生活を見直すきっかけを作ることができました。参加者からは、「保健師さんの説明も丁寧でわかりやすかった」「メニューレシピも置いてあり、自由に持ち帰ることができたので、自宅で作りたい」といった意見がありました。



〈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〉

野菜を食べようプロジェクト「野菜たっぷり!!ヘルシーメニュー」

知多市

●実施時期：通年 ●対象者：市民

●内容

知多市は、県や全国と比較して血糖が高い方の割合が多いことが分かっています。

そこで、平成27年度より市内飲食店において「野菜たっぷりヘルシーメニュー」の提供をはじめています。これは、1食あたりの野菜使用量、エネルギー、塩分量が認定基準を満たすもので、外食においても健康を意識したメニューの選択が可能となります。

平成27年度は市内8店舗のメニューが認定され、詳細は市ホームページにて掲載されています。



●活動の成果、今後の課題

市民の方々のみならず、飲食店の方に対しても健康に関する意識向上につながったと思われます。しかし、ヘルシーメニューの認知度はまだ低く、また実際に食べた方へのアンケートは実施していませんので、今後はそのような事柄についても検討し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〉

男性健康づくり料理教室

東浦町保健センター

●実施時期：平成28年1月～3月 ●対象者：町内在住の男性

●内容

高齢化社会が進み、核家族が増加する中、独居老人や高齢者夫婦のみの世帯も増加しています。

そのため、教室の中では調理の基本と食について少しでも関心をもってもらえるように「食べ物の旬について」や「自分の食事の適正量」などについても講義を行い、自分や家族のために実際に料理を作って食べることができるよう進めていきました。

●活動の成果、今後の課題

教室後に家で復習して作っている方も多く、家族に喜んでもらった、等の感想が聞かれました。参加率も高く、ほとんどの方が皆勤で教室を終えることができました。

ただ、教室が隔週の全6回で慣れてきた頃に終了してしまうため、教室終了者で作っている男性料理同好会に参加を促し、引き続き料理に関心を持ってもらえるような体制づくりをしています。



〈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〉

プレママ栄養コース

知立市

●実施時期：通年

●対象者：市民

●内容

妊娠期の食に関する正しい知識を身に付け不安の軽減を図り、また仲間づくりの機会とし、心身ともにより健康的な生活が送れるよう支援するため、また、本人だけでなくその子どもや家族が正しい食習慣を身に付けられるよう支援するため、パパママクラスのスマイルパパコース、楽しい子育てコースに今年度からプレママ栄養コースを新たに追加しました。

プレママ栄養コースは、ママの食事についての話、妊娠中・産後にお勧めのおやつ作り体験、交流会を行いました。



●活動の成果、今後の課題

日時：6月12日 参加人数：8名

日時：9月10日 参加人数：7名

日時：1月19日 参加人数：14名



〈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〉

(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。

メタボリックシンドローム予防のための料理教室

岡崎市

●実施時期：平成28年1月28日、2月18日

●対象者：一般市民

●内容

市民を対象としたメタボリックシンドローム予防のための料理教室を実施しました。実施にあたり、岡崎市国民健康保険の健診結果で、予防に取り組んでいただきたい30歳以上のかたには、個別に案内通知を送付しました。参加者で健診結果に異常値があるかたには、当日個別に声掛けを行い、生活習慣改善の動機づけをしました。



●活動の成果、今後の課題

定員を超える申し込みがあり、また参加者からは「講義・調理・試食という体験を通すことで、薄味・必要量などを実感できた」「家で作った」「野菜摂取量が増えた」などの声をいただいています。

国保加入者に個別案内通知をしましたが、参加が少ないため、魅力的な勧奨通知を行うことが今後の課題と考えています。



〈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：地域〉

健康づくり提唱のつどい～野菜を食べよう2015～

公益社団法人愛知県栄養士会

●実施時期：平成27年8月30日

●対象者：県民

●内容

栄養士会では、県民の健康づくりを進めるため、食育推進活動を行っています。平成26年度に野菜摂取推進委員会を立ち上げ、野菜摂取増加に向けた取り組みを始め、平成27年8月30日には、あいち健康プラザを会場に～野菜を食べよう2015～と題し健康づくり提唱のつどいを開催しました。

野菜や健康に関する講演と展示ブースでは、栄養相談、野菜クイズ、野菜折り紙、野菜レシピ試食、おなか元気ミニ講座、パネル展示等を行いました。



●活動の成果、今後の課題

会場は満席で皆さん熱心に聴講されていました。展示ブースでは、特に野菜レシピの試食コーナーに列ができました。野菜折り紙やクイズコーナーは親子連れが楽しみながら参加されていました。大勢の方に野菜や健康について知識啓発を行うことができ、今後も野菜摂取を始めとする食育推進活動を進めていきます。



〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：地域〉

平成27年度 愛知県歯科医師会 食育推進研修会

一般社団法人愛知県歯科医師会

●実施時期：平成28年3月10日

●対象者：愛知県歯科医師会会員及び診療所スタッフ

●内容

生涯おいしく楽しく食べるためには、歯や口が健康でよく噛んで飲み込めることが重要です。愛知県歯科医師会では歯科診療および学校歯科保健の現場で役立つ、食育最新情報を知ることが目的として今回、会員向け研修会を企画しました。

講演「そうだったのか食育 ～歯科医師に役立つ食育最新情報～」
講師 東海学園大学健康栄養学部 准教授 中出美代先生



●活動の成果、今後の課題

生涯にわたって安全で快適な食生活を営むためには、栄養のバランスをとりながら、しっかり噛むことであり、それを通して味わい深く、心豊かな人生を営むことを目的とした食育を推進する必要がある。

このため、会員およびスタッフを対象とした研修会を開催し、食育の大切さを学び、県民への啓発に繋がりたいと考えています。

〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：職場〉

蟹江町民まつり「活き生き元気コーナー」

蟹江町保健センター

●実施時期：平成27年10月

●対象者：町民

●内容

野菜摂取を「楽しく」「自然に」「あたりまえに」と心がけていただける機会としました。「野菜博士になろう！」と題し「季節の野菜は？」「プラス70g」等のコーナーを企画し、野菜摂取意識向上を図りました。国民栄養調査結果を表示したところ、男性にも目を引くものとなっていました。全年齢の方が参加され、親から子へ伝えたり、子が習ったことを話したり、友人どうし考えたり、畑の経験を楽しそうに語ってくださる方もあり、食に関し共に考え、日常を思い返したりする楽しい経験となりました。



●活動の成果、今後の課題

コーナー参加者は750名であり、多数の参加、笑顔がみられ良かったです。参加型の企画は、考える機会を提供することができ、日頃自らが学んでいることや経験を表出することができるため自己確認の効果があつたと考えます。今後も町民意識が入り込める企画を取り入れていくことが大切です。



〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：地域〉

(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。

食品表示法説明会

愛知県健康福祉部保健医療局健康対策課、生活衛生課、農林水産部食育推進課
名古屋市、豊橋市、岡崎市、豊田市

●実施時期：平成28年1月21日

●対象者：県内の食品関係事業者及びその関係事業者

●内容

平成27年4月1日に施行された食品表示法及び食品表示基準について理解を深めていただき、適正な食品表示がなされるように、県内の食品関係事業者及びその関係事業者を対象とした説明会を開催しました。説明会には600名以上の方に参加していただき、食品表示法と食品表示基準の説明の後、事前に受け付けた質問について回答しました。



●活動の成果、今後の課題

半数以上の方から理解が深まった旨アンケートの回答をいただき、食品関係事業者等の方の食品表示に対する理解を深めていただくことができました。今後も食品表示に関する理解を深めていただくため、適宜、食品表示法についての説明会を開催していきたいと思えます。



〈取組項目：食品表示の適正化の推進〉

〈取組場面：地域〉

正しい知識でノロウィルスをやっつけよう！

愛知消費者協会 名古屋支部

●実施時期：平成28年1月18日 ●対象者：市民(会員)

●内容

名古屋支部では、この時期に発生し、流行が拡大する可能性が高いノロウィルス食中毒や感染症胃腸炎を正しい知識で予防し、日常生活に活かしていただきたいとの思いで取り組みました。

名古屋市中央卸売市場内食品衛生検査所と連携し、「正しい手洗い」「効果的な消毒方法」「感染者のおう吐物の適切な処理」を実習を交え学んでもらいました。

●活動の成果、今後の課題

食の安全とは、食品のみにとどめず、調理者、調理方法、食べる人それぞれが正しい知識を身につけて初めて安全ということができると理解できました。



〈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〉

岩倉市食育シンポジウム『い・わ・く・ら』で始める 食が育む豊かな心！

岩倉市

●実施時期：平成27年7月8日 ●対象者：食品衛生指導員

●内容

来場者に「食の大切」や「食べる健康づくり」、「食への感謝」などを伝えるとともに、食育で豊かな心を育むことを目的として開催しました。

プログラム：第1部…「奇跡のりんご」のモデル木村秋則氏と木村さんの自然栽培りんごで冷製スープを開発した「レストラン山崎」の山崎隆シェフによる対談形式の講演。

第2部：岩倉市食育推進計画の概要説明

第3部：教育や農業関係者、子育て世代の親等を交えたパネルディスカッション。

●活動の成果、今後の課題

市内外を問わず、たくさんの方に参加していただきました。

また、岩倉市食育推進計画を周知することができました。

また、「奇跡のりんご」のモデル木村秋則氏と木村さんの自然栽培りんごで冷製スープを開発した「レストラン山崎」の山崎隆シェフによる講演会を行った事により、食の安全に関して参加者の意識の向上に寄与することができました。



〈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〉