

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 赤穂健康福祉事務所

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<ul style="list-style-type: none"><li>管内においては、糖尿病を原病とする人工透析患者の割合や要介護者の糖尿病有病割合も高く、女性の腎不全が多い地域である。40～65歳においては、メタボリックシンドローム該当者が兵庫県に比較して多く、血糖や脂質コントロールのための薬を服用している者も高い傾向がある。また、事業所給食を利用する方の肥満率が20%を超えていることから、働き世代への健康教育・食生活の改善のアプローチが必要。</li><li>働き世代が食生活を見直せるよう、事業所給食において、主食・主菜・副菜を組み合わせたバランスの良い食事の提供から、適切な食品の選択や情報等の入手ができる食環境づくりの整備が必要である。</li><li>事業所給食の食環境づくりを促進するために、事業者と給食受託会社に従業員（働き世代）の食育の取組みについて理解してもらう必要がある。また、地域で活動する栄養士が少ないことから、地域活動栄養士と連携しながら食育活動を進めることで、支援・連携体制の充実を図る。</li></ul>
今年度の推進方策	<ul style="list-style-type: none"><li>生活習慣病の発症と重症化予防に向けた食育推進</li><li>働き世代の健康に配慮した食環境整備</li><li>食育活動を推進するための栄養士連携体制の充実強化</li></ul>
成果	<ul style="list-style-type: none"><li>会議の構成機関・団体間で管内の食育推進課題、コロナ禍における食育活動の取組み状況について工夫点を含めた情報共有を図った。</li><li>働き世代の食育に係る実態や課題ニーズ等を把握することができ、環境の整備に向けた基盤づくりに繋がった。</li><li>地域活動栄養士との連携により、対象者に向けて適切な食習慣や食品の選択について啓発することができた。</li></ul>
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none"><li>国、県及び各市町食育推進計画に基づいた重点的な取組みの促進</li><li>地域課題を関係機関・団体と共有し、連携による取組を充実させる。</li></ul>

### 2 会議の開催状況

実施日時	令和4年11月15日（火）14:00～15:30
参集者 (団体数 及び人数)	赤相栄養士会、相生商工会議所、上郡商工会、相生市（子育て元気課・農林水産課）、赤穂市（保健センター・農林水産課）上郡町（健康福祉課・農林振興課） 計9名
協議内容	報告・情報提供 ①令和3年度健やか食育プロジェクト事業について ②兵庫県第4次食育計画について ③ひょうご栄養食生活実態調査について 協 議 ①令和4年度健やか食育プロジェクト実践活動について ②各機関・団体における食育の取組みと課題について
今後の方策	関係機関・団体における食育の取組み状況や課題等の共有を図り、ポストコロナに向けた食育の効果的な推進方法等について検討していきたい。また、会議では中小企業等で働く方の食生活の課題についても検討されたので、ターゲットを絞った効果的な食育を進めたい。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

### 3 食育実践活動の結果

テーマ	今からでも遅くない！見直そう、働き盛りの食生活！ ～地域で取組む食育活動を目指して～		
対象及び参加者数	働き盛り世代～モデル事業所従業員：31名他 管内地域活動栄養士：2名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	令和4年 10月18日(火) 10:00～11:30 赤穂健康福祉 事務所相談室	地域活動栄養士会に地域課題と管内での食育の取組みについて説明し、共通認識を図った。 講話：①第4次兵庫県食育推進計画 ②当事業内容について ・管内の健康課題について ・モデル事業所について ・実践活動について (モデル事業所での食育活動) 意見交換：栄養ワークショップについて	地域活動栄養士会2名 赤穂健康福祉事務所
	令和4年12月 ～令和5年3月 アース製薬(株) 坂越工場	モデル事業所の社員食堂の食卓テーブルとカップ麺自販機にて、食育媒体の設置。 媒体：①地域活動栄養士作成ポップ(食事のバランス・野菜・朝ご飯) ②「ポスター」(はばたんチャレンジ)	地域活動栄養士会2名 赤穂健康福祉事務所
	令和5年 1月23日(月) 11:00～11:40 アース製薬(株) 坂越工場	モデル事業所従業員にハイブリッド型健康教育(会場14名・WEB17名) 講話：①食生活のポイント(食事のバランス・野菜・朝ご飯) ②栄養成分表示の活用法	地域活動栄養士会2名 赤穂健康福祉事務所
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>働き世代の食への意識や食生活とその課題等の実態から、食環境整備を促進していくためのニーズやアプローチ方法等を把握できた。</li> <li>卓上ポップやポスターで食堂利用者に食事で気を付けるポイントについて広く周知し、ハイブリッド型健康教育では実践方法などを詳しく伝えることができた。</li> <li>ハイブリッド型にすることで、モデル事業所の別工場にも配信することができた。</li> <li>地域活動栄養士と地域の課題を共有し、連携することができた。</li> <li>HYOGOアサ@プロジェクトを周知できた。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>卓上ポップをパーテーションに設置(50枚/117席)</li> <li>ハイブリッド型健康教育参加者の満足度(満足・やや満足：52%、普通：42%)</li> <li>今後も実践活動に関わりたい(地域活動栄養士2人/2人)</li> </ul>		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> <li>従業員食堂等の食環境整備をするため、管内事業所の理解を深め、連携体制を促進する。</li> <li>働き世代の健康課題に合わせた、ターゲットを絞った健康教育。</li> <li>地域活動栄養士との連携を強化し、新たな人材の発掘に取組む。</li> </ul>		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

## 今からでも遅くない。見直そう、働き盛りの食生活！ ～地域で取組む食育活動を目指して～

### 令和 4 年度の取組み

食べ過ぎや運動不足がメタボにつながったり、忙しいことを理由に簡単な食事に偏ってしまったり、働き世代こそ食生活を見直す、とても大切な時期と言えます。

日常で健康を意識する機会が少ない、働き世代を対象に取組みを進めました。

地域の課題として・・・

管内では糖尿病や糖尿病を原病とする透析患者や女性の腎不全が多い地域です。また、メタボリックシンドロームの方が多く傾向にあります。

### 健やか食育推進会議

兵庫県第 4 次食育計画の重点課題と地域の健康課題を共有し、今年度から始まる働き世代への食育の理解を深めるため、食育推進会議を開催しました。対面での開催とし、活発に情報交換されました。

【参加者】赤相栄養士会、相生商工会議所、上郡商工会、相生市、赤穂市、上郡町、当所(計 13 名)

- 【内 容】
- ・兵庫県第4次食育計画について
  - ・健やか食育プロジェクト実践活動について
  - ・各機関・団体における食育の取組みと課題
  - ・今後の団体同士の連携について



SNS を活用して食育活動を実施しました！

円心モロどん(モロヘイヤうどん)の PR のため、LINE を活用したスタンプラリーを開催しました！



健康診断の結果を返すタイミングに健康に関する媒体を配布しています！

小学生を対象に「朝ごはん」をテーマに標語を募集しました！

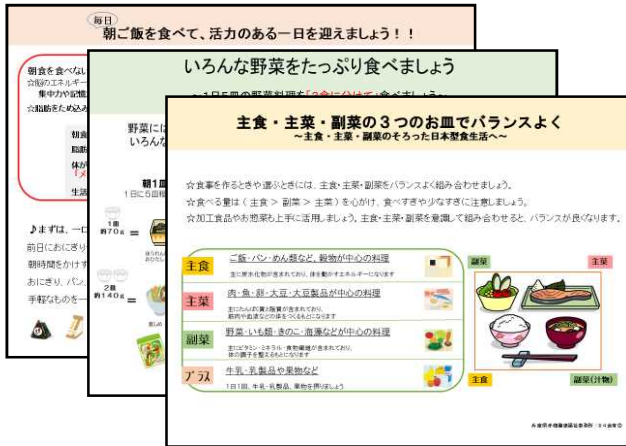
中学生に食育事業を実施できました！生の声を聞いて活動の励みになりました！

参加機関・団体から今年度の活動について報告いただきました。コロナ禍でも SNS 等も活用しながら工夫して活動を進められている様子が分かりました。また、従業員食堂のない会社の昼食にも課題がありそう！とのご意見や、来年度はどのような取組みをしようか？など他団体との連携についても積極的な様子がうかがえました。

## 食育実践活動

地域活動栄養士会 2 名にご協力いただき、モデル事業所従業員食堂で配布する卓上ポップとポスターを作成しました。

“食事のバランス”“野菜の摂取”“朝食を食べよう”等の媒体を作成し、食事の見直しについて啓発しました！

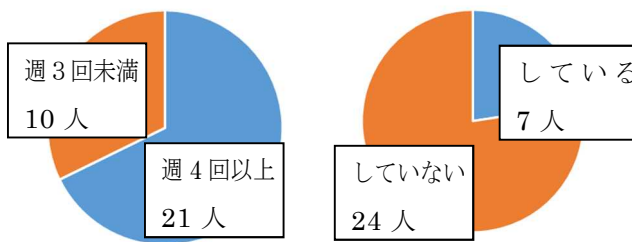


モデル事業所にてハイブリッド型健康教育を開催しました。

会場 14 名、WEB17 名の予定より多くの方が参加してくださいました。

地域活動栄養士の 2 名が講師となり、食生活のポイントと栄養成分表示の活用法について話されました。実践的な内容も含み栄養士を身近に感じていただけたと思います。

参加者の朝食習慣 栄養成分表示を参考にしているか



参加者の特徴として、朝食を習慣的に食べていない(週3日以下)人の割合が3割以上、栄養成分表示を参考にしていない人の割合が8割という結果が出ました。

今後も継続的な事業者へのアプローチと健康教育の必要性を感じるとともに、対象者の課題解決につながる効果的な事業展開を検討していきます。

### 地域活動栄養士の感想

働き世代への講話もハイブリッド型も初めてでしたが、良い経験となりました！

食生活はひとりひとり違います。参加者に合ったお話をすることが大切だと改めて実感しました！また、関わりたいです。

