

(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 洲本

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<ul style="list-style-type: none">・淡路圏域では心臓の疾患による死亡率(SMR)が国・県より高い。・平成28年度ひょうご食生活実態調査より、淡路圏域の20歳以上男女における野菜摂取量は226.9g、食塩相当量の摂取量は9.2g/日(1000kcalあたり食塩相当量摂取量は5.6g)である。野菜摂取量は全県平均値275.4gより低く、目標量(350g以上)に達していない。また、食塩相当量についても、全県平均値(5.2g/1000kcal)より高く、目標値(8g/日)に達していない。・若い世代(働き盛り世代)は、自身の健康状態を振り返ったり、適正な食事量を見直す機会が少ない。・関係機関の働き盛り世代へ食育推進の連携強化が必要である。
今年度の推進方策	<ul style="list-style-type: none">・働く若い世代(働き盛り世代)をターゲットに生活習慣病予防の視点で事業を推進する。・心臓疾患(心臓病、心不全、急性心筋梗塞など)を食事から予防できるよう、適量、減塩、野菜摂取を意識した事業を推進する。具体的には、栄養士が配属している病院や社会福祉施設等では、既に減塩食の提供が行われているなど栄養管理がなされているため、そのノウハウを地域へ普及できるよう試みる。
成果	<ul style="list-style-type: none">・事業所における食育事業(料理コンテストの応募レシピを料理カードにして行ったグループワーク、レシピ配布等)の実施を通じて、参加従業員全員が「働き盛り世代からの食生活の重要性」「バランスの良い料理の組み合わせ」「1日あたりに必要な野菜量(約350g)の分量」「減塩の具体的方法」を理解することができた。
今後の方向性	<ul style="list-style-type: none">・今年度介入した事業所のみならず、他の事業所・対象者にも生活習慣病予防の事業を今後行うとともに、健康長寿の島づくりの一環として応募レシピの効果的な情報発信を行う。

2 会議の開催状況

実施日時	平成31年2月13日(水)15:55~16:30
参集者 (団体数 及び人数)	料理研究家、淡路労働基準協会、淡路地域産業保健センター、淡路食品衛生協会、淡路ブロックいずみ会連絡協議会(洲本市いずみ会)、淡路ブロック栄養士会、淡路ブロック給食施設協議会、淡路市健康増進課、 (8団体 計27名)
協議内容	(1) 各職域における働き盛り世代の健康状態や食習慣の課題 (2) 働き盛り世代における減塩・野菜摂取を淡路圏域で推進するために(今後の推進方法について)
今後の方策	<ul style="list-style-type: none">・生活習慣病予防のための食生活改善として、淡路圏域内の食環境整備を進めていく。

※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	働き盛り世代の生活習慣病予防の推進		
対象及び参加者数	① 淡路圏域事業所の労働衛生担当等195名(うちコーナー体験者数14名) ② 審査員(健やか食育推進会議構成員等)12名 ③ 淡路信用金庫本店社員20名 ④ 給食施設協議会第3部会(事業所・寮・受託会社)、淡路ブロック栄養士会員、健やか食育推進会議構成員27名		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	① 平成30年9月 20日(木) 13:30~16:00 洲本市民交流センター	【労働衛生・健康管理推進大会における栄養チェックコーナー】 1 体験「栄養チェックコーナー」 ・味噌汁の塩分濃度チェック ・食塩摂取チェックシート 2 展示「減塩・野菜摂取」	淡路ブロックいずみ会連絡協議会、淡路労働基準協会、健康財団淡路支部、洲本健康福祉事務所
	② 平成30年 9月26日(水) 14:00~16:00 洲本総合庁舎	【働き盛り世代のための減塩・野菜たっぷり料理コンテスト審査会】 1 審査レシピについて(説明) ① 書類審査結果の報告 ② 最終審査対象のレシピ紹介 ③ 審査ポイント ④ 表彰数 2 試食・審査 3 審査点数の集計・発表 4 審査員よりコメント 5 審査員賞の検討	料理研究家(照山美希氏)、淡路労働基準協会、淡路地域産業保健センター、淡路食品衛生協会、食の健康協力店(アミアミ+i)、淡路ブロックいずみ会連絡協議会、淡路ブロック栄養士会、淡路ブロック給食施設協議会、市健康課、公衆栄養学隣地実習生、洲本健康福祉事務所
	③ 平成31年 1月22日(火) 16:30~17:30 淡路信用金庫本店	1 講話「淡路の食生活の特徴とよりよい食生活のための秘訣」 2 グループワーク ※「食塩相当量3.0g以下、野菜使用量が120g以上の昼ご飯」の献立作成(減塩・野菜たっぷり料理コンテストの入賞レシピを活用) 3 発表・まとめ	淡路ブロック栄養士会地域活動栄養士、洲本健康福祉事務所
	④ 平成31年 2月13日(水) 14:00~16:30 淡路建設会館	【働き盛り世代への食育研修会】 1 表彰「働き盛り世代のための減塩・野菜たっぷり料理コンテスト」入賞レシピ 2 情報提供「平成28年度ひょうご食生活実態調査結果について」 3 実践事例報告「減塩・野菜たっぷりレシピを活用した取組紹介」 4 講演「本当に身体に良い食とは」	料理研究家(照山美希氏)、淡路労働基準協会、淡路地域産業保健センター、淡路食品衛生協会、淡路ブロックいずみ会連絡協議会、淡路ブロック栄養士会、淡路ブロック給食施設協議会、市健康増進課、洲本健康福祉事務所

		<p>5 意見交換</p> <p>(1)各職域における働き盛り世代の健康状態や食習慣の課題</p> <p>(2)働き盛り世代における減塩・野菜摂取を淡路圏域で推進するために（今後の推進方法について）</p>	
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・労働衛生・健康管理推進大会においていずみ会と連携して働き盛り世代（事業所）への食育活動に繋げることができた。 ・社員食堂を有する事業所での健康教育では、働き盛り世代のための減塩・野菜たっぷり料理コンテスト審査会で最終審査に残ったレシピ10品を料理カードとしてグループワークに活用することにより、参加者員が自発的に減塩・野菜たっぷりの昼食の献立を考えられるようになった。 <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・働き盛り世代のための減塩・野菜たっぷり料理コンテストにおけるレシピの応募点数(目標値：20点以上)→24点応募 ・社員食堂での取り組みに対する参加者の反応として、「普段食べている野菜や塩分の量を考えていきたい」「お野菜をもっとたくさん食べられるように工夫して料理をしていきたい」「減塩とバランスの取れた食事に気を付けたい」等が挙げた。 ・応募レシピを食育研修会にて情報提供をしたところ、給食施設より「施設内での電子掲示板にて情報提供をしたい」と反応があった。 		
今後の課題	<ul style="list-style-type: none"> ・淡路圏域における食環境整備（食物へのアクセス）における中食事業者等との連携および消費者の食の選択力向上 ・応募レシピの情報発信の効果的な方法の模索 		

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

活動① 労働安全・健康管理推進大会における栄養チェックコーナー
(H30.9.20 洲本市民交流センターにて)



淡路ブロックいずみ会連絡協議会の皆さんと一緒に、濃度の異なる味噌汁の試飲による適塩を参加者に体験してもらい、1日分の野菜量350gの展示等を行いました。

活動② 減塩・野菜たっぷり料理コンテストレシピ審査会
(H30.9.26 洲本総合庁舎にて)

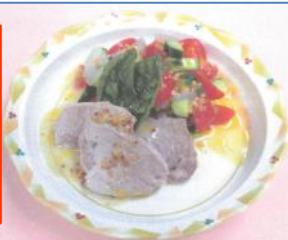


主菜・複合料理部門と副菜部門に分けて審査を行いました。

レシピは、淡路ブロック給食施設協議会会員の給食施設で普段提供されているおかず(主菜・副菜)の中から、働き盛り世代のための減塩・野菜たっぷりの料理を応募いただきました。

豚肉マスタードマリネ
【洲本伊月病院】

最優秀賞



野菜のトマト煮
【特別養護老人ホーム 聖隷カーネーションホーム】(献立作成受託:株式会社レオック)

最優秀賞



鶏肉の南蛮漬風
【順心淡路病院】

優秀賞



トマトサラダ
【特別養護老人ホーム 淡路栄光園】
(献立作成受託:株式会社レオック)

優秀賞



鶏肉ときのこの粒マスタード味噌炒め
【サンフードサービス株式会社】

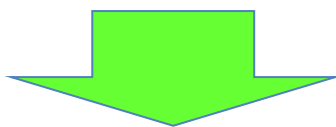
審査員賞



夏野菜味噌汁
【洲本伊月病院】

審査員賞





活動③ 減塩・野菜たっぷり料理コンテストレシピを活用した
社員食堂での取り組み (H31.1.22 淡路信用金庫にて)

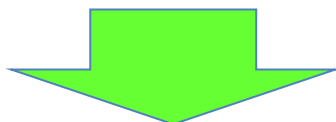
【グループワークのテーマ】
食塩相当量 3.0g 以下、野菜使用量が 120g 以上の昼ご飯



減塩・野菜たっぷり料理コンテストの最終審査に残ったレシピ 10 点を料理カードにし、4 つの班ごとに献立を考えてもらいました



食べたいおかず（主菜）と組み合わせるとよい副菜はどれが良いか・・・など、各班で考えた献立例を発表してもらいました。



活動④ 働き盛り世代への食育研修会(兼 健やか食育推進会議)
(H31.2.13 淡路建設会館にて)



淡路の料理研究家照山美希先生による講演「本当に身体に良い食とは」の後、参加者で「働き盛り世代の健康状態や食習慣の課題」「働き盛り世代における減塩・野菜摂取を淡路圏域で推進するための今後の推進方法について意見交換をしました。