

(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 洲本健康福祉事務所

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<p>H25年特定健診結果の分析によると、淡路圏域3市内男性の高血圧性疾患による標準化死亡比は洲本市、南あわじ市で県平均を上回っている(洲本市133.0、南あわじ市132.9、淡路市89.8)。また40～64歳の高血圧薬服用者の標準化該当比は、男性では淡路市が県下1位(113.1)、南あわじ市が5位(109.4)、女性では洲本市が県下3位(114.3)となっている。R3年度国民健康保険医療費等分析からも、高血圧症は淡路圏域の外来レセプト件数1位、外来医療費4位を占めており、死因の上位を占める心疾患(高血圧性を除く)や脳血管疾患のベースには高血圧があることも指摘されている。また要介護者の有病状況からは、要介護認定者に心臓病や脳血管疾患を持つ者の割合が多くなっており、高血圧対策は圏域内の重要な課題である。</p> <p>県民の食塩摂取量(平均値)は年々減少しているものの目標値の達成には及ばず、減塩の推進は高血圧対策のカギである。特に食習慣の改善意識の低い“健康無関心層”ほどリスクは高く、そのような方へのアプローチは優先課題である。“無関心層”の割合は特に20～30代男女、若い世代に多い。</p>
今年度の推進方策	<p>『淡路島減塩プロジェクト』</p> <p>○子どもやその親、働き盛り世代に向けた減塩の啓発</p> <p>将来の高血圧予防につながる食の実践力を育むとともに、住民の減塩意識を高め、地域の若い世代をとりまく食事サービスの健康意識向上に向けた機運の醸成を図る。</p> <p>(1) 子どもとその親世代への取り組み 子どもとその保護者を中心とした若い世代の食の実践力アップ研修会の開催</p> <p>(2) 働き盛り世代への取り組み 淡路労働基準協会の労働衛生・健康推進大会及び年末労働災害防止大会等における減塩ポスターの展示</p>
成果	<p>イベントでのポスター掲示や研修会開催によって、子どもやその親、働き盛り世代に向けた減塩の普及啓発を行うことができた。</p> <p>また特定給食施設等の調理担当者から、「日々の業務として塩分計による塩分量の測定を行い味の標準化を図りたい」などの声が聞かれるようになった。</p>
今後の方向性	<p>○自然と健康になれる食環境づくり (R5年～)</p> <p>若い世代のニーズが高い中食・内食や、従業員食堂等での食事が、減塩を意識したものとなることで、利用者が“自然と”健康的な食事にアクセスできるよう環境面からアプローチを行う。</p>

2 会議の開催状況

実施日時	令和5年3月20日(月) 14:00～15:30
参集者 (団体数 及び人数)	11団体 13名
協議内容	<ul style="list-style-type: none">・事業説明「健やか食育プロジェクト事業について」・情報交換「子ども達をとりまく「減塩」の現状と課題」・協議「それぞれの立場で「減塩」のためにできることを考えよう」
今後の方策	次年度は年2回程度、開催する予定(計画と評価)。子育て世代の保育所給食・母子保健関係者、働き盛り世代の従業員食堂関係者など世代毎にターゲット層を分けて推進会議を行う予定。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

食育実践活動の結果

<p>テーマ</p>	<p>淡路島減塩プロジェクト～誰一人取り残さない、生涯を通じた「減塩」の取り組み～に資する食環境づくり</p>		
<p>対象及び参加者数</p>	<p>【対象】 <input type="checkbox"/> 淡路労働基準協会会員施設（建災防兵庫県支部淡路分会の会員、兵庫県土建一般労働組合淡路支部の会員（下記実践活動①、④） <input type="checkbox"/> 保育所・認定こども園・幼稚園などの食育担当スタッフ、幼児の保護者、子どもの食育に関心のある方（下記実践活動②、③） 【参加者数】 ①110人、②47人、③51人、④131人 合計339人</p>		
<p>事業内容</p>	<p>日時・場所</p>	<p>内 容</p>	<p>講師・運営スタッフ</p>
	<p>①9月15日(木) 13:30～16:00 洲本市 市民交流センター ビバホール</p>	<p>淡路労働基準協会主催 労働衛生・健康管理推進大会にて減塩に関する展示 【内容】展示 ・高血圧と減塩に関するポスター2種 ・食塩の目標量の実物模型 ・野菜1日350g ・1gの食塩を含む食品の量 ・ご飯1膳分に相当するアルコール量 ・運動（プラス10）リーフレット</p>	<p>HWO栄養士 ※ポスターは公衆栄養学臨地実習生の課題として作成した物を使用。</p>
	<p>②10月27日(木) 13:15～16:00 洲本総合庁舎 3階会議室</p>	<p>健康ひょうご 21 県民運動推進員・8020 運動推進員フォローアップ 研修会にて減塩に関する展示 【内容】 ・高血圧と減塩に関するポスター2種 ・食塩の目標量の実物模型 ・野菜1日350g ・1gの食塩を含む食品の量</p>	<p>HWO栄養士 ※ポスターは公衆栄養学臨地実習生の課題として作成した物を使用。</p>
	<p>③11月24日(木) 14:00～16:00 洲本総合庁舎 3階会議室</p>	<p>子どもとその保護者を中心とした若い世代の食の実践力アップ研修会の開催 【講演】「時間栄養学で子どもと親世代の健康づくり」 【対象】保育所・認定こども園・幼稚園などの食育担当スタッフ、幼児の保護者、子どもの食育に関心のある方</p>	<p>（講演講師） 兵庫県立大学環境人間学部 教授 永井成美氏</p>
<p>④12月16日(金) 13:30～16:00 洲本市 市民交流センター ビバホール</p>	<p>淡路労働基準協会主催 淡路地区年末労働災害防止大会にて減塩に関する展示 【内容】展示 ・高血圧と減塩に関するポスター2種 ・食塩の目標量の実物模型 ・1gの食塩を含む食品の量 ・栄養成分表示リーフレット</p>	<p>HWO栄養士 ※ポスターは公衆栄養学臨地実習生の課題として作成した物を使用。</p>	
<p>成 果</p>	<p>【成果】 ・高血圧予防の減塩に関するポスターを通じて、多くの方に「減塩」に関心を持っていただくことができた。特定給食施設を有する企業から、従業員食堂での健康づくりポスター掲示の相談を頂いた。 ・講演と情報提供から、幼い頃からの減塩の取り組み（薄味を美味しいと感じる舌を育てること）が必要である旨を普及啓発できた。 【評価指標と目標値及び達成状況】 <input type="checkbox"/> 食育推進会議への構成員の参加率 （目標100%、達成状況84%、11/13施設） <input type="checkbox"/> 管内の保育所・認定こども園の研修会参加率 （目標60%、達成状況48%、20/42施設） <input type="checkbox"/> 労働安全衛生担当者への減塩の普及啓発 （目標：淡路労働基準協会主催の2大会への展示参加、達成状況100%）</p>		

今後の課題

- ・特定給食施設を有する企業から、従業員食堂での健康づくりポスター掲示の相談を頂いた。年間を通じた月替わりポスター掲示による普及啓発も検討していきたい。
- ・労働基準協会大会では、展示を見ても配布資料はとらない対象者が多く、もっと関心を持って自分事として捉えていただくための仕掛けが必要。
- ・社員食堂の献立作成者に働きかけ「こっそり減塩メニュー」を検討して頂く等、個人が意識せずとも減塩できる食環境整備の必要がある。

令和4年度健やか食育プロジェクト

～誰一人取り残さない、生涯を通じた「減塩」の取り組み～

淡路圏域の栄養課題

- H25 特定健診結果の分析より、淡路圏域 3 市内男性の高血圧性疾患による標準化死亡比は洲本市、南あわじ市で県平均を上回っている（洲本市 133.0、南あわじ市 132.9、淡路市 89.8）。
- 40～64歳の高血圧薬服用者の標準化該当比は男性では淡路市が県下 1 位(113.1)、南あわじ市が 5 位(109.4)、女性は洲本市が県下 3 位(114.3)。
- R3 国保医療費分析より、高血圧症は淡路圏域の外来レセプト件数 1 位、外来医療費 4 位。
- 死因や要介護に至る原疾患（心疾患、脳血管疾患）にもベースに高血圧がある。
- R3 県民栄養調査からも、県民の食塩摂取量（平均値）は年々減少しているものの、目標値の達成には及ばず。ナトリウム（食塩）の過剰摂取の積み重ねが高血圧につながるため、減塩の取り組みが必要。

プロジェクトのねらい

誰もが自然に健康になれる、地域の食環境整備
～こっそり減塩、意識しない健康づくりのすすめ～

取組 I

子どもとその親世代への「減塩」の普及啓発

令和4年度 健やか食育プロジェクトセミナー

こどもと親世代の健康づくり

～早寝・早起き・朝ごはん～

令和4年11月24日(木) 14:00～16:00

会場 洲本総合庁舎3階会議室 A・B

参加方法 会場参加 又は WEB 参加 (Webex 使用)

対象 保育所・認定子ども園・幼稚園などの食育担当スタッフ
幼児の保護者、子どもの食育に関心のある方 等

定員 会場 50名
オンライン 100名

講演「時間栄養学で子どもと親世代の健康づくり」

講師 兵庫県立大学環境人間学部 教授 永井成美 先生

情報提供 「食で育む元気なひょうご実践の「わ」を広げよう」

提供者 洲本健康福祉事務所 健康管理課 管理栄養士

※申し込み方法は裏面をご覧ください。
主催：兵庫県立大学 洲本健康福祉事務所（保健所）健康管理課



R4 年度は、保育所や認定子ども園の食育担当スタッフ、幼児の保護者、子どもの食育に関心のある方を対象に健やか食育プロジェクトセミナー「こどもと親世代の健康づくり研修会」を開催しました。

取組2

働き盛り世代 への「減塩」の普及啓発



淡路労働基準協会主催の労働衛生・健康推進大会（9月）及び年末労働災害防止大会（12月）に、ロビーにて、公衆栄養学臨地実習生が作成した「減塩ポスター」を掲示し、普及啓発活動を行いました。

食育推進会議の開催



人は血管とともに老いる
しかし減塩すれば年を重ねても
高血圧にはならないかもしれない



「うす味がおいしい」と感じられる舌を育てることは、子ども達の未来の健康を守ることに繋がっています。

「減塩」は1日に何gと考えるのではなく、長い年月の積み重ねで考える必要があることから、まず最初に未来ある子ども達の減塩について考える機会を持ちました。

保育所・認定こども園、子育て担当課、母子保健担当課、学校給食関係者がオンラインで集い、「子ども達をとりまく「減塩」の現状と課題」について、情報共有しました。あればよいと思う「減塩」の取り組みについても話し合い、保育所給食から学校給食へと「切れ目のない減塩の取り組み連携」の提案や、塩分計による測定など、それぞれの立場から「減塩」について、できることを考えていくことになりました。

~今後の課題~

- 事業所、学校、保育所などの特定給食施設での「こっそり減塩」をすすめていくために、科学的根拠に基づく取り組みとなるよう支援を行う（調味料の計量、塩分計の活用等）
- 誰もが自然に健康になれるよう、中食や外食、食品製造者レベルの「こっそり減塩」の取り組みの推進