

(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 丹波健康福祉事務所

1 食育推進体制の整備

食育推進課題	丹波圏域の野菜摂取量は250.2g (H28)であり、全国および県平均より少ない。 健康寿命の延伸に向け、働き盛り世代の食生活を改善するため、野菜の摂取を切り口に個人が食生活を見直すアプローチと、その周りを取りまく事業所や食品販売店の健康意識を高める必要がある。
今年度の推進方策	・働き盛り世代やその食を取りまく事業所が集まる場やスーパーマーケットで、丹波圏域の野菜摂取不足について情報発信に取り組む。
成果	・スーパーマーケットでの活動や食品衛生協会への体験ブース出展により、1日に必要な野菜350gのイメージができた人が97%(111人)となった。多くの人々が丹波圏域の野菜摂取量不足を知り、自身の摂取量を振り返るきっかけができた。 ・事業所での活動や会議での他の参加者からの報告等を通じて、従業員への情報発信について前向きに検討する事業所もあった。 ・平成26年度から働き盛り世代に対して取り組み、過去に連携した1事業所は肥満の割合がピーク時から約10%減少しており、現在も事業所自身で積極的に取り組みを継続している。
今後の方向性	・丹波圏域の野菜摂取不足の周知のみならず、安価かつ短時間で準備できる野菜料理および調理方法を情報提供する。

2 会議の開催状況

実施日時	令和2年2月21日(金)15:00～16:30
参集者 (団体数 及び人数)	管内4事業所 丹波市商工会、丹波市健康課 (合計 6団体、6名)
協議内容	働き盛り世代の健康を応援するために～“食”を通じて自然に健康になれる環境づくりを考える～ ・ひょうご食生活実態調査再分析から見えてきたこと(野菜摂取に関して) ・各事業所、機関での取り組み及び給食の紹介 ・各事業所、機関で今後取り組めること、丹波にあるとよいと思う取り組みの検討
今後の方策	・各事業所の実践状況を参考に、さらに実施可能な取り組みを増やす。 ・1日に必要な野菜量350gのイメージができる人が丹波圏域で増えるよう、ポスターによる周知に限らず、多様な方法でアプローチを行う。

※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	「健康課題に応じた食べ方」と「野菜摂取量の増加」		
対象及び参加者数	一般県民（スーパーマーケットA及びB店利用者）、労働安全衛生大会参加者（事業所従業員）		
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ
	令和元年 11月29日(木) 13時～16時 四季の森ホール	【労働安全衛生大会におけるイベントブース出展】 ◆啓発活動 野菜不足啓発ポスター掲示 ◆イベント ・展示（野菜70gの小鉢、350gの野菜） ・野菜計量体験（普段の1日の野菜摂取量と目標量を比較） ・アンケート	丹波健康福祉事務所健康管理課
	令和元年 11月30日(土) 10:00-12:30 スーパーマーケットA (丹波篠山市内)	◆啓発活動 野菜不足啓発ポスター掲示 ◆イベント ・展示（野菜70gの小鉢、350gの野菜） ・野菜計量体験（普段の1日の野菜摂取量と目標量を比較） ・アンケート	スーパーマーケットA 丹波健康福祉事務所健康管理課
	令和元年 12月7日(土) 10:00-12:30 スーパーマーケットB (丹波市内)	◆啓発活動 野菜不足啓発ポスター掲示 ◆イベント ・展示（野菜70gの小鉢、350gの野菜） ・野菜計量体験（普段の1日の野菜摂取量と目標量を比較） ・アンケート	スーパーマーケットB 丹波健康福祉事務所健康管理課
	令和元年12月	管内コンビニエンスストア(43店舗)、直売所(6カ所)JR篠山口駅(自由通路)・柏原駅へ、丹波圏域の野菜摂取不足の周知・摂取のポイントの啓発	JR柏原駅 丹波篠山市まちづくり部地域整備課 (JR篠山口駅自由通路管理担当)、 丹波健康福祉事務所健康管理課員
成果	<p>【成果】</p> <p>・労働安全衛生大会で37名(アンケート協力人数)、スーパーマーケット2店舗で約137名(アンケート77名、リーフレット配布約60名)に、野菜摂取への意識向上を呼びかけることができた。また、店舗責任者に野菜不足周知の重要性を理解してもらえたと同時に、事業所労務等担当者、店舗スタッフやお客様へ、丹波圏域の野菜不足の啓発の場となった。</p> <p>・コンビニエンスストアや直売所、駅にて野菜摂取不足・摂取ポイントを記載したポスターの掲示依頼をしたことにより、食を通じた健康づくりへの関心の有無を問わず多くの人々の目にとめてもらえる環境づくりができた。</p> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <p>「1日に必要な野菜350gがイメージできたか」(目標値100%)に対し、イメージできた人は97%(111人)であった。</p>		
今後の課題	<p>・丹波圏域の野菜摂取不足の周知のみならず、安価かつ短時間で準備できる野菜料理を情報提供する場を設ける。</p>		

※プログラムや内容が分かる資料を抜粋し添付すること。

令和元年度健やか食育プロジェクト事業
兵庫県丹波健康福祉事務所の取り組み



@スーパーマーケット
&
労働安全衛生大会

野菜不足の現状を知ってもらい、
必要量 (350g) を体感



野菜計量体験では、
最初に普段1日で食べている野菜量を計量
↓
次に350g分の野菜を計量
により、1日の野菜摂取の目標量を感覚的に理解できるようにしました。

通路側に1日に必要な野菜350gを視覚的に理解できるよう、フードモデルを設置
&
野菜摂取を増やすポイントを掲載したパネルを設置



1日で野菜350gをとるには、
これだけの量が必要なんだ!



アンケートより

「1日に必要な野菜350gのイメージができた」➡97%(111人)



野菜不足の現状を知ってもらい、 野菜をたくさん食べるポイントを周知

@管内の
コンビニエンスストア44店舗
& 直売所6カ所
& JR 2駅
に配布

実寸大の野菜(野菜それぞれ
100g相当)の写真をポスター
に入れています。



働き盛り世代の健康応援★連絡会 の開催

参集者:事業所(給食施設2カ所(受託会社含む)、給食弁当利用1カ所)・商工会・市健康課

<内容>

- ・ひょうご食生活実態調査再分析から見てきたこと(野菜摂取に関して)
- ・各事業所、機関での取り組み及び給食の紹介
- ・各事業所、機関で今後取り組めること、丹波にあるとよいと思う取り組みの検討



情報交換を行い、それぞれ可能な
取り組みを検討しました!



塩分濃度計で汁物の
塩分濃度を計測し、普
通味・うす味の2種類
を提供し、うす味に慣
れてもらう取り組みは
良い取り組みですね。

野菜の摂取量を知り、
意識できるようなセミナ
ーを社内で開催したい。

月3回新メニューの導入、
週1回のイベントメニュ
ーの導入等により、社員食堂
を継続的に利用してもらい
ながら、社員の食の健康づ
くりを支援したい。

1日に必要な野菜量が
目で見てわかるポスタ
ー設置をもっとできたら
いいのでは。

食堂とは別に健康づくりに
関する啓発コーナーを
設けたい。

食堂の使い方をもっと
工夫して、健康づくりの
場としても活かしていけ
たら・・・。

当社社員食堂では、どの
メニューが選ばれ、喫食
されているか、データ分
析し、人気のあるメニュ
ーは繰り返し導入してい
る。

