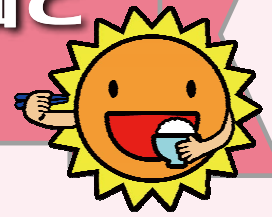


地域における食育の取組評価と 今後の方向性



東京都北多摩北部保健医療圏地域保健医療推進プラン（以下、「プラン」という。）は、圏域5市（小平市・東村山市・清瀬市・東久留米市・西東京市）の市民が健康で豊かな人生を送れるよう、保健所、市、関係機関、食に関わる団体等が、それぞれの役割分担に応じた連携と協働をはかり、地域の保健医療を総合的に推進するための包括的な計画です。

このプランでは「朝食の欠食を減らす」「野菜の摂取量を増やす」を地域の栄養改善目標に定め、平成24年度までの5年間、乳幼児から高齢者までのすべてのライフステージにおいて健康的な食生活を送れるよう、食を通じた地域の健康づくりネットワーク会議（以下、「食ネット会議」という。）を中心に地域で連携した取組を進めてきました。

【プランにおける取組の方向と具体的な施策の展開】

1 地域の関係機関等と協働して圏域の栄養課題に取り組みます

- 野菜の摂取量増加に向けて、引き続き普及啓発していきます
- 朝食の欠食率を下げる取組を新たに推進します

2 食育を実施する施設等を把握し、地域で食育を推進していきます

- 食育を実施する施設等を増やします

3 生活習慣病予防対策としての地域における食育推進体制の整備・構築をしていきます

- 食育を実施する人材を育成します
- 地域で連携し、食育を推進する環境整備を行います

食ネット会議を通じた取組の概要

この圏域では、平成16年度、生活習慣病予防の取組として地域の栄養改善目標（圏域栄養ナビ）を「野菜をたっぷり食べよう」に定め、平成17年度には保健所と5市で「野菜たっぷり食育宣言」を行い、野菜の摂取量を増やすための取組を継続して行ってきました。

平成20年度には「朝食・野菜についてのアンケート」を実施し、この調査結果から地域の現状として浮き彫りになった「朝食の欠食率が高い」「野菜の摂取量が不足している」ことについて、取組を具体的に推進していくことにし、学校・保育園・給食施設の食育担当者向けのリーフレット「食育を地域で推進！」を作成し、普及啓発を行いました。

平成21年度には、地域の栄養改善目標のうち「朝食の欠食を下げる」取組を普及するために圏域共通の標語「めざましスイッチ朝ごはん」と太陽のシンボルマークを策定しました。また、地域に広く普及啓発することを目的として、食育推進ポスターを作成しました。

平成22年度からは、9月を「めざましスイッチ朝ごはん月間」と定め、圏域共通のイベントを実施しています。めざましスイッチ朝ごはん月間では、保健所及び各市が地域の実情等を踏まえ計画した様々な取組が行われています。

給食施設における食を通じた健康づくりの取組

～地域住民への取組～

東京都給食施設協会多摩小平支部では、毎年、市の健康まつりなどに栄養展を出展しています。日ごろ、給食を利用している方やその家族などへ給食を通じた働きかけを行っていますが、栄養展では、会場に来場した地域住民の方に、朝ごはんの実物展示や嗜好品のとり方など、さまざまな情報提供を行っています。

今回は「清瀬市市民まつり」「小平市健康フェスティバル」に出展した際の様子をご紹介します。

【朝ごはん】

料理カードを用いた朝食ゲーム



*朝食の実物展示もしました

朝食に食べた料理カードを主食・主菜・副菜・果物・乳製品の5つに分類し、自分の朝ごはんのバランスを確認します。

【栄養相談】

来場者の栄養相談や体脂肪・腹囲の測定を行いました

【嗜好品】

菓子類やアルコールの栄養量に関するクイズや展示



エネルギー・脂質・糖質・塩分などの栄養成分を多く含む菓子を選ぶクイズや、100kcal相当の菓子パンの量が見て分かるコーナー

【乳幼児むけの野菜や朝食についての展示やクイズ】

「なんだろうボックス」



野菜の花と手で触った感触から箱の中に入っている野菜を当てるクイズ

「土の中で育つ野菜クイズ」

折り紙で作られた野菜のうち、土の中で育つものを選びます



～給食施設の利用者への取組～

献立表の一口メモの記載や卓上メモの設置など、給食を利用する方への情報提供は多くの給食施設で行われています。朝食と野菜に関する管内の給食施設での取組の例をご紹介します。

給食センターにおいて、朝ごはん野菜について普及啓発するポスターを作成し、食堂に掲示しました。

事業所給食において、給食受託会社と協力し、食生活診断や健康相談を行うイベントを開催しました。