

健康増進計画(健康はだの21)第4期計画

基本の方向性 II 健康維持向上のための生活習慣の改善と環境づくり(疾病予防と健康増進)

取組 分野 1 栄養・食生活		※市民健康診査問診票の変更による						
評価指標		計画策定時	H30実績	R1実績	R2実績	R3実績	R4実績	目標値
朝食を週4日以上食べている人の増加(朝食欠食率の減少)(40歳~59歳)		82.4%	83.0%	81.8%	81.6%	79.0%		85%
主食・主菜・副菜をそろえた食事をしている人の増加		51.6%	51.3%	51.8%	—※	—		55%
野菜を毎食食べる人の増加		38.5%	55.4%	54.9%	—※	—		45%
適正体重を維持する人の増加(BMI18.5~25未満の者の増加)(40~74歳)								
	男性	69.4%	67.4%	67.1%	65.6%	66.3%		71%
	女性	69.9%	69.1%	69.0%	67.9%	67.9%		72%

重点目標 <健康な食生活を送る人を増やす>

基本施策 ○ 「はだの生涯元気プラン(秦野市食育推進計画)」との連携による食育の推進

市の主な取組(事業名) 内容	目標値・実績値等	年度					実施状況及び成果等(R3)	担当課 評価	課題及び今後の対策(方向性)	
		H30	R1	R2	R3	R4				
ア 食生活改善推進員の養成・人材育成(再掲)	指標 アンケートで「食改として活動する」割合(%)	目標値 80	80	80	80	80	養成講座では、感染症拡大防止のため調理実習や交流会ができない中、受講者4名中3名が、新たに食生活改善推進員として入会した。前年より日数を1日増やして余裕のあるカリキュラムで、受講者の負担を少なく実施。また、簡単レシピの配布や料理動画の配信等、健康な食生活を送る人を増やすため、コロナ禍での会員の新しい活動の魅力も伝えることができた。	B	地域でバランスの良い食生活を普及するボランティアを増やすため、毎年、養成講座を実施していく。参加者同士で関わる機会の少なさも課題である。調理実習ができない分、定例会や交流会などで食改と話す機会を作ることで、活動を理解してもらい、入会に繋げていく。	健康づくり課
目的: 地域で食生活を見直し改善する人を増やす。 内容: 食に関する知識を学び、普及するボランティアを養成する講座の開催	実績値 67.0	88.9	69.2	75						
イ 食育推進事業の実施										
a) 幼稚園、こども園等における食育	指標 食育キャラクターを活用した食育の実施回数(回)	目標値 14	27	27	27	27	園児や保護者に対して実施することができ、「早寝、早起き、朝ごはん」に興味や関心を高めることにつながった。新型コロナウイルス拡大防止のため、14園の申込みのうち、2園は実施を休止した。 参加者数 園児429人、保護者40人	B	実践意欲を高め楽しく食育を進められるよう、引き続き各園と連携し、普及啓発を図っていく。新型コロナウイルス拡大防止対策を講じ、状況に合わせて実施する。	こども家庭支援課
目的: 幼稚園、こども園等の園児とその保護者を対象に早寝、早起き、朝ごはんの大切さを伝える。 内容: 食育キャラクターを活用した食育の普及啓発	実績値 24	21	0	12						
b) 食育講演会及び講座	指標 アンケートで「食への関心が高まった」割合(%)	目標値 100	100	100	100	100	新型コロナウイルス拡大防止のため、事業の実施は休止した。はだの食育通信を発行し、幼稚園、こども園、小中学校、公共施設、乳幼児健診、乳幼児教室等で配布した。市の食育の取り組みを紹介し、「早寝、早起き、朝ごはん」をはじめとする食育の普及啓発を行った。 発行回数 1回、発行数 2000枚	B	食への関心を高め、食育の実践を促すためには、継続的な働きかけが必要である。対象者に合わせた内容や開催時間を検討しながら状況に応じて実施を検討する。	こども家庭支援課
目的: 子どもの生活習慣や食生活等、食への関心を高める。 内容: 講演会等の開催	実績値 99.1	-	-	-						
ウ 親子食育推進事業の実施										
a) おめでた家族教室における食の普及啓発	指標 自分の体にあった妊娠中の体重増加量を知っていた割合(%)	目標値 70	70	70	75	78	妊産婦の食生活指針の周知を図り、妊娠期からの食事の大切さについて普及啓発した。教室参加者アンケートでは、自分の体にあった体重増加量を知っていた人は前年度よりも増加した。 実施回数 7回 参加者数 36人	A	妊娠届出時の面接を通じて、食事バランスについて周知するとともに、おめでた家族教室や、ホームページ、パンフレット配布等により、適正な体重増加量や栄養バランスのよい食事についての普及啓発に努める。	こども家庭支援課
目的: 母体の健康管理や低出生体重児の予防 内容: 妊産婦とその家族に対して、食事の大切さを伝え、妊産婦のための食生活指針に基づく普及啓発を実施	実績値 57.1	62.5	75.0	76.7						
b) 離乳食セミナー、幼児食と歯のセミナー	指標 離乳食セミナーのアンケートで「食育を実践できそう」の割合(%)	目標値 100	100	100	100	100	新型コロナウイルス拡大防止のため、1回あたりの参加者数を制限して実施した。試食の提供は休止したが、サンプルの提示や公式YouTubeを活用した離乳食動画の配信を行い、家庭における食育を実践する意欲を高めるよう努めた。 実施回数 29回 延418人 離乳食動画配信回数 6回、総再生回数 764回	A	子どもの食と育児不安の解消を図り、家庭で楽しく食育ができるよう支援していく。親の食生活が子どもの食生活に大きく影響するため、家庭全体での食生活改善を促すことができるよう、共食を通じた食生活支援に努める。	こども家庭支援課
目的: 食への関心を高め、子どもの食べる意欲を育む。 内容: 乳幼児を対象とした教室での「家庭における食育」の普及啓発	実績値 99.6	99.0	99.0	97.8						
エ 乳幼児健康診査	指標 3歳6か月健康診査時の朝食欠食の割合(%)	目標値 0	0	0	0	0	4か月、7か月、2歳、3歳6か月児健診において個別相談を実施(新型コロナウイルス拡大防止のため集団指導は休止)。ポスター掲示、資料配布、市内こども園の献立の掲示等により、生活習慣づくりの啓発を図った。	B	配布資料等を活用し、「早寝、早起き、朝ごはん」の大切さを周知し、生活リズムの見直しと朝食を食べることを勧めていく。状況に合わせて、集団指導や周知の方法を検討していく。	こども家庭支援課
目的: 乳幼児期の発達の基礎となる「早寝、早起き、朝ごはん」の生活習慣づくり。 内容: 乳幼児健康診査を通じて食育の推進	実績値 2.8	3.6	2.4	3.6						

○ ライフステージにあわせた栄養バランスのとれた食事の実現と適正体重を維持するための取組

市の主な取組(事業名) 内容	目標値・実績値等	年度					実施状況及び成果等(R3)	担当課 評価	課題及び今後の対策(方向性)	
		H30	R1	R2	R3	R4				
ア 幼少中PTA向け健康講座～食事編～	指標 アンケートで「実践しようと思った」の割合(%)	目標値 100	100	100	100	100	感染症の拡大防止のため、調理実習を見直し講義中心の内容としたが、依頼はなかった。市公式YouTubeによる料理動画の配信やHPへ健康の豆知識と簡単レシピの掲載等、若い世代への情報発信を行った。 実施校数: 0校 YouTube掲載回数: 7回 視聴回数4452回(R3配信分R4.3.15時点) HPレシピの掲載「健康はだのスタイル」: 7回	B	働き世代や子育て世代に、生活習慣病予防に関する知識の習得と望ましい食生活を送る人を増やす。内容: 幼稚園・こども園・小・中学校のPTA向けの講座を開催	健康づくり課
目的: 若い世代で、生活習慣病予防に関する知識の習得と望ましい食生活を送る人を増やす。 内容: 幼稚園・こども園・小・中学校のPTA向けの講座を開催	実績値 98.0	80.0	-	-						
イ 生活習慣病予防対策事業										
a) メタボリックシンドローム予防・改善のための料理講座	指標 アンケートで「取り組む意欲がある」割合(%)	目標値 80	85	90	95	100	・特定健康診査受診者を対象に、結果送付時に周知して実施。昨年同様、感染対策のため調理実習を中止して講話中心で、定員は12名として健診結果から優先順位を決めて選定した。 ・調理実習を中止したことで、男性の参加者が参加しやすいと考えられ増加している。 ・感染症の影響で、6回の開催予定のうち1回を中止した。 実施回数: 5回 延44人 (R1年度: 実施回数1回)	A	令和4年度も調理実習を見送り、引き続き講義形式の「食生活のすすめ」を実施予定(メタボ編6回予定)。メタボ編は基礎だけでなく、応用編の内容も取り入れる。引き続き、血管年齢測定も同時に実施していく。また、調理実習の要望も多いため、令和2年から作成している料理動画を活用し、講座内で調理の工夫を伝えていく予定。	健康づくり課 国保年金課
目的: 食事の適量を知り、望ましい食行動を学ぶ。 内容: メタボリックシンドローム予防・改善のための料理講座を開催(食生活や食行動を見直し、家族を含めた健康の維持・改善につながる内容)「食生活のすすめ(メタボ編)」	実績値 89.0	87.3	90.9	95.5						
b) 病態別料理講座の開催	指標 アンケートで「バランス良く食べる意識が高まった」割合(%)	目標値 95	98	98	100	100	・一般を対象に、広報・HPで周知して実施。昨年同様、感染対策のため調理実習を中止し、講話中心に、計画どおりに実施ができた。糖尿病、高血圧、脂質異常とテーマを明確に周知したことで、取組の意欲が高い参加者が多く、事後アンケートからもさらに意識が高まった。 調理実習の代わりにするものとして、料理動画の放映や配布などで情報提供を行った。 実施回数 6回 参加人数(延)63人 (R2年度: 3回37人)	A	令和4年度も調理実習を見送り、引き続き、講義形式の「食生活のすすめ」を実施予定(病態別 年6回予定)。特に、脂質異常のテーマは、定員を超える申し込みのため、次年度は会場の変更、定員を増やすことも検討する。引き続き、さらに深く知りたい人は個別相談を受けることや、他の講座との連携も考えながら実施していく。	健康づくり課 国保年金課
目的: 生活習慣病の重症化を予防するための料理のポイントがわかる。 内容: 糖尿病編、高血圧症編、脂質異常編の料理講座の開催「食生活のすすめ(病態別編)」	実績値 96.0	94.8	97.3	93.3						

ウ 地消地産推進事業		指 標	アンケートで「参考になった」の割合(%)					はだの野菜ヘルシー料理講座は、調理実習を中心とした講座のため休止したが、今年度は、脂質やエネルギーに配慮した健康的な食事の調理工程および管理栄養士のアドバイス等を市の公式YouTube「はだのモーピク」に動画を配信し、広く普及啓発した。 掲載回数:7回(R2年度:9回) 視聴回数4452回(R3配信分R4.3.15時点)	B	感染症拡大防止のため調理実習は休止するが、若い世代や男性にも取り入れやすい簡単で健康的なレシピや、おもてなし料理など、動画配信による普及啓発は継続していく。また、内容だけではなく、検索しやすいワードやタイトルも工夫し、広く普及啓発していく。 掲載予定回数:6回	健康づくり課	
目的:生活習慣病予防のための食事を学ぶ。 内容:安心安全な地場産野菜を使い、主食・主菜・副菜の揃った健康的な食事の基本を学ぶ料理講座の開催		目標値	90	95	95	98	98					
		実績値	95.0	93.3	—	—						
エ 一般介護予防事業(栄養)の実施												
a) 介護予防普及啓発事業		指 標	栄養に関する講座の延参加者数(人)					○公民館等で行う栄養講座 ・「フレイル予防で健康長寿」3会場 延41人 ・出前講座 16回 延254人 ○ミニデイサービスでの講座 2回 延30人 ○いきいき運動コースでの講座 4回 延82人 ○地域高齢者支援センター主催介護予防教室 3回 延48人 ○後期高齢者健診低栄養フォロー支援実22人 ○日常生活支援総合事業「おいしく食べよう歯っぴー訪問(訪問C)」 栄養訪問件数:延18人	B	通いの場や各公民館で講座を行うなど、地域に出向き、低栄養予防の内容を取り入れ、周知を図った。また、後期高齢者健診受診者に対する低栄養の方に面接等により、個人の状況に合わせた低栄養改善支援を行った。 「介護予防・日常生活支援総合事業」の1つ、自立支援・重度化防止の推進対策として管理栄養士や歯科衛生士による訪問支援を強化し、要介護状態への移行を予防する支援を行った。 今後も、より多くの高齢者が個人の状況にあった適切な栄養習慣が身に付くような支援を展開する。	高齢介護課	
目的:高齢者の低栄養予防を重点に高齢期に適した食事について広く普及啓発していく。 内容:栄養に関する講座・相談の実施		目標値	800	850	900	950	1000					
		実績値	829	965	275 ⇒490	455						
b) 管理栄養士によるボランティア支援		指 標	管理栄養士のボランティア支援の延参加者数(人)					・新型コロナウイルス感染症拡大により、食の提供を中止した団体が多かったため、実施する団体が大幅に減少した。再開に当たっては、ボランティアが安心して食提供に取り組めるよう衛生講習会を実施。 ミニデイ 3回 延23人 いきがい型デイ 4回 延33人	B	食のボランティアが感染症予防に注意しながら、安心して活動できるよう引き続き支援を行う。	高齢介護課	
目的:食の提供をしているボランティアが衛生管理に注意し、継続して活動できるよう支援する。 内容:食事提供ボランティア・食生活改善推進団体への活動支援、食のレクリエーション・食のサポート講座		目標値	—	—	—	—	—					
		実績値	305	266	264	56						
○ 地消地産を推進する取組												
市の主な取組(事業名)		目標値・実績値等	年度					実施状況及び成果等(R3)	担当課評価	課題及び今後の対策(方向性)		
内容			H30	R1	R2	R3	R4					
ア 地消地産推進事業(再掲)		指 標	アンケートで「野菜情報が参考になった」割合(%)					はだの野菜ヘルシー料理講座は、調理実習を中心とした講座のため休止。野菜を中心とした健康的な食事の調理工程および管理栄養士のアドバイス等、市公式YouTube「はだのモーピク」で動画を配信した。 掲載回数:7回(R2年度:9回) 視聴回数4452回(本年度配信のみ3/15時点)	B	動画配信は、幅広く啓発できる媒体として継続し、地産地消の理解も深まるよう、バランスの良い食生活を普及啓発していく。また、他講座でも調理実習に代わる教育媒体として活用していく。 掲載予定回数:6回		健康づくり課
目的:本市の農業や農産物への理解を深める。 内容:地場産野菜を使い、主食・主菜・副菜の揃った健康的な食事の基本を学ぶ料理講座の開催		目標値	85	90	90	95	95					
		実績値	87.0	90.3	—	—						
イ 親子地場産野菜教室への支援		指 標	親子地場産野菜教室開催数(回)					20組の親子を対象に年15回実施。計画どおり事業は実施され、地産地消を推進した。 参加組数が多かったが、各自スペースを空けながら作業し、密にならずに実施ができた。	A	事業を継続実施し、地産地消を推進していく。		農業振興課
目的:親子で地域の農や食の大切さを学ぶ。 内容:食生活改善推進団体が年間を通じ、親子で野菜の栽培・収穫・調理を体験する教室の開催		目標値	14	14	14	14	14					
		実績値	14 (20組)	14 (20組)	15 (8組)	15 (20組)						
ウ はだの産農産物応援サポーターの拡充		指 標	はだの産農産物応援サポーター店の登録数(店)					地産地消を応援し、PR等に協力するお店を対象に「はだの産農産物応援サポーター店」として登録し、登録した飲食店に対して「はだの産農産物応援サポーター店」PRのための看板を配布。広報等でPRしたことにより、昨年度と比べて2店舗増え、目標値より高い実績値となった。	A	今後も広報等でPRすることにより、はだの産農産物応援サポーター店を増やし、地産地消を推進していく。		農業振興課
目的:地産地消を応援する店舗を増やす。 内容:協力する店舗を対象に「はだの産農産物応援サポーター店」登録制度を実施		目標値	36	36	38	38						
		実績値	42	47	48	50						