

第三次和光市食育推進計画 に基づく取組



令和元年度 第1回
和光市食育推進コンソーシアム会議
令和元年 5月14日 (火)

和光市の現状と課題について

市の現状と課題①

■ 通院医療費（国民健康保険）の現状

順位	H28			H29			H30	H31.4.25現在	
	疾病名	総費用額 (円)	通院医療費 に占める割合 (%)	疾病名	総費用額 (円)	通院医療費 に占める割合 (%)	疾病名	総費用額 (円)	通院医療費 に占める割合 (%)
1	糖尿病	229,532,690	8.56	糖尿病	226,637,750	8.59	糖尿病	167,256,660	7.89
2	高血圧症	209,915,520	7.83	高血圧症	178,794,090	6.77	高血圧症	129,853,640	6.13
3	腎不全 (透析)	196,144,550	7.32	腎不全 (透析)	177,627,070	6.73	腎不全 (透析)	129,343,070	6.10
4	脂質異常症	124,220,870	4.63	脂質異常症	115,663,050	4.38	脂質異常症	83,345,830	3.93
5	関節疾患	88,804,260	3.31	関節疾患	93,394,900	3.54	関節疾患	70,043,340	3.31

【問題点】 通院医療費に占める生活習慣病の割合が高い。

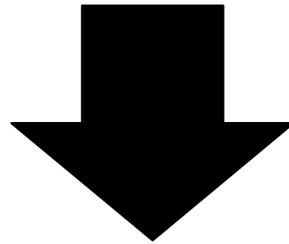
市の現状と課題②

■ 入院医療費（国民健康保険）の現状

順位	H28			H29			H30	H31.4.25現在	
	疾病名	総費用額 (円)	入院医療費 に占める割合 (%)	疾病名	総費用額 (円)	入院医療費 に占める割合 (%)	疾病名	総費用額 (円)	入院医療費 に占める割合 (%)
1	統合失調症	111,011,650	6.39	統合失調症	110,550,740	6.67	統合失調症	87,090,750	6.80
2	脳梗塞	69,856,300	4.02	骨折	84,173,780	5.08	脳梗塞	70,170,750	5.48
3	肺がん	53,989,530	3.11	肺がん	79,838,460	4.82	腎不全 (透析)	51,069,500	3.99
4	脳出血	52,281,940	3.01	狭心症	50,644,340	3.06	骨折	41,535,190	3.25
5	腎不全 (透析)	49,813,900	2.87	脳梗塞	49,104,210	2.96	大腸がん	33,449,320	2.61
6	骨折	49,633,130	2.86	関節疾患	40,215,330	2.43	肺がん	33,269,880	2.60
7	大腸がん	49,265,970	2.84	腎不全 (透析)	39,529,330	2.39	狭心症	32,904,720	2.57

【問題点】 脳梗塞、透析の入院費に占める割合、総費用額が増加。

- 【課題】
- 生活習慣病の発症予防
 - 脳梗塞の発症・再発予防
 - 糖尿病から透析への重症化予防



【対策】

“食環境”

わこう版食育の普及・市民の食生活の改善

計画に基づく食育コンソーシアム会議での推進内容



- ①減塩・減糖・減脂を主とした発症の予防及び重症化の予防に重点を置いた取組
- ②セルフヘルスケアマネジメントおよび健康的な食生活の日常への定着と健康づくりを支援
- ③ライフステージや個人の健康度ごとの課題について事業を実施
- ④健康と食をめぐる現状と課題を共有し、事業を定期的かつ継続的に実施
- ⑤食文化の継承や地産地消の推進

今年度の取組①（案）
（わこう版食育の普及・促進）

令和4年度取組予定（案）

《継続取組》

食育認定マークの掲示

イトーヨーカドー和光店、いなげや和光新倉店、駅前商店ひまわり、かつおぶし池田屋で、市の基準を満たした約600商品に対し、食育認定マークを掲示。商品等の入れ替えがあるため、年2回確認作業を行っている。

※朝霞保健所管内地域活動栄養士会えぷろんさんに協力を依頼し、上半期は6月に確認作業済。



令和4年度取組予定（案）

◀継続取組▶

買い方プログラム

市内セブンイレブン7店舗に対し、商品を組み合わせる栄養バランスを整える内容のポスターを掲示している。また、コーヒーエリアでは待ち時間の間に読むことができるよう栄養バランスチェックリストを掲示している。

組み合わせるバランスアップ!

① **お弁当** には ▶ **野菜サラダ** や **野菜スープ** を組み合わせる

主菜と野菜がバランス良く入っているものがおすすめ + 野菜サラダ + 具だくさんスープ

② **おにぎり** には ▶ **たんぱく質のおかず** と **野菜の入った具沢山の汁もの** がおすすめ

鮭や肉類等の具がおすすめ + ゆでたまご + サラダチキン + 具だくさんの汁物

③ **サンドイッチ** には ▶ **サンドイッチにたんぱく質の入ったサラダ** などを組み合わせるとバランスアップ!

野菜もとれるミックスサンドがおすすめ! + 豆サラダなど + 野菜ジュース

お砂糖、ミルクの入れすぎ注意!!

〜コーヒーができるまでチェックしてみよう〜

- 飲み物はいつも甘いものだ
- お菓子をよく食べる
- 主食を重ねて食べる (ラーメン+おにぎり)
- 野菜類を毎食食べていない

何個当てはまりましたか？
1つでもチェックがついた方は
生活習慣病のリスク高!
食生活を見過ごしませんか？

作成：和光市食育推進コンソーシアム会議構成員

シピ
ビー
シ
及
び
試
食
の
提
供

※食中毒等を受けている方は、医師等にご相談ください。

作成：和光市食育推進コンソーシアム会議事務局、和光市保健福祉部健康保険課

令和元年度予定(案)【スーパー、コンビニエンスストア】

◀新規取組▶

認定マーク、買い方プログラムの活用の仕掛けづくり

ファミリーマート様

こども食堂※1 イベント開催時、
参加者へ買い方プログラムを利用
した食育実施予定

※1 店舗スタッフの仕事体験や店内探検ツアー、買い物体験を行う
他、商品を提供し、イートインスペースで食事会を行う



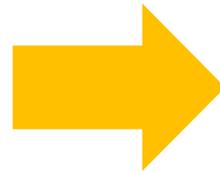
いなげや様

6月（食育月間）
にコンシェルジュ、
買い方相談実施

イトーヨーカドー様

減塩減糖レシピの改良及びクッキングサポートで減塩商品の紹介、
啓発ポスターの掲示

(旧)



(新)

※参照資料 1

令和元年度予定(案)【食文化・農業関係】

《継続取組》

各イベントで「わこ産わこ消」のPR

- ・緑化まつり
- ・市民まつり
- ・公民館まつり
- ・福社会館まつり



《新規取組》

各関係機関と連携した食育イベントへの参加

- (例) コンシェルジュ、こども食堂イベント
- 子育て世帯向け食育講座



《継続取組》

リスク者等へリーフレットを利用し、啓発

- ①健康に関するイベント時
- ②生活習慣病リスク改善対策事業
個別指導時



健康保険医療課取組

《新規取組》

より多くのリスク者等へアプローチ

- ①健診結果説明会小グループ指導での周知及びチラシ設置
- ②特定保健指導やヘルスアップ相談での周知及びチラシ活用
- ③特定保健指導対象者への勧奨通知にリーフレットを同封
- ④食事改善が必要と思われる方へ、個別指導
(※ご相談いただければ保健センター 保健師、管理栄養士による保健指導も可能です。)

他、市内個別医療機関（クリニック・医院）へチラシ設置依頼を検討中



疾病や相談内容に合わせて配布可能なリーフレットを作成



◀新規取組▶

子育て世代へのアプローチ

子育て世代向け食育講座を実施

池田物産様、子育て世代包括支援センターにご協力いただき、
食育講座実施

〈実施日時・場所〉

- ①日時：令和元年 7月（予定）
場所：北子育て世代包括支援センター
- ②日時：令和元年 10～11月（予定）
場所：南子育て世代包括支援センター

〈対象者〉

子育て世代包括支援センターを利用する親子（主に乳幼児期）
10～15名/回（予定）

〈講座内容〉

池田物産様による「離乳食、幼児食でのだし活用術」（30～40分予定）

◀◀継続取組▶▶

全世代への周知

①広報

- ・6月：食育月間
- ・11月：市民まつり・健康フェア



②市ホームページ

- ・食育推進店紹介
- ・減塩減糖レシピ紹介



◀◀新規取組▶▶

全世代への周知

「令和元年度 健康ガイド（成人版）」
に掲載

※6月上旬に全戸配布予定

食育コンソーシアム会議での取組を紹介！！
QRコードを掲載し、アクセスすると和光市ホームページ「わここの食育」を見ることが出来ます。



今年度の取組②（案）
（わこう版食育の普及イベントの実施）

イベント概要

わこう版食育の普及、認定マークの一斉PRを集客力のあるイベントにて実施

【タイトル】 わこうの食育 普及啓発イベント（仮）

【目的】 食育の啓発・意識づけ、
食を切り口とした健康づくり実践のきっかけとする

【日時】 令和元年 11月10日（日） 10:00～15:00

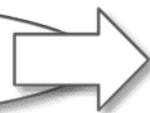
【場所】 和光市保健センター
（市民まつり・健康フェア）

【主催・運営】 主催：和光市 保健福祉部 健康保険医療課
運営：和光市食育推進コンソーシアム会議

【内容】

1. 食の大切さ、健康への影響の伝達

自分の食生活の振り返り



- ・食育講座、食事相談
- ・各出店ブースでの健康・栄養情報の発信

2. 実践方法の認知、習得

具体的方法の提案



- ・減塩・減糖メニューの料理デモンストレーション
- ・各拠点での取組や商品の展示、PR
- ・各出店ブースでの認定マークのPR

第三次和光市食育推進計画見直しに関する 調査について

令和4年度予定(案)

対象ライフステージ	事業内容	関係事業所	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	
全世代	店の食育充実に スーパー、コンビニエンスストア、食文化、農業関係	スーパー	認定マークの活用の仕掛けづくり、レシピ配布による情報発信、コンシェルジュ実施												
		コンビニエンスストア	新規参加	認定マークの活用の仕掛けづくり、買い方プログラムによる情報発信、コンシェルジュ実施											
		食文化、農業関係	★緑化まつり	認定マーク、情報発信											
		市担当課、相談支援機関、地域包括支援センター、子育て支援センター等	★特定健診スタート	健診結果返却会、重症化予防事業、関係機関との連携による推進等											
乳幼児期	世帯単位での周知	利用者への情報提供、相談受付、関係機関との連携による推進等													
関係機関	全世代及び周知への食育推進計画の推進	食育コンソーシアム会議開催	広報・市ホームページ・健康ガイドでの公表および周知												
		絆・食育アンケート	● 今年度の予定							● 進捗評価、市民まつり・健康フェア企画	○ 市民まつり・健康フェア実行会議		● 総合評価、次年度予定		
			絆・食育アンケート												

◀食育推進計画の推進▶

来年度、第二次健康わこう21計画及び第三次和光市食育推進計画の中間見直し予定であることから今年度、「地域の絆と安心な暮らしに関する調査」及び「食育アンケート」を行う。

「地域の絆と安心な暮らしに関する調査」

〈実施日時〉

日時：令和元年 秋頃（予定）

〈対象者〉

市内に住む20歳以上の方を対象に
計7,000名

〈実施方法〉

郵便でアンケート用紙を送付し、実施
(参照資料2 ※食事に関するページのみ抜粋)

「食育アンケート」

〈実施日時・場所〉

日時：令和元年 9～10月（予定）
場所：市内の小、中学校、（高等学校）

〈対象者〉

市内全小学5年生、全中学2年生、（高校生）

〈実施方法〉

アンケート用紙により実施
(参照資料3 小学5年生用
参照資料4 中学2年生用)