

# 第三次和光市食育推進計画 に基づく初年度取組



平成30年度 第1回  
和光市食育推進コンソーシアム会議

2018年 5月29日 (火)

# 市の現状と課題①

## ■ 医療費（国民健康保険）の現状

- 通院医療費に占める、  
生活習慣病の割合が高い

- 脳血管疾患、肺がんが急増
- 入院・通院ともに透析が高額

| 順位 | 通院（平成28年） |                |                 |
|----|-----------|----------------|-----------------|
|    | 疾病名       | 総費用額<br>(単位：円) | 通院医療費<br>に占める割合 |
| 1  | 糖尿病       | 229,532,690    | 8.56%           |
| 2  | 高血圧       | 209,915,520    | 7.83%           |
| 3  | 腎不全/透析    | 196,144,550    | 7.32%           |
| 4  | 脂質異常症     | 124,220,870    | 4.63%           |
| 5  | 関節疾患      | 88,804,260     | 3.31%           |

⇒生活習慣病の発症予防が必要

| 順位 | 入院（平成28年） |                |                 |
|----|-----------|----------------|-----------------|
|    | 疾病名       | 総費用額<br>(単位：円) | 入院医療費<br>に占める割合 |
| 1  | 統合失調症     | 111,011,650    | 6.39%           |
| 2  | 脳梗塞       | 69,856,300     | 4.02%           |
| 3  | 肺がん       | 53,989,530     | 3.11%           |
| 4  | 脳出血       | 52,281,940     | 3.01%           |
| 5  | 腎不全/透析    | 49,813,900     | 2.87%           |

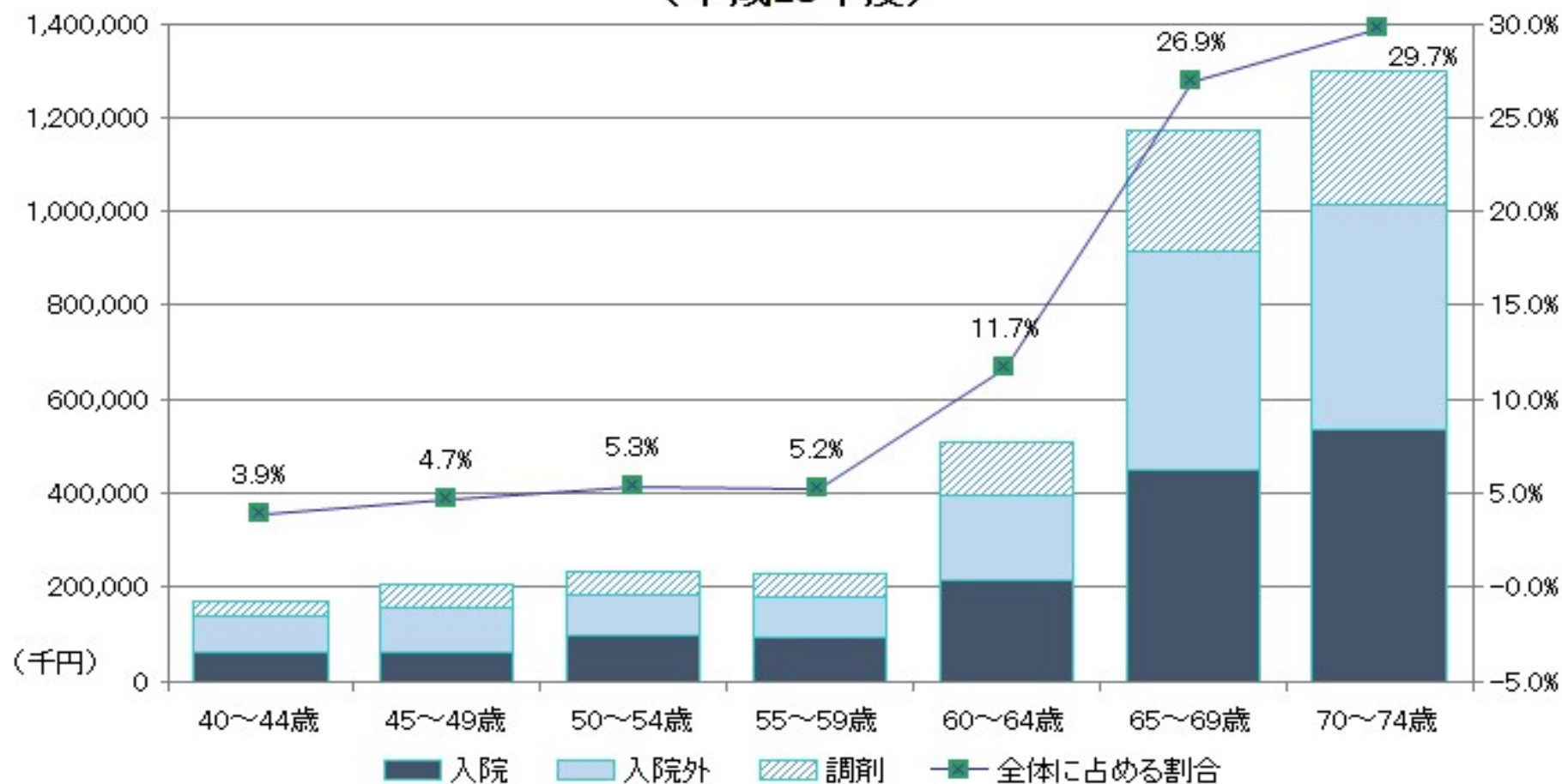
| 年度         | 平成<br>24年 | 平成<br>25年 | 平成<br>26年 | 平成<br>27年 | 平成<br>28年 |
|------------|-----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| 脳梗塞<br>患者数 | 25人       | 27人       | 30人       | 31人       | 37人       |

⇒脳梗塞の発症・再発予防、  
糖尿病から透析への重症化<sup>2</sup>予防が必要

# 市の現状と課題②

## ■ 年齢・診療種別医療費の割合

総医療費中の年齢・診療種別医療費の割合  
(平成28年度)



## 【基本理念】

### 『地域包括ケアシステム構築による総合的な健康づくりと健康社会の実現』

#### 【第二次健康わこう21計画 基本方針】

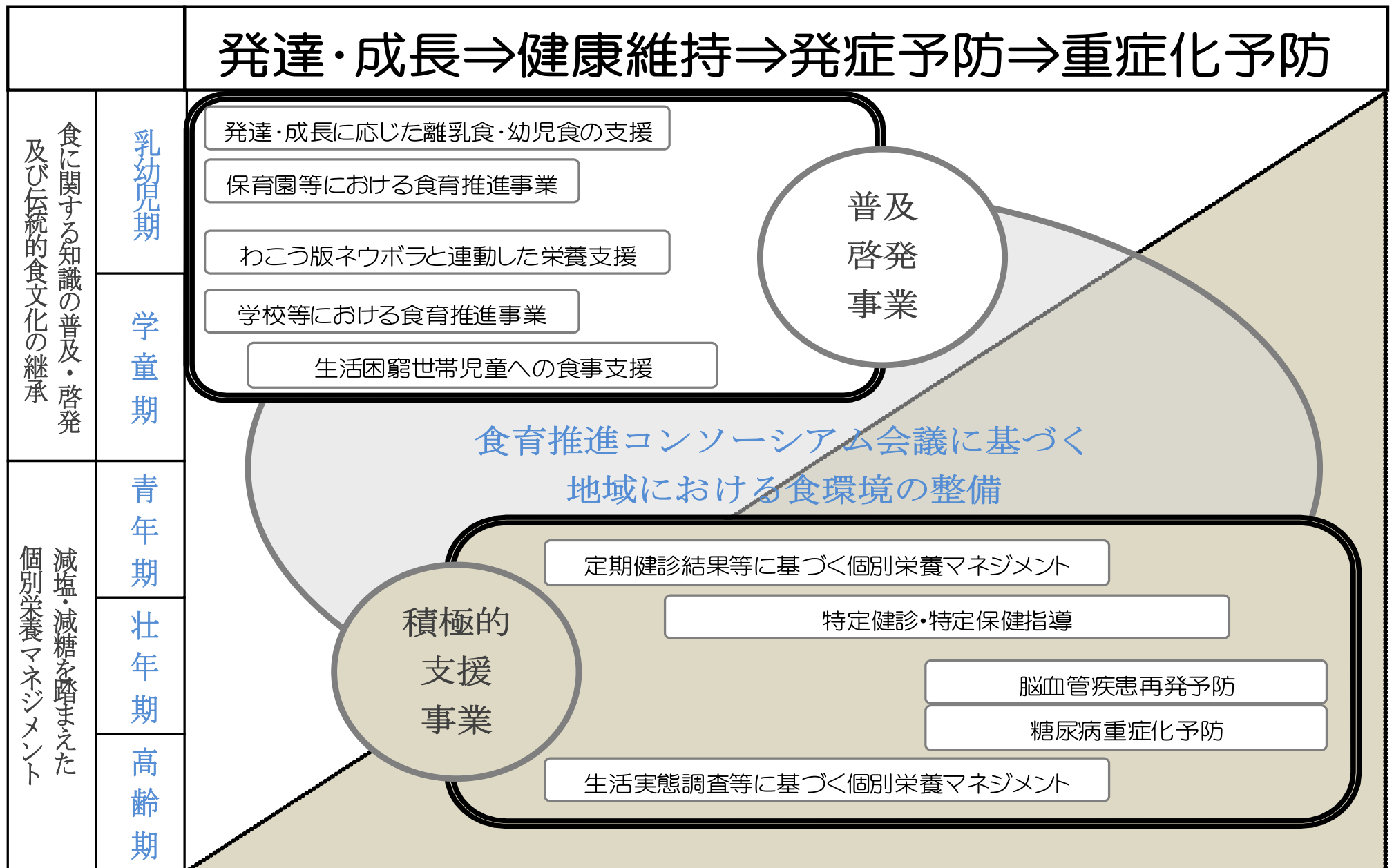
- ① 疾病予防・重症化予防のさらなる推進による医療費適正化
- ② 「セルフヘルスケアマネジメント」の普及による食育と連動した生活習慣病予防の強化
- ③ 特定健診・特定保健指導の改善率を評価指標とし、目標値を設定した事業管理の推進
- ④ 健康づくり基本条例の機能を活用した、課題解決への新たなアプローチ手法の確立
- ⑤ 東京オリンピック・パラリンピック開催を契機として、ヘルスサポーターによるわがまち・わが地域の健康づくりを推進

#### 【第三次食育推進計画 基本方針】

- ① 医療費適正化に資する予防に重点を置いた食育推進
- ② セルフヘルスケアマネジメントとしての食育推進
- ③ 健康度・ライフステージ別の課題解決型食育の推進
- ④ 地域一体型の公民協働による地域における施策推進体制の構築と活動の推進
- ⑤ 食文化の継承や地産地消の推進

# 施策の展開

## ■ 健康度及びライフステージに応じた食育の推進



# 食育推進計画の目標

|   | 項目  | 現状値(H28)                 | 目標(H35)                  |
|---|---|--------------------------|--------------------------|
| ① | 主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を1日に2回以上ほぼ毎日食べている者の割合(ほぼ毎日＝「毎日」+「週5～6日」) | 68.7%(※1)                | 80.0%(※2)                |
| ② | 食塩摂取量の減少  | 男性9.5g<br>女性8.6g<br>(※1) | 男性8.0g<br>女性7.0g<br>(※3) |
| ③ | 国民健康保険 特定保健指導改善率の向上                                       | 34.1%                    | 50.0%                    |

※1「平成28年 地域の絆と安心な暮らしに関する調査」結果より抽出

※2目標値の設定は、「健康日本21(第二次)」に基づくものとする。

※3目標値の設定は、「日本人の食事摂取基準(2015年版)」に基づくものとする。

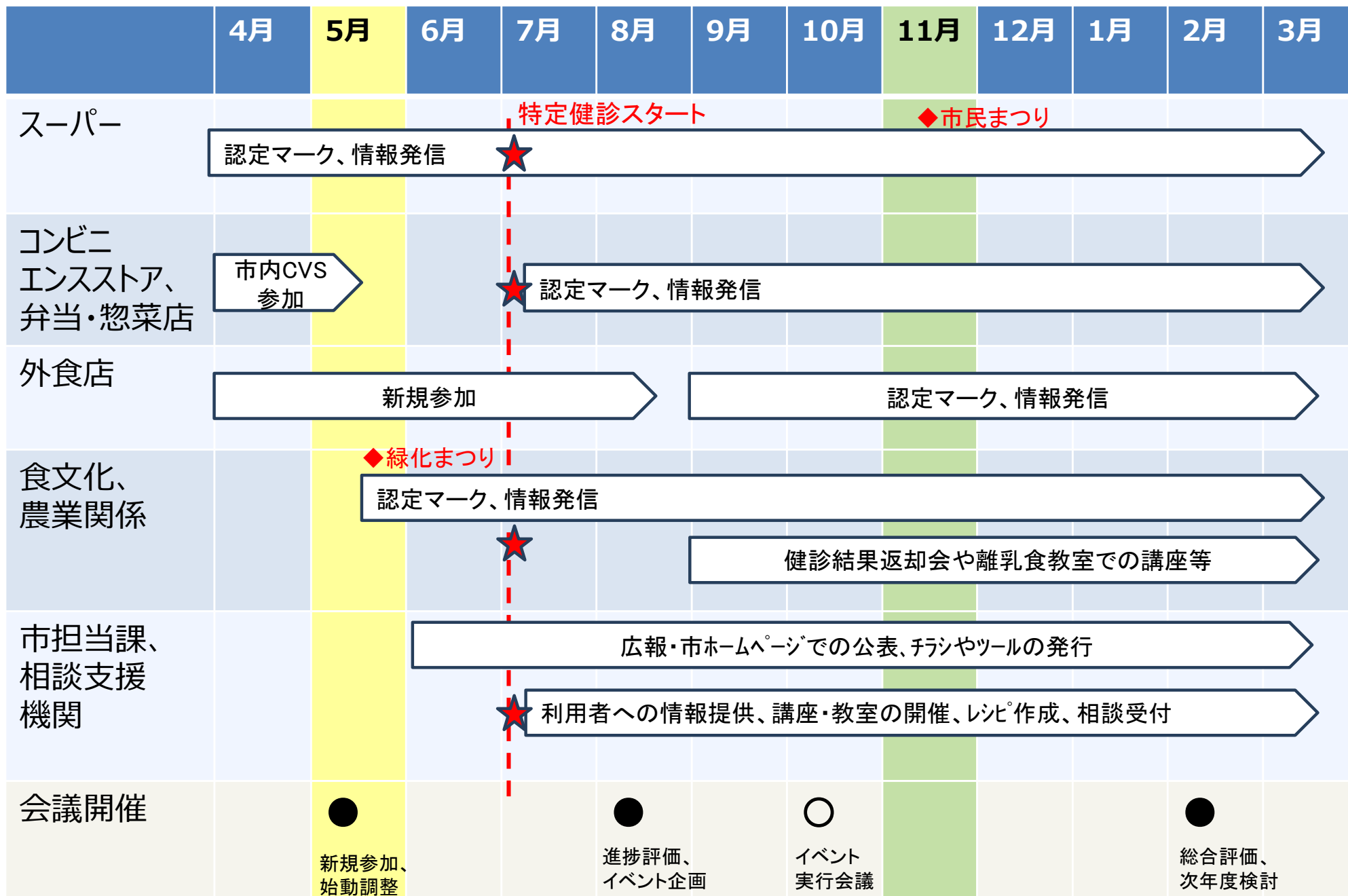
## ■食育コンソーシアムの目的

市民のセルフヘルスケアマネジメント(自己健康管理)の普及・定着を促し、健康社会の実現を目指します。

この一助となるような食環境づくりを、公民協働で実施することにより、より実効性を高め、地域ケアの意識づけと活性化を図ります。

結果として、生活習慣病の予防・重症化を予防し、医療費・介護費の適正化にも寄与していきます。

# H30年度の取組予定



---

今年度の取組①  
(わこう食育推進店の普及・促進)

---



# わこう食育推進店普及促進実施要領(案)

---

## ■ 目的

- －市民の食生活の改善を図るため、減塩・減糖や栄養バランスがとれた食事をとれる食環境づくりを進める。
- －健康情報の発信拠点として、市民の健康づくりを支援する。

## ■ 内容

健康に配慮したメニューや商品、健康情報の提供等に協力する店舗等を「わこう食育推進店」として登録・公表する。

## ■ 参加対象

食育推進コンソーシアム会議に参加し、要件をみたす店舗等

- －飲食店
- －弁当店
- －スーパーマーケット
- －コンビニエンスストア
- －給食施設
- －その他食品を販売提供する者

# わこう食育推進店普及促進実施要領(案)

## ■ 登録手続きの流れ

①

### 登録応募

各事業者から事務局に申請書を提出  
(直接またはFAX、Eメール)

6月上旬～中旬



②

### 内容確認・決定

栄養士との検討・調整

6月上旬～6月末



③

### 認定マークの交付

ポスター・のぼり旗・商品ポップの発行

6月中旬～7月中旬  
※一部はすでに開始



④








### ヘルシー商品の広報と各店舗での提供

ホームページ掲載(登録内容公表)  
店舗の見やすい場所に認定マーク表示  
チラシの配布(店舗、公共機関、関係機関)

特定健診が開始する  
7月からスタート!  
※新規飲食店等は随時登録

# わこう食育推進店普及促進実施要領(案)

## ■ 登録基準及び認定マーク

| <区分>                                  | <登録基準>   | <商品例>  | <認定マーク>   |
|---------------------------------------|--|--|---|
| ① ヘルシー商品の提供<br>(単品料理、惣菜、加工食品、菓子類、飲料等) | ア) 減塩商品<br>□塩分を25%以上カット<br>□1品あたりの食塩相当量0.5g以下<br>□食塩無添加    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・減塩たらこ(塩分30%オ)</li> <li>・鯛入りまめかま(塩分35%オ)</li> <li>・減塩国産しょうゆ(塩分50%オ)</li> <li>・塩分控えめ昆布(塩分25%オ)</li> <li>・グリーンラベルハーペーコン(塩分30%オ)</li> <li>・天然だしパック(食塩無添加)</li> </ul> |    |
|                                       | イ) 減糖・減脂<br>□糖類・脂質・カロリーを25%以上カット<br>□糖類無添加                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>等 うどん(糖質40%オ)</li> <li>・おいしいわまるやかミルク(砂糖50%オ)</li> <li>・コーヒー無糖</li> <li>・糖類不使用ケチャップ</li> </ul>   |    |
|                                       | ウ) 野菜たっぷり(1食あたり野菜使用量140g以上)*1                              | 等  |   |
|                                       | エ) 地産地消(和光市農産物もしくは市内産使用の商品)                                | <ul style="list-style-type: none"> <li>・市内産キャベツ 等</li> </ul>   |   |
| ② ヘルシーメニューの提供(定食、弁当等)                 | ア) バランス<br>(主食・主菜・副菜そろい、1食あたり500~700kcal、1食あたり野菜使用量120g以上) |                                  |   |
|                                       | イ) 減塩(1人前あたり食塩相当量3g未満)                                     |  |   |
|                                       | ウ) 野菜たっぷり(1人前あたり野菜使用量140g以上)*1                             |  |   |
|                                       | エ) 地産地消(市内産使用のメニュー)  |  |   |
| ③ ヘルシーサービスの提供                         | ア) オーダー<br>□うす味対応 □量少なめ □調味料の別添え<br>□ドレッシング、減塩調味料等が選択可     |  |   |
|                                       | イ) インセンティブ設定(内容)   |  |   |
| ④ 健康情報の提供                             | ア) 健康や栄養に関する情報の掲示・設置                                       |  |    |
|                                       | イ) 栄養成分表示(3メニュー以上)(メニュー数品)*2                               |  |   |

# 認定マークの実例①

## ■ヘルシー商品の提供 スーパーマーケット



## 緑化まつり（農業後継者倶楽部）



旧マーク

新マーク

認定マーク

のぼり旗



おすすめ内容をわかりやすく表示

# 認定マーク実例②

## ■ 健康情報の提供

### 減塩減糖レシピ

わこう版「食育」  
減塩レシピ

☆魚のしょうがレモン焼き☆

わこう版「食育」  
減塩・減糖レシピ

☆チンゲン菜の塩昆布和え☆

### 買い方プログラム（組合せ例のチラシ等）

【おすすめの組み合わせ方】

1 副菜が少なめのお弁当には野菜系をプラスしましょう。

または

2 サンドイッチには野菜スープやサラダ、または牛乳やフルーツがおすすめです。

または

コンビニ店頭での選び方、組合せ提案を新たにスタートします。

# 地域での普及方法

自治体のみでのアプローチではなく、地域にて民間事業者等とも協働して実施します

## ● 紙面による周知

- 啓発チラシの制作
- 広報わこうに記事掲載

啓発チラシ



広報わこう6月号

(投函数 約40,000世帯)



## ● WEBによる周知

- 市ホームページでの公表

## ● 直接(対面)周知

- 保健センターでの相談受付 (成人対象)
- 包括支援センターでの相談受付 (子育て世代・高齢者対象)
- コンソーシアム関係者、各拠点での情報発信 (食育認定マークの設置及びチラシ配布、減塩減糖レシピへの活用)
- 普及イベント (市民まつりでの一斉PR)

推進店ポスター



# 食育普及における指標

計画見直しまでの3年で、食環境づくりを進め、市民への普及と実行度を高めます。

2017年度

推進店の登録数  
ヘルシー商品の登録数

2ヶ所  
-

事業の拡大状況

利用者数・売上げ数

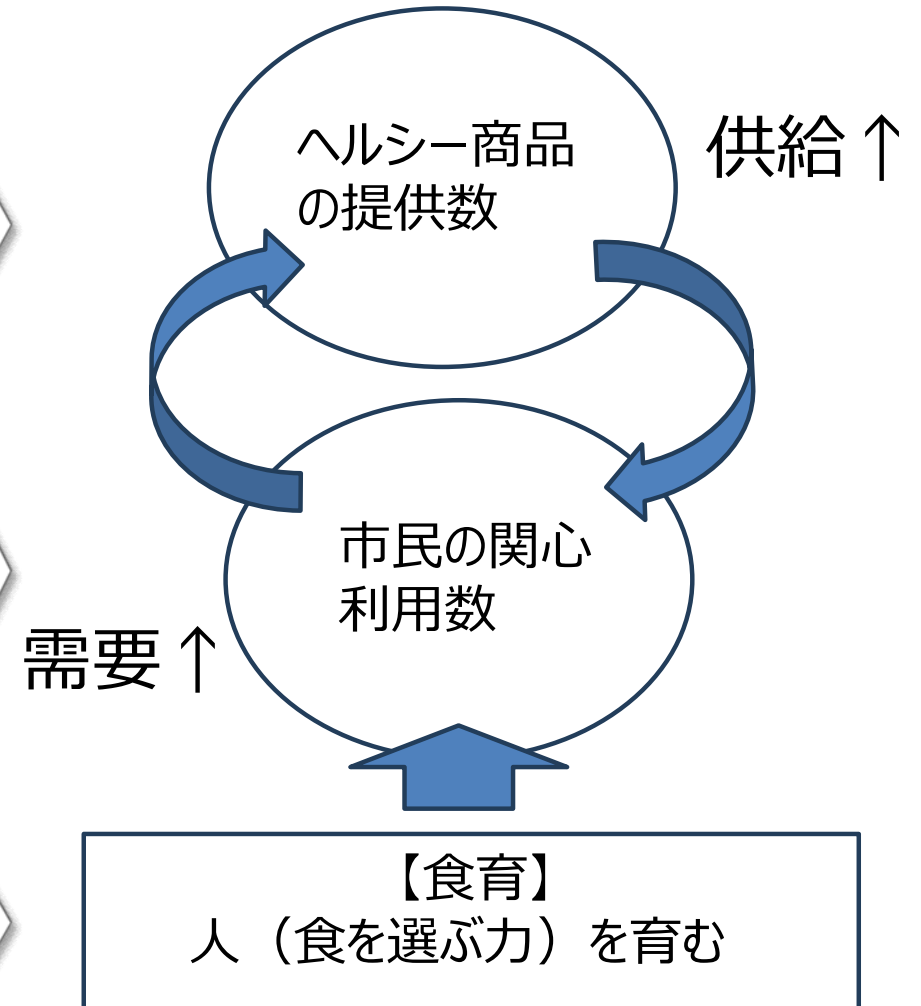
認知度、反応  
現場担当者へのヒアリング含む

把握方法の検証が必要

コンソ参加事業者数

31

趣旨理解、ストラクチャー



---

## 初年度の取組② (普及啓発イベントの実施)

---



# イベント概要

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します。

【タイトル】 わここの食育 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】 2018年11月11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、4市健診キャンペーンと同時開催）

【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

【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

4市の  
「けんこう大使」  
が集合！



