

食育推進コンソーシアム会議 発足式

平成29年9月4日(月) 13時30分から

(1) 要個別支援者(生活習慣病リスクあり)に対する地域一体型の減塩・減糖の取組(イメージ図)

【市・相談支援機関】

<健康保険医療課>

・特定保健指導での栄養マネジメント

<子育て支援センター・保育学校関係課・ぽけっとステーション>

・ハイリスク妊産婦や肥満児への個別支援

<長寿あんしん課・ぽけっとステーション・地域包括支援センター>

・高齢者の栄養マネジメント

<社会援護課・ゆめちか・ぽけっとステーション>

・チャレンジドの栄養マネジメント

対象者に合わせ
ツール活用

【市民】

・家庭での実践
(食習慣改善)

購入・活用、商品ニーズ増加

【民間】

<スーパー>

・バランス弁当や減塩・減糖・商品の販売拡充、店頭での案内

・クッキングコーナーでの試食販売・レシピ提案

・POP・コーナー化、弁当・惣菜の成分表示

<コンビニ>

・バランス弁当や減塩・減糖・商品の販売、店頭での案内

・小サイズ弁当・惣菜の組合せ例の提示

<オリジン>

・弁当・惣菜の成分表示、組合せ例の提示

<ひまわり>

・地産地消と野菜摂取増加、バランス弁当や減塩・減糖惣菜の販売

情報のアップデート

情報の整理とケアプラン化

(ライフステージ・健康度別)

①摂取の目標(適正)量

②販売場所(減塩・減糖などの商品、和光市産野菜)

③商品の具体的な組合せ例、代替案

商品拡充、
新規事業者参入

(1) - 1 支援計画(積極的支援)

例) 40歳代メタボの男性(単身)

目標設定				支援計画		
現在の状態	本人の意欲 (現状をどのように考えているか)	課題 (背景・原因となる状況)	課題に対する 具体策	目標 (3つまで)	援助内容	
身体状況 体重 = 79.8 k g 腹囲 = 91.5 c m BMI = 28.6 血圧 = 80/130mmHg 中性脂肪 = 476mg/dl γGTP = 116U/L	・徐々に体重が増えている	・メタボのリスクを知らない	・食事摂取状況、生活状況の改善 ・定期的な体重測定と記録	76 k g (-3~5%減量)	初回	・メタボのリスクと生活習慣との関連の説明 ・現状の振り返り ・はじめの3ヶ月で-1kg/月(-230kcal/日) 目標
2回目					・記録、達成状況の確認とアドバイス	
最終回 (6ヶ月目)					・終了後、自己コントロールのためのアドバイス	
食事摂取状況 ・朝食食べられない ・加糖飲料をよく飲む ・野菜1日1~2皿 ・中食・外食多い ・インスタントの味噌汁やラーメン多い		・仕事の多忙・ストレス ・朝食欠食 ・つまみの量と内容 ・栄養バランスの偏り ・野菜不足 ・塩分・油脂のとりすぎ ・嗜好が優先、栄養バランスの必要性・目安量・食品選択の知識不足	・夕食適量化と朝食 ・飲料を減糖やお茶にする(-60kca/回) ・バランスよく食べる(昼食を定食やバランス弁当に代える、つまみを変える) ・インスタント味噌汁減塩タイプに変える(-0.5g/日)	・飲料・味噌汁を減塩や減糖に変える ・毎食野菜を食べる	初回	・糖分脂肪のとりすぎの影響について説明 ・料理・食品中の糖分・油脂量について説明
2回目					・週〇回は食育コンソーシアムのバランス弁当(コンビニ・スーパーなど) ・食育コンソーシアムの組合せ例、表示の利用 ・簡単に食べられる朝食例の提案	
最終回 (6ヶ月目)						
運動・生活活動 ・運動習慣なし ・移動は車が多い	・運動は好まない	・運動不足 ・生活活動による消費少ない	・日常の活動量を増やす(階段を使う、近距離は歩く)		初回	
2回目						
最終回 (6ヶ月目)						
生活状況 (飲酒・たばこ含む) ・晩酌2~3合		・仕事の多忙・ストレス ・飲みすぎ ・嗜好が優先、節酒のメリットを知らない	・買い置きしない ・その日飲む分だけ買って帰る ・飲酒前に水分をとる ・炭酸水で代替 ・飲まない日をつくる		初回	
2回目						
最終回 (6ヶ月目)						

特定保健指導の実施予定

- ・ H28受診結果より
メタボ予備軍で保健指導未実施者413人

積極的支援のスケジュール

9月6日～9月末	初回面談
10月中旬	食事記録に対するアドバイス(手紙)
11月中旬	モニタリング・アドバイス(電話) 健康教室・食事講話
12月上旬	中間アンケートに対するアドバイス(手紙)
2月中～下旬	モニタリング・アドバイス(手紙)
3月中～下旬	計測会 モニタリング・アドバイス(電話)

(2) 市民一般(生活習慣病リスクなし)に対する地域一体型の啓発・普及の取組(イメージ図)

