

# 和光市食育コンソーシアム会議 第2回会議

平成29年10月17日(火)

# 第三次食育推進計画（H30～H39）

計画改定に伴い、健康わこう21計画の食生活分野の施策を担う実行計画としての位置づけ

## 4つの基本方針

- 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ヘルスアップ（発症予防）・ヘルスサポート（重症化予防）を効果的に推進するための「セルフマネジメント」としての食育推進（リスクありなしともに日常へ定着をめざす）
- ③ライフステージ・健康度別の課題解決型食育の推進
- ④地域一体型の施策推進体制の構築と活動の推進

# 食育推進コンソーシアム会議による取組

＜会議のイメージ図＞

## 【目的】

市の所管課・食に関わる関係団体が、健康と食をめぐる地域の現状と課題を共有し、課題解決と目標の達成に向けて具体的な取組を行う。

## 【役割】

- ・話し合いにより新しいアイデアを生み出し、官民協働による事業を定期的かつ継続的に展開
- ・PDCA(計画・実行・評価・改善)サイクルによって、計画の目標達成と食育推進体制の実現へ
- ・行政だけでは力の及ばない若年層・単身者へのアプローチ
- ・コミュニティづくり→非常時の食支援対策



※市民、企業・事業所・地域団体・行政など多様な主体が、計画の筋書きに沿い、同じ目的をもって協働で食育に取り組む。

# 今後の進め方

食育推進計画		<重点課題>
H29	第2次計画	医療費の適正化に向けた生活習慣病予防・メタボ対策(減塩・減糖・減脂)
H30	第3次計画 (中間見直し)	若い世代を中心とした食育(朝食欠食・内容)
H31		農産物の活性化や食文化の継承
H32		共食の推進(こどもの孤食、独居)、生活困窮者対策・フードロス
H33		
H34		
~		
H39		

※生活習慣病予防を基盤に、優先度の高い課題から順に実施する

※単年ではなく継続して取組ことにより、計画のアウトカムを導出する

H29年度スケジュール

年度	29												30		
月	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3			
食育推進コンソーシアム会議						第1回会議		第2回(企画案をもとに検討・決定)				第3回(事業評価、次年度検討)			
						発足(9/4)	企画案提出	イベント準備・広報	食育週間(19の週)	食育週間(19の週)	イベント(1/20)	食育週間	食育週間		
						特定保健指導(初回)			特定保健指導(中間)			特定保健指導(最終)			

# ※支援計画の例

	Aさん(都内勤務、30歳代単身男性)	Bさん(80歳代単身男性)
身体状況	体重70.3kg、BMI=24.8、腹囲91cm 中性脂肪・コレステロール高値 <b>メタボ予備軍</b>	体重45.6kg、BMI19.5 高血圧治療中 <b>低栄養 高血圧</b>
食事摂取状況からみる課題	・朝食なし ・昼食...外食(牛丼・定食・ラーメンなど) ・夕食...お弁当、つまみスナック菓子 ・飲酒...毎日2~3合 <b>脂肪・塩分多い</b>	・朝食...コーヒー(砂糖)、おにぎり2個 ・昼食...おにぎり2個or焼きそばorお菓子 ・夕食...卵かけごはん <b>ほぼ主食のみ</b>
目標	・夕食量を減らす、朝食を食べる ・飲酒減らす ・野菜を増やす	・1日3食食べる、野菜を毎日食べる ・体重が減少しない ・自分で食事を準備できる



- ・夜遅い
- ・外食中食利用多い

- ・食品提案  
朝食...コンビニの単品組合せ例  
夕食...いなげやのバランス弁当・惣菜の組合せ例  
・メニュー提案(惣菜の簡単アレンジ)



- ・週3回、家族からの差し入れ
- ・レンジアップはできる

- ・食品提案  
昼食...週3回ひまわり惣菜の組合せ例  
夕食...セブンイレブンのすこやか膳宅配  
イトーヨーカドーの減塩商品の活用  
・メニュー提案(野菜のレンジ調理レクチャー)

- ①市・相談支援機関...商品・講座の利用につなげる。
  - ②企業・事業者 ...共通事項として店頭でも設置・配布、販促、商品拡充→実践につなげてもらう。
  - ③食育としてイベントでも実施、広報・マスコミでも紹介→リスクなしにも減塩・減糖を広げる。
- =将来に向けた生活習慣病予防の取組

# 【別紙】挙げられた企画案

事業所・団体名	池田物産	ぼけつとステーション	農業後継者倶楽部	保健センター	北第二子育て世代包括支援センター	中央包括支援センター	高齢者福祉センター	すたんど・あつぷ和光	和光市生活介護施設ゆめちか
事業区分	①イベント	①イベント	①イベント	①イベント	②③食育週間に合わせたその他企画	②③その他	③その他	③その他	③その他
事業名	料理と食事とカラダが楽しくなる天然だし素材	講座・クイズ	検討中	栄養相談会	森洋子先生プロデュース「旬の野菜をたくさん食べよう」ランチ会	減塩・減糖の市内共通のパンフレットやポスター	みんなで食育！！	フードドライブ事業（“もったいない”を持ち寄ろう）	鍋合戦での食育健康鍋のPR
目的	素材から料理を作る楽しさと「心身」の健康維持	食育を広める（食の大切さ、食から健康を考える）		食育を知ってもらう。減塩・減糖を広げる。	・野菜の調理法を工夫して美味しく食べる ・安心、安全な食事の提供	減塩・減糖の市内全域（幼児から高齢者）での可視化を図る。	多くの市民に知ってもらうため	食品ロスを削減し、生活に困っている人への支援とする。	この会議の主旨である「食を通じた健康の大切さ」についてのPR。認知度の高いイベントで脂や塩に頼らない“旨味”についてなど知ってもらう。
内容	・化学調味料・無添加として表示可能な酵母エキス使用のだしパックなどとの塩分量の違いを体感。 ・食品の一括表示によるだしパック等の選び方。 ・料理が楽しくなるだし汁の取り方と利用法。 ・ドリップでひき立てのだし汁の試飲など。	・豆運び・食育クイズ・食事診断・食事講座・出張まちかど相談室		・自分に合った量や食べ方のアドバイス ・食品やメニューの提案	・ランチプレート形式1080円で提供 ・池田屋さんのだしをきかせて減塩 ・蒸して野菜の甘みをいかす調理法 ・牧嶋酒店で購入しているこだわりの調味料 ・地元野菜を利用 ・開催可能日 11/13.14.17.19 11/20.23	①包括センター等、子育てや学校関係、事業者(?)がパンフレット等で助言等ができる。 ②①のポスター等が市内のスーパーや飲食店関係などにも張り出されれば地域に広がる。 ③和光市民まつりや各地域高齢者センター、学校関係での行事などにおいても配布	・広報わこうで毎月「減塩・減糖レシピ」を掲載する。食育推進に携わる市内の企業・事業者の紹介を行う。 ・高齢者福祉センターにて年4～5回開始している調理実習の中で食育推進に携わる市内企業・事業者の方をお招きして和光市の食育への取り組みをPRしていただく。	・毎月19日の食育の日など日を決めて、市内の拠点（スーパー店頭・公民館・福祉施設・学校など）で食品を募集する。 ・食品は、賞味期限が切れていない、常温保存ができるなどの条件で実施 ・生活困窮者支援として集まった食品を分配する。	保健師・栄養士がおすすめする栄養価で簡便な調理法の提案（会議に参加している業者の商品を活用した中食鍋など）
参加人数	3名程度	2～3名			各 10名程度				10人
必要なもの	・長机2・コンセント・呼込人員1名・出し殻用ごみ箱	・長机1～2、椅子4～6、(コンセント)		・長机2・椅子6	施設内で実施のため施設備品を利用				
その他						・目で見てわかりやすい内容で、和光市全体で共通事項として実施していく			PRIに関して、市民にこの会議を知っていただくことがよいかと思います。

# 議題①～官民協働イベント～

日時：平成29年11月19日（日）

⇒1月20日（土）10時～14時

場所：イトーヨーカドー2階スペース

目的：わここの食育を知ってもらう。減塩・減糖を広げる。

内容：①だし講座（池田物産）

②食育講座（ぽけっとステーション）

③検討中（農業後継者倶楽部）

④栄養相談（保健センター）

## 議題②～わこう食育週間～

日時：平成29年11月13日（月）～19日（日）

場所：各事業所・店舗

目的：減塩・減糖商品利用につなげる。

内容：①コンビニ・スーパー売り場でのポップの設置

②店頭・各団体での共通レジメの配布

・わこうの食育の取組PR

・コンビニ・惣菜の選び方（組合せパターン）・食べ方

③コンソーシアム加盟店として公表（広報・ホームページ）

④11月は「旬の野菜を食べようランチ会（わこう助産院）」を

同時開催