

第三次和光市食育推進計画 に基づく取組



令和5年度第1回
和光市食育推進コンソーシアム
令和5年7月5日（水）

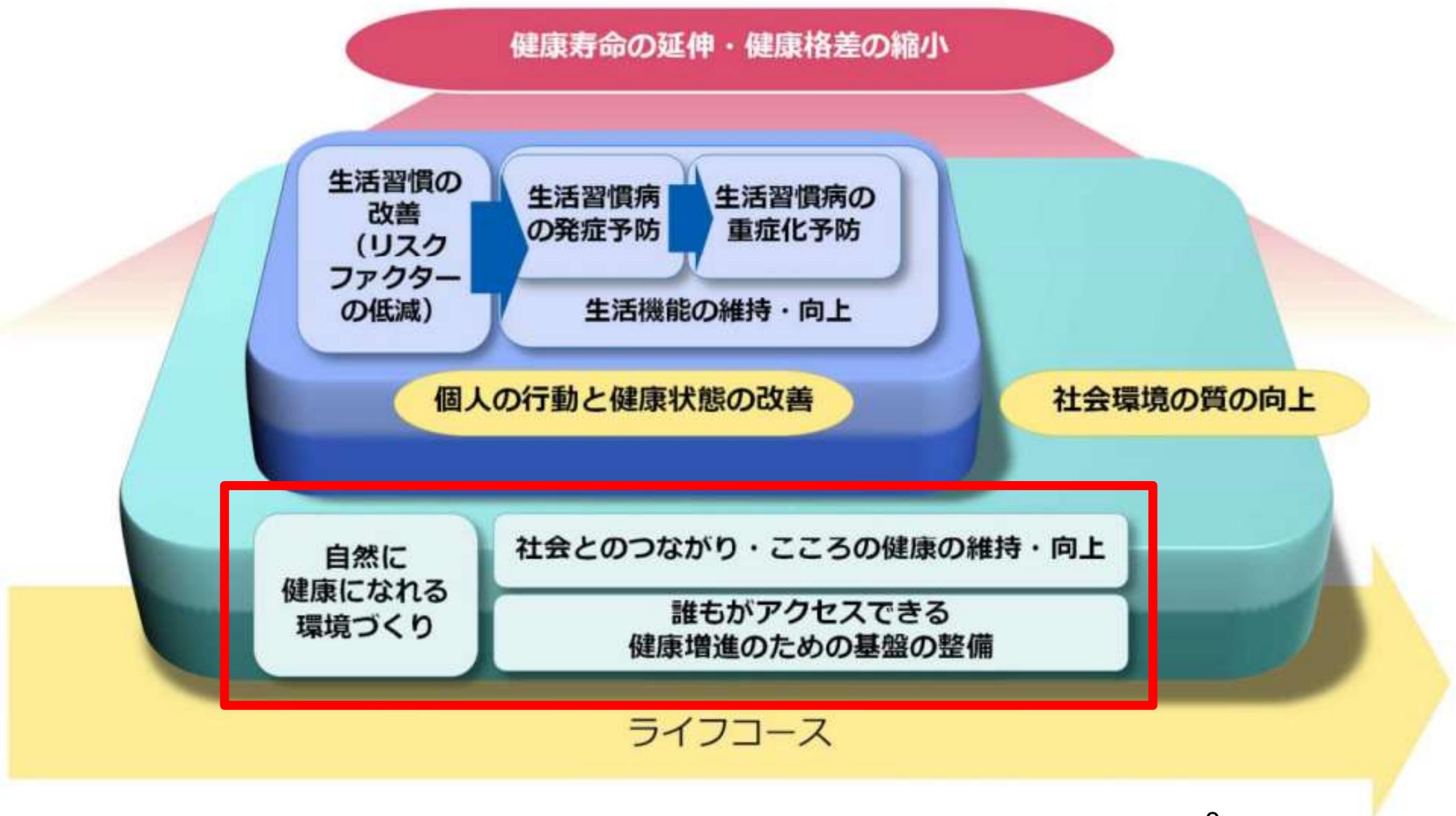
資料2参照

- ・ 和光市食育推進コンソーシアム会議を
和光市食育推進コンソーシアム に変更した。
- ・ 変更の理由

第二次食育推進計画（平成28年8月～平成30年3月）策定にあたり、和光市健康基本条例に基づき、ヘルスソーシャルキャピタル審議会において審議を行い、本要綱を設置した。本会議は、会議体での協議に留まらず、各事業者事取組や、協働での活動を主とした推進を進めていくものであることから、「和光市食育推進コンソーシアム」に変更した。

今年度の取組について

健康日本 21（第三次）の概念図



【和光市】

令和5年度は第二次健康わこう21計画・
第三次食育推進計画の中間評価・見直しを行う

第3次和光市食育推進計画

【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 ヘルスアップ・ヘルスサポートを効果的に推進するためのセルフヘルスケアマネジメントとしての食育推進
- 3 ライフステージ・健康度別の課題解決型食育の推進
- 4 地域一体型の公民協働によ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

図表 12 食育推進事業施策の体系図

1	【1】食に関する知識の普及・啓発及び伝統的食文化の継承		
	ライフステージ及び健康度に応じた食育の推進	①乳幼児期(0~6歳)	
		・成長、発達に応じた離乳食・幼児食の支援	
		・保育園等における食育推進事業 ・わこう版ネウボラによる個別栄養支援	
		②学齢期(7~18歳)	
		・学校等における食育推進事業	
		・生活困窮世帯の児童に対する食事支援	
	【2】減塩・減糖を踏まえた個別栄養マネジメント		
		③青年期(19~39歳)	・定期健診結果等に基づく個別栄養マネジメント
			・特定健診及び特定保健指導
④壮年期(40~64歳)			
		・脳血管疾患の再発予防事業	
		・糖尿病の重症化予防事業	
⑤高齢期(65歳以上)		・生活実態調査等に基づく個別栄養マネジメント	

【現在】
 コンソーシアムに参加する店舗や事業所、施設等各拠点での減塩・減糖プログラム推進、食育月間や食育の日を活用した食育推進、健康に配慮した食品の拡充（食育推進店）、買い方プログラムの提供

【今後】
 健康無関心層や健康になりたいけれど一歩踏み出せない層に対し、継続したアプローチをする必要がある。

よる食公 育民の協 推働 進に	【1】食育推進コンソーシアム会議	
	①地域における食育の推進・普及	・地域食育イベントの実施
		②企業等と連動した食事改善プログラム
		・地域における減塩・減糖プログラムの提供

第三次食育推進計画の事業展開①

①乳幼児期（0～6歳）

核家族や共働き世帯、ひとり親世帯が増加する中で、乳幼児の親世代に該当する若年層では、食に関する知識や調理技術等が十分でなく、他の世代と比べて、望ましい食生活を送っている人が少ない傾向があるため、保護者への家庭での食教育の支援を推進します。

【成長・発達に応じた離乳食・幼児食の支援】

乳幼児健診等での離乳食の支援ガイドや食事摂取基準に基づく離乳食・幼児食講座や栄養相談により、成長発達に合わせた食事支援を実施します。

【保育園等における食育推進事業】

児に対する保育や給食を通じた食教育の他、保護者に向けた健康情報・レシピ集の配布等による食育推進を図ります。

【わこう版ネウボラによる個別栄養支援】

健康リスクや育児負担が大きい母子に対して、母子手帳交付時のアセスメントや妊婦健診、乳幼児健診結果等に基づく個別の栄養マネジメントを実施し、母子の栄養リスクの軽減を図ります。

②学齢期（7～18歳）

学齢期における食育調査において、児童の孤食による栄養バランスの欠如や、食事の食べ残しといった課題が挙げられています。伝統的な食文化や地域農業、食の循環などへの理解を醸成するとともに、健やかな身体づくりに自らが関心を持ち、健康的な食生活・食行動を実現できるような取組を行います。

第三次食育推進計画の事業展開②

【学校等における食育推進事業】

児童・生徒に対する授業や給食を通じた食教育、料理教室、収穫体験等の他、保護者に向けた健康情報・レシピの提供等による食育推進を図ります。

【生活困窮世帯支援事業】

貧困等により欠食や食生活の乱れがある家庭に対して、安価でも実践できる調理指導等を行い、セルフヘルスケアマネジメントの推進を図ります。

③青年期（19～39歳）・④壮年期（40～64歳）

青年期・壮年期は、バランスの悪い食事や欠食、塩分の過剰摂取等、日常の生活習慣におけるリスクが生活習慣病として顕在化してくる時期です。また既に発症している生活習慣病は、生活習慣を改善しないと重症化するリスクがあります。

和光市では、単なる情報提供に留らない、個別の栄養課題を解決する栄養マネジメントにより、食生活と身体の状態改善を図ります。

【定期健康診断結果等に基づく個別栄養マネジメント】

30代健診等の結果において、生活習慣病リスクの所見があった者に対して、個別の食生活状況を踏まえた、食生活の改善支援を行います。

【特定健診・特定保健指導】

国保特定健診に基づき保健指導を実施し、これまでの抽象的一般的な情報提供型の指導を見直し、個々の食事摂取状況に応じた課題解決型の個別栄養マネジメントにより食生活と身体の状態改善を図ります。

テーマ

乳幼児期～学齡期

食に関する知識の普及・啓発及び
伝統的食文化の継承

青年期・壮年期・高齡期

健康無関心層、健康になりたいが
踏み出せない層へのアプローチ

壮年期・高齡期

「減らす」だけではなく、「プラス」する！
減塩・減糖に野菜をプラス

令和5年度取組予定

《継続取組》 全世代向け（比較的健康に意識を向けている層）

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。今年度からベルク（白子・西大和）で、認定商品の確認作業開始。認定マーク掲示については相談中。

※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7月予定



令和5年度予定

全世代向け（比較的健康に意識を向けている層）

《継続取組》

イトーヨーカドー和光店では、毎月19日（食育の日）に減塩・減糖レシピを配布し、試食を行っている。また、ベルク和光白子店でも、6月よりレシピ配布を開始した。



《新規取組》

6月にJAあさか野和光農産物直売センター様が食育推進店に加入し、季節ごとのレシピ配布、認定マークにご協力をいただく予定。7月には季節の野菜レシピ配布予定。



配布レシピイメージ

令和5年度取組予定（実施済み）

◀継続取組▶ 全世代向け（健康無関心層）

食育月間取組「ちょこっとプラス」POP掲示

セブン-イレブン市内店舗様・ファミリーマート市内店舗様にご協力をいただき、おにぎりやサラダエリアにてちょこっとプラスPOPを掲示。食事の際に野菜料理1品をプラスすることで、野菜摂取量を増やす事を啓発する内容とした。



セブン-イレブン市内店舗



ファミリーマート市内店舗



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、管理栄養士による栄養相談も可能です。)

他、運動教室等のイベントでも配布。

※令和6年度リニューアル予定



令和5年度スケジュール 別紙

<R5年度 食育事業 内容・スケジュール>

第3次和光市食育推進計画の施策体系である下記①②推進に向け、ライフステージ毎の事業内容を展開する。

- ① 減塩・減糖・減脂を主とした発症予防及び重症化予防
- ② 自己管理能力の向上のための食育の推進→R5年度に注力したい目標「健康無関心層、健康になりたいが踏み出せない層へのアプローチ」

行事ライフステージ	事業内容	実施内容	実施場所	実施回数	今年度コメント	R5.3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	R6.1	2	3	4		
世代 食育推進 施策の推進	食育推進ミーティング 1回実施	ミーティング	市庁舎	年2回						認定マール施設 14回開催 イー・エス・エス 認定食品検定 (ヘルシウズ検定)					認定マール施設 14回開催 イー・エス・エス 認定食品検定 (ヘルシウズ検定)						
	食育推進ミーティング (19日食育推進)	ミーティング	市庁舎	年12回	19日食育推進 ミーティング開催のため 仕舞ひあり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	イー・エス・エス 100部、試食あり	
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	年4回	アトが光臨して 開催したミーティング					36歳以降 成人発達障害支援センター 開催 1回/1回						36歳以降 成人発達障害支援センター 開催 1回/1回				36歳以降 成人発達障害支援センター 開催 1回/1回	
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	年2回	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)					6月19日食育推進 ミーティング アトが光臨して 開催したミーティング					食育プログラム 展示						
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上						36歳以降 成人発達障害支援センター 開催 1回/1回											
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	和光市の食育推進 ミーティング開催のため 仕舞ひあり	～開催 和光西工合棟との連 帯				アトが光臨して 開催したミーティング ワーキンググループ 説明											
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	実施要領改正									実施要領改正に向けて 調査			実施要領改正				R6年度～ 新規店舗加入開始
中高 食育 推進 施策の推進	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
和光 市の 食育 推進 施策の推進	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																
	食育推進ミーティング の開催	ミーティング	市庁舎	1回/1回以上	健康の促進をアスレ ティックな活動の中で 行うことについて (健康無関心層への アプローチ)																

「食育の日」開催内容
 和光市庁舎にて食育推進推進
 1日、かつらぎ、和光市庁舎
 1日、かつらぎ、和光市庁舎
 1日、かつらぎ、和光市庁舎

「健康フェア」食育推進コンソーシアム参加啓蒙
 1日、かつらぎ、和光市庁舎
 1日、かつらぎ、和光市庁舎
 1日、かつらぎ、和光市庁舎

今後の会議開催について

コロナ禍前は、年3回の開催としていたが、、、

案①従来通り、年3回の開催とする。

案②今後は2回の開催とし、秋頃に「情報交換会」を行う

例えば、、、

テーマを「防災と食」にし、市内で災害が起きた際にどのような動きをするか、食の観点からの防災の情報共有や勉強会を行う。

などはいかがでしょうか。

健康わこう21計画・食育推進計画の見直しに係る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の実施について

【目的】市民の健康状態、世代間での交流や助け合いの現状と意識及び地域課題を把握し、多世代の人々が相互に助け愛ながら、末永く安心して暮らし続けられる地域づくりの取組を活かすことを目的として実施するもの。

●絆調査

【対象者】20歳～

※令和5年5月15日現在で和光市に住民票がある方
施設や病院等に住民票がある方、要介護3以上の方を除く
第三次調査（令和5年）の追跡調査4042名
第四次の横断調査として22788名

【発送】6月22日（木）調査書類発送
7月 7日（金）投函期限

絆調査「食に関わる設問」（令和5年度第1回HSC審議会資料より抜粋）

問 17. 次の食べ物をどれくらいの頻度で食べていますか。最近1週間ぐらいの食事について、あてはまる回答の番号に○をつけて下さい。[○は1つずつ]

	2 回 毎 日 以 上	毎 日 1 回	4 〜 週 6 に 回	2 〜 週 3 に 回	週 に 1 回	1 回 未 満 に	食 ほ べ と な ん ど
a ごはん	1	2	3	4	5	6	7
b パン	1	2	3	4	5	6	7
c 麺類	1	2	3	4	5	6	7
d 魚介類(生鮮・加工品、すべての魚や貝類)	1	2	3	4	5	6	7
e 肉類(生鮮・加工品、すべての肉類)	1	2	3	4	5	6	7
f 卵(鶏卵・うずらなどの卵で、魚の卵は除く)	1	2	3	4	5	6	7
g 牛乳(コーヒーマルチ牛乳やフルーツ牛乳は除く)	1	2	3	4	5	6	7
h 乳製品 (ヨーグルト・チーズ等。バターは含まない)	1	2	3	4	5	6	7
i 大豆製品 (豆腐・納豆など大豆を使った食品)	1	2	3	4	5	6	7
j 緑黄色野菜(人参・ほうれん草・かぼちゃ・ トマトなど色の濃い野菜)	1	2	3	4	5	6	7
k その他の野菜 (大根・たまねぎ・白菜など色の薄い野菜)	1	2	3	4	5	6	7
l 海藻(生・乾物)	1	2	3	4	5	6	7
m いも類	1	2	3	4	5	6	7
n 果物(生鮮・缶づめ。トマトは含まない)	1	2	3	4	5	6	7
o 油脂類 (油炒め・バター、マーガリン等、油を使う料理)	1	2	3	4	5	6	7

前回調査では、ごはん、パン、麺類を一括りとしたがより詳細な分析ができるよう、それぞれについて質問。

食品摂取の多様性およびたんぱく質の摂取不足のリスクを評価するため、摂取頻度の選択肢を細分化。

問 18. 厚生労働省推奨の食塩摂取目標量(男性 7.5g, 女性 6.5g)はご存知ですか。[○は1つ]

1. はい	2. いいえ
-------	--------

問 19. 普段の食事において減塩に取り組んでいますか。[○は1つ]

(例: 塩分表示を確認する、調味料を計量する、汁物を飲む回数を減らす等)

1. 積極的に取り組んでいる	2. 少し取り組んでいる
3. あまり取り組んでいない	4. 全く取り組んでいない

前回と共通の設問

問29. 次の設問について、あてはまる回答の番号に○をつけてください。[○は1つずつ]

a	食事は満腹になるまで食べますか。	1. よくある	2. 時々ある	3. ほとんどない
b	1日に煮物は何皿食べますか。	1. 4皿以上	2. 2~3皿	3. 1皿以下
c	1日に漬物は何種類食べますか。	1. 2種類以上	2. 1種類以下	
d	主食を重ねて食べますか。	1. 週3回以上	2. 週2回以下	
e	丼ものや麺類、カレーライスを食べる頻度は?	1. 週5回以上	2. 週4回以下	
f	魚卵を食べる頻度は?	1. 1日1回以上	2. 2日に1回以下	
g	麺類の汁をどの程度飲みますか。	1. 1/3以上	2. ほとんど飲まない	
h	外食の頻度は?	1. 週2回以上	2. 週1回以下	
i	濃い味付けを好んで食べますか。	1. はい	2. いいえ	

前回調査では、食物摂取頻度調査 FFQg（建帛社）の一部項目を使用したのが、食塩摂取量を算出するために必要なソフトの販売が現在終了になったため、代替項目として、推定食塩摂取量が算出できる「新潟県版塩分チェックリスト」に変更。

問 21. 主食(ごはん・麺など)・主菜(主なおかず)・副菜(小鉢等のおかず)を組み合わせた食事を1日2回以上食べる日数は週にどれくらいですか。[○は1つ]

- | | | |
|----------|-------------|----------|
| 1. 毎日 | 2. 週5~6日 | 3. 週3~4日 |
| 4. 週1~2日 | 5. ほとんど食べない | |

食事バランスのとれた生活を送れているかを把握する設問(継続)

問 22. 普段、デリバリー等の宅配やコンビニ・スーパー等で売っているお惣菜や弁当を買って食べますか。[○は1つ]

- | | | | | |
|-------|----------|----------|----------|-------------|
| 1. 毎日 | 2. 週5~6日 | 3. 週3~4日 | 4. 週1~2日 | 5. ほとんど食べない |
|-------|----------|----------|----------|-------------|

コロナ禍による食の確保手段の変化と食塩摂取状況を把握するため追加
また、市販のものを購入しながらも健康意識を持っているかの設問を追加

問 22-1. 上記の商品を購入する際に、健康を意識した商品を選ぶようにしていますか。[○は1つ]

- | | |
|--------------|----------------|
| 1. 積極的に選んでいる | 2. 時々選ぶようにしている |
| 3. あまり選んでいない | 4. 全く選んでいない |

問 23. 普段、野菜料理を1日に何皿(1皿は80gで小鉢1個程度)食べますか。[○は1つ]

- | | | | | |
|-------|---------|---------|---------|---------|
| 1. 0皿 | 2. 1~2皿 | 3. 3~4皿 | 4. 5~6皿 | 5. 7皿以上 |
|-------|---------|---------|---------|---------|

野菜摂取量の把握のため追加

問 24. 「わこう食育推進店」※をご存じですか。[○は1つ]

※健康に配慮した商品やメニュー、健康に関する情報等を提供しているお店
【登録店舗】イトーヨーカ堂和光店、いなげや和光新倉店、かつをぶし池田屋ベルク(和光白子店・和光西大和店)、セブンイレブン市内7店舗

- | | |
|-------------|-------------|
| 1. 聞いたことがある | 2. 聞いたことがない |
|-------------|-------------|



食育推進店の認知度をはかる設問

絆調査「食に関わる質問」(令和5年度第1回HSC審議会資料より一部抜粋)

問 25. 「食育認定マーク」※をご存じですか。[○は1つ]

※健康に配慮した商品等、市の基準を満たすものに対し付与されたマーク

- | |
|--------------------------|
| 1. 知っているし、商品購入時に意識している |
| 2. 知っているが、商品購入時には意識していない |
| 3. 知らない |



食育推進店の取組の認知度を
はかる設問

問 26. 埼玉県産や和光市産の農作物を意識して購入しますか(自家栽培も含む)。[○は1つ]

- | | |
|---------|----------|
| 1. している | 2. していない |
|---------|----------|

問 27. 行事食や郷土料理等、地域の伝統料理を食卓に取り入れていますか。[○は1つ]

- | | |
|----------------|---------------|
| 1. 積極的に取り入れている | 2. 少し取り入れている |
| 3. あまり取り入っていない | 4. 全く取り入っていない |

※国の第4次食育推進計画施策
にあるため追加

問 28. 食品ロスを減らすために、何らかの行動をしていますか。[○は1つ]

※食品ロス削減に含まれる行動例：残さない。食べる分だけ買う・作る・注文する。適切に保存する。
野菜の食べられる部分を捨てない。期限表示を確認する。賞味期限が過ぎても自分で食べられるか判断する。

- | | |
|-------------|------------|
| 1. 積極的にしている | 2. 少ししている |
| 3. あまりしていない | 4. 全くしていない |



※国の第4次食育推進計画施策
にあるため追加

【対象】 市内に通う小5・中2 およそ1400人対象

【実施時期】 6月中旬～7月中旬

【実施方法】 配布タブレットを利用したGoogleフォームでの回答

【内容】 資料4参照

※アンケート結果やアンケートから明らかとなった課題は教育委員会に
フィードバック予定