

地場産品を活かし地元企業とコラボした 食生活改善普及運動の取組

—宮城県東松島市の取組—

1. 実施期間 : 2018年4月18日～2019年3月20日

2. 実施店舗 :
JAいしのまき 東松島営農センター直売所 市内3店舗
やもと四季菜館(矢本店、大塩店)、菜っちゃん市場

3. 実施内容 : 地元野菜で健康生活キャンペーン

- 毎月19日の食育の日に合わせて、地元野菜にステッカーを添付し、旬野菜レシピ(SNSで配信)の配布や食事の適量等啓発チラシを用いて望ましい食事について啓発。
- 8月の「野菜の日」にちなみ、「ひがまつヘルスベジまつり」と題し、野菜を食べてステッカーを20枚集め、11月に実施予定の食育イベントで“もっと野菜が食べたくなる各種グッズ”がもらえる抽選会に応募できる企画も実施予定。

4. 本取組に対するお問い合わせ先 :
東松島市保健福祉部健康推進課
健康推進班
電話 0225-82-1111



SNSで発信している旬野菜レシピ



PR用チラシ



野菜に添付しているステッカー



プレゼント用応募用紙



地域物産品店を利用した食生活改善普及運動の取組

—北海道増毛町の取組—

1. 実施期間 : 2018年9月～

2. 実施店舗 : ましけマルシェ※

※増毛町の観光協会が運営する物産品店
営業期間:4月～11月



3. 実施内容 : 増毛町の住民の健康課題となっている高血圧の改善のため、住民へ減塩意識を広めることを目的に、以下の普及啓発活動を実施中。

① 増毛町オリジナル減塩醤油「増毛醤油く塩分ひかえめ」を使用した減塩メニューと市販の減塩食品を利用した減塩メニューの組み合わせによる減塩料理を提供。

(例)9月27日:「鶏つみれ汁と減塩いなり寿司のセット」(下部の左画像)は、開始1時間程度で100食が完売。45食を追加したが、これも30分ほどで提供終了(下部の中画像)。

② 店内では、上記①のメニューにも使用した、9社37製品の減塩食品(全て日本高血圧学会の減塩食品リスト掲載品)を展示し、販売(下部の右画像)

4. 本取組に対するお問い合わせ先 : 北海道増毛町役場企画財政課企画係
電話 0164-53-1110



(参考)北海道増毛町における減塩の取組について

○ 背景

増毛町は、国保特定健診の結果、平成23年度にⅡ度高血圧(160/100)以上者の割合が北海道の179市町村の中で最も高く、高血圧の課題があることが明らかになった。

これに対して、平成26年度までは具体的な対策を実施できなかったため、高血圧が要因となる脳卒中の多発により、介護認定率が国及び北海道の上昇率を上回り、介護保険料も制度開始当初は2,709円と北海道内で143番目であったが、平成30年度は6,291円と8番目に高額となった。

○ 高血圧対策

高血圧が原因となる、住民の健康状況の悪化、高医療費、高介護費による、住民経済、町財政の圧迫改善を目的として、以下の取組を実施した。

- ・ 平成27年度末より高血圧者への治療推奨の強化
- ・ 平成28年度よりメタボ対策として運動実施環境の整備
- ・ 平成29年度より食事記録と尿中塩分測定を実施
- ・ 平成30年度に増毛町オリジナル醤油「増毛醤油く塩分ひかえめ」を開発し、本商品をフラッグシップとして、減塩料理の試食会の開催や、減塩商品を住民が手にしやすい環境の整備などの減塩推進事業に着手

[減塩推進事業(当初アプローチは以下の3つ)]

- ① 増毛醤油の普及による、住民への高血圧課題の意識付け
 - ・ 増毛町民のために開発された増毛醤油を初年度は無料配布し、浸透を図る。
- ② 減塩食品の普及による、食塩摂取量の低減
 - ・ 食品メーカーの協力を得て、町物産品店に減塩食品コーナーを設置する。
- ③ 減塩料理の試食会を開催することによる、減塩の先入観の瓦解
 - ・ 各地区で減塩料理の試食会を住民参加型で開催し、「おいしい」を実感してもらう。

(参考)増毛町における減塩の取組について

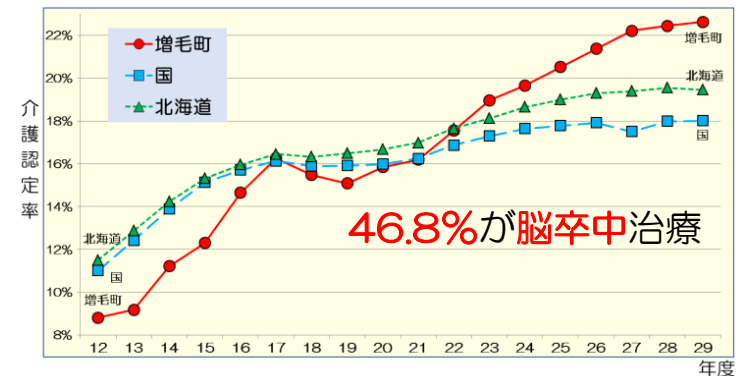
https://furusato-mashike.jp/information/article_1539153513.html



[基本情報](2018年11月1日現在)

- ・ 人口: 4,262人
- ・ 65歳~74歳人口: 804人
- ・ 75歳以上人口: 1,095人

増毛町の介護認定率(全国、北海道との比較)



増毛醤油

地域小売店、食品メーカーと協働した食生活改善普及運動の取組

—岐阜県下呂市の取組—

1. 実施期間 : 2018年7月～

2. 実施店舗 :

- 下呂市減塩推進協力店(13店舗)
- JAひだ(Aコープ5店舗)、マツオカ(2店舗)
- その他(下呂魚介・やましげ・まるけん等6店舗)

3. 実施内容 :

- 2018年7月より毎月14日から20日を「下呂市減塩週間」と定め、減塩食品を積極的に取り扱う「下呂市減塩推進協力店」を募集。店舗には「減塩推進のぼり旗」を設置し、店内では減塩チラシやポップを掲出していただき、食生活への減塩食品の導入を奨励。
- 食生活改善推進員等の協力で、減塩食品を利用した馴染みあるメニューでの試食会と普及活動を展開(野菜の煮物、けいちゃん<鶏肉炒め>)。
- 日本高血圧学会の減塩食品リスト掲載品を保有する企業18社を中心に、店舗での減塩食品の取扱い要請の活動を行っていただき、妊婦健診・乳幼児健診・特定健診等で減塩食品を紹介。

4. 本取組に対するお問い合わせ先 :

下呂市健康医療課

電話 0576-53-2101

FAX 0576-53-2102

E-mail kenkou@city.gero.lg.jp



(参考)岐阜県下呂市における減塩の取組について

○ 背景

岐阜県下呂市は、国保の生活習慣病受療状況で、平成27年度に脳血管疾患及び高血圧で受診している割合が岐阜県の42市町村の中でそれぞれ1位、5位と高いことが明らかになった。

これらの健康課題に対して、これまでライフステージ別に減塩に向けた取組(下表参照)を実施してきたが、小売店で減塩食品を取扱う数が少ないなど、減塩に向けた社会環境整備は未整備であったことから、以下の取組を実施した。

[減塩に向けた環境整備の取組]

- ・ 下呂市減塩週間の設定、減塩推進協力店の認定、店舗での減塩食品の取扱いを要請
- ・ 国保特定健診での尿中塩分測定の実施と会場での減塩食品の紹介や試食
- ・ 健康フォーラム「下呂・減塩・元気大作戦」での減塩郷土食(けいちゃん)の試食と減塩食品の展示など



[基本情報](2018年4月末時点)

- ・ 人口: 32,933人
- ・ 65歳～74歳人口: 5,369人
- ・ 75歳以上人口: 7,330人

ライフサイクルにおける減塩の取組について～脳・心臓・腎臓の血管を守るために～

★は新規事業

対象者	妊娠	乳幼児期	保育園	小学校	中学校	高等学校	大学	就労	40歳以上
健診名等	妊婦健診	乳幼児健診	学校健診				職域健診	特定健診	すこやか健診
法的根拠	母子保健法		学校保健安全法				労働安全衛生法	高齢者医療確保法	
減塩の取組み	【母子手帳交付時】生活習慣病遺伝因子の確認 危険因子に応じた保健指導 妊娠期に必要な食品の目安量、適正な塩分の指導	乳幼児健診の集団教育 各時期の食品の目安量と適正な塩分の指導 3歳児健診にて、尿塩定量検査実施	5歳児尿塩定量検査の実施 ↓ 減塩のための保護者向け健康教育実施 園児の尿検査結果、生活アンケートを基に保育士と健康課題の共有 子ども園: 給食の塩分減少	給食の塩分減少 学校給食メニューに毎月良塩くん、17日は減塩の日を掲載する ★ 中3健診で尿中塩分測定、生活習慣病予防の教育実施	食生活改善推進員 益田栄養士会による減塩教育			協会けんぽ等との連携 ⇒減塩についての協力(試験的な尿中塩分検査の検討) ★ 健康増進推進事業所認定事業における減塩推進 保健師・栄養士による出前講座の実施	★ 尿中塩分測定から、1日の食塩摂取量を推定 ↓ 結果説明会で塩とからだのしくみについて教育 減塩商品の試食 食生活改善推進員による集団健診会場における減塩指導 ↓ 減塩商品の紹介

(参考)下呂市健康医療課ホームページ

http://www.city.gero.lg.jp/jichimaru_jpn/departmentTop/node_1049/node_1097

公衆浴場と協働した食生活改善普及運動の取組

— 北海道函館市の取組 —

1. 実施期間 : 2018年9月1日～9月30日

2. 実施店舗 : 公衆浴場(20カ所)

3. 実施内容 :

栄養指導の場面で牛乳・乳製品の摂取量は個人差が大きいと感じること、北海道(函館市含)は、全国と比較してカルシウム摂取量が不足していることから、牛乳・乳製品の摂取習慣の定着に焦点を当てて実施した。

本市は、市内のいたる所に源泉が湧き出るといって全国でもめずらしい街であり、天然温泉を利用した公衆浴場が多く、市民の多くに親しまれている。また、公衆浴場は、自分の体と向き合う絶好の場であり、“牛乳”販売もされていることから、公衆浴場と協働して実施することとした。

具体的な取組としては、牛乳・乳製品の摂取習慣の定着に繋がるよう、本市の食育推進キャラクターをデザインした普及啓発のポップを飲料販売コーナーに掲示を依頼し、“牛乳・乳製品で健康生活”等の食育を推進した。また、ポップの裏面に、“カルシウムの重要性や、本市食生活改善推進員考案の“乳製品！簡単おやつレシピ”等も掲載し、実践に繋がるような情報提供も行った。

4. 本取組に対するお問い合わせ先:

函館市保健福祉部健康増進課

電話 0138-32-1515

