

## Ⅱ 主な取組の状況

### 1 食を通じて健康な体をつくるために



幼児期から高齢期にいたるまでライフステージに応じた「バランスのとれた規則正しい食生活の実践」、子どもの肥満予防や思春期からの過度な痩身の予防、職場等での健康指導など「生活習慣病や過度な痩身等の予防」、及び「食の安全に関する信頼の構築」に取り組みました。

#### (1) バランスのとれた規則正しい食生活の実践

栄養バランスのとれた規則正しい食習慣を身につけることは、健康な体を作るための基本であり、各ライフステージでバランスのとれた規則正しい食生活の実践に取り組みました。

### 節分における乳児の食育活動

名古屋市立東志賀保育園

●実施時期：平成 26 年年 2 月 3 日

●対象者：保育園児及び保護者

#### ●内容

0 歳～2 歳児の園児たちが、日本の伝統行事である節分を楽しみました。乳児なので、視覚でよくわかる食育活動はできないかと考え、午後のおやつに、節分にちなんだ“鬼おにぎり”を作りました。おかかご飯やあられなど、身近な食材で作った“鬼おにぎり”に大喜びの子どもたちでした。

保護者にもぜひ知ってもらいたいと、鬼おにぎりのレシピを写真と共に掲示しました。つのをあられでなく人参で作るなど違うパターンの作り方も紹介することができました。



#### ●活動の成果、今後の課題

乳児にもイメージしやすいものだったので、会話を楽しみながら食事をすることができました。また、写真があることで保護者にも伝わりやすく、声をかけると掲示を見に行かれる保護者がたくさんいました。今後も乳児にもわかりやすく、食への興味を持てるような活動を考えるとともに、保護者にも発信していきたいと思えます。



〈取組項目：乳幼児期における基本的な食習慣の確立〉

〈取組場面：保幼〉



●実施時期：通年      ●対象者：全学年

●内容

2年生では生活科で、夏野菜・冬野菜を育てる授業を行いました。自分たちで野菜を育てることの大変さを知り、育っていく野菜に愛着や喜びを感じることができました。出来た野菜は収穫して食べ、食への関心を高めることができました。

6年生では家庭科で、食事について考える授業を行いました。

1食の食事のバランスや栄養価を考えて、家族みんなが喜ぶ食事を作り、食の大切さを知ることができました。

学校全体では、児童が食について関心をもてるように、月ごとの給食目標のポスターを作成し、校内2か所に掲示したり、給食への関心を高めるようなポスターを作成し、廊下に掲示したりするなどの啓発活動を行いました。

また、給食完食賞を作り、給食を残さず食べることで、給食の大切さを知り、給食を作ってくれる方々に感謝の気持ちを育てる活動も行いました。

●活動の成果、今後の課題

食育についての各学年の実態や教育課程に即した食の授業は、創意工夫が見られ、身近な食への興味を大きくし、児童の興味・関心を高めるためのアピールになりました。特に2年生では、収穫した物を家庭に持ち帰り、家庭での食育にもつなげることができました。校内での啓発活動も含めて、今後も続けていきたいです。



〈取組項目：学校における小中学生への食に関する指導の充実〉

〈取組場面：学校〉

小学校出前講座

●実施時期：平成26年1月16日      ●対象者：小学4年生

●内容

子どもたちの食育のため、学校と連携した活動がしたいと考えていたところ、地元の神田小学校より依頼があり、4年生72人を対象に出前講座を行いました。当日は、学校公開日のため保護者の見学もありました。

当日は、朝ごはんやおやつとして活用してもらえよう、愛知県栄養士会のレシピから大根餅を紹介し、調理実習や試食をしました。

●活動の成果、今後の課題

子どもたちが自分で体験したこの講座で、食の大切さや調理の面白さを感じとり、日頃の食生活を大切にすることにつながればと感じています。



〈取組項目：学校における小中学生への食に関する指導の充実〉

〈取組場面：学校〉

## 小中学校でのこころとからだの健康教育

公益財団法人 愛知県健康づくり振興事業団

●実施時期： 通年

●対象者： 小中学生・保護者・教員

### ●内容

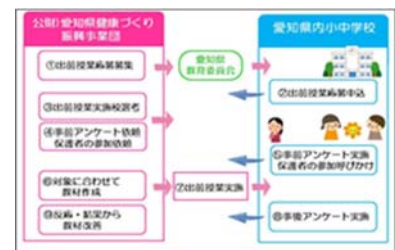
あいち健康プラザでは、健康で望ましい生活習慣を実践する動機づけを図るために、愛知県内の小中学校と連携して出前健康教育を実施しています。

内容は、食事、運動、睡眠、こころなどの項目から、学校側の要望に応じて企画しています。食事については、朝食の重要性、食事バランス、おやつとり方などをテーマにしており、平成25年度は、43市町村の小中学校51校、14,407人に出前健康教育を実施しました。

### ●活動の成果、今後の課題

児童生徒を対象とした実施後アンケートでは、小学生4～6年生で96.5%、中学校1～3年生で92.5%がわかりやすかったと回答がありました。教材は、学校からの評価や児童生徒の反応を基に改善を繰り返しています。

今後は、新たなテーマの教材開発、新たな世代を対象に健康教育を広めたいと考えています。



〈取組項目：学校における小中学生への食に関する指導の充実〉

〈取組場面：学校〉

## 「親子で早寝、早起き、朝ごはん」

岡崎市立河合中学校PTA

●実施時期：平成25年11月

●対象者：生徒75名とその保護者

### ●内容

本取組は、二年目を迎えます。11月の1か月間、「親子で早寝、早起き、朝ごはん」運動に取り組みました。実施後のアンケート調査では、「親子で朝食」の取組は、53%の家庭が一緒に食えることができました。また、「健康を意識した朝ごはん」への取組は、「できた」と回答した家庭が86%と高い値でした。これは、健康に対する意識の高さを示すものであり、食事を摂るだけでなく、食事をする時間や栄養バランスのよい朝食への気遣いがうかがえました。

### ●活動の成果、今後の課題

保護者からは「朝食中に会話をすることで一日の始まりが楽しくなった。」と回答がありました。全生徒が朝食を作る試みも行われ、親子共に朝食への関心は高まりました。しかし、親子で朝食を食べられなかった家庭が47%あり、家族の生活パターンの違いをどのように克服し、親子で一諸に食えることができるかが大きな課題です。



〈取組項目：小中学生の食育のための家庭への支援〉

〈取組場面：学校、地域〉

## 学校食育資料(高校生向け資料)を活用した高等学校等における食育

愛知県

●実施時期：平成25年12月～ ●対象者：県立学校高校生、特別支援学校高等部生徒

### ●内容

生涯にわたって健やかな心身と豊かな人間性を育むために、小・中学校からの食育を継続して高等学校での食育を推進するための資料を作成しました。

毎日バランスのよい朝食を食べる習慣を身に付けることを目的に、間食、夜食、ダイエットをとりあげ、高校生が自分の課題として取り組むことが出来るようにした資料を愛知県内全県立学校の高校生及び特別支援学校高等部生徒に配布し、ショートホームルームや授業等の時間に活用しました。



### ●活動の成果、今後の課題

家庭科、保健体育科等の教科やホームルーム活動や生徒会活動等、各学校の実態に併せた活用で、生徒が自分の食生活を振り返るきっかけや食に関する授業につなげることができました。12月の配布であったため、授業等で生かしきれなかった反省から、今後は年間計画に盛り込み、活用できるような周知を予定しています。



〈取組項目：高校における食育の充実〉

〈取組場面：学校〉

## 健康感じる弁当の提供

大府市、大府市内飲食店

●実施時期：平成25年6月1日 ●対象者：市民

### ●内容

市民の方の健康づくりに役立ててもらうことを目的に、市と市内飲食店が一緒になって、不足しがちな野菜をたっぷり盛り込んだ「健康感じる弁当」を開発しました。

市内飲食店に呼びかけたところ4店が名乗りを上げ、以下の3つの条件のもと、4つの「健康感じる弁当」が誕生しました。

①野菜を200g以上使用。②市の管理栄養士が監修。③各お店の技と知恵に健康をプラス

6月1日に開催したおおぶWELL 噛む健康祭にて、各店50食を提供しました。このお弁当を食べることで野菜をしっかりとることを体験し、日々の食生活の参考にしていただくことを期待します。



### ●活動の成果、今後の課題

市内飲食店の健康を意識した飲食の提供や、市民の方が野菜をしっかりとる意識づけの機会となりました。

健康祭終了後も継続販売可能な飲食店と継続が難しい飲食店があり、市民の皆さんが日頃から気軽に利用できる、健康を意識した飲食店制度を検討しています。今後は制度化を実現できるよう、様々な課題解決が必要です。



〈取組項目：青年期以降における健全な食生活の実践の支援〉

〈取組場面：地域〉

●実施時期：平成25年度 偶数月

●対象者：母親（両親学級）に参加している妊婦

●内容

母親教室（全4回）の第2回目に、妊娠中の食生活についての講義と調理実習を行っています。妊娠期の食生活が胎児に与える影響やこの時期に特に気をつけたい食生活について学ぶ講話と、実際に調理し、食べることで、自分の適量やバランス、味付けについて学び、食生活を見直す機会を持つとともに、今後母親として、離乳食づくりや家庭の食事に役立てることを目的に実施しています。



●活動の成果、今後の課題

教室に参加された方は、「こんなに普段ご飯は食べてない」「野菜がいっぱい」などの声があがっており、実際に食べることで普段の食生活の見直しができているようです。今後は、妊娠前の若い世代から食の正しい知識をもち、健康な子どもを生み育てられる体づくりの大切さを啓発する必要があると感じています。



〈取組項目：「妊産婦のための食生活指針」の推進〉

〈取組場面：地域〉

# 60歳からの栄養・健康教室

●実施時期：平成25年6月

●対象者：60歳以上の市民

●内容

食事を通して栄養や健康について関心を持ってもらおうと、60歳以上の市民を対象に栄養・健康教室を開催しました。健康やバランスの良い食事について管理栄養士などが講話を行い、食や健康について理解を深めました。



その後、食生活改善推進員の指導の下、調理実習で簡単にできるメニューに挑戦し、参加者全員で食べることで、食生活への関心を持ってもらうことや、料理をすることに興味を持ってもらいました。

●活動の成果、今後の課題

参加者の方からは、「今まで料理をすることがなかったが、今後は挑戦したい」などの感想が聞かれました。

これからも、食生活に関心を持ち、自分で調理をするきっかけになる活動として、またコミュニケーションを取りながら作る楽しさや食べることの大切さを感じてもらおうように取り組んでいきたいと思ひます。



〈取組項目：高齢期における食による健康維持の推進〉

〈取組場面：地域〉



## (2) 生活習慣病や過度な痩身等の予防

生活習慣病を予防するため、若年期からのメタボリックシンドロームや思春期からの過度な痩身について、食生活の改善や歯の大切さなどの食の視点を中心に予防対策を推進しました。

### 子どもの健康な体作り

津島市立津島幼稚園（国公立幼稚園長会）

●実施時期：平成 25 年 11 月 6 日、12 月 12 日

●対象者：園児

#### ●内容

津島市立津島幼稚園では、市の歯科衛生士を招いて歯磨き指導や、よく噛んで食べること、おやつの時間や量を決めて食べることなどを教えていただきました。

また、食育推進ボランティアの方々からは、体を大切にする話や、「食まるファイブ」と一緒にバランスのよい食生活をしようと、りきまる（黄）、肉丸（赤）、ベジまる（緑）、ほねまる（白）、フルーツまる（紫）の食品クイズを交えながら楽しくバランスのとれた食生活についての話を聞くことができました。

肥満の防止や小児生活習慣病の予防につながる食生活の大切さを知る良い機会となりました。

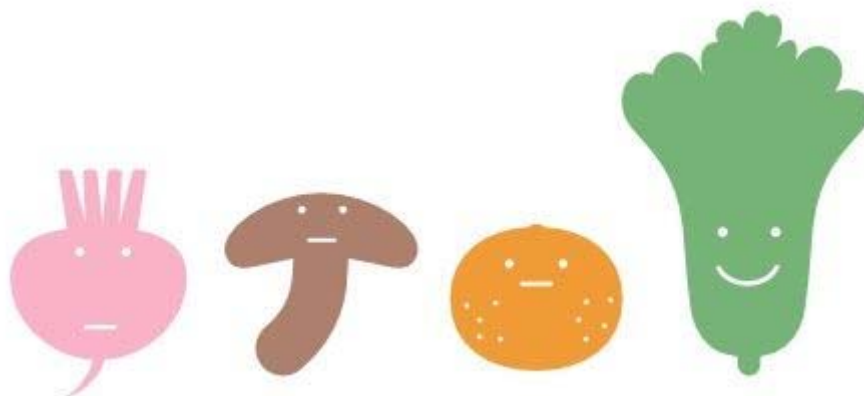
#### ●活動の成果、今後の課題

子どもたちは、「好き嫌いしないで、なんでも食べるんだよね」「そうそう、良く噛んでね」と歯科衛生士の方やボランティアの方々から指導していただいたことを思い出しながら給食を食べています。また、家庭にも食生活の大切さ、肥満の防止・小児生活習慣病の予防などの意識を高めていけるように働きかけ、今後も園と家庭で子どもの健康な体作りを進めていきたいです。



〈取組項目：子どもの肥満予防等の推進〉

〈取組場面：保幼〉



## 保健師を招いた歯みがき指導とうがい

名古屋市立楠西幼稚園(国公立幼稚園長会)

●実施時期：平成25年6月～翌年3月

●対象者：4、5歳児

### ●内容

歯を大切にする意識を高めるため、6月に保健師と歯科衛生士を招き、食事の大切さについて紙芝居を見たり、歯ブラシのブラッシングの仕方を知って実際磨いたりする指導を受けました。

虫歯が多い傾向にある本園では、虫歯予防のために、平成25年度からフッ化物洗口も行っています。食後、口をきれいにした後で、担任の管理のもと、音楽に合わせて2分間フッ化物薄め液のうがいに毎日取り組みました。



### ●活動の成果、今後の課題

日ごろから保護者にも歯の大切さについて伝えること、園児との生活の中で毎日食べたら歯を磨く、うがいをするという習慣づけを園から発信していくことで、次第に歯の健康への関心が高まってきました。今後は、入園前の保護者にも啓発していきたいと思えます。



〈取組項目：歯の大切さについての子どもへの啓発活動の推進〉

〈取組場面：保幼〉

## 望ましい体格を知るためのリーフレットの作成、及び配布

小牧市保健センター 健康日本21こまき計画「栄養・食生活」部会

●実施時期：通年

●対象者：小学5年生、中学1年生

### ●内容

子どもの肥満、やせに対するアプローチとして、健康日本21こまき計画「栄養・食生活」部会で検討を重ね、子どもの健康に対する興味、意識を高めるきっかけづくりとなるように、「夢をかなえたいあなたへ」という題名で、どの職業でも健康な体が必要であり、そのためには①自分の体を知る(BMI)、②適切な食事の目安量、バランスのとれた食事を知る、③体格別のアドバイスを知るという内容のリーフレットを市内全小学5年、中学1年生に対して配布、さらに、1か月後にアンケートを実施しました。アンケート対象は、各学校各学年1クラスとその学年の担任全員を対象として、1か月後もリーフレットの内容を覚えているか、意識、行動に変容が起こったかを検証しました。



### ●活動の成果、今後の課題

アンケート結果では、1か月後に内容を覚えている割合が高く、日常生活意識の改善もみられ、配布による「意識付けのきっかけとする」目的は達せられていると考えられました。しかし、ダイエットを希望する項目については配布前後で大きな意識変化はみられませんでした。約6割の先生が健康の重要性などの声かけをされ、子どもたちもしっかり見聞きしていたとのこと。平成24年度より2年続けて配布したことにより、先生方の理解も得られてきたと感じています。今後はより効果的な配布方法、時期を設定したいです。



〈取組項目：思春期からの過度な痩身の予防対策〉

〈取組場面：学校〉

●実施時期：通年 ●対象者：特定給食施設等

●内容

健康増進法に基づき、特定給食施設（特定多数の者に対し継続的に1回100食以上または1日250食以上提供する施設）等に対し、保健所が巡回指導を行っています。

愛知県の20～60歳代男性の約4人に1人が肥満傾向であり、年々悪化していることから、平成25年度は、20～60歳代男性の肥満者の割合の減少を重点目標とし、事業所への巡回指導の強化を行いました。

●活動の成果、今後の課題

保健所での巡回指導の結果（指導件数や給食施設の好事例）は、平成26年度の指導に活かします。

■指導件数：798件

■好事例：野菜バイキングコーナーの設置  
味噌汁と減塩味噌汁の2種類の提供  
健診データからの栄養目標量の算出



〈取組項目：職場での健康診断等に基づく食生活改善の推進〉

〈取組場面：職場〉

もっと噛んで歯ッピーレシピコンテスト

一般社団法人 愛知県歯科医師会

●実施時期：平成25年5月～8月 ●対象者：県民

●内容

生涯おいしく楽しく食べるためには、歯や口が健康でよく噛んで飲み込めることが重要であることから、栄養バランスを考慮した「よく噛んで食べるように工夫を凝らしたオリジナルレシピ」作品を募集し、平成25年12月1日(日)に開催された第34回愛知県学校歯科保健研究大会の中で優秀作品を表彰しました。

（金賞作品のレシピは愛知県歯科医師会ホームページに掲載しています。 <http://www.aichi8020.net/>）

■入賞作品：キッズレシピ部門・高齢者部門・地産地消部門  
金賞各1作品、銀賞各2作品

■共 催：公益社団法人愛知県栄養士会、愛知県教育委員会

■後 援：愛知県農林水産部食育推進課、中日新聞社、一般社団法人愛知県歯科技工士会、公益社団法人愛知県歯科衛生士会

■協 賛：イチビキ(株)、(株)モリタ

●活動の成果、今後の課題

平成25年度より愛知県教育委員会にこの事業を理解していただき、県下の学校に通知して頂いた結果、多くの児童・生徒より応募がありました。また県下の栄養や調理に関する学校や組織にも案内をしました。

お口の健康があって全身の健康があることは、県民にも理解されることと思いますので、今後さらに医療関係や食品関係にも、本事業周知の展開を考えています。



〈取組項目：地域における健康づくりの推進〉

〈取組場面：地域〉



### (3) 食の安全に関する信頼の構築

食の安全に関する正しい知識と理解を深め、安心して健全な食生活を実践できるよう、食品表示や食品の安全性確保のための対策などについて、情報の提供や意見交換などを行い、食の安全に関する信頼の構築に取り組みました。

#### 食品表示制度について研修会を開催

愛知県

●実施時期：平成25年10月      ●対象者：食品関連事業者

##### ●内容

平成25年10月、名古屋市及び岡崎市で、食品関連事業者の方々を対象として、食品表示に関する研修会を開催しました。

研修会では、食品表示に関する法律の基本的な事項を説明するとともに、愛知県が実際に事業者の方々とは接する際、よく確認する不適正な事例を紹介しました。

また、講義だけではなく、演習問題を参加者の皆さんと一緒に考え、食品表示に対する理解を深めました。



##### ●活動の成果、今後の課題

参加者の方からは、「食品表示について再確認するきっかけになった」、「具体例を交えた内容で良かった」などの感想がありました。

食品表示は消費者が商品を選択するための大切な情報源です。今後も、食品表示制度の理解が深まるように取組みたいと思います。

〈取組項目：食品表示の適正化の推進〉

〈取組場面：地域〉

#### 食品衛生の専門家「ハサップ博士と行く、食品衛生ミステリーツアー」

愛知県、厚生労働省・東海北陸厚生局、森永乳業株式会社 中京工場

●実施時期：平成25年8月9日      ●対象者：県内在住の親子13組

##### ●内容

愛知県では食に関する正しい知識を深めてもらうため、親子参加型の工場見学を実施しています。平成25年度は、県内の製造工場に御協力いただき、乳製品ができるまでを見学しました。

紙パックや瓶製品の牛乳製造ラインを見学し、食品製造施設が行っている安全な食品を製造するための取組について学習しました。

また、手洗いの方法についても学習し、実際に手を洗い、洗い残しの有無について手洗いチェッカーを用いて確認しました。

URL：<http://www.pref.aichi.jp/cmsfiles/contents/0000064/64041/2013risukomihoukoku.pdf>



##### ●活動の成果、今後の課題

実際に製造現場を見ることで、食に対する知識や理解を深めることができました。

また、普段は行わない手洗い後のチェックをすることで、楽しく学ぶことができました。

参加者からは「衛生管理に気を配っていることに感心した」、「手洗いはやっているつもりでもなかなか洗えてない」といった感想をいただきました。



〈取組項目：食の安全に関する情報提供や意見交換〉

〈取組場面：地域〉

●実施時期：平成 26 年 3 月 5 日 ●対象者：漬物製造業者、関連業者

●内容

愛知県では食品製造施設において、HACCP の優れた手法を利用した衛生管理システムを導入することを推進するため、講習会等を実施しています。平成 25 年度は、公益社団法人 愛知県漬物協会からの依頼もあり、漬物製造業者及び関連産業に従事される方を対象に HACCP の考え方について講演しました。

講演内容として、HACCP システムとは何かという基本的な話から始まり、特に厳重に管理する必要がある工程の決定方法等について説明しました。

●活動の成果、今後の課題

HACCP に基づく工程管理を導入した場合、愛知県では「愛知県 HACCP 導入施設」として知事が認定しています。HACCP に基づく工程管理を導入する利点などについて質問を受け、参加者が興味を持てたと感じました。

愛知県 HACCP の新規導入施設数が低迷する中、講習会等を通じて新規導入施設を増やしていきたいと考えます。



〈取組項目：安全に関する自主管理と情報開示の促進〉

〈取組場面：地域〉

●実施時期：平成25年10月20日 ●対象者：県民

●内容

一般県民を対象に、名古屋駅前のウインクあいち大ホールで開催した福祉医療公開講座において、愛知県薬剤師会常務理事による「薬剤師が話す食育の話5」と題して、日々病気と向き合っている職業である薬剤師として「食と疾病」の観点から、食の機能を分り易くスライドを用いて講演しました。

また、食育について、栄養のバランスやメタボリックシンドローム対策について考えたり、「薬食同源」の考え等を解説したプリントも配布しました。

●活動の成果、今後の課題

この公開講座は、厚生労働省を始めとして日本薬剤師会、各都道府県薬剤師会が主催する「薬と健康の週間（10月17日から23日まで）」に合わせて本会が毎年開催する公開講座で、好評のためシリーズ5年目となっています。継続して実施することにより、食育・健康食品・医薬品に関心を持っていただくよう今後も努めていきます。



〈取組項目：食品と医薬品との相互作用に対する普及啓発〉

〈取組場面：地域〉