

## 地域における健康教育システムの構築をめざして ～食育の推進の具体的方策を中心に～

北多摩南部保健医療圏 多摩府中保健所

<b>実施年度</b>	開始 平成15年度                      終了 平成17年度
<b>背景</b>	<p>子どもの野菜嫌い、成人の肥満や痩せ傾向など都民の栄養・食生活上の問題点は、東京都健康推進プラン21の推進目標と関連が深く、地域の健康づくりを推進するうえで、早急に対策を図ることが重要課題となっている。</p> <p>そこで、給食施設栄養士、地域活動栄養士、そして保健栄養関係者・飲食店・関係機関と連携を図り、健康栄養教育システムをつくり、効果的な食育の推進を図る。</p>
<b>目標</b>	<p>東京都健康推進プラン21の健康的で楽しい食生活の実践の目標に位置づけられている「1日最低1食、きちんとした食事を家族等2人以上で楽しく、30分以上かけている人の割合を増やす」を目標の一つにして、地域の食を通した健康づくりを推進した。</p> <p style="text-align: center;"><b>地域に根ざし、子どもの頃から「食の楽しさ、大切さがわかる」</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1 地域における食育の実践活動</li> <li>2 食育指導者の育成・支援</li> <li>3 食育教材の開発</li> <li>4 地域の食育推進ネットワークの構築</li> </ol>
<b>事業内容</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 地域における食育の実践活動             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 地域施設における食育実践活</li> <li>(2) 持ち帰り教材による家庭への普及</li> </ol> </li> <li>2 指導者の育成・支援             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 食育事例集の発行（117事例）</li> <li>(2) 食育指導者の講習会等の実施</li> </ol> </li> <li>3 食育教材の開発             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 電子紙芝居等の作成・上演</li> <li>(2) 食育普及教材の貸与・配布</li> </ol> </li> <li>4 地域の食育推進ネットワークの構築             <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) 食育シンポジウムの企画・開催</li> <li>(2) 第1回シンポジウムのテーマ 子どもの健康づくり ～『食』からみえてくるもの・できること～</li> <li>(3) 第2回シンポジウムのテーマ 子どもたちにとって本当の豊かさって何ですか？ ～生活習慣病からみえてくるもの～</li> </ol> </li> </ol>
<b>評価</b>	<p>食を通した健康づくりを具体的に推進するために、食生活習慣が形成される乳幼児期からの食育として取り組んだことは、生活習慣病の予防と健康寿命の延伸のためには重要なことである。</p> <p>国の食育基本法の制定に先駆けて平成15年度から3年間にわたって各種の取り組みを「食育」として事業化して推進してきたことは、地域の「食」に関わる関係者が協働して推進していく体制の構築が、健康課題・教育課題であるとの共通認識を深め、連携・協力の強化につながった。</p>
<b>問い合わせ先</b>	<p>多摩府中保健所 生活環境安全課 保健栄養係</p> <p>電 話 042-362-2334</p> <p>ファクシミリ 042-360-2144</p> <p>E-mail S0000348@section.metro.tokyo.jp</p>

## 事業の背景

生活習慣病の予防と健康寿命の延伸のためには、食生活習慣が形成される乳幼児期からの食育に取り組むことが重要である。

多摩府中保健所では、国の食育基本法の制定に先駆けて、平成15年度から平成17年度の3年間にわたり、「東京都健康推進プラン21」にある『1日最低1食、きちんとした食事を家族等2人以上で楽しく、30分以上かけてとる者を増やす』ことを目標に、地域施設での食育の実践指導や指導者の育成、食育普及教材の開発などの事業を展開した。食育の推進は、従来の保健・指導事業の枠を超えて、地域の関係機関・団体の総合的な連携・協力が必要であり、本事業ではシンポジウムや地域講習会の開催等を通じて、地域の食育推進ネットワークの構築に向けて力を注いだ。



## 事業の内容

子どもの野菜嫌い、成人の肥満ややせ傾向など都民の栄養・食生活上の問題点は、健康日本21の推進目標と関連が深く、地域の健康づくりを推進する上での重要な対策課題となっている。

多摩府中保健所は、平成15年度から3年間にわたり地域の食育推進に先駆的に取り組み、「地域に根ざし、子どもの頃から食の楽しさ、大切さがわかる」を目標に、

- 1 地域における食育の実践指導
- 2 指導者の育成・支援
- 3 食育教材の開発
- 4 地域の食育推進ネットワークの構築

の4つを柱とした事業を展開した。

特に、保育施設や幼稚園等の栄養士、保育士などの食育指導者を支援するために作成した圏域の食育事例集や電子紙芝居・ペープサート（※）などの食育資料・教材は、地域施設における食育実践指導の浸透と広がり大きく貢献した。また、平成17年度には、食育に関わる地域の多様な関係者・関係団体が集うシンポジウムを開催し、食育が栄養指導を超えた地域の総合的な健康課題・教育課題であるとの共通認識を深め、連携・協力の強化につながった。

※)ペープサート:和製英語 *paper+puppet+theater*の造語

## <食育推進事業の内容>

### 1 地域における食育の実践指導

#### (1) 地域施設における食育実践活動

地域の食育実践の拠点となる幼稚園や保育園等に職員が出張し、紙芝居や寸劇を通して、子どもたちに楽しくわかりやすい食育を実践した。

#### (2) 持ち帰り教材による家庭への普及

食育の日常化をめざし、家庭の保護者に食育のメッセージが伝わるよう、園児等の持ち帰り教材を工夫した。食育の実践指導は大変好評で、保育所・幼稚園からの依頼件数が年々増加している。また、当保健所が開発した食育教材や資料を基に独自の指導メニューやマニュアルを作成する施設も増えており、食育のすそ野が広がってきている。

#### (3) 3年間の実績

##### ① 主な実施対象者

乳幼児(40回)、学童(5回)、成人(4回)、高齢者(3回)

##### ② 実施回数と延指導人数

平成15年度 11回 延 704人

平成16年度 16回 延1231人

平成17年度 25回 延1585人(平成17年12月1日現在)

##### ③ 実施媒体

紙芝居、ペープサート、ポスター、寸劇、ミニパネルシアター 等

##### ④ 実施テーマ

栄養バランスについて (楽しいごはん 等)

野菜を食べてもらおう (野菜の国へ行ってこよう!!・野菜のかくれんぼ 等)

食事を楽しむ (ももちちゃんのおやつ・おやつを食べて元気になろう! 等)

食事を作る (ぼかぼかカレーいただきます! 等)

朝食を食べる(朝ごはん大好き!!・おいしさ発見!朝ごはん 等)

その他 (もぐもぐおいしいね(よく噛んで食べよう) 等)



＜電子紙芝居コンテンツ一覧＞



4 地域の食育推進ネットワークの構築

(1) 食育推進シンポジウムの企画・開催

家庭、保育所・学校、医療機関、生産者、食品流通業、行政等が連携して地域社会全体で食育に取り組む食育推進ネットワークの構築を意識づけるため、平成17年度に3回の食育推進シンポジウムを企画・開催した。

シンポジウムでは、食を取り巻く多様な分野からの専門家を招き、「地域で楽しく食事ができる」をキーワードに、地域の食育を推進する環境整備や仕組みづくりに各分野が少しずつ協力・連携していくことの大切さを確認した。

(2) 開催実績(食育推進シンポジウム～「健康日本21の推進 子どもからの健康づくり」)

【第1回】

- ・開催日 平成17年7月7日
- ・テーマ 「子どもの健康づくり～『食』からみえてくるもの・できること～」
- ・参加者 81名

【第2回】

- ・開催日 平成17年11月7日
- ・テーマ 「子ども達にとって、本当の豊かさって何ですか？～生活習慣病から見えてくるもの～」
- ・参加者 131名

《第1回食育推進シンポジウム》

- 地域の家庭の基本的な生活基盤が大切であること  
～児童相談所の相談事例・食のエピソードを通して～  
世田谷児童相談所・木村桂子所長
- 子どもが健やかに育つために地域・家庭で必要なこと  
～食育を通じた地域づくり～  
ヘルスプロモーション研究センター 藤内修二先生
- 子ども達を薬害から守る活動、その原動力  
～地域・家庭ができること～  
子ども達を薬害から守る実行委員会 吉田進実行委員長
- 子どもの健康づくり  
～地域における食育実践例の紹介～  
多摩府中保健所 江川正雄

《第2回食育推進シンポジウム》

- 生活習慣病、特に糖尿病をめぐる現状と  
糖尿病対策の最前線  
多摩府中保健所保健対策担当課長  
藤川眞理子先生
- 小児生活習慣病の現状とその予防について  
和洋女子大学大学院総合生活科教授  
村田光範 先生
- 乳児からできる食育の取り組み  
～できることから始めよう～  
社会福祉法人桜友会 狛江子どもの家  
荻原智子管理栄養士

<b>圏域における保健・医療・福祉の連携に基づく リハビリテーションシステムの推進について</b>	
<b>北多摩南部保健医療圏 多摩府中保健所</b>	
<b>実施年度</b>	開始 平成16年度 終了(予定) 平成18年度
<b>背景</b>	「高齢者リハビリテーションのあるべき方向」(厚生労働省研究会報告 平成16年1月)では地域リハビリテーションシステムの見直しの必要性、予防・医療・介護の情報交換・連携の推進、地域リハビリテーションシステムの再構築が掲げられている。北多摩南部保健医療圏 地域保健医療推進プランでは、地域ケアシステムの確立においてリハビリテーションシステムの構築が重点課題である。
<b>目標</b>	脳卒中モデルを中心に、実態調査、事例検証などによりリハビリテーションの課題を抽出する。地域医療システム化推進部会を中心に把握した課題についての方策を検討し、圏域における医療連携のあり方を提示し、関係機関の取組を促進することにより地域保健・医療・福祉の連携の推進を図る。
<b>事業内容</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 普及啓発活動 平成16年度の脳卒中モデルの患者・家族を対象にした調査結果を踏まえ、市民に対する健康教育の実施 「脳卒中のリハビリテーション」の講演会</li> <li>2 関係機関との連携 自主グループへの関与</li> <li>3 実態把握 脳卒中の在宅リハビリテーションの実態調査を実施 目的：在宅における脳卒中のリハビリテーション実施状況及び相談状況から、地域リハビリテーションに関わる保健、医療、福祉の連携状況を把握する。 対象：管内にある脳卒中の在宅リハビリテーションに関わる7施設、378施設の実務者 方法：郵送によるアンケート調査 調査項目は、施設の概要、リハビリテーションの実施状況、関係機関との連携状況、研修の実施状況、地域リハビリテーション支援センターへの相談状況、実施で困っていること (調査表作成にあたり、関係施設8ヶ所に聞き取りを実施)</li> <li>4 実態調査報告書の配布</li> </ol>
<b>評価</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 市民、患者・家族はもとよりケアマネージャーやヘルパー等の関係者に対する脳卒中のリハビリテーションの正しい知識の普及を図る機会になった。</li> <li>2 管内の関係機関との連携を図る上で必要な、それぞれの役割を確認する機会になった。</li> <li>3 実態調査により、管内の現状を包括的に明らかにし、脳卒中のリハビリテーションの関係者と課題を共有するための有効な資料となった。</li> </ol> <p>〈今後について〉 平成18年度は、平成16年度及び平成17年度の調査結果で挙げられた課題を管内のリハビリテーション関係者と共有、解決するための方策を検討する機会を設定し、事業を展開する。</p>
<b>問い合わせ先</b>	多摩府中保健所 企画調整課 保健医療係 電話 042-362-2334 ファクシミリ 042-360-2144 E-mail S0000348@section.metro.tokyo.jp

## 平成16年度の活動内容

### 患者・家族対象の聞き取り調査の実施

#### 課題と解決策

- 急性期から回復期へと移行する段階で転院の必要があり、入院直後の混乱した状態の中で準備をしなくてはならないことへの負担が大きい。どのように回復の経過をたどっていくのかわからず、発症から回復までを通じて相談に乗ってくれるところもない。
  - 医療機関から医療機関、あるいは在宅をサポートする関係機関間の連携
  - 患者、家族に対する必要なサポートの提供
- リハビリテーションの目標設定が不明確（医療提供者側と患者、家族、それぞれの目標にギャップがある）
  - リハビリテーションの目標の確認
  - 患者、家族、関係者が共通認識を持つこと

## 平成17年度の活動内容

### 1 普及啓発活動

正しい知識の普及を目的に、病気や治療、リハビリテーションの基礎知識、闘病の体験、実践しているリハビリテーションの内容について講演会を実施した。

### 2 関係機関との連携

自主グループ（北多摩南部保健脳卒中ネットワーク研究会）へ世話人として参加：  
北多摩南部保健医療圏の医療・保健・福祉の関係者の情報交換や交流を図る目的で行われている講演会にシンポジストとして参加、保健所の取組について報告した。

### 3 実態調査の実施

脳卒中の在宅リハビリテーションの実施状況、相談状況から、地域リハビリテーションに関わる保健・医療・福祉の連携の状況について調査した。

## 調査結果

### (1) リハビリテーション実施施設について

〈通院リハビリテーション〉

- 理学療法施設や基準なしの施設では、人員の厳しい中でリハビリテーションを実施していた。
- 窓口となる職員がいないことで継続したリハビリテーションにつなげられない状況があった。

〈介護保険のリハビリテーション〉

- 理学療法士が不足している状況があり、若年層が利用したい通所の施設が少なく、適切なサービスが提供できない状況があると考えられた。

### (2) 居宅介護支援事業者について

- 介護保険の「主治医の意見書」を作成する医師との連携が十分行われておらず、ケアマネージャーが計画を立てる上で困っていることがうかがえた。
- 研修に参加している施設は、主治医や理学療法士等との情報交換をよくしていた。

### (3) 自治体について

- 関係機関との情報交換をする機会が十分にはなく、地域の脳卒中リハビリテーションの実態や社会資源の情報把握が困難な状況にあることが推測された。

### (4) 地域リハビリテーション支援センターについて

- 相談の利用が1割未満と少なかった。
- 関係機関の地域リハビリテーション支援センターに対する期待は大きく、リハビリテーションに関わる職員に対する支援の要望が多かった。
- 相談や研修の受講は、近いところにある施設がしやすい状況があると考えられた。

## 課題

- (1) 理学療法士等の専門職に対するサポート体制を地域で考えていく必要がある。
- (2) ケアマネージャーの研修参加の有無が関係者との連携に影響していることが示唆され、研修の機会を管内で作ることが有効である。
- (3) 社会資源の情報提供についてニーズが多い。内容や窓口の確認、連携に必要な情報を提供するための取組が必要である。
- (4) 地域リハビリテーション支援センターは、要望の多かったリハビリテーションに関わる職員に対する研修を優先的に行なうことが望ましい。活動についてPRが必要である。
- (5) 連携の推進を図るため、管内の関係施設が情報交換や問題の共有を図り、課題を明らかにして取り組むことが重要である。