

<b>青年期の健やかな食生活を支援する体制整備事業</b> <b>～健やかな食を自分でデザインしよう～</b>	
南多摩保健医療圏 南多摩保健所	
実施年度	開始 平成18年度、 終了(予定) 平成20年度
背景	南多摩保健医療圏には大学、専門学校等が約70校あり、地域特性の一つとなっている。青年期は、この時期から単身生活を始めるなど、食生活の環境に変化がある世代である。青年期の食生活には、欠食、やせ願望、肥満、食生活の技術・知識不足などの多くの問題が指摘されているが、この世代は、一般に健康不安が少なく健康への関心が低い傾向にある。青年期は、成人期に比べ生活習慣病の一時予防に有効な世代であり、次世代を生み育てる重要な役割を担う世代としての影響力も大きい。本事業では、生涯を通じて健やかな食生活を送るために、青年が食生活の重要性について認識し、自分の食生活をデザインできる力を身につけるとともに、それを支援する環境づくりを構築する。
目標	<b>計画全体の目標</b> 1 青年が「自分の食生活をデザインできる力」を身につける環境づくり 2 地域の連携と協働により、青年の食生活をサポートし、健やかな食を通じて楽しく元気に生きる力を育む環境づくり 3 施策展開の中で、目標設定、活動、事業等の実態についてモニタリング方法も検討する。 <b>19年度の目標</b> 1 18年度に実施した調査の結果などから、啓発方法を検討し、普及啓発媒体を作成する。 2 青年期の食生活のサポート体制の検討
事業内容	19年度 1 啓発方法の検討(スローガンなどの作成、普及啓発媒体の作成、20年度のキャンペーン活動等啓発活動の準備) 2 青年の食生活サポート体制の検討(大学関係者、学生食堂、コンビニエンスストア等の関係者へのインタビュー、事業者に向けたアンケートの実施、検討会議の開催)
評価	1 啓発方法の検討では、①昨年度に実施した「青年期の食行動等に関する調査」の結果をパネルとし、調査協力大学3校の学生食堂で展示を行うほか、各保健所の栄養展等でも紹介した。また、②管理栄養士養成施設実習生と共に普及啓発媒体を作成し、③栄養連絡会等でも呼びかけ、啓発ポスター作成のための「学生の食事写真」の募集、一人暮らしのアイデアレシピ集作成のためのレシピ募集を行った。ポスターについては、年度末までに大学、専門学校などの全施設に趣旨を添えて配布。普及啓発媒体、レシピ集については年度内に作成し、20年度の活用を予定。 2 東京家政学院大学との取り組みとして、昨年度に引き続き、管理栄養士専攻の3年生の授業で青年期の食生活をテーマに取り上げ、課題の把握、事業計画策定、事業実施、評価を行った。事業実施は、学生食堂での普及啓発活動とし、メニューの食事バランスガイド表示、卓上メモ、ポスター、リーフレット等で情報提供をし、来年度の普及啓発活動のプレ実施とすることができた。 3 青年の食生活サポート体制の検討では、圏域内の大学、専門学校の管理者、学生食堂事業者を対象に「学生の食環境に関するアンケート」を実施し、現状と課題の把握ができた。また、青年期の食生活支援検討会議については、大学関係者、学生食堂事業者、コンビニエンスストア関係者の参加を得て、学生の食生活の現状、サポート体制、普及啓発活動への意見交換を行い、青年期の食生活支援の必要性について参加者の意識を深める機会とすることができた。
問い合わせ先	南多摩保健所 生活環境安全課 保健栄養係 電話 042-371-7661 ファクシミリ 042-375-6697 E-mail S0200162@section.metro.tokyo.jp

**事業目標**

- 地域の関係機関団体等が協働・連携し、青年が、「自分の食生活をデザインできる力」を身につける環境を整備していく。  
(H18～H20)
- 前年度の実態把握を生かし、大学生の食育推進に向け、啓発方法を検討、食生活のサポート体制を検討する。(H19)

**期待できる成果**

- ①食生活における正しい知識の普及

**期待できる成果**

- ②青年に対する食育アプローチの機会の充実

**期待できる成果**

- ③地域サポート機関の発掘と連携による環境づくりの推進

**事業内容：青年期の健やかな食生活を支援する体制整備**

(平成19年度)

- 普及啓発方法の検討  
18年度の「青年期の食行動等に関する調査」の結果等から、啓発方法の検討(スローガンなどの作成、普及啓発媒体の作成)
- 青年の食生活サポート体制への検討  
(事業者向けアンケートの実施、検討会議の開催)
- 食生活支援の環境づくりモデル事業に向けた準備  
(ポスター作成、一人暮らしの応援レシピリーフレットの作成など)

**背景と課題**

- 青年期の食生活は欠食・やせ願望・肥満・栄養に関する知識不足など問題が多く、健康への関心が低い傾向。
- 成人期と比較し、生活習慣病の一次予防が有効な世代。
- 次世代を担う青年が自主的に食生活をデザインする力の獲得支援および環境づくりが必要。

# 学生の食環境等に関するアンケート調査の結果について

南多摩保健医療圏

平成19年8月

## 1 調査の目的

この調査は、南多摩保健医療圏域（八王子市、日野市、多摩市、稲城市、町田市）の大学等における学生の食環境等について概要を把握し、「青年期の健やかな食生活を支援する体制整備事業」の検討資料を得ることを目的とした。

## 2 調査対象施設数及び回答数

調査対象：南多摩保健医療圏域の大学、専門学校等の施設管理者およびその食堂事業者

回答数：①施設管理者はⅠ－1回答状況（対象数67、回答数56、回答率83.6%）

②食堂事業者はⅡ－1回答数（51）

## 3 調査方法

南多摩保健所で作成した調査用紙を大学等施設管理者あてに郵送し、施設から回答用紙を郵便で返送してもらおうと共に、各食堂事業者には大学等施設管理者から調査用紙を配布してもらい、ファクシミリで回収した。

## 4 調査時期

平成19年7月

## 5 調査項目

### ①大学等施設管理者用

在籍学生数、学生食堂設置数、学生食堂の委託契約項目、食堂委員会等の有無、学生の健康管理を担う部署と学生食堂との連携状況、学生食堂以外の飲食物提供状況、学生のより良い食生活に向けての取組み、受動喫煙防止対策等

### ②食堂事業者用

昼食の食数規模、提供の食事区分、営業時間、昼食時の利用率、献立作成時に配慮していること上位3項目、メニューの栄養成分表示、卓上メモやポスター等栄養情報の提供、利用者アンケートによる嗜好の把握、イベントメニュー等でのメニューの工夫、健康に配慮したヘルシーメニューの提供、学校側との食堂の運営に関する検討の場の有無、学生の健康状況についての学校側からの情報の有無等

## 6 調査結果のあらまし

### ○大学等施設管理者からの回答結果

#### (1) 在籍学生の性別

共学が82.1%、女子のみが17.9%であった。

(2) 在籍学生数は、合同キャンパスや大学では、2000人以上が7割、短大・専門学校などでは、300人未満が7割弱であった。

(3) 昼休みの時間は、全体の7割が1時間未満、1時間以上1時間30分未満が2割であった。

(4) 学生食堂の設置については、合同キャンパスや大学では、すべてが設置で、複数設置は6割、専門学校では、設置なしが9割であった。（表1）

(5) 学生食堂の委託契約に盛り込まれている項目では、上位から順に「安価での食事提供」（76%）、「健康に配慮したメニューの提供」（56%）、「利用者アンケートの実施」（29%）、「栄養情報の提供」（18%）、「栄養相談の実施」（12%）であった。（図1）

- (6) 食堂委員会など学生食堂の運営に関する検討の場の有無では、「有」が53%、「無」が44%であった。
- (7) 学生の健康管理を担う部署と学生食堂との連携状況は、全体で、「十分連携している」、「十分とはいえないが連携している」をあわせると6割であった。(図2)
- (8) 学生食堂以外の飲食物の提供では、飲料の自動販売機は9割が設置、コンビニや売店が4割、パン・弁当等の出張販売が3割、パンの自動販売機が2.5割、その他でカップラーメンの自動販売機が1割であった。学生食堂の設置なしの学校では、飲料の自動販売機のほか、パン・弁当等の出張販売(16%)や売店の設置(3%)をしているところもあった。
- (9) 「学生のより良い食生活に向けて何か取組んだことがあるか」では、上位から「ヘルシーメニューの提供」(29%)、「ポスターや卓上メモ」(29%)、朝ごはんの提供(16%)、料理レシピの配布(14%)、健康診断後の栄養指導(11%)などであった。(図3)
- (10) 受動喫煙防止対策については、敷地内すべて禁煙が16%、施設内禁煙は21%、分煙は61%であった。また、分煙の施設では食堂内は禁煙であった。

#### ○食堂事業者からの回答結果

- (1) 提供している食事区分は、昼食のみが67%、昼、夕食が16%、朝・昼・夕食が12%、朝、昼食が2%であった。
- (2) 営業時間については、昼食のみの食堂では、中央値で、10:30から15:00までだった。昼、夕食の食堂では、中央値で、10:30から19:00までだった。朝・昼・夕食の食堂では、中央値で、9:00から19:00だった。
- (3) 献立作成時に配慮していること上位3位では、美味しさ、量・ボリューム、価格、栄養バランスが挙げられていた。(表2)
- (4) メニューの栄養成分表示は、「実施」41%、「実施していない」59%であった。
- (5) 卓上メモやポスター等の栄養情報の提供は、「実施」53%、「実施していない」47%であった。
- (6) 定期的に利用者アンケート等を行い、利用者の嗜好を把握しているかでは、「はい」47%、「いいえ」53%であった。
- (7) イベントなど変化に富んだメニューの工夫をしているかでは、「はい」80%、「いいえ」20%であった。
- (8) 健康に配慮したヘルシーメニューの提供をしているかでは、「はい」67%、「いいえ」33%であった。
- (9) 学校側と食堂の運営についての検討の場があるかでは、「はい」39%、「いいえ」61%であった。
- (10) 学生の健康状況について学校側から情報を得ているかでは、「はい」22%、「いいえ」76%であった。

## 7 まとめ

調査の結果から、学生食堂の委託契約に盛り込まれている項目として栄養情報の提供、栄養相談の実施などは低い状況であった。また、食堂委員会など学生食堂の運営に関する検討の場は約半数で、健康管理を担う部署との連携も6割であった。学生食堂の取組状況からみても学生が適切な食事の選択ができる環境整備にむけた取組みが充分とはいえない現状で、

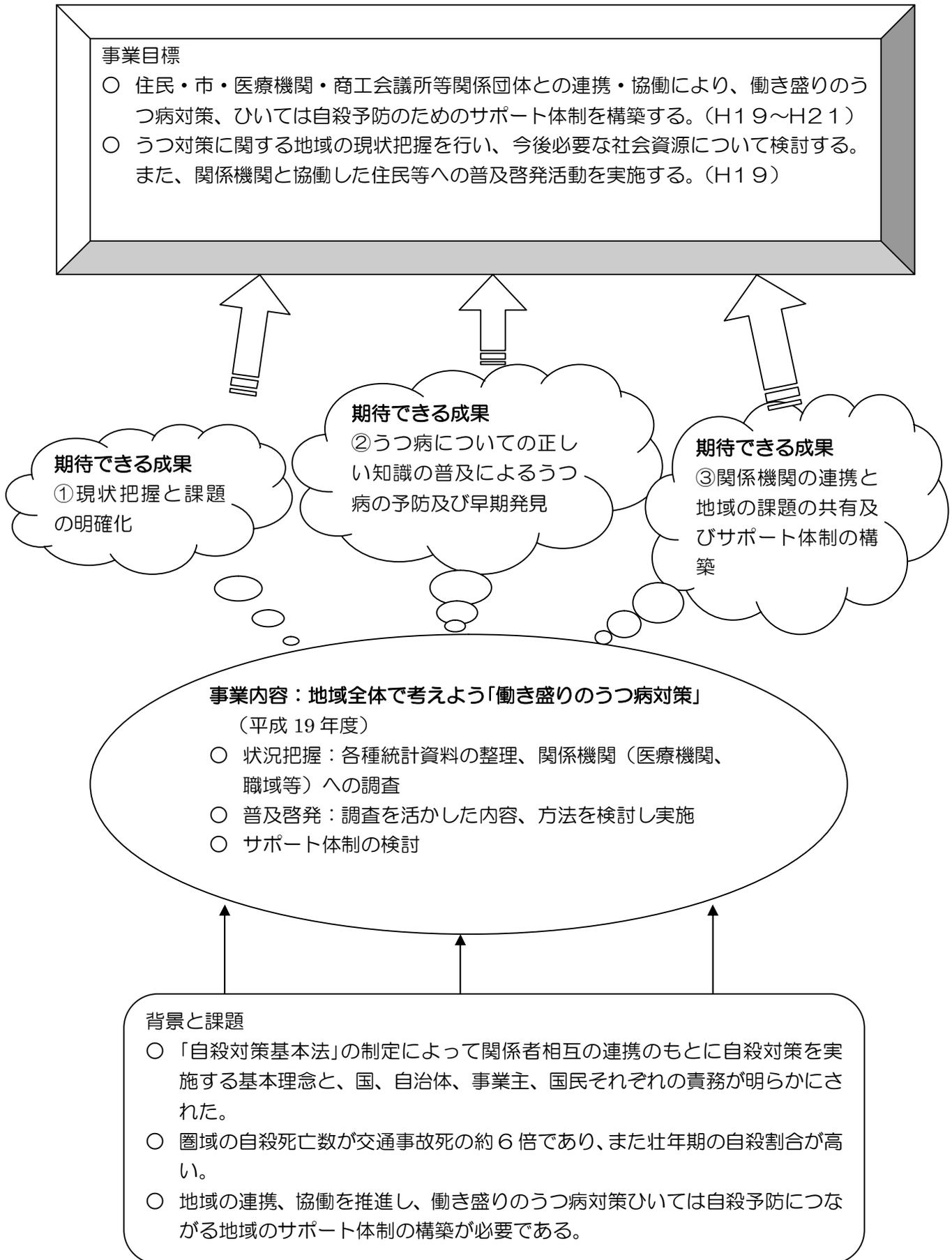
今後、学生の食生活の支援体制の充実が必要と考えられる。

# 地域全体で考えよう「働き盛りのうつ病対策」 ～壮年期の自殺を減らそう～

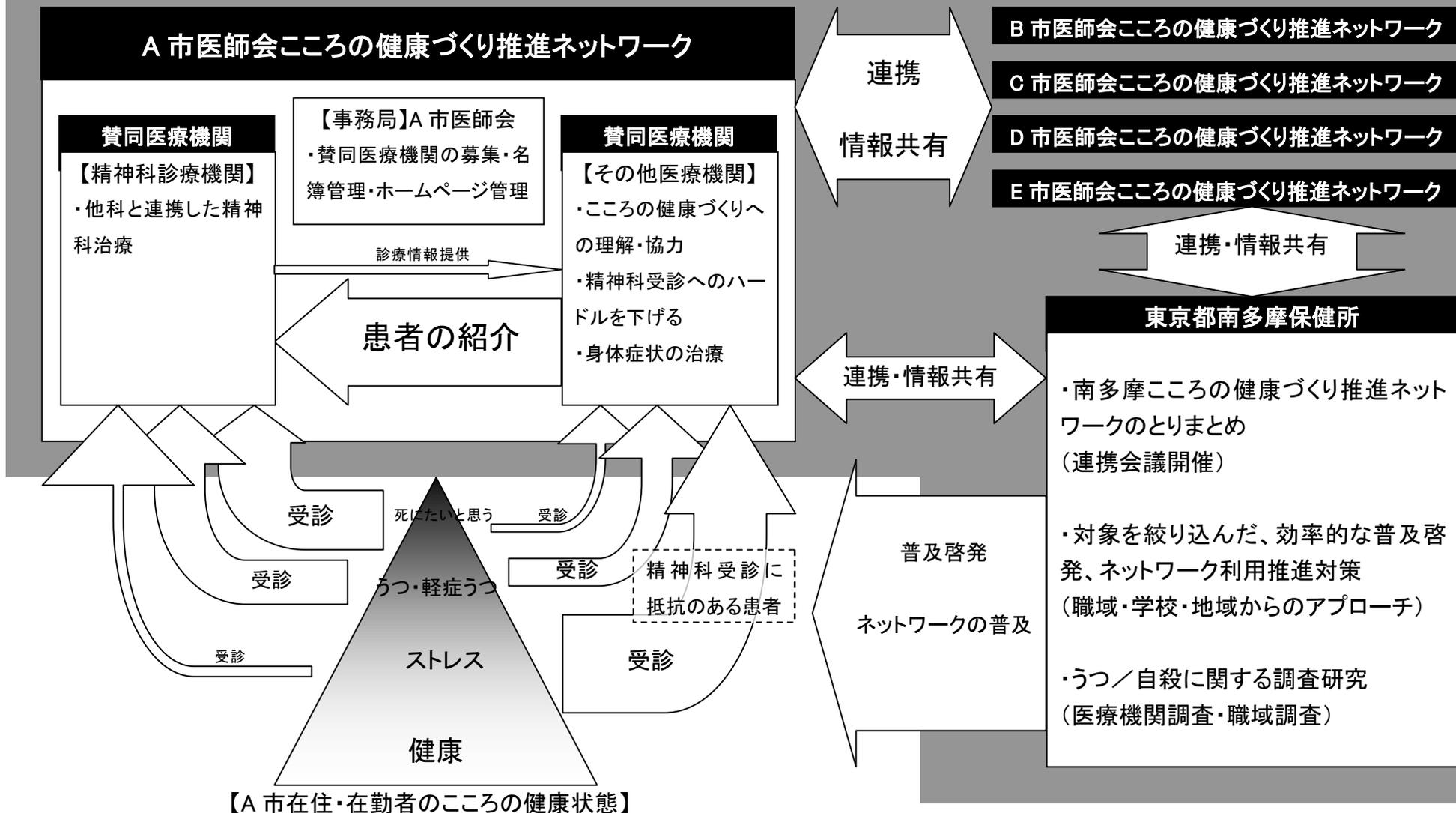
南多摩保健医療圏 南多摩保健所

実施年度	開始 平成19年度、 終了(予定) 平成21年度
背景	日本における自殺者数は平成10年に3万人を越え、現在まで高い水準が続いている。平成18年に制定された「自殺対策基本法」では、関係機関と連携した自殺対策への取組が定められた。南多摩圏域においては、壮年期の自殺割合が高く、その数は交通事故死の約5倍にのぼっている。
目標	住民・市・医療機関・商工会等関係団体との連携・協働により、働き盛りのうつ病対策、ひいては自殺予防のためのサポート体制を構築する。
事業内容	<p>[19年度]</p> <p>(1) 労働分野の実態調査  (2) 地区医師会への実態調査  (3) 関係機関連携会議の開催  (4) 労働分野対象の講演会開催</p> <p>[20年度]</p> <p>(1) 診療ネットワーク構築を目指した内科医対象の普及啓発活動  ①地区医師会と連携し、研修会を開催  ②ネットワークの構築方法の検討</p> <p>(2) 労働分野対象の普及啓発活動  ① 講演会の開催 ② ポスター等の作成</p> <p>(3) 関係機関連携会議の開催  (4) 相談体制構築のための社会資源の整理</p> <p>[21年度]</p> <p>(1) 内科医・精神科医診療ネットワーク構築  (2) 労働分野対象の普及啓発活動  (3) 報告書作成</p>
評価	<p>商工会等労働分野及び地区医師会への訪問調査により状況把握を行った。その結果に基づき、関係機関との連携会議及び労働分野を対象とした講演会を開催。当初計画の内科、精神科、患者へのアンケート調査は実施していないが、医師会としての取組状況などが把握できた。また、訪問調査や会議を通して、労働分野のうつ対策の取組状況や認識も把握することができた。</p> <p>中小企業においては、メンタルヘルスの取組よりも経営問題への対応が優先され、商工会等ではうつ対策、自殺予防が喫緊の課題という認識が薄かった。今後、いかに産業労働分野への動機付けを行い、協働で効果的な取組を進めて行くかが課題。</p>
問い合わせ先	<p>南多摩保健所 企画調整課 企画調整係  電話 042-371-7661  ファクシミリ 042-375-6697  E-mail S0000344@section.metro.tokyo.jp</p>

## 【事業の概要】



# 南多摩こころの健康づくり推進ネットワーク(仮称)イメージ



## 平成 19 年度実施内容

### 産業労働分野

八王子労働基準監督署  
八王子労働基準監督署（町田支所）  
八王子労働基準協会  
町田労働基準協会

八王子商工会議所  
町田商工会議所  
日野市商工会  
多摩商工会議所  
稲城市商工会

### 医療分野

八王子市医師会  
町田市医師会  
日野市医師会  
多摩市医師会  
稲城市医師会

#### 《訪問調査》

目的：地域の実態を把握する。

実施：7～8月

#### 現状・課題

##### （商工会・商工会議所）

経営指導が中心で労災申請も外傷中心。うつや自殺は会社が敬遠する話題。大企業の問題と認識し、現在は取組はしていない。

##### （労働基準監督署・協会）

年数回研修会や説明会を開催し、普及啓発に取り組んでいるが、参加率が低い。

##### （地区医師会）

医師会によって、問題の認識に差がある。内科医・精神科医の連携状況については十分把握できていない。

#### 《関係機関連携会議》

目的：地域の現状・課題を共有し、効果的な普及啓発の方法、サポート体制構築の検討を行う。

実施：12月4日

##### 《会議参加機関》

八王子労働基準監督署・八王子労働基準監督署（町田支所）・八王子労働基準協会 町田労働基準協会・八王子商工会議所・町田商工会議所・日野市商工会・多摩市商工会議所・稲城市商工会・東京障害者職業センター多摩支所・八王子市医師会・町田市医師会・日野市医師会・多摩市医師会・稲城市医師会・八王子地域産業保健センター・町田地域産業保健センター・東京都薬剤師会南多摩支部・町田支部・八王子支部・日本医科大学多摩永山病院・東京精神神経科診療所協会・八王子労働基準協会健康づくり部会・町田労働基準協会健康づくり部会・NPO法人東京多摩いのちの電話・八王子市保健所・町田市健康課・日野市健康課・多摩市健康課・稲城市健康課・警視庁日野警察署・東京消防庁多摩消防署・都立多摩総合精神保健福祉センター・町田保健所・南多摩保健所

（計 34機関）

#### 《講演会》

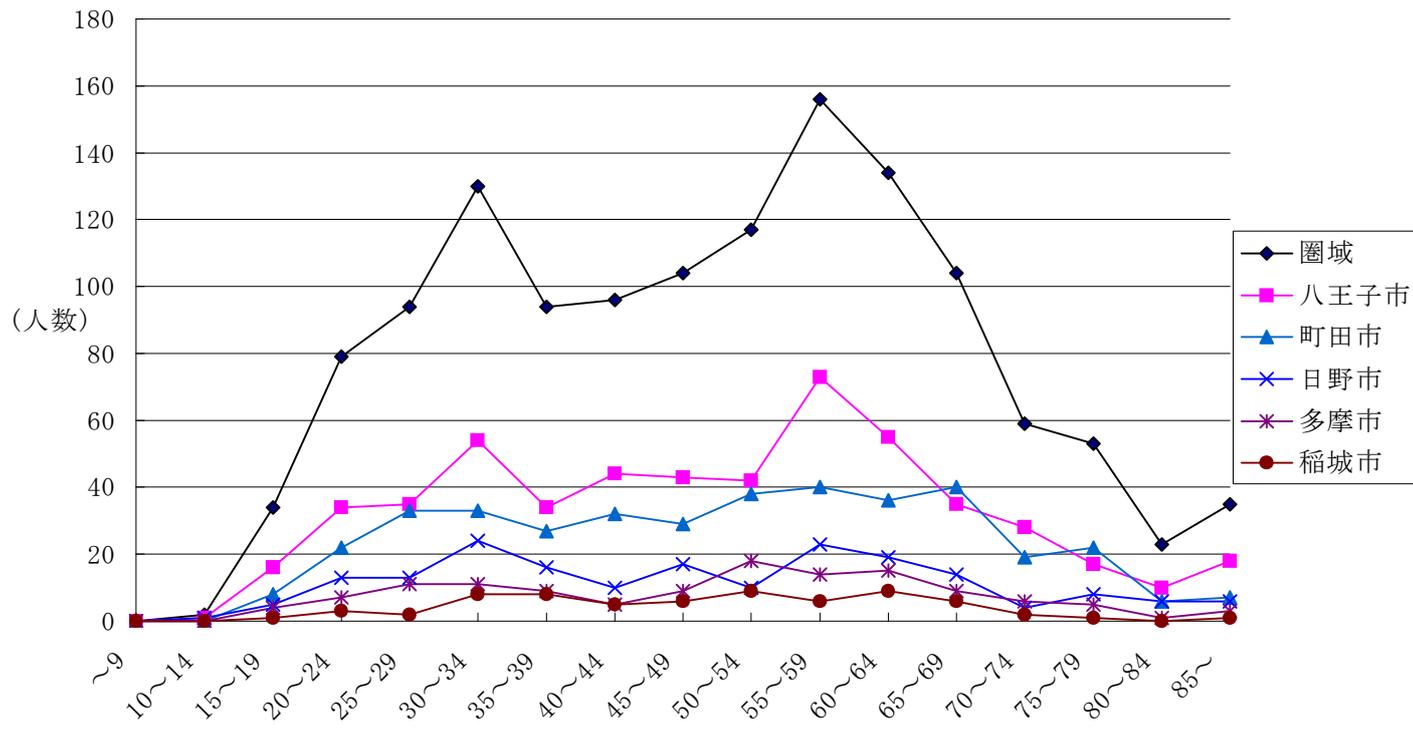
「企業ができるうつ病対策～生産性向上と労働力充実のために～」

講師：株式会社ロブ代表取締役社長 前田一寿氏

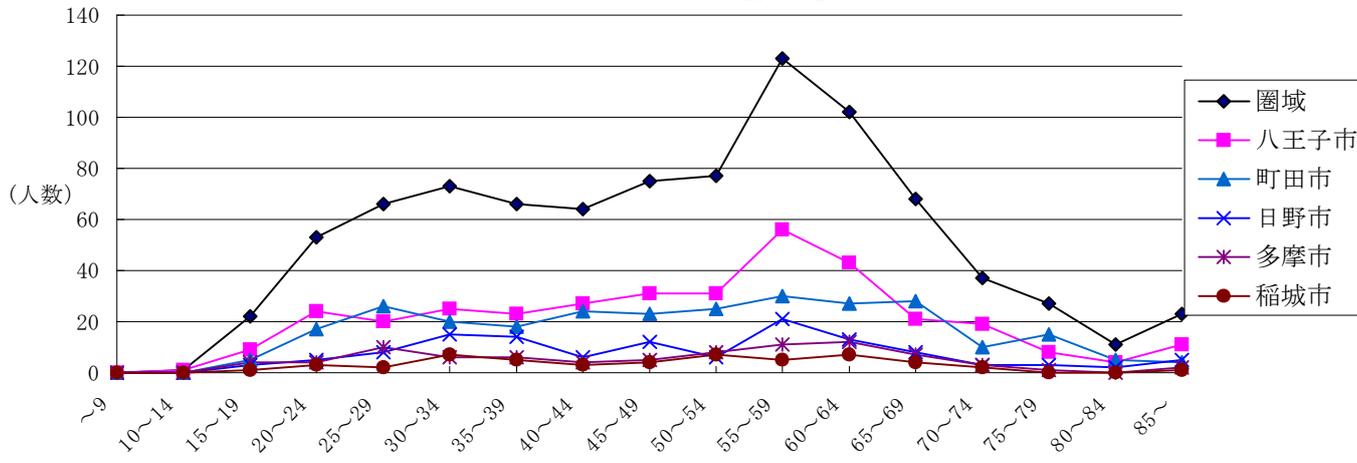
実施：20年3月18日

<別添資料> 自殺の現状について

過去5年間(平成14年～18年)の南多摩保健医療圏における  
年代別自殺死数(総数)



過去5年間(平成14年～18年)の南多摩保健医療圏における  
年代別自殺死数【男性】



過去5年間(平成14年～18年)の南多摩保健医療圏における  
年代別自殺死数【女性】

