

1 「食を通した健康づくり」の推進体制

多摩小平保健所栄養・食生活ネットワーク会議(令和元年度～)において、北多摩北部保健医療圏地域保健医療推進プラン(令和6年度～令和11年度)における「食を通した健康づくり」の取組の方向性及び内容等の検討を行い、推進を図っている。

<委員構成> 学識経験者、食に係る関係団体、圏域5市(保健衛生主管課、学務主管課、保育主管課、産業振興主管課)

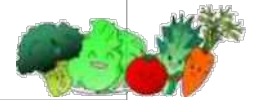
北多摩北部保健医療圏地域保健医療推進プランにおける栄養・食生活分野の取組

「生涯にわたる食を通した健康づくりの充実」を目指し、目標及び指標を設定

目標	<ul style="list-style-type: none"> ・地域における協働した健康づくりを推進 ・健康づくりのための食環境整備を推進 ・給食施設等を通した健康づくりを推進 ・健康増進計画等に基づく健康づくり事業を推進
指標	<ul style="list-style-type: none"> ・給食施設における栄養バランスに関する情報発信の実施率 ・給食施設における野菜摂取に関する情報発信の実施率 ・給食施設における食塩に関する情報発信の実施率 ・食を通した健康づくりの取組の実施

<取組目標> 「栄養バランスのとれた食事の推進」を設定

具体的な取組内容	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜のそろった食事 ・十分な野菜の摂取 ・適切な食塩摂取 ・食品ロスを減らす
----------	--



【5市の野菜】

<取組の方向性>

- ・食育月間(圏域全体で連携して実施する取組)
- ・ライフコースアプローチを踏まえた市民等を対象とした取組(圏域各市)
- ・食環境整備・給食施設への啓発(保健所)

2 「食からの健康づくりシンポジウム」の開催

◇開催目的等

圏域プランにおける栄養・食生活分野の取組が進むよう、地域の健康づくりを推進する人材の育成を目的として実施している。開催テーマは地域で栄養バランスのとれた食事を効果的・効率的に推進することを目指したものである。また、好事例の取組の横展開を図るとともに、地域への浸透を目指して、取組事例の共有及び意見交換を行うシンポジウム形式で開催している。

*「食育実践者講習会」として開始(平成20年度～)し、圏域プランの改定に伴い、再構築(平成25年度～)

◇令和7年度開催概要

テーマ	減塩、どう取り組む? ～食環境と食育の視点から考える～
開催日時	令和7年12月16日(火曜日)午後2時から午後4時30分まで
対象	行政栄養士(各市保健衛生主管課、学務主管課及び保育主管課) 地域活動栄養士、公立学校栄養士、給食施設に従事する栄養士等
内容	基調講演及びパネルディスカッション ・減塩に関して住民が負担感なく実践できる仕組みづくりについて、具体的な事例等も踏まえ、食環境整備及び食育の視点から共有

<参加者の声(抜粋)>



- ・食環境整備の大切さを改めて実感した。今後は保護者への発信に力を入れていきたい
- ・基調講演や事例発表から、今後の取組みのヒントになることを得られた
- ・病院での栄養指導は、介入のはしご*の「レベル7」がほとんどで行動変容にまで至らないことも多くある。患者の求めていることも考えた指導を行えるよう模索していきたい

*介入のはしご:健康づくりのためのポピュレーションアプローチの効果の大きさを整理したフレーム。レベル1から8まであり、レベル1に向かうほど介入効果が高いとされている。

参加者総数 44名(うち、行政栄養士6名)