

島しょ町村における保健医療人材の確保定着支援	
島しょ保健医療圏	
実施年度	開始 平成22年度 終了 平成24年度
背景	<p>○島しょ町村では、恒常的に保健医療従事者（特に看護師、保健師）の確保が困難な状況にある。そのため、島しょ保健所にも、保健医療従事者の確保に向けた支援要望が寄せられている。</p> <p>○これらの要望に応じて、平成16年3月、保健政策課及び島しょ保健所総務課を事務局に、WGで検討を行い、「島しょ町村における保健師等地域保健従事者の確保・定着に向けて」をまとめた。</p> <p>○さらに、平成21年1月に三宅村長より福祉保健局長に保健師等の確保定着に向けた支援の陳情もあり、平成21年度課題別推進プラン「島しょ町村における保健師の確保定着支援」を実施した。</p> <p>○この取組からは、島しょ町村の保健医療人材の確保定着支援についても取組の必要性が示唆され、新たに平成22年度より具体的な支援の実施を目指し、課題別推進プラン「島しょ町村における保健医療人材の確保定着支援」を3年間で実施することとした。</p>
目標	島しょ町村における保健医療従事者の確保定着策の具体的な検討を行い、町村との連携を強化し、町村支援を実施する。
事業内容	<p>【取組内容】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 島しょ町村における保健医療人材の確保定着支援に向けた具体策の検討 2 「島しょ町村の保健師の確保定着に関する調査」の結果分析及び報告書の作成 3 課題別推進プランの事業計画(3か年)の検討 <p>【実績】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 具体的な支援項目の決定 <ol style="list-style-type: none"> ①確保対策・・・島しょの町村看護職の採用支援、求職者への島しょ町村紹介方法の改善等 ②定着対策・・・職場サポート研修等 2 「島しょ町村の保健師の確保定着に関する調査」報告書の配布 島しょ町村等へ配布 3 年次計画の策定 <ol style="list-style-type: none"> 1年目 年次計画及び具体策の検討 2年目 具体策の実施及び町村との連携策の検討 3年目 具体策及び町村との連携策の実施並びにその他の方策の検討 <p>【平成23年度計画】</p> <ol style="list-style-type: none"> 1 人材の確保定着支援を進める具体的な取組の実施 <ol style="list-style-type: none"> ①確保対策・・・求人窓口等に設置するのぼり旗の制作、DVD等保健師募集ツールの作成、退職者への募集情報提供、募集ホームページの充実 ②定着対策・・・職場サポート研修、就職前情報の充実 2 島しょ町村との連携による取組の推進 島しょ町村との会議等の活用や各出張所と連動した取り組みにより、人材の確保定着を進める。
評価	<ul style="list-style-type: none"> ・「島しょ町村保健医療従事者確保定着支援プロジェクトチーム」を設置しての取組により、局内の関係部課を含めた検討をすることができた。 ・「島しょ町村の保健師の確保定着に関する調査」報告書をまとめ、確保には求人情報へのアクセスのしやすさや島しょの保健活動の魅力を発信していくことが重要なこと、また、定着にはやりがいや満足感が得られる保健活動への組織的取組や島の生活への適応支援が重要なことなど、保健師の確保定着要因の分析ができた。 ・これまでの検討事項を引き継いだ形で、具体的な対策の検討を進めることができた。
問い合わせ先	<p>島しょ保健所 総務課 庶務係 森澤</p> <p>電話 03-5320-4342</p> <p>ファクシミリ 03-5388-1428</p> <p>E-mail S0000324@section.metro.tokyo.jp</p>

島しょ地域の食育の推進 ～島の家庭料理を活かして～	
島しょ地域保健医療圏 島しょ保健所	
実施年度	開始 平成21年度、 終了 平成22年度
背景	<p>島しょ地域は豊かな食文化が伝承されており、郷土料理を1つの柱にした食育を展開しやすい状況にある。また、コンビニ・ファーストフードチェーン店もなく、子供の食生活を考えたとき、家庭での食事が食育の推進に大きな影響を与えると考えられる。島しょ保健所では平成18年から3年間、食育推進に向けて食環境整備にかかる人材の育成やネットワークづくり等に力を入れてきた。</p> <p>平成20年に改訂された島しょ地域保健医療推進プランにおいても、各町村の特性を活かした食育の推進を重点的な取組みの一つとして掲げている。</p> <p>平成21年度から開始した本事業においては、食育推進のための基礎資料を得るとともに、食育推進計画を検討する項目の一つとしての家庭・地域の役割を明確にし、あわせて、飲食店等の食環境整備をより進めることにより、島しょ地域の健全な食生活をとおして住民等のQOLの向上を図ることを目的とする。</p>
目標	<p>島しょ地域の食育を推進するための課題を抽出し、町村の食育推進計画作成を推進するための基礎資料を得て、地域ぐるみの食育の推進の気運を向上させる。</p> <p>また健康を意識した食事の提供を行う飲食店・食料品販売店を増やす。</p>
事業内容	<ol style="list-style-type: none"> 1 島しょ地域の子どものいる家庭の保護者に対して健康・食生活・食育に関するアンケート調査を実施し、実態把握及び課題を抽出した。 調査にあたっては各町村の保育園、小学校、中学校、健康主管課等の協力を得て実施し、全島の調査結果、各町村毎の調査結果を関係者に報告した。 2 島しょ地域の町村が食育推進計画を作成し、計画に基づき各種の食育事業を推進していくための支援として、昨年度につづき今年度も研修会を2回開催した。各町村の食育推進計画の策定や改定に向けての気運を高め、昨年度1村、本年度2町村において食育推進計画が策定された。今後もいくつかの町村で食育推進計画が策定される予定である。 3 飲食店・食料品販売店等に対しては食品衛生講習会等の機会を利用した栄養成分等表示の研修会を計65回実施、個別相談も随時実施した。 4 調査結果から得られた課題を解決するために子どものいる家庭を対象に「東京の島 おいしい元気生活カレンダー」を作成・配付した。飲食店等向けには「東京の島 健康・食生活カード」を作成して来年度にかけて配布し、健康づくりのための食生活、身体活動、禁煙等について普及啓発を図っている。
評価	<ol style="list-style-type: none"> 1 調査結果から30歳代40歳代を中心とする子育て世代の健康上の問題点を浮き彫りにすることが出来た。又、島しょ地域において食育をさらに推進していく方向性を見つけることが出来た。飲食店、食材店に対する要望も多く寄せられたので、それらが実現できるように様々な方策を検討し、実施している。 2 家庭、保育園、学校、飲食店、食材店等それぞれの場において働きかけを行い、島しょ地域全体で食育を推進出来るように、様々な機会を活用して普及啓発を実施中であり、島しょ地域住民の意識が少しずつ向上していることが伺える。 3 今後も各町村の関係者と協力して食育を実施していく基盤が強化された。
問い合わせ先	<p>島しょ保健所 総務課 庶務係 電 話 03-5320-4342 ファクシミリ 03-5388-1428 E-mail S0411801@section.metro.tokyo.jp</p>

1 事業の概要

本事業は、平成20年度までの食環境整備関連事業に引き続き、島しょ地域の食環境の整備を図りながら、各町村の地域特性を活かした食育を推進することを重点課題として平成21～22年度実施した。

事業実施にあたっては、各町村の食育関係者に多大な協力を得て、かなりの成果を収めることが出来た。

2 平成22年度の実施内容

◆スーパーバイザー参加によるPT会議(年3回開催)

◆「東京の島 おいしい元気生活カレンダー」と「東京の島 健康・食生活カード」の作成・配布

東京の島 おいしい元気生活カレンダーについて

- 1 目的：カレンダーを配布することにより食事バランスガイドや朝食の重要性等を認識させ、併せて島で採れる食材を活かしたバランスのよい料理が各家庭で普及することを目的とする。
- 2 対象：島しょ地域の保育園児・小学生・中学生・高校生のいる全家庭に配布。関係団体等にも配布。
- 3 配布時期：23年3月
- 4 配布方法：島しょ地域の全保育園、小学校、中学校、高等学校を通して配布した。
- 5 カレンダーの内容 A4サイズ16頁4色刷

①表紙	各島の食育風景等		
②	①毎日朝食を食べる習慣のない人が4人に1人。②朝食に野菜を食べている人が少ない。③郷土料理を知っていると答えた人は7割、作ることが出来ると答えた人は4割。④食事バランスガイドを参考にしていない人は、女性27%、男性8%。⑤多くの人が食育に必要なことは「家庭の働きかけ」だと考えている。以上の21年度の調査結果からみられた島しょ地域の食生活・食育関連の特徴を掲載。		
③	食事バランスガイドについて説明		
(頁)月	島名(町村の花等)	料理名(食材等)	コラム
④ 4月	母島 (マグロ(鳥))	島ずし/トマト	島ずしいろいろ
⑤ 5月	父島 (ムニンヒメツバキ)	ダンブレン/ピーマカ	朝食は1日の力の源
⑥ 6月	青ヶ島 (タトモユリ)	魚の酢漬けとあしたばのあえもの	青ヶ島のタコウナ・島きゅうり
⑦ 7月	八丈島 (ストレッチ)	とびうおのハンバーグ/ネリ(オクラ)	海藻の効用(ブド)
⑧ 8月	御蔵島 (ニオイエビネラン)	ほうろく焼き/ホイル焼き/しょっから汁	夏休みの食生活について
⑨ 9月	三宅島 (ガクアジサイ)	赤芽芋のニラみそ和え/島おじや	芋(いも)の効用について
⑩10月	神津島 (コウヅエビネラン)	おてつ/あぶらぎ/ところ天/煮しめ	おやつについて
⑪11月	あしたば料理	あしたば豆乳しゃぶしゃぶ/あしたばとみかんの白和え/あしたば春巻き	あしたばの効用
⑫12月	式根島	ちゃんこうどん/芋だんご/つみれ汁	感謝していただきましょう
⑬ 1月	新島 (ハマユウ)	くさやピザ/ひら	くさやについて
⑭ 2月	利島(サクユリ)	煮干餅/じょろめん/大根の酢漬け	季節ごとにできるだけ近くで採れたものを味わい、残さず食べましょう
⑮ 3月	大島(ツバキ)	椿ずし/はんばごはん/あしたばチャーハン	料理の色彩(いろいろ)
⑯ 裏表紙	東京の島々の地図	東京のさかなと、取れる時期	料理提供者(協力者)名等

東京の島おいしい元気生活カレンダーの一部>



八丈島

八丈島は三原山と八丈富士の2つの火山島から成るひょうたん型の島です。黒潮暖流の影響を受け、高温多湿で雨が多い気候を生かし、切葉やあしたばの生産が盛んです。

八丈島近海は複雑な地形と黒潮の好影響を受け、とびうおやむらさし、かつおなどが多く回遊し、養育園や学校の給食でも、漁協女性部が手作した、むらさしのメンチカツやとびうおのハンバーグが食糧します。

八丈町の花 **ストリダフ**

生のおもてなしも、さらさらかいておいしー!!

八丈町給食センター

海の効用

海藻は腸の運動を活発にし便を柔らかくする食物繊維や、適切なナトリウムを排出するカリウム、骨や歯の主成分になるカルシウムなどのミネラルが豊富です。日本人に不足しがちな食物繊維やカルシウムが豊富に含まれる海藻は、少しづつでも毎日食べたい食品です。

八丈島と青ヶ島の郷土料理「ぶど」は、かきいばらのりを煮溶かし、魚貝類等の具材を加えて固めたものです。お祝いごとや慶会時に季節の料理として親しまれています。

ぶど

※1人分エネルギー153kcal 食塩1.3g

7月
1金
2土
3日
4月
5火
6水
7木
8金 <学校給食のレシピより>
9土
10日
11月
12火
13水
14木
15金

<カレンダー配布時のアンケート(610人分)の集計結果より>

1 このカレンダーは4月から利用出来ると思いますか？

- 1 利用できる43% 2 まあまあ利用できる43% 3 ほとんど利用できない13% 4 無回答1%

2 このカレンダーの内容について家族で話をしましたか？又は話をしてみようと思いますか

- 1 はい47% 2 いいえ51% 3 無回答2%

3 あなたの住んでいる島について書いてある月についてお聞きます。

① 何か参考になるような記事はありましたか

- 1 はい47% 2 いいえ51% 3 無回答2%

※はいと答えた方はその内容は何ですか→料理のレシピ、各島の特徴等の回答が多かった。

② 作ってみたい料理はありますか？

- 1 はい45% 2 いいえ52% 3 無回答3%

※はいと答えた方はどの料理ですか→島ずし、ダンブレン、くさやピザ、とびうおのハンバーグ等

4 他の島のことが書いてある月についてもお聞きます。

① 何か参考になるような記事はありましたか

- 1 はい50% 2 いいえ47%

※はいと答えた方はその内容は何ですか→料理のレシピ、各島の特徴等の回答が多かった。

② 作ってみたい料理はありますか？

- 1 はい50% 2 いいえ47% 3 無回答3%

※はいと答えた方はどの料理ですか→あしたば春巻き、島ずし、ダンブレン、さつまいものあぶらき等

5 その他、ご意見・ご感想等

- 島の地図やいわれについての記載もあり光栄です。写真や料理の紹介もあるので分かりやすいです。その他、魚や旬のものの記載もあり良いと思います。
- 色々な島の食生活の様子を少しでも知ることが出来たし、カレンダーになっているので、日々活用出来ると思う。毎年あったらよいと思います。
- こんな形で家庭に配布はすてきです。食事バランスガイドのことがすぐわかりやすいです。
- 手作りおやつは自分の郷土を知るよいきっかけになったり家族のコミュニケーションの機会を与えてくれます。子どもと一緒に作ってみたいものもあった。
- 何と素晴らしいものが出来たかと感動しました。観光客にも有償で提供してはどうでしょうか
- カレンダーとしては使いにくい。写真が暗い、不鮮明でおいしそうに見えない。
- 伝統料理ではあるのですが、我が家の子どもが好んで食べるようなレシピはありませんでした。
- 知っていること、ありきたりのことしか書いていない。その他にも多数のご意見ご感想をいただきました。

東京の島 健康・食生活カードについて

- 1 目的：健康・食生活カードを配布することにより、働き盛りの人があまり実行していない、食事バランスガイドを活用すること、努めて歩いたり運動したりすること、たばこを吸わないこと等の重要性を認識させ、健康的な生活に一步ずつ近づけることを目的とする。
- 2 対象：島しょ地域の食料品販売店・飲食店・民宿・給食施設等に配布。
- 3 配布時期：平成23年3月～7月
- 4 配布方法：衛生講習会開催時等に配布予定
- 5 東京の島 健康・食生活カードの内容

A5サイズ16枚(32頁)4色刷

A面 食事バランスガイド・食生活		B面 疾病予防・身体活動・タバコ	
A1	表紙	B1	目次
A2	食事バランスガイドで覚えよう	B2	糖尿病または糖尿病予備軍といわれている方へ
A3	自分にあった目安量を調べてみよう	B3	高血圧または血圧が高めの方へ
A4	しっかり食べたい主食	B4	脂質異常症の改善にはバランスのよい食生活を
A5	主食の数え方	B5	がん予防に効果の高いものは、食事と禁煙です
A6	たっぷり食べたい副菜	B6	東京の島では1日に歩く時間が30分以内の人が6割
A7	副菜選びのポイント	B7	効果的なダイエットは運動と食事の組み合わせ
A8	副菜は旬の食材を取り入れて	B8	ビール1本カップラーメン1杯のカロリーを運動で消費するには
A9	適量食べたい赤色は主菜	B9	身体活動量を増やしましょう
A10	主菜選びのポイント	B10	東京の島はタバコを吸っている人が多いです
A11	主食と主菜が一緒の料理に注意	B11	タバコには、こんなに沢山の害があります
A12	牛乳・乳製品は1日2つ(SV)	B12	COPDを知っていますか
A13	果物は1日2つ(SV)	B13	43万人、世界で受動喫煙を要因に早死する人の数
A14	コマのヒモも大切(菓子・嗜好飲料)	B14	あなたの1年間のタバコ代はいくらですか？
A15	じょうずにコマを回すためのポイント	B15	タバコもお酒も大好きな人へ
A16	バランスのよい1日の食事例(約2000kcal)	B16	タバコを吸う10代のみなさんへ

<東京の島 健康・食生活カードの一部>

東京の島では、1日に歩く時間が “30分以内”の人が6割

「平成21年 島しょ地域 健康・食生活・食育に関するアンケート」結果より

生活習慣病の予防には、男性で9,000歩、女性で8,000歩歩くと良いと言われていますが…

東京の島々では、「1日に歩く時間は30分以内の人が6割」というアンケート結果が出ています。これは、10分間で1,000歩とすると、1日3,000歩も歩いていない！という計算になります。

歩くには特別な道具は必要ありません。運動不足を感じているなら、「ちょっとそこまで」には、車を使うのではなく、歩いてみましょう！10分程度の歩行でも、十分に有効な身体活動になりますよ！



副菜選びのポイント！

成人では、野菜は1日に**350g**とることが目標！いろいろな調理法の料理を取り入れ、楽しみながら食べましょう。

また、副菜も調理法によってエネルギー量が違うので、気をつけましょう。

食塩や油脂類の摂取が多くなりやすいように

漬け物では塩が、煮物では塩・醤油・砂糖等が使われ、炒め物や揚げ物には油脂が使われます。

煮物ばかり、炒め物ばかり、サラダばかりではなく、いろいろな調理法の料理を、バランスよく取り入れましょう。

「副菜」は多く食べたい料理なので、同時に塩分や油脂類の摂取が多くなりやすいように、注意しましょう。

野菜ジュースについて

野菜ジュースを飲めば、野菜がとれると思いませんか。同じ野菜の量でも、生の野菜から作った料理と市販のジュースの栄養は同じではありません。

ジュースは、加工の工程でビタミンや食物繊維などが減っている場合があります。ジュースは、野菜が足りないと思ったときや忙しいときに、適宜取り入れましょう。

全て副菜1つ(SV)分

 ほうれん草のお浸し エネルギー 22kcal 脂質 0.4g 食塩 0.6g	 切干大根の煮物 エネルギー 115kcal 脂質 2.0g 食塩 1.4g	 ポテトサラダ エネルギー 169kcal 脂質 11.8g 食塩 1.0g	 野菜の天ぷら エネルギー 234kcal 脂質 11.4g 食塩 0.9g
---	---	--	--

◆平成22年度島しょ地域食育推進研修会の開催

	日 時	場 所	テ ー マ	参 加 者
第Ⅰ回	22年10月23日(土) 14:00～16:30	神津島村立 神津中学校 体育館	郷土に根ざした食育の重要性 について ～食文化の学びを通して～	大島から小笠原までの 各島のPTA関係者・食 教育関係者 70名
第Ⅱ回	22年12月14日(火) 14:30～16:30	東京都大島支庁 2階大会議室	家庭・地域を巻き込んだ食育の すすめ方	大島食教育関係者 30名

講 師：2回共 女子栄養大学 公衆栄養学研究室 教授 田中 久子 氏

(1回目は神津島村栄養士の清水 明美 氏も事例報告を行った)

結 果： 各町村において、食育推進の気運が高まり、各種の食育事業が実施された。
また新島村において食育推進計画が策定された(3月)。



<研修会の様子>



◆ 食品関連業者研修の実施

食品関連業者への研修は、食品衛生監視員と連携し各出張所・支所において集団指導を計46回延べ929人、個別指導を計88回実施し、飲食店等が利用者の健康に配慮した食品を提供する気運が高まってきた。

3 今後の取組み

これまでの2年間の「島しょ地域の食育の推進」事業の成果により、保健衛生主管課に栄養士を配置している全町村において、食育推進計画が策定された。しかし栄養士の配置が望めない小離島の村では食育推進計画の策定は困難な状況にある。その中においても、保育園職員、学校栄養士、養護教諭等との連携をさらに進めることにより、どの島においても食育を推進していくための体制づくりを継続していく。

平成23年度からは課題別地域保健医療推進プランの新たな枠組みで「糖尿病対策を中心とした食環境整備」を計画し、島しょ地域の関係機関と連携を図りながら、乳幼児から学齢期、働き盛りの人、高齢者までの、全ライフステージにおける島しょ住民の食生活を中心にしたQOLの向上を目指していく。