

(様式2)

## 健やか食育プロジェクト事業報告書

健康福祉事務所名 朝来

### 1 食育推進体制の整備

食育推進課題	<p>(1) 管内2市とも県内で35～75歳の健診受診者のなかで血圧リスク(収縮期血圧130mmHg以上又は薬剤治療)者の割合が高く、高血圧が健康課題の一つに挙げられている。(平成24年生活習慣病予防健診と医療費に関する分析 全国健康保険協会兵庫支部)</p> <p>(2) 市健康増進主管課や食育関係団体が実施する食育には、乳幼児期や子育て世代、高齢者などの参加が多い。</p> <p>(3) 福祉施設などでの職員食の提供を除き、働き盛り世代へは健康増進を目的とした給食施設である事業所・寮は管内給食施設64施設中4施設と少ない。</p> <p>(4) 就労世代の食育推進や健康増進に活用可能な既存事業等が事業所担当者に周知されていない。</p>
今年度の推進方策	啓発資材による情報提供、事業所内担当者の資質向上を通じて、従業員の食育・健康づくりを推進する。
成果	<p>産業保健総合支援センター主催の研修会に比較して、事業所担当者が参加しやすい場所で開催できた。研修会では、給食提供がない事業所においても、食事環境整備による食育推進の具体的な方法を提案することができた。</p> <p>モデル事業所では、継続的な事業実施により行動に変化が見られた。管内2市商工会の協力が得られたことで、中小規模事業所への情報発信が可能になった。</p>
今後の方向性	<p>食生活改善を促す取組を中心としながら、従業員の健康づくり全体へ介入して、働き盛り世代の食育推進を図っていく。</p> <p>食の健康協力店事業や従業員の食事に導入する宅配弁当と連携した食事環境整備を進めていく。</p>

### 2 会議の開催状況

実施日時	平成31年2月7日(木) 10:30～12:00
参集者 (団体数及び人数)	3団体3機関7名
協議内容	<p>(1) 報告「健やか食育プロジェクト事業の取組について」</p> <p>(2) 情報提供 「但馬地域産業保健センター事業について」</p> <p>(3) 情報交換 「働き世代への健康づくり・食育推進の取組み状況について」</p>
今後の方策	各市商工会の担当者に、働き盛り世代の健康増進、事業者が産業保健での取組み等に理解を促すことができた。働き盛り世代への情報発信拠点として、引き続き協力して啓発をしていく。

※会議の議事録、参集者名簿を添付すること。

### 3 食育実践活動の結果

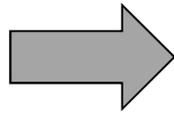
テーマ	働き盛り世代への食育推進										
対象及び参加者数	管内中小事業所 5事業所 シーレックス株式会社兵庫工場従業員 100名 管内事業所 63事業所 養父市商工会員 550事業所										
事業内容	日時・場所	内 容	講師・運営スタッフ								
	平成30年10月5日 朝来健康福祉事務所	講話・グループワーク「事業所でできる食事環境改善の取組み」 情報提供「健康づくりチャレンジ企業について」	朝来健康福祉事務所								
	平成30年12月20日 シーレックス株式会社兵庫	調査「働き盛り世代の食生活について」	シーレックス株式会社兵庫工場 朝来健康福祉事務所								
	平成30年10月～平成31年3月 朝来健康福祉事務所	情報提供「事業所でできる食事環境改善の取組み」	朝来健康福祉事務所								
	平成31年2月 養父市商工会	情報提供「主食・主菜・副菜を揃えた食事について」(FAXレター No. 16)	養父市商工会 朝来健康福祉事務所								
成 果	<p>【成果】</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>・研修会に参加した5事業所の従業員数は延べ624名になるため、衛生管理者の資質向上は就労世代の健康づくり・食育推進の寄与が期待できた。</li> <li>・管内2市商工会の協力を得られたため、中小規模事業所を中心とした会員事業所関係者における食の健康情報の取得環境が向上した。</li> <li>・前年度調査との比較結果では、「栄養成分表示を参考にする」において22名で行動変化が促された。日本人の健康的な食行動評価尺度による評価より、食行動因子により実践に差が見られた。</li> </ul> <p>【評価指標と目標値及び達成状況】</p> <table border="0"> <tr> <td>・研修会事業所参加率 20%</td> <td>達成状況 7%</td> </tr> <tr> <td>・研修会事前アンケート回収率 50%</td> <td>達成状況 55.6%</td> </tr> <tr> <td>・情報提供・普及啓発する管内事業所数 13施設</td> <td>達成状況 63施設</td> </tr> <tr> <td>・情報発信に協力する商工会数 管内2市</td> <td>達成状況 管内2市</td> </tr> </table>			・研修会事業所参加率 20%	達成状況 7%	・研修会事前アンケート回収率 50%	達成状況 55.6%	・情報提供・普及啓発する管内事業所数 13施設	達成状況 63施設	・情報発信に協力する商工会数 管内2市	達成状況 管内2市
・研修会事業所参加率 20%	達成状況 7%										
・研修会事前アンケート回収率 50%	達成状況 55.6%										
・情報提供・普及啓発する管内事業所数 13施設	達成状況 63施設										
・情報発信に協力する商工会数 管内2市	達成状況 管内2市										
今後の課題	衛生管理主担当者が産業保健分野における衛生事項への関心が向上する必要がある。健康経営を方針に導入している健康意識が高い事業所従業員においても、健康のための食事制限については実践が困難であり、環境整備と併せて各従業員の意識向上が必要である。										

※プログラムや内容がわかる資料を抜粋し添付すること。

## 働き盛り世代の食育

働き盛り世代の食育は、健康に配慮した献立の提供など給食提供の場面を活用することが多い。

しかし、管内には該当する事業所が少ない。



従業員給食の提供がないモデル事業所（シーレックス株式会社兵庫工場）で食育事業を実施

事業所内の食育推進・健康づくりを推進していくためには、主担当者である衛生管理者や衛生責任者の方の協力は必要！



### 衛生責任者等向け研修会

研修会内容

<講話・グループワーク>

事業所のできる

食事環境改善の取組

<情報提供>

健康づくりチャレンジ企業について

研修案内と併せて、事前アンケートも事業所へ協力を依頼



なぜ、事業所内で食事環境を整える必要がある？  
背景にある”健康経営・健康投資”の考え方について、理解を深めた後、ある休憩室の例題に意見交換を実施。



リフレッシュできそう  
日が当たり明るい環境 等

自分の職場における食事環境も6つの視点で振り返り

休憩  
気分転換

コミュニケーション

快適性

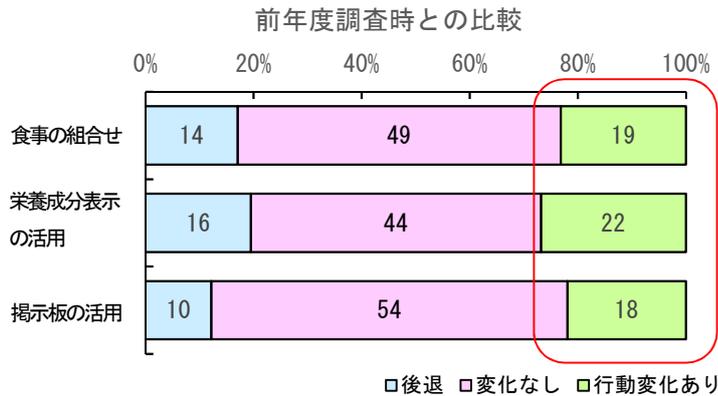
健康意識  
を高める

清潔

適切な  
食行動



## モデル事業所の食生活調査



健康経営を取り入れていると、食事バランスの実施に期待できそう  
食事制限は個人のアプローチが必要

### 食事バランス



## 情報の提供 & 情報を見つけやすく

食事環境を改善するために、  
“健康意識を高める”  
“適切な食行動を取る” 取組方法を紹介

健康情報を掲示  
健康状態をチェックする機器を設置  
宅配弁当利用時の配慮  
飲料の自動販売機の中身を工夫 等

食事環境改善の取組紹介

職場の環境を変えることで、自然と健康に目向き、生活習慣が改善することが期待できます。健康を保持・増進するための行動には、「快適性を感じる、体を動かす、コミュニケーションする、休憩・気分転換する、清潔にする、適切な食行動をとる、健康意識を高める」の7種類があります。このうち、事業所内でできる食事環境改善の取組みをすることで、“適切な食行動をとる”を促すために、事業所内でできる取組を紹介します。

～健康意識を高めるための取組例～

(1) 健康情報を掲示する  
机上メモやポスターの掲示等により、従業員に健康情報を発信している事業所の割合は58%でした。掲示により健康情報を知る機会を設けることができます。

(2) 従業員の方が健康状態をチェックする機器を設置する  
事業所内に従業員が健康チェックをするための体重計や血圧計を設置している事業所は29%でした。体重計や血圧計などを設置して、健康状態の自己チェックができる環境づくりをお願いします。

机のある休憩場所や食堂、掲示板やロッカーのスペースが活用できます



養父市商工会、朝来市商工会と協力し、  
兵庫県 HP の「食の健康」ページを探しやすく

食の健康情報へのアクセスを向上

養父市商工会発行の FAX レター内に、  
主食・主菜・副菜を組合せた  
食事について掲載



食事バランスの  
ポイントは  
“副菜” にあり

