

# 視察報告書

委員会名	市民福祉常任委員会
視察日時	平成 28 年 4 月 25 日 (火) 13 時 30 分 ~ 15 時 00 分
視察先	千葉県松戸市
視察項目	食を通した健康づくりの教室について
視察参加議員	井上健作委員長、松月よし子副委員長、三嶋俊蔵委員、黒田公二委員、徳安達成委員

## (食を通した健康づくりの教室)

松戸市では、「食を通した健康づくりの教室」等が健康推進課の栄養士関連事業として取り組まれている。

この事業は年間 97 万円の予算だが、栄養士関連事業として市民に密着した事業で「健康に暮らすために望ましい食習慣を身につける」ために、様々な取り組みが市内 3 か所に設置されている保健福祉センターで行われている。同センターを健康づくりの拠点として位置付け、市民に身近な存在としてそれぞれ 2 名の栄養士を配置し、「健康医療都市まつど」を目指す活動を行っている。

### 健康増進啓発事業

- ・親子クッキング教室 (対象) 小学生とその保護者
- ・食生活講座 (対象) 20 歳~59 歳
- ・食習慣調査 (対象) 全市民
- ・野菜料理プラス 1 運動 (対象) 全市民

### 地区組織育成事業

- ・食育ボランティア育成支援 (対象) 食を通して地域貢献したい人 など

### 健康増進人材育成事業

- ・食生活改善推進員活動 (対象) 食生活改善推進員

### 家庭訪問事業

- ・訪問栄養指導 (対象) 40 歳以上の在宅療養者とその家族

### 高齢者健康推進事業

- ・60 歳からの食生活講座 (対象) 60 歳以上の市民

## (松戸市民の食に関する実態調査)

### 経緯

松戸市は、国の平成 17 年の食育基本法の施行を受け、千葉県食育基本計画に基づき、松戸市第 1 次食育推進計画を平成 20 年に策定した。その後、平成 26 年の第 2 次食育推進計画の策定にあたり、平成 26 年度に「松戸市民の食に関する実態調査」を行った。

### 調査目的と方法

『健康を維持増進するために、「望ましい食生活」を実践することは重要な要素のひとつであり、生活習慣病の予防にも欠かすことができない。(中略) 市民の食習慣の実態を詳細に調査・評価を実施している市町村は少なく、公衆栄養活動の妥当性に関する評価が実施困難となっている。中でも、20 歳代、30 歳代の世代、とりわけ男性においては、全国的に見ても食習慣の実態について詳細に調査したデータが少ない。』(松戸市民の食に関する実態調査の結果より抜粋)

この状況から、松戸市では若い世代と男性の実態を把握するために、ママパパ学級に参加した初妊婦とそのパートナー 751 人に協力を依頼し、このうち基準あてはまる 741 人(男性 324 人、女性 417 人)のデータを基に分析が行われた。

### 分析結果(食習慣の実態)

#### ①主食、主菜、副菜を揃えた食事の摂取状況

朝食：男女とも揃っていない人が半数程度

昼食：女性において揃っていない人が約 3 割と高い

夕食：男女ともほぼ毎日揃っている人が多い。

#### ②主食のある朝食の摂取頻度

20 歳代、40 歳代の男性の多くが「週に 1 回未満」「食べなかった」と回答した。

#### ③お酒を毎日飲んだ人の割合

男性で毎日飲酒する習慣がある人の割合が多い。

#### ④食品や食事を選ぶ際に重視すること

男性：量(ボリューム) 女性：栄養面(カロリーや塩分)

#### ⑤健康や食事に関する情報源

「テレビやラジオ」、「インターネット」を挙げる人が多い。

#### ⑥食塩相当量が目標量を上回っている人の割合

男性 98.4% 女性 99.2%

#### ⑦野菜類の摂取量

男性 226.6g/日 女性 229.6g/日

## 改善策

- ・主食、主菜、副菜が揃った食事をするためには「時間」の確保が課題であることから、短時間で調理できる料理を伝えていく。
- ・バランスのよい食事が健康を支える要因のひとつであることから、塩分を控えた料理を伝えていく。
- ・若い世代の主な情報源が把握できたことから、市からの情報発信の方法を検討する。

### (松戸市食育推進会議条例)

この条例は国の食育基本法に基づき平成27年4月に施行された。

松戸市ではこの条例が策定されたことにより、新たな連携が行われ事業拡大の可能性が期待されており、より市民の健康増進に寄与する施策が展開されている。

## 連携先

- |         |     |                   |
|---------|-----|-------------------|
| 聖徳大学    | ・・・ | 食育かるたの制作、農業体験事業分野 |
| 千葉大学    | ・・・ | 園芸分野              |
| 流通経済大学  | ・・・ | スポーツ分野            |
| 日本大学歯学部 | ・・・ | 病院、医療分野 等         |

若い世代が望ましい食習慣を身に着けることは、本人のみならず、次世代の子どもたちの健康づくりにつながるとして、調査、分析、試行が行われている。現在では、望ましい食生活の実践者を増やすために教室等の再検討が行われている。

市民の健康増進を推進して市民幸福度を向上させるとともに、民生費や衛生費の増加の抑制効果を狙う事業であった。

## 意見（本市にとって活用すべき事項・課題など）

本市も食生活改善推進員や栄養士などが活躍する事業が行われ、また、食を通した健康づくりについては「糸島市農力を育む基本計画」の中にある「食育推進計画」などによって取り組まれている。

このような状況の中、松戸市を視察して、私たちの毎日の「食」が健康づくりの基幹となることを改めて実感し、市民に対する食生活改善の啓発や事業を積極的に行うべきと考える。松戸市と本市では、人口や財政規模、市の面積など、おかれた環境に相違点があると認識しつつも、市民の健康づくりは同様に市が推進すべき基本的な施策であると考えます。

本市においては、盛んな第1次産業の特性を生かし農林水産業分野が連携したまちづくりが展開されているが、市民の健康づくりについても、本市の社会資源を更に活用しつつ、市民に寄り添って食を通した健康づくりを推進するべきである。