**取り組みと評価、次期計画に向けて**

■**栄養・食生活**

|  |
| --- |
| ◆**取り組み内容** |
| 〇乳幼児期～学齢期  ・3か月、１才６か月、３才、５才健診、６・９か月児、１才児相談時での栄養指導  ・離乳食教室  ・虫歯予防教室（食事編）（各園に訪問）  ・子ども料理教室  ・食育料理教室  ・親子料理教室  ・子育てサロン等料理教室  ・子ども食堂  ・中学生食育講座  ・学校における食育教育  ・町広報への掲載  〇成人～高齢期   |  |  | | --- | --- | | 地区料理教室内容 | | | H27・28年度 | テーマ「減塩」 | | H29年度 | テーマ「脂質異常症」 | | H30年度 | テーマ「胃・大腸がん」 | | R1年度 | テーマ「骨粗鬆症」 | | R2～４年度 | 中止 | | R5年度 | テーマ「免疫アップ」 |   ・地区料理教室  ・男性の料理教室  ・糖尿病予防料理教室  ・高齢者栄養改善事業  ・集いの場での栄養教室  ・熊石栄養フレイル予防（R4～）  ・生活習慣病予防教室  （サラサラ血液目指そう会、R4～ウェルネス運動教室、熊石生活習慣病予防教室）  ・誕生日訪問時指導（八雲65歳、熊石70歳・75歳）  ・地区組織育成事業（熊石食生活改善協議会）  ・健康相談、健診時、健診結果説明会、特定保健指導訪問での食生活改善指導  〇全年代  ・「全町一日健康の集い」での減塩、野菜の摂取量、おやつや飲み物の糖分量についての普及啓発  ・町広報への掲載（栄養・食生活編、栄養コラム） |
| ◆**現状と評価** |
| |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | 評価内容 | | H25年度値 | H30年度値 | 目標値 | R５年度値 | 評　価 | | おやつの時間を決めている家庭の割合 | | 67.8％ | 7１.6% | 増　加 | 65.2％ | Ｃ | | ジュースを飲む習慣のある子どもの割合 | | 42.2％ | 39.7% | 減　少 | 22.7％ | A | | 夜9時までに寝る子どもの割合 | | 28.9％ | 23.8% | 増　加 | 31.0％ | Ｂ | | 牛乳を飲む子どもの割合 | | 48.5％ | 55.3% | 増　加 | 46.5％ | Ｃ | | 夕食後に飲食する子どもの割合 | | 39.8％ | 41.0% | 減　少 | 32.8％ | A | | 野菜を一日5皿(350ｇ)以上食べる人の割合 | | 4.9％ | 2.0% | 増　加 | 5.5％ | C | | 汁物を一日２杯以上飲む人の割合 | | 40.3％ | 34.7% | 減　少 | 32.0％ | A | | 早食いの人の割合 | | 48.6％ | 30.8％ | 減　少 | 25.8％ | A | | 夕食後に間食をする人の割合 | | 26.4％ | 29.1％ | 減　少 | 36.1％ | D | | 就寝前２時間以内に夕食をとる人の割合 | | 19.3％ | 20.7％ | 減　少 | 18.4％ | C | | ＢＭＩ25以上の人の割合 | 男20～60才代 | 38.3％ | 43.2% | 28.0％ | 46.9％ | D | | 女40～60才代 | 31.0％ | 26.2% | 24.0％ | 24.3％ | B | |
| ◆**次期計画に向けて** |
| ○乳幼児期～学齢期  保護者への生活指導が必要  ・各種乳幼児健診、相談事業の栄養指導・食育料理教室や虫歯予防教室時に、保護者へおやつ・ジュース・牛乳の適切な摂取の仕方や夕食後の飲食についての食生活指導を実施  ・夜遅くまで起きていると起床時間が遅くなることで朝食をしっかりと食べることができない子どもが増える可能性があるため、生活習慣についても指導を実施  子どもに対しての食事指導が必要  ・「食事バランス」「野菜摂取」「おやつの摂取」「食事のマナー」「食に関心を持てる」をテーマに食育教育を実施する  ○成人～高齢期  メタボリックシンドロームや生活習慣病予防の食事指導が必要  ・地区健康教室や事業所健康講話、健診事後指導、訪問などで減塩や食事のバランスを中心とした野菜摂取等の指導を実  ・糖尿病性腎症によるハイリスク者の重症化を予防するための取組も実  ・特に男性に対しては肥満が膝や腰の疾病に繋がることもあるので、体重のコントロールを含めた生活習慣改善指導を実施  ○全世代  ・町ホームページ等により栄養や食生活の知識等について周知する |