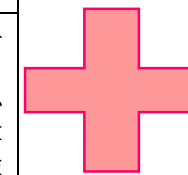


❖朝食と肥満に関する取組状況

(令和元年度食に関する事業報告、令和2年度食に関する事業計画、第二次健康増進計画：令和2年度重点課題に対する活動計画より抜粋)

ライフステージ	担当課	朝 食	肥 満
乳幼児期 (0～5歳 妊産婦)	子育て支援課	<ul style="list-style-type: none"> <li>母子健康手帳交付時に啓発。妊娠をきっかけとして、朝食を欠食していた方も3食とる習慣に行動変容することをめざす。</li> <li>パパママセミナー①②で啓発。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>肥満度20%以上児の保護者に対して、保育課、園と協働で個別相談を実施。</li> </ul>
	保育課	<ul style="list-style-type: none"> <li>園日より、給食日より、食育だよりに朝食摂取等、体の健康を保つための生活習慣や食事に関する記事を掲載し、家庭全体で取り組むことの重要性を啓発する。</li> <li>食に関する健康講話で朝食摂取の定着に向けて、早寝早起きの生活習慣の大切さについて啓発する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>園日よりで肥満予防や食習慣についての記事を掲載する。</li> <li>食に関する健康講話で保育園児やその保護者を対象に、菓子類の適量や甘味飲料に含まれる糖分について、媒体を活用して啓発する。生活習慣病を予防するため、家庭全体で望ましい食習慣の定着に向けた取組を促す。</li> <li>肥満度20%以上児の保護者に対して、肥満の軽減に向けた生活習慣の見直しや改善の働きかけを行う。</li> </ul>
	健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>すくすく広場③で1歳児の保護者に、1日3回の食事の定着に向けて、生活リズムの重要性を啓発する。</li> <li>パパママセミナー①②で啓発。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甘味飲料講座で保育園児に甘味飲料に含まれる糖分、飲み過ぎによる弊害を啓発し、飲み過ぎを予防する。</li> </ul>
学童・思春期 (6～19歳)	教育総務課	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食日より、講話、給食試食会等を活用し、朝食の重要性、適正なカロリー摂取、バランスのよい食事などを積極的に発信する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>小児生活習慣病予防検診で肥満度40%以上の児童・生徒に血液検査と血圧測定を実施する。検診結果説明会では、食事や運動などの日常生活習慣の見直しと改善を目的とした働きかけを行う。</li> </ul>
	学校教育課	<ul style="list-style-type: none"> <li>給食時間や特別活動時間で啓発する。</li> </ul>	
	健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>中学校、高校の食育授業、大学での啓発活動で、朝食の摂取、バランスのよい食事等、健康を維持するための食習慣の啓発を行う。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甘味飲料講座で小学生に甘味飲料に含まれる糖分、飲み過ぎによる弊害を啓発し、飲み過ぎを予防する。</li> <li>小児生活習慣病検診結果説明会で肥満度40%以上の小中学生の保護者に対して、小児期からの肥満改善の必要性について講話を行う。また、個別面談では、生活目標を設定し、家庭での実践につなげる。</li> </ul>
	地域振興局 健康福祉部	<ul style="list-style-type: none"> <li>高校生を対象に、「柏崎地域における若い世代への食育推進事業」を管内2校で実施する(10月)。朝食摂取、主食・主菜・副菜をそろえた食事、地域の食材(野菜・魚)、食文化についての知識伝達、魚のさばき方の伝達等により、食に関心を持ち、将来の生活習慣病予防や健康づくりに繋がるよう、学校、関係機関団体等と連携して啓発する。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>高校生が自分の適正な食事量を把握できるよう、BM(体格指数)の算出方法、食事バランスガイド等の啓発媒体を活用した食育授業を行い、将来の肥満や女性のやせ防止のための啓発を行う。</li> </ul>
青年期 (20～39歳)	健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>からだスッキリ講座で1日3食の食事リズム、朝食の必要性について啓発。</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>甘味飲料講座で保育園、小学生の保護者に甘味飲料に含まれる糖分、飲み過ぎによる弊害を啓発し、飲み過ぎを予防する。</li> <li>からだスッキリ講座で肥満をはじめとする生活習慣病予防として、適正エネルギー量の計算等を取り入れ、食事の適量、バランスなどの講話を行う。</li> </ul>
壮年期 (40～64歳)			<ul style="list-style-type: none"> <li>甘味飲料講座で保育園、小学生の保護者に甘味飲料に含まれる糖分、飲み過ぎによる弊害を啓発し、飲み過ぎを予防する。</li> <li>特定保健指導で内臓脂肪型肥満の要因となっている生活習慣を改善するための保健指導を行う。</li> <li>からだスッキリ講座で肥満をはじめとする生活習慣病予防として、適正エネルギー量の計算等を取り入れ、食事の適量、バランスなどの講話を行う。</li> </ul>
高齢期 (65歳以上)	介護高齢課 健康推進課	<ul style="list-style-type: none"> <li>おいしく食べて歯ッピー教室でフレイル予防、高齢期の食事について啓発。</li> </ul>	



❖令和2(2020)年度下半期以降の取組

◆食育授業(小、中、高校)の実施

朝食をテーマに、朝食の必要性や自分でも用意できる朝食メニュー等を紹介する。肥満予防も絡めて、食習慣の重要性を啓発する。

- ・学校の教材(教科書)を参考に、大人の健康状況も含めた内容とする。
- ・校長会等で市民の健康課題を情報提供し、実施の必要性を周知する。

◆母子保健事業、健康増進事業、イベント等でチラシ、媒体等による情報提供

朝食の必要性、手軽な朝食メニュー、標準体重、適正エネルギー量の算出方法、嗜好品の適量、夕食が遅くなる際の分食の方法、コンビニ食の選び方など

- ・大学生向けの啓発事業、事業所向けの出前講座、保育園、学校の保護者など若い年齢層を重点に啓発する。

◆肥満度20%以上の小中学生への啓発方法の検討

個人的でデリケートな問題で、全体指導が難しい現状があるため、アプローチ方法を検討する。

◆関係課と朝食、肥満予防対策等の課題、情報共有、取組検討

庁内食育推進連絡会議の場や協議が必要な課と随時行う。