

健康・食育うらそえ 21

中間評価（平成 29 年度）

市民一人ひとりがいきいき暮らす
健康長寿のまち・てだこ



浦添市では、市民が健康で豊かな人生を実現できることを目指して、平成 25 年度に「健康・食育うらそえ 21」を策定しました。様々な事業を通して乳幼児から高齢者までのライフステージに応じた健康施策及び食育を進めているところです。中間年度にあたる平成 29 年度に評価及び見直しを行い、各分野における取組みや現状値をとりまとめました。

浦添市



目 次

1 計画の概要	2
2 浦添市の健康づくりの課題と取組み	3
3 浦添市の食育の課題と取組み	14

参考資料

1 健康づくりに関する各課の取組み	17
2 食育推進の取組み	32
3 統計資料	40

1 計画の概要

市民一人ひとりがいきいき暮らす
健康長寿のまち・てだこ

●健康増進計画

健康づくりの意識を高める

生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

健康づくりの知識・技術を身に付ける

親子の健康づくり

児童・生徒の健康づくり

成人の健康づくり

健康づくりを実践する

高齢者の健康づくり

- ①栄養・食生活
- ②身体活動・運動
- ③休養・こころ
- ④飲酒（アルコール）
- ⑤歯・口腔の健康
- ⑥その他の健康づくり支援

●食育推進計画

食育を「知る」

食への理解と知識の普及啓発

ライフステージや場面に応じた食育の推進

地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

食育の「実践」

食の安全性の確保

2 浦添市の健康づくりの課題と取組み

計画策定時における課題に庁内各課のヒアリングから見えてきた新たな課題（●）を加え、課題解決のための市の取組みについてまとめた。

指標の達成状況において、計画策定時（平成 23 年度）と現状値（平成 28 年度）を比較し評価を行った。

「改善」「悪化」・・・統計的な有意差が認められた場合

統計的な検定を行うことができない場合は、計画策定時の数値を 100%としたとき、1%以上の増減があった場合

1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

(1) 課題

- ・40～60 歳代における肥満者の割合が全国に比べ多い
(H22 男性 44.6% 女性 31.4%、全国 男性 31.2% 女性 22.2%)
- ・メタボリックシンドローム該当者および予備群の増加
- 糖尿病の有病者、および糖尿病性腎症による透析者数の増加
- 健康無関心層への対策が必要

(2) 指標の達成状況

目標値の内容	H23 年度 計画策定時	H28 年度 現状値	H34 年度 目標値	評価	データ出 典
特定健診実施率	34.3%	35.3%	60% (H29)	目標には届かないが改善	法定報告
胃がん検診受診率	男性 13.1% 女性 18.9%	4.6% 6.3%	25% 30%	把握方法が異なるため評価困難	地域保健健康増進事業報告
肺がん検診受診率	男性 15.3% 女性 22.9%	6.3% 9.5%	25% 30%		
大腸がん検診受診率	男性 14.3% 女性 21.3%	5.8% 9.2%	25% 30%		
子宮頸がん検診受診率	10.3%	13.5%	20%		
乳がん検診受診率	10.5%	13.0%	20%		

特定保健指導実施率	46.8%	58.0%	60%	目標には届かないが改善	法定報告
メタボリックシンドローム該当者及び予備群の減少	14,505 人 (H20)	16,566 人	H20 年度と比べて 25% 減少(H27)	悪化 (14%増加)	法定報告、住民基本台帳
各生活習慣病の年齢調整死亡率(人口 10 万人当たり)の減少					人口動態調査調査票情報
・75 歳未満のがん	73.2 (H22)	80.2	減少傾向へ	悪化	
・脳血管疾患	男性 29.0 (H22) 女性 27.2 (H22)	35.9 16.8	減少傾向へ 減少傾向へ	悪化 改善	
・虚血性心疾患	男性 35.9 (H22) 女性 11.3 (H22)	27.1 7.6	減少傾向へ 減少傾向へ	改善 改善	
高血圧の改善	男性 26.6% 女性 19.5%	28.5% 21.6%	減少 減少	変化なし 悪化	
脂質異常症の減少	男性 9.7% 女性 15.3%	10.1% 13.6%	国:6.2% 国:8.8%	変化なし 目標には届かないが改善	特定健診
糖尿病の減少等					
・合併症(糖尿病性腎症による年間新規透析導入患者数)の減少	20 人	25 人 (H27)	国:減少	悪化	身体障害者手帳交付者
・治療継続者の割合の増加 (HbA1c が NGSP 値 6.5%以上の者のうち治療中と回答した者の割合)	69.6%	63.2%	国:75%	悪化	特定健診
・血糖コントロール指標におけるコントロール不良者の割合の減少(HbA1c が NGSP 値 8.4%以上の者の割合)	1.41%	1.42%	国:1.0%	変化なし	特定健診
・糖尿病有病者の増加の抑制 (HbA1c が NGSP 値 6.5%以上の者の割合)	8.7%	10.0%	現状維持又は減少	悪化	特定健診

＊がん検診受診率の算出方法

平成 23 年度：市のがん検診受診者／がん検診の通知送付者（国保・社保の一部）

平成 28 年度：市のがん検診受診者／浦添市人口（対象年齢）

＊メタボリックシンドローム該当者・予備群の算出方法

健診受診者における実数を比較した場合、毎年度の健診受診率の高低の影響を受けるため、特定健診受診者に占めるメタボリックシンドローム該当者・予備群の割合を、住民基本台帳人口に乗じることで得られる推定数を算出。

(3) 主な取組み

- ・特定健診、特定保健指導の実施
- ・30 代健診、生活保護者一般健診、二次検診（動脈硬化検診）の実施
- ・がん検診の実施
- ・受診率向上のための取組み（個別訪問・電話・はがきによる勧奨、街頭キャンペーン、夜間健診、出張健診、協会けんぽとの合同実施、自治会表彰）
- ・健康チャレンジ手帳による 3kg 減量市民大運動
- ・CKD(慢性腎臓病)重症化予防モデル事業
- ・自治会、青年会等の地域住民に対する健康講話
- ・健康フェスタの開催

(4) 評価及び今後の方針

- ・特定健診の受診率は県平均よりも低い状況が続いている。通院中の方には医療機関と連携した受診勧奨を、医療機関も健診も未受診の層には、出張健診や地域での健診など健診が受けやすい環境を充実させ受診率向上を目指す。
- ・がん検診受診率については平成 23 年度と 28 年度で算出方法が異なるため比較ができないが、75 歳未満のがんによる年齢調整死亡率は増加しており、男性では大腸がん・肺がん・胃がん・肝臓がん、女性では乳がん・肺がん・大腸がんが上位を占めている（p. 41）。がん検診の受診率が向上するよう取り組みを強化する。
- ・脳血管疾患、虚血性心疾患の年齢調整死亡率は減少しているが、それらの疾患の元になるメタボリックシンドローム該当者・予備群や高血圧、糖尿病は増加している。このことから脳血管疾患等の年齢調整死亡率の減少は高血圧等の改善によるものではなく、医療など他の要因による影響が考えられ、重点課題であるメタボリックシンドローム等の改善に向けて引き続き取り組む。
- ・メタボリックシンドローム・予備群を改善するため、特定保健指導率 60%以上を目標に効果的な保健指導を実施する。また多くの市民が肥満を改善し生活習慣病を予防していくには、健診未受診者や健康無関心層に届く対策が必要であり、平成 30 年度から国民健康保険加入者を対象にした健康ポイント事業の実施に向けて取り組む。
- ・糖尿病性腎症による透析者数は増加傾向であり、糖尿病有病者の割合も増加している。今後は糖尿病性腎症重症化予防プログラム、CKD（慢性腎臓病）病診連携システムにより人工透析への移行予防を強化していく。

2) 親子の健康づくり

(1) 課題

- ・妊娠前、妊娠期における適正体重の維持（肥満・やせの減少）、歯・口腔の健康づくり等による生活習慣病予防及び低出生体重児の減少
- ・乳幼児健診等の受診勧奨による子どもの健康づくり支援
- ・定期的な歯科検診の受診勧奨による歯・口腔の健康づくりの意識啓発
- ・子育て中の保護者が地域社会で孤立しないような支援の充実
- ・母子保健推進員への活動支援や連携強化による事業展開と推進員の確保

(2) 指標の達成状況

分野	行動目標	目標値の内容	H23 年度 計画策定時	H28 年度 現状値	H34 年度 目標値	評価	データ 出典
栄養・ 食生活	健やかな出産のため妊娠前から健康管理を行う	・全出生数中の低出生体重児の割合の減少	11.7% (H22)	10.1%	減少傾向へ	改善	こども健康課
	適正体重を維持するため、栄養バランスを考え食事をする	・20 歳代女性のやせの者の割合の減少	17.9%	18.6%	現状維持又は減少	悪化	妊娠時届出アンケート (こども健康課)
身体活動・運動	—	—	—	—	—	—	—
休養・ こころ	—	—	—	—	—	—	—
飲酒(アルコール)	—	—	—	—	—	—	—
喫煙	—	—	—	—	—	—	—
歯・口腔 の健康	家族ぐるみでう蝕(むし歯)予防に取り組む	・3歳児でう蝕がない者の割合	65.5%	68.3%	国:80.0%	目標には届かないが改善	こども健康課

(3) 主な取組み

- ・親子健康手帳交付時の指導、マタニティスクール、新生児訪問、乳幼児全戸訪問、離乳食教室、乳幼児健診、保健師等による個別支援
- ・保育所、幼稚園における基本的な生活習慣を身に付けるための支援
- ・保育所、子育て支援センター、つどいの広場、ファミリー・サポートセンターによる子育て支援
- ・母子保健推進員の養成
- ・臨床心理士等による発達に関する個別相談・保育所の巡回支援、教室の開催（さくらんぼクラブ）
- ・禁煙標準化プログラム（ちゅらままプロジェクト）の実施
- ・幼稚園、保育所の禁煙認定施設への登録
- ・2 歳児歯科健診、保育所・幼稚園における歯科健診の実施
- ・歯っぴー講座、保育所におけるフッ化物洗口
- ・予防接種の接種率向上に向けた取組み（休日に接種できる「予防接種ステーション」、未接種者へ

の通知、電話勧奨)

(4) 評価及び今後の方針

- ・低体重出生児の割合は減少傾向であるが、20 代女性のやせの割合はやや増加している。妊婦から乳幼児まで食について正しい知識を得て実践できるよう、親子健康手帳交付時やマタニティスクール等を利用して支援する。
- ・3歳でう蝕がない子どもの割合は、計画策定時より 2.8 ポイント増加しているが、県(H27 69.4%)および全国平均(H27 83.0%)に届いていない。2歳児歯科健診、乳幼児健診での個別指導、講座等による意識啓発、フッ化物洗口などを**継続して実施する**。
- ・親子が心身ともに健康であるために、様々な育児支援や相談事業、関係機関との連携により子育てが孤立しないよう支援を引き続き行う。

3) 児童・生徒の健康づくり

(1) 課題

- ・児童・生徒の運動機会の拡充、適切な食生活の支援、保護者への意識啓発等による肥満傾向児の減少及び学齢期からの生活習慣病予防の促進
- ・児童・生徒の健康データの把握による健康課題の分析とその対策の検討
- ・いじめや不登校等に関する相談体制づくりなど、心の健康づくり支援
- ・児童・生徒への飲酒・喫煙、薬物乱用防止に関する知識の普及啓発及び保護者への意識啓発
- う蝕（むし歯）は減少傾向であるものの、県・全国に比べて多い（県 1.9 歯 全国 0.83 歯）
- スマートフォンによる生活習慣への悪影響、SNS によるいじめ等の問題
- 運動習慣の二極化（休日なし・長時間の部活動、運動習慣がない）

(2) 指標の達成状況

分野	行動目標	目標値の内容	H23 年度 計画策定時	H28 年度 現状値	H34 年度 目標値	評価	データ 出典
栄養・ 食生活	基本的な食習慣 を身に付ける	・肥満傾向にあ る子どもの割合 の減少(小学5年 生)	男子 6.39 女子 6.77 (ローレル指 数 160 以上)	男子 10.40 女子 8.98 (肥満度 20% 以上の割合)	減少傾向 へ	把握方法 が異なる ため評価 困難※	学校教育 課 (学校保 健統計調 査)
身体活 動・運動	—	—	—	—	—	—	—
休養・ こころ	—	—	—	—	—	—	—
飲酒(ア ルコール)	—	—	—	—	—	—	—
喫煙	—	—	—	—	—	—	—
歯・口腔 の健康	習慣的に歯みが きができる	12 歳児の一人 平均う蝕(むし 歯)数の減少	3.07 歯	2.16 歯	1.0 歯未 満	目標には 届かない が改善	学校教育 課(学校 保健統計 調査)

※平成 27 年度より学校保健統計調査の肥満状態調査の基準が、ローレル指数 160 以上から、肥満度 20% 以上の割合に変更されている。（参考）県：男子 15.09 女子 8.52 全国：男子 10.1 女子 7.86

(3) 主な取組み

- ・家庭科の授業、栄養教諭等の T・T（チームティーチング）による基本的な食習慣に関する教育
- ・栄養教諭等による食育講話、給食指導
- ・親子料理教室の開催
- ・小中学校における健康診断、生活実態調査
- ・浦添市立小学校の文化・スポーツ活動及び中学生の部活動について～ 望ましい活動を目指した活動方針 ～(通知)
- ・徒歩での登下校を推進（てくてく運動）
- ・ジュニアスーパー陸上、スポーツフェスティバル、自治会対抗各種競技大会の開催
- ・てだこウォークへ学校行事としての参加
- ・児童センターにおける体を動かす遊びの提供
- ・臨床心理士等によるいじめや不登校等に関する個別相談

- ・子どもとスマートフォンをテーマにした講演会
- ・飲酒・喫煙、薬物乱用防止に関する授業、および個別指導
- ・小中学校の禁煙認定施設への登録
- ・歯科健診、給食後の歯磨き、保健だよりや児童生徒、養護教諭が作成した掲示物による啓発

(4) 評価および今後の方針

- ・小学 5 年生の肥満傾向の割合は、女子で沖縄県及び全国よりも高い傾向がある。健康について理解し実践できるよう、学校と保護者、関係機関が連携し食育等の各方面の取組みを継続していく。
- ・通知をもとに小中学校やスポーツ協会と連携し、部活動やスポーツ少年団等の練習時間の適正化を呼びかけるとともに、運動習慣がない子どもに対しては体を動かす遊びや運動の機会が与えられるよう、イベント等への参加を促す。
- ・スマートフォンやインターネットの利用について、関係機関と連携しネットモラル教育の計画に取り組む。
- ・12 歳児のう蝕（むし歯）は、5 年前に比べ減少してはいるが全国（0.83 歯）、沖縄県（1.9 歯）に比べると依然多い現状がある（浦添市 2.16 歯）。う蝕の減少に向けて、歯みがき習慣や間食・清涼飲料水の摂り方、歯科受診について児童生徒および保護者に意識啓発を行う。

4) 成人の健康づくり

(1) 課題

- ・特定健診の受診勧奨、特定保健指導の利用促進による内臓脂肪型肥満の要因となる生活習慣の改善
- ・各種がん検診及び精密検査の受診勧奨によるがんの早期発見、早期治療の促進
- ・定期的な運動習慣づくり、適切な食生活の支援等によるメタボリックシンドローム予防の促進
- ・心の健康づくり支援の強化による壮年期の自殺予防
- ・市民が適切な飲酒習慣を身に付けるための支援
- ・禁煙の促進及び受動喫煙防止対策の充実

(2) 指標の達成状況

分野	行動目標	目標値の内容	H23 年度 計画策定時	H28 年度 現状値	H34 年度 目標値	評価	データ 出典
栄養・ 食生活	適正体重を維持するため、栄養バランスとカロリーを考え食事をする	・40～60 歳代男性の肥満者の割合の減少	44.6%	45.0%	41%	変化なし	特定健診
		・40～60 歳代女性の肥満者の割合の減少	31.4%	32.3%	28%	変化なし	
身体活動・運動	—	—	—	—	—	—	—
休養・ こころ	しっかり休養をとる	・自殺者の減少(人口 10 万人当たり)	21.6 人 (H22)	14.9 人	H22 に比べ 20%以上の減少	改善 (目標達成)	地域における自殺の基礎資料(厚労省)
飲酒(アルコール)	—	—	—	—	—	—	—
喫煙	禁煙に取り組む	・成人の喫煙率の減少	12.8%	13.0%	国:12%	変化なし	特定健診
歯・口腔の健康	年に 1 度は歯科検診を受診する	・過去 1 年間に歯科検診を受診した者の増加 (歯周疾患検診受診者数の増加)	123 人	114 人	増加傾向へ	悪化	歯周疾患検診(健康づくり課)

(3) 主な取組み

- ・特定健診、特定保健指導の実施(再掲)
- ・30 代健診、生活保護者一般健診、二次検診(動脈硬化検診)の実施(再掲)
- ・がん検診の実施(再掲)
- ・受診率向上のための取組み(個別訪問・電話・はがきによる勧奨、街頭キャンペーン、夜間健診、出張健診、協会けんぽとの合同実施)(再掲)

- ・健康チャレンジ手帳による 3kg 減量市民大運動 (再掲)
- ・CKD(慢性腎臓病)重症化予防モデル事業 (再掲)
- ・減塩料理教室等の開催
- ・野菜を食べようキャンペーンの実施
- ・てだこウォーク、スポーツフェスティバル、自治会対抗各種競技会の開催
- ・ウォーキングマップの発行及びマップを活用した「チャレンジウォーキング」の開催
- ・自殺予防対策としてゲートキーパー養成、フォロー講座を開催
- ・各種講演会の開催（生活習慣病予防、重症化予防、アルコール、うつ病、メンタルヘルス等）
- ・保健指導時に禁煙、適正飲酒について支援
- ・歯周疾患検診の実施

(4) 評価及び今後の方針

- ・40～60 代の男性の 2 人に 1 人が、女性の 3 人に 1 人が肥満である現状は変わらない。特定保健指導や健康チャレンジ手帳による減量支援において、個々人では体重減少がみられても、指導対象者以外の肥満により市全体でみると効果が見えない結果となっている。個別支援と合わせて、食事、運動、飲酒などの生活習慣改善に向けた市民への意識啓発や健康行動につながる仕掛けづくりなど、ポピュレーションアプローチを行っていく。
- ・沖縄県民の飲酒の実態として、7 ドリンク（泡盛 2 合に相当）以上の割合は男性 45.8%、女性 23.1%であった（平成 28 年 3 月適正飲酒推進調査事業）。保健指導において AUDIT（アルコール使用障害同定テスト）を活用するなど適正飲酒を推進していく。
- ・自殺者は 5 年前と比べ 31%減少しており、国は平成 38 年度までの新たな目標として 13.0 人（人口 10 万人当たり）を掲げている。これらを踏まえ平成 34 年度は現状値以上の減少（人口 10 万人当たり 14.9 人以下）を目指して取り組む。
- ・喫煙率は減少しておらず、禁煙外来の紹介や保健指導における禁煙支援の強化に努める。
- ・歯周疾患検診受診者はやや減少しており、保健指導において定期的な歯科受診の確認や未受診の場合の勧奨を行うなど、歯周疾患検診受診者が増えるよう取り組む。

5) 高齢者の健康づくり

(1) 課題

- ・前期高齢者は特定健診、後期高齢者は長寿健診の受診勧奨によるリスクの早期発見、早期治療及び介護予防の推進
- ・長寿健診の対象となっている市民への各種相談の利用促進及び相談体制の充実
- ・介護予防の推進による介護保険認定者数の増加抑制
- 低栄養の高齢者の増加
- 認知症の増加

(2) 指標の達成状況

分野	行動目標	目標値の内容	H23 年度 計画策定時	H28 年度 現状値	H34 年度 目標値	評価	データ 出典
栄養・ 食生活	栄養バラン スの取れた 食事	・低栄養傾向（BMI 20 以下）の高齢者の 割合の増加の抑制	8.6%	8.7%	現状維持 又は改善	悪化	特定健 診(65 歳 以上)、 長寿健 診
		・肥満傾向（BMI 25 以上）の高齢者の割 合の増加の抑制	41.0%	39.9%	減少傾向 へ	改善	
身体活動・ 運動	活動的な 生活を送る	・運動機能低下の対 象者の割合の減少	19.3%	—	減少傾向 へ	把握方法が 異なるため 評価困難	—
		・足腰に痛みのある 対象者の割合の減 少	59.6%	—	減少へ	把握方法が 異なるため 評価困難	—
		・要介護状態の高齢 者数の増加の抑制 (第1号被保険者)	2,433 人	3,047 人	増加率の 鈍化	改善	介護 保険 課
		(65 歳以上人口に占 める要介護者の割 合)	15.4%	15.1%			
休養・ こころ	しっかり休 養をとる(再 掲)	・自殺者の減少(人口 10 万人当たり)(再掲)	21.6 人	14.9 人	H22 に比 べ 20%以 上の減少	改善 (目標達 成)	地域に おける 自殺の 基礎資 料(厚労 省)
飲酒(アル コール)	—	—	—	—	—	—	—
喫煙	禁煙に取り 組む(再掲)	・成人の喫煙率の減 少(再掲)	12.8%	13.0%	国:12%	変化なし	特定健 診
歯・口腔の 健康	8020 を目 指し口腔ケ アに取組む	・過去 1 年間に歯科 検診を受診した者の 増加 (歯周疾患健診受診者数 の増加)(再掲)	123 人	114 人	増加傾向 へ	悪化	歯周疾 患健診 (健康づ くり課)

(3) 主な取組み

- ・長寿健診の実施、受診勧奨
- ・栄養教室（ぬちぐすい教室）の開催
- ・食生活改善推進員による低栄養予防教室等の開催
- ・介護予防・日常生活支援総合事業におけるロコモティブシンドロームを予防するためのサービス・教室
- ・てだこウォーク、スポーツフェスティバル、自治会対抗各種競技会の開催
- ・ウォーキングマップの発行及びマップを活用した「チャレンジウォーキング」の開催
- ・自主サークルの立ち上げ支援
- ・認知症サポーターの養成
- ・口腔機能向上事業、自治会・老人会等で口腔機能に関する講話
- ・高齢者肺炎球菌ワクチン、インフルエンザの予防接種の受診勧奨

(4) 評価および今後の方針

- ・肥満傾向（BMI25 以上）の高齢者はやや減少しているものの、低栄養の高齢者はやや増加しており特に女性でその傾向がみられる。魚・肉が少ない食事や菓子パンで食事を済ませるなど、食事の偏りが原因とみられ、今後も栄養教室等を通して高齢期にあった栄養バランスのとり方について周知していく。
- ・運動機能の対象者の割合、足腰に痛みのある対象者の割合については、同様の調査がないため単純な比較はできないが、平成 28 年度介護予防日常生活圏域ニーズ調査によると、運動機能低下の割合は 12.1%（要介護 1～5 を除く 65 歳以上）であった。
- ・65 歳以上人口に占める要介護者の割合は減少しており、介護予防・日常生活支援総合事業等により一定の効果が表れていると推測できる。引き続き介護予防・日常生活支援総合事業を充実させるとともに、生活習慣病に起因する要介護状態を予防するため生活習慣病対策を行っていく。
- ・高齢者の社会参加は介護予防につながる。自主サークルの立ち上げ支援など引き続き取り組んでいく。
- ・高齢者の増加に伴い認知症は増加することが予想される。認知症の要因の一つとして脳血管疾患や糖尿病などの生活習慣病、過度な飲酒によるものがあげられる。成人期からの生活習慣病の予防や適正飲酒を進めていくことで、認知症予防につなげていく。

6) 計画の推進に向けた課題

- ・市民への計画の周知強化
- ・生涯にわたるライフステージにおいて、間断ない生活習慣病予防の支援
- ・市民の健康づくりを支える庁内の連携強化による体制充実
- ・成人の健康相談や子どもの発育等に関する相談、心の相談等に対応する各種相談窓口の周知強化

主な取組み

- ・ホームページ等による計画の周知
- ・庁内連携会議の開催（平成 30 年度より開催予定）
- ・各種相談窓口の情報共有、周知

3 浦添市の食育の課題と取組み

食育について、計画策定時における課題に庁内各課のヒアリングから見えてきた新たな課題(●)を加え、課題解決のための市の取組みについてまとめた。

1) 食への理解と知識の普及啓発

課題

- ・食育の意味や目的の周知強化
- ・市ホームページ、広報誌等の情報媒体を活用した食育の情報発信
- ・食育の日、食育月間、給食週間等、様々な機会を通した食育の情報発信
- ・各ライフステージにおける、自身に必要な食に関する知識の普及

主な取組み

- ・食育月間における合同パネル展の開催（健康づくり課、地域支援課、保育課、学校給食調理場）
- ・給食だより、献立表、窓口、ホームページ、広報で食育の情報を発信
- ・広報にヘルシーレシピを掲載

2) 食育の実践と地域の特色を活かした食育の推進

課題

- ・家庭における規則正しい食生活・生活習慣の形成促進
- ・幼少期（子ども期）からの食育の実践及び生涯にわたるライフステージにおける食育の継続
- ・食生活改善推進員との連携強化による講座・教室等の事業の展開
- ・地域や外部機関と連携した食育の推進
- ・本市に合った地産地消の取組みの推進
- ・市民の農業・漁業体験等の機会創出及び生産者との交流機会の創出
- 子どもだけで食事をする孤食が多い

主な取組み

- ・マタニティースクール、離乳食教室の開催
- ・給食を通した食育（保育所、幼稚園、小中学校）
- ・保育所、幼稚園、小中学校における食育の実践（栽培活動、収穫、調理体験等）
- ・給食試食会、学力向上発表会等を通して保護者へ意識啓発
- ・食生活改善推進員による料理教室の開催（親子向け、高齢者向け）
- ・食生活改善推進員と連携した事業（野菜を食べようキャンペーン、食育教室、健康フェスタ等）
- ・栄養教諭等と担任のT・T（チームティーチング）による食育の授業
- ・特産物の桑を使ったレシピ、給食の提供
- ・減塩・ヘルシー料理教室の開催
- ・介護予防のための料理教室（ぬちぐすい栄養教室）を開催
- ・地産地消に向けた農協・漁協組合との連携
- ・小学生の農家への民泊を通した農家との交流や収穫体験

3) 沖縄の伝統的な食文化の継承

課題

- ・学校給食等を通じた伝統的な食文化の継承
- ・食文化継承のための取組みへの活動支援

主な取組み

- ・食育の日、給食週間等に沖縄料理を給食で提供
- ・季節に応じた沖縄料理の提供（冬至ジューシー、三月菓子等）
- ・地域の高齢者と子どもによるムーチャー作り（保育所、幼稚園）

4) 食品の安全性の確保

課題

- ・食の安全に関する理解と正しい知識の普及啓発
- ・食材・食品を扱う企業等の食の安心・安全の意識啓発

主な取組み

- ・献立表に原材料を記載したアレルギー献立表
- ・学校給食調理場への職場体験受け入れ
- ・授業や給食だよりを通じた食中毒予防の知識の普及

5) 食育推進に向けた情報発信と体制づくり

課題

- ・市民への計画の周知
- ・食生活改善推進員の活動者の確保
- ・庁内の連携強化による食育の推進体制強化
- ・栄養士及び栄養教諭等の連携強化による間断のない食育の推進

主な取組み

- ・食生活改善推進員の新規養成、既存会員の活動支援
- ・行政栄養士連絡会議の開催

6) 食育に関する評価及び今後の方針

計画策定後の取組みとして新たに食育月間の合同パネル展、ホームページでの給食や食育に関する情報発信などを行い、平成 29 年 10 月からはヘルシーレシピを各課の栄養士が持ち回りで広報に掲載している。今後も市民に食育が広まり実践につながるよう内容を充実させながら情報発信していく。

食育は健康増進計画の「栄養・食生活」の項目と重なるが、どのライフステージにおいても栄養バランスのとれた食事を取り健康を維持することは共通する目標である。食育は保育所、幼稚園、小中学校など各方面で実践されているが、子どもへの食育が家庭につながるよう意識して取

り組む必要がある。野菜の摂取量に着目してみると、沖縄県の野菜摂取量は約 270 g であり、目標の 350 g に届いていない（平成 28 年度国民健康・栄養調査）。それに対し平均寿命 1 位の長野県の野菜摂取量は全国 1 位である。子どもの頃から野菜に親しみ、野菜摂取量が増えるよう関係機関と連携した取組みを推進していく。県産品や市の特産の桑など浦添市にあった地産地消に取組みながら、沖縄料理や特産物の活用に努めていくこととする。

食に関するボランティアとしては食生活改善推進員のほか、ぬちぐすい栄養教室から発展した自主サークルや、市内 10 数か所ある子ども食堂等がある。市の調査では夕食をひとりで食べる子どもは県の 2 倍となっており（平成 28 年度浦添市子ども調査）、国の第 3 次食育推進基本計画では、子どもや高齢者を含むすべての国民が健全で充実した食生活を実現できるような食体験や共食の機会の提供が課題としてあげられている。地域のボランティアと連携しこれらの課題解決に向けて取組みを継続していくこととする。

庁内の担当者や関係機関との連携を図りながら、食を通して市民が生涯にわたって健康でいきいきと暮らせるよう、今後もより一層食育の取組みを推進する。

参考資料

1 健康づくりに関する各課の取組み

(1) 生活習慣病の発症予防と重症化予防の推進

①健康診査(検診)等

平成 28 年度の取組内容	関係課
①30 代健診の推進 ・ 30 代の国保加入者の健診（自己負担なし） ・ 通知による受診勧奨（H28 受診者 289 人 前年比 20%増）	健康づくり課
②特定健診、がん検診、生活保護受給者一般健診、長寿健診の推進 ・ 全庁的な健診の周知、受診勧奨（強化 PR 年 2 回） ・ 広報、ホームページ、フェイスブック、サンパーク通りまつり等での周知 ・ 特定健診が受けられる医療機関の拡充（県内約 380 か所） ・ はがき、電話、訪問による個別の受診勧奨 ・ 自治会、医療機関、商工会議所の協力による健診 PR 活動 ・ 自治会表彰を商業施設で実施 ・ 市役所での出張健診等による受診機会の拡大 ・ 40 代、50 代を対象とした夜間健診 ・ 集団健診において特定健診とがん検診を同時に実施 ・ 特定健診とがん検診が同時に受診できる医療機関の拡充 ・ 保護課職員への説明会を実施 ・ 子宮頸がん、がん検診に関する健康講話（2 回 延べ 80 人）	健康づくり課 保護課 地域支援課
③二次検診（動脈硬化検診）の実施 ・ 生活習慣病ハイリスク者へ頸動脈エコー、75 g 糖負荷試験、微量アルブミン検査を実施	健康づくり課

②保健指導

平成 28 年度の取組内容	関係課
◆生活習慣病予防に向けた保健指導体制の充実 ・ 指導スタッフの確保 ・ 研修による質の維持、向上 ・ 保健指導の一部を外部委託	健康づくり課
◆保健指導の利用促進 ・ 集団健診受診者への対面式による結果説明および保健指導 ・ 一般健康相談、栄養相談の周知 ・ 各種パネル展で出張健康相談を実施	
◆生活習慣病重症化予防対策の推進 ・ 特定保健指導対象者、受診勧奨者および CKD に対し、訪問・電話・手紙による保健指導を実施 ・ 30 代のメタボ該当・予備群、受診勧奨者への保健指導 ・ CKD（慢性腎臓病）重症化予防モデル事業の実施	
◆市民全般を対象とした健康教育の充実 ・ 健康チャレンジ手帳による 3kg 減量運動（260 冊配布） （個人配布、専門学校への参加、事業所への説明会、広報による PR を実施。 260 冊配布し評価できた 191 人中 82 人（43％）が減量） ・ 自治会や青年会等、地域で健康講話を実施（7 回 延べ 146 人） ・ 小学校保護者向けに健康教育を実施（講話 2 回、調理実習 1 回 延べ 51 人） ・ 薬剤師会等の協力を得て健康フェスタを実施（参加 46 人）	

(2) ライフステージ別健康づくりの推進**1) 親子の健康づくり****① 栄養・食生活**

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 親子健康手帳交付時に保健指導を実施 ・ マタニティスクールにおいて助産師、管理栄養士が講話（年 5 回） ・ 乳児健診において全員に離乳食の進め方を指導 ・ ベビースクール（離乳食教室）において講話と実演（年 12 回） ・ 1 歳 6 か月児、3 歳児健診における栄養相談の実施	こども健康課
・ 栄養相談の実施 ・ 親子料理教室の開催 ・ 食生活改善推進員による幼稚園での食育教室	健康づくり課
・ 子育て支援センターで離乳食教室(6 回)を開催 ・ 給食だよりを通して保護者へ食、栄養に関して周知（生活リズム、栄養バランス、食育等） ・ 「早寝早起き朝ごはん」をテーマに保護者向けの講演会を開催	保育課

② 身体活動・運動

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ てだこウォークの開催、参加呼びかけ（親子、保育園の参加） ・ ジュニアスーパー陸上の実施（幼稚園児から参加可）	社会体育課
・ 新生児訪問、乳幼児健診、個別支援において子育て支援センター等施設を情報提供	こども健康課
・ 支援センターやつどいの広場でリトミック講座等を実施 ・ 児童センターの母親クラブ等でレクリエーションや遊びを通した身体活動の場を提供	保育課

③休養・こころ

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 新生児訪問の実施（助産師等の専門職が訪問） ・ 乳児全戸訪問事業、乳幼児健診未受診者訪問等を母子保健推進員と連携して実施 ・ 気になる家庭、保護者へ地区保健師が継続支援 ・ 乳幼児健診において保護者へ保健相談、発達相談を実施 ・ 臨床心理士等による子どもの成長発達に対する相談（わんぱく相談）を実施 ・ 小集団の遊びを通して子どもの成長発達を支援する教室（さくらんぼクラブ）を実施 ・ 親子健康手帳交付時、乳幼児健診、訪問時等に相談窓口を周知	こども健康課
・ 保育士 OG 等のコンシェルジュを配置し相談業務を実施 ・ 子育て支援センター、つどいの広場の保育士による育児相談 ・ 一時保育、ファミリー・サポートセンターによる育児支援	保育課

④飲酒(アルコール)

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 親子健康手帳交付時に全員に対してアンケートにより飲酒習慣を把握し、保健指導を実施 ・ マタニティスクール等で家族やパートナーを含めた指導を実施	こども健康課

⑤喫煙

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 親子健康手帳交付時に喫煙者（パートナー含め）に禁煙指導を実施 ・ 妊婦とパートナーを対象に産科医療機関と連携した禁煙標準化プログラムを実施（ちゅらままプロジェクト） ・ マタニティスクール、乳幼児健診において保護者の喫煙状況を確認し、禁煙外来の紹介など禁煙指導を実施	こども健康課
・ 市立幼稚園・小学校・中学校について敷地内禁煙施設に認定	学校教育課

⑥歯・口腔の健康

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 1 歳 6 か月児健診、3 歳児健診における歯科健診、歯科衛生士によるブラッシング指導及びフッ素塗布 ・ 乳幼児健診の栄養相談においておやつの食べさせ方、そしゃく機能の発達に合わせた食事の指導 ・ 2 歳児歯科健診（個別健診）によりむし歯予防、かかりつけ歯科医を持つことを推進 ・ 2 歳児歯科健診の未受診者への受診勧奨はがきの送付 ・ 親子健康手帳交付時の保健指導 ・ 親子で歯っぴー講座の開催（年 2 回） ・ 南部地区歯科医師会主催のデンタルフェアへの協力 ・ つどいの広場で保健師が出前講座を実施 ・ 歯と口の健康習慣においてパネル展を実施	こども健康課
・ 昼食後の歯磨き指導 ・ 歯科健診の実施（年 2 回） ・ フッ化物洗口を実施している保育所に対して購入金額 10,000 円までを補助（9 園／26 園） ・ 給食だよりを通してむし歯予防の知識を普及	保育課
・ むし歯予防デーにむし歯のない子や、治療が終わった子を表彰 ・ 食育だよりやチラシを通してむし歯予防の知識を普及 ・ 模型を使った歯みがき指導、校医による歯みがき指導を実施	学校教育課

⑦その他の健康づくり支援

平成 28 年度の実施内容	関係課
・感染症予防や予防接種の意義や必要性について広報、ホームページ、ポスターで周知 ・全ての予防接種が個別医療機関で実施できる体制 ・休日でも接種できる環境(予防接種ステーション：浦総、同仁)を確保し、接種機会を拡充 ・予防接種未接種者に対し再通知及び電話勧奨を実施 ・低出生体重児、未熟児等ハイリスク乳児とその保護者(産婦)についてハイリスク支援依頼票により医療機関と連携し支援 ・未熟児養育医療申請時に地区保健師が面談し支援 ・スマートフォンの乳幼児への影響について注意喚起するちらしを母子保健推進員が配布	こども健康課
・発達面で支援が必要とする親子に対し、専門心理士が認可・家庭的保育事業所・認可外保育施設等巡回し支援を実施	保育課

2)児童・生徒の健康づくり

①栄養・食生活

平成 28 年度の実施内容	関係課
・家庭科や給食等の時間を中心に、基本的な食習慣や知識が身に付けられるよう食育を充実・強化 ・生活リズムの確立を図るため、生活実態調査(年2回)により早寝早起きや朝食の摂食習等について調査 ・肥満・痩身傾向について学校保健統計調査を活用し状況を把握	学校教育課
・栄養職員、栄養教諭が各小学校等で食に関する T.T. の授業を 47 学級で実施 ・栄養職員、栄養教諭が食育講話を実施 (9 回)	学校給食調理場

②身体活動・運動

平成 28 年度の実施内容	関係課
・子どもから大人まで気軽にスポーツに親しむことができる機会として、スポーツフェスティバルを開催(ニュースポーツ、わんぱく相撲、ソフトバレー等小中学生中心に 1,500 人参加) ・ジュニアスーパー陸上の開催(スポーツ推進員主催) ・小学生水泳大会の開催 ・自治会対抗各種競技大会の開催(スポーツ協会主催) ・PTA からの要望に応じてスポーツ推進委員を派遣 ・てだこウォークにおいて小学校へ学校行事としての参加を呼びかけ、親子の参加者増加(小学生 820 人 前年比 24%増)	社会体育課
・児童センターにおいて遊びや多種多様な行事、スポーツを実施	保育課

③休養・こころ

平成 28 年度の実施内容	関係課
・不登校児童生徒の子ども達の支援を臨床心理相談員（2 名）・教育相談員（6 名）が来所・電話・訪問により相談を実施 （来所：延 1827 件 1 日平均 20～30 件、電話：延 1624 件 1 日平均 15～25 件、訪問：延 230 件） ・県から派遣された小中アシスト相談員（旧：スクールカウンセラー）が各学校において相談業務を実施。浦添市は中学校に 2 名、小学校に 1 名ずつ配置。	こども青少年課

④飲酒（アルコール）

平成 28 年度の実施内容	関係課
・県警サポートセンター等と連携し薬物乱用防止教育の一環として飲酒、タバコ、薬物について実施	学校教育課

⑤喫煙

平成 28 年度の実施内容	関係課
・県警サポートセンター等と連携し薬物乱用防止教育の一環として飲酒、タバコ、薬物について実施（再掲） ・生徒指導の一環として禁煙外来につなぐことのできたケースも中学校から報告あり ・平成 27 年度に市立幼稚園・小学校・中学校について敷地内禁煙施設として認定済（再掲）	学校教育課

⑥歯・口腔の健康

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 小学校において給食後の歯みがきを全校体制で実施 ・ 歯科健診の実施 ・ 「保健だより」にむし歯の予防法やむし歯ゼロの児童生徒の心がけていることを作文にしたものを掲載 ・ 養護教諭と保健委員会の児童・生徒が中心となり保健室前に歯みがきの仕方や虫歯「0」クイズ作成し掲示	学校教育課

⑦その他の健康づくり支援

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 生活リズムの確立を目的に、徒歩での登下校を推進（てくてく運動）	学校教育課
・ 感染症予防や予防接種の意義や必要性について広報、ホームページ、ポスターで周知（再掲） ・ 全ての予防接種が個別医療機関で実施できる体制（再掲） ・ 休日でも接種できる環境(予防接種ステーション：浦総、同仁)を確保し、接種機会を拡充（再掲） ・ 予防接種未接種者に対し再通知及び電話勧奨を実施（再掲）	こども健康課

3)成人の健康づくり

①栄養・食生活

平成 28 年度の実施内容	関係課
・栄養バランスの取れた食生活の理解を促すため、健診結果、各種媒体を用いて個々人の状況に合わせて栄養指導を実施 ・減塩料理教室、ヘルシー料理教室の開催 ・地域の食生活改善の担い手となる食生活改善推進員の養成講座、育成事業を実施（H28 新規登録 9 人 計 49 人） ・食生活改善推進員の活動活性化を支援（食改主体の講座 44 回、市主催事業への協力 13 回） ・野菜を食べようキャンペーンの実施（3 回）。野菜料理の試食を市役所、サンエーなどで実施	健康づくり課

②身体活動・運動

平成 28 年度の実施内容	関係課
・子どもから大人まで気軽にスポーツに親しむことができる機会として、スポーツフェスティバルを開催（ニュースポーツ、わんぱく相撲、ソフトバレー等）（再掲） ・てだこウォークを開催し幅広い年齢層が参加（参加者数約 1 万人） ・学校開放事業として、全小中学校の夜間の体育施設を開放 ・ウォーキングマップの発行（平成 26 年度） ・ウォーキングマップのコースを歩くチャレンジウォークを開催（スポーツ推進員主催）	社会体育課
・健康チャレンジ手帳に運動公園・まじゅんランド等の運動施設を掲載 ・運動と消費カロリーの資料を作成し、保健指導、パネル展に活用 ・保健指導時にてだこウォーク等のイベントや仕事・家事・買い物などの日常生活活動をしながらいける運動を紹介 ・健康フェスタにおいて運動をテーマに実技を交えた講演会、体力測定を実施	健康づくり課

③休養・こころ

平成 28 年度の実施内容	関係課
・「うつ病の理解と対応法」や「メンタルヘルス」に関する講演会を開催 ・自殺予防週間や強化月間におけるパネル展（うつ病や統合失調症の基礎知識やうつ病のセルフチェック、相談機関を記載したパンフレット等） ・保健所、地域保健福祉センター等の関係機関と連携を図りながら、相談に対応 ・自殺予防対策としてゲートキーパー養成講座（H28 46 人）、フォロー講座を開催	健康づくり課

④飲酒（アルコール）

平成 28 年度の実施内容	関係課
・適正飲酒を勧めるパネルの展示 ・過度の飲酒がもたらす影響等について保健指導 ・アルコールと肝疾患について講演会を開催 ・アルコール依存症の相談において AUDIT、専門病院の案内、断酒会等を案内	健康づくり課

⑤喫煙

平成 28 年度の実施内容	関係課
・禁煙週間に本庁でパネル展を実施 ・健診受診者の喫煙習慣がある人には、禁煙外来のある医療機関リストやタバコのデメリットについて情報提供	健康づくり課

⑥歯・口腔の健康

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 歯周疾患健診の実施 ・ 集団健診受診者へ歯科に関するアンケートを行い、アンケート結果に応じた個別指導 ・ パネル展や集団健診保健指導時、デンタルフェア(年 2 回) においてむし歯や歯周病について周知 ・ 健診結果説明時にかかりつけの歯科医を持たない人に、市内の歯科一覧表を配布 ・ ゆっくりよく噛んで食べることを肥満、糖尿病がある方に対して指導	健康づくり課

⑦その他の健康づくり支援

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 高血圧および脳血管疾患に関する講演会を開催(2 回) ・ 脳血管疾患による若年性認知症を予防するため、健診受診者で高血圧等のリスクをもつ者に対し保健指導を実施 ・ 熱中症対策として市内の工事現場や屋外作業所、介護教室市民体育館や陸上競技場に出向き、熱中症対策ドリンクやリーフレット、レシピを配布。この取り組みに対し、ひと涼みアワード 2016 高齢者部門「声掛け優良賞受賞」受賞	健康づくり課
・ 介護予防月間において、認知症予防をテーマにした栄養教室(講話及び調理実習)及び認知症予防教室(講話及びスクウェアステップ実践)を実施 ・ 認知症サポーター養成講座において、認知症への理解や生活習慣病、多量飲酒と認知症との関係について講義	地域支援課

4) 高齢者の健康づくり

① 栄養・食生活

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 電話や来所（窓口）における個別栄養相談を実施 ・ 自治会で栄養教室（ぬちぐすい教室）を開催（9 回） ・ 高齢者の栄養改善を目的としたサークルの自主活動を支援（調理実習 年 12 回×4 サークル）	地域支援課
・ 電話や来所（窓口）における個別栄養相談を実施 ・ 食生活改善推進員による低栄養予防、骨太料理教室を開催	健康づくり課

② 身体活動・運動

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ ロコモティブシンドロームを予防するため、介護予防・日常生活支援総合事業における通所型サービス（筋力向上事業）や一般介護予防事業（筋力向上トレーニング教室、水中運動教室）を実施	地域支援課
・ 65 歳以上の健診受診者へ必要に応じ介護予防教室を案内 ・ 健康チャレンジ手帳に運動公園・まじゅんランド等の運動施設を掲載（再掲） ・ 運動と消費カロリーの資料を作成し、保健指導、パネル展に活用（再掲） ・ 保健指導時にてだこウォーク等のイベントや仕事・家事・買い物などの日常生活活動をしなから行える運動を紹介（再掲） ・ 健康フェスタにおいて運動をテーマに実技を交えた講演会、体力測定を実施（再掲）	健康づくり課
・ 子どもから大人まで気軽にスポーツに親しむことができる機会として、スポーツフェスティバルを開催（ニュースポーツ、わんぱく相撲、ソフトバレー等）（再掲） ・ てだこウォークを開催し幅広い年齢層が参加（参加者数 1 万人）（再掲） ・ 学校開放事業として、全小中学校の夜間の体育施設を開放（再掲） ・ ウォーキングマップの発行（平成 26 年度）（再掲） ・ ウォーキングマップのコースを歩くチャレンジウォークを開催（スポーツ推進員主催）（再掲）	社会体育課

③休養・こころ

平成 28 年度の実施内容	関係課
・高齢者のうつ・閉じこもり等に対する予防事業として、保健師・栄養士・理学療法士、歯科衛生士等による介護予防支援や各機能向上支援（運動、栄養、口腔）を実施（利用者 3 人）	地域支援課
・「うつ病の理解と対応法」や「メンタルヘルス」に関する講演会を開催（再掲） ・自殺予防週間や強化月間におけるパネル展（うつ病や統合失調症の基礎知識やうつ病のセルフチェック、相談機関を記載したパンフレット等）（再掲） ・保健所、地域保健福祉センター等の関係機関と連携を図りながら、相談に対応（再掲） ・自殺予防対策としてゲートキーパー養成講座、フォロー講座を開催（再掲）	健康づくり課

④飲酒（アルコール）

平成 28 年度の実施内容	関係課
・認知症と飲酒（アルコール）の関係性について、認知症予防講話や認知症サポーター養成講座の中で講義	地域支援課
・適正飲酒を勧めるパネルの展示（再掲） ・過度の飲酒がもたらす影響等について保健指導（再掲） ・アルコールと肝疾患について講演会を開催（再掲） ・アルコール依存症の相談において AUDIT、専門病院の案内、断酒会等を案内（再掲）	健康づくり課

⑤喫煙

平成 28 年度の実施内容	関係課
・禁煙週間に本庁でパネル展を実施（再掲） ・健診受診者の喫煙習慣がある人には、禁煙外来のある医療機関リストやタバコのデメリットについて情報提供（再掲）	健康づくり課

⑥歯・口腔の健康

平成 28 年度の実施内容	関係課
・窓口で「健口体操」などの歯科に関するチラシ等を配布 ・介護予防・日常生活支援総合事業での口腔機能向上事業において、診察、歯みがき指導、口腔体操を個別に歯科医院で実施 ・市内の歯科医院の情報提供や口腔機能向上事業を通してかかりつけ歯科医を持つことを推奨 ・沖縄県歯科衛生士学校の実習生を地域（自治会、老人会等）で受けいれてもらい、実習生から高齢者に対し口腔機能に関する健康講話を実施	地域支援課
・歯周疾患健診の実施（再掲） ・集団健診受診者へ歯科に関するアンケートを行い、アンケート結果に応じた個別指導（再掲） ・パネル展や集団健診保健指導時、デンタルフェア（年 2 回）においてむし歯や歯周病について周知（再掲） ・健診結果説明時にかかりつけの歯科医を持たない人に、市内の歯科一覧表を配布（再掲） ・ゆっくりよく噛んで食べることを肥満、糖尿病がある方に対して指導（再掲）	健康づくり課

⑦その他の健康づくり支援

平成 28 年度の実施内容	関係課
・介護予防月間において、認知症予防をテーマにした栄養教室（講話及び調理実習）及び認知症予防教室（講話及びスクウェアステップ実践）を実施 ・認知症サポーター養成講座において、認知症への理解や生活習慣病、多量飲酒と認知症との関係について講義	地域支援課
・高齢者の肺炎予防や重症化を予防することを周知し、高齢者肺炎球菌ワクチンの受診勧奨を実施 ・高齢者インフルエンザについては、年度年齢 65 歳で接種時点 64 歳の人を市の行政措置の対象者として拡大	こども健康課
・高血圧および脳血管疾患に関する講演会を開催（2 回）（再掲） ・熱中症対策として市内の工事現場や屋外作業所、介護教室市民体育館や陸上競技場に出向き、熱中症対策ドリンクやリーフレット、レシピを配布。この取り組みに対し、ひと涼みアワード 2016 高齢者部門「声掛け優良賞受賞」受賞（再掲）	健康づくり課

2 食育推進の取組み

(1) 食への理解と知識の普及啓発

① 多様な媒体を活用した食育の周知

平成 28 年度の取組内容	関係課
・ 6 月の食育月間に 4 課合同で食育パネル展を開催	健康づくり課 地域支援課 保育課 学校給食調理場
・ 市ホームページにて食についての情報発信、食育の取組やレシピの掲載	健康づくり課
・ 市ホームページに栄養教室（ぬちぐすい栄養教室）で調理実習したレシピを随時掲載 ・ 地域支援課窓口カウンター前にてレシピ集を配布	地域支援課
・ 給食だより、ホームページに食育の情報を掲載	保育課
・ 毎月の献立表とその日の給食をホームページに写真付きで掲載	学校給食調理場

② 様々な機会を通じた食育の周知

平成 28 年度の取組内容	関係課
・ 6 月の食育月間に 4 課合同で食育パネル展を開催（再掲）	健康づくり課 地域支援課 保育課 学校給食調理場
・ 食生活改善推進員が地域で実施する健康展への支援 ・ 食生活改善推進員と連携し食育パネル展や健康フェスタ、各種講座を開催	健康づくり課
・ 食と子どもの健康展（学校栄養士会主催）においてイオン那覇店で学校給食の食育を周知	学校給食調理場

③保育所、幼稚園、小中学校における食育の周知

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 毎月給食予定献立表、給食だよりを配布	保育課
・ 毎月給食献立、給食だより等を保護者へ配布 ・ 毎日の給食放送原稿を各学校へ配布、給食時間における給食指導等を実施 ・ 給食試食会、学力向上の発表会等で保護者へ食育の意識啓発を実施	学校給食調理場

(2)ライフステージや場面に応じた食育の推進

1)ライフステージに応じた食育の推進

①妊娠・乳児期の食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・親子健康手帳交付時の保健指導、マタニティスクールにおいて食事や栄養について指導及び情報提供 ・児の栄養については離乳食から幼児食まで、ベビースクールやその後の乳幼児健診で保護者へ指導及び情報提供 ・新生児訪問、乳幼児健診事業で、出産状況や健診結果に応じ、個別に栄養改善に関する指導及び情報を提供	こども健康課
・個別の栄養相談において離乳食や幼児食について指導	健康づくり課
・離乳食献立表、離乳食の展示により離乳食の進め方や目安量を情報提供 ・子育て支援センターで離乳食講座を開催（6回）	保育課

②幼児期の食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・食育年間指導計画を作成し、栽培、収穫、調理等の食育を実施 ・野菜の栽培活動（ゴーヤー、トマト、オクラ、ネギ、二十日大根、かいわれ大根、ニンジン、ジャガイモ等）、調理体験を実施 ・生活リズムカード等を活用して、早寝早起きや朝食の状況を把握	学校教育課
・献立表、給食やおやつ展示を通して食事量の目安、献立の組み合わせ方について情報提供 ・保育士と子どもたちと一緒に給食を食べる事で、子どもの発達を観察しつつ、食への興味関心を促すような声掛けを実施 ・食育計画に基づき、子どもの発達段階に応じた食育を実施 ・低年齢児はおたより帳を通して食事内容、就寝起床時間等を把握 ・「早寝早起き朝ごはん」をテーマに保護者向けの講演会を開催（再掲）	保育課
・食生活改善推進員と連携し、児童センターで食育教室(3回)を実施	健康づくり課

③児童・生徒の食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・副読本（くわっちーさびら）を活用し、T.T（小中を含め 47 学級）の授業を担当し栄養士で実施 ・学年集会（4 回）、食育朝会（9 回）、食育放送などを活用し食育について指導 ・給食時間に学級へ出向いて栄養士から直接児童・生徒に指導	学校給食調理場 学校教育課
・調理場への見学、職場体験を受け入れ（24 人） ・毎月アレルギー詳細献立表を各家庭へ配布	学校給食調理場
・小学校 1・2 年において、生活科の授業で野菜づくりや収穫した野菜でカレー作り等を実施 ・中学校においては、技術・家庭科の授業で野菜の栽培や調理実習等を実施 ・「エコアイランドに向けた人材育成及びキャリア教育事業」のなかで八重瀬町において、農家への民泊等を通しての交流や収穫体験を実施	学校教育課
・夏休み親子料理教室の開催（小学校低学年と保護者計 17 人参加）	健康づくり課

④成人期の食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・自治会や小学校 PTA などを対象に、それぞれの地域や年代に合わせた健康教育を実施（10 回 延べ 197 人） ・栄養相談・健康相談事業の利用促進のため、各保健事業でのチラシ配布、市内病院や関連施設へポスター・チラシを配布 ・予約制の栄養相談のほか電話や窓口での相談に随時対応 ・国保加入者を対象に特定健診受診後の保健指導で、食事指導を実施	健康づくり課
・前田地内 2 筆を借り上げ、25 区画に分けて市民に貸付。一区画年間 5000 円で貸付。貸付期間は 2 年間。	産業振興課

⑤高齢期の食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・各自治会等での栄養教室（ぬちぐすい栄養教室）実施の際、低栄養予防の講話内容を含めて実施 ・各自治会で実施した介護予防教室終了後、自主サークル（料理サークル等）の立ち上げを支援し、4サークルが活動	地域支援課
・低栄養予防料理教室、骨太料理教室の開催（食生活改善推進員主催）	健康づくり課

2)家庭・保育所・学校・地域における食育の推進

①家庭における食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・乳幼児健診において成長に応じた栄養摂取量、バランス、生活リズムについて個別に栄養指導を実施	こども健康課
・市ホームページ、パネル展においてバランスのよい食事や共食の大切さについて周知	健康づくり課
・献立表、給食だよりを通してバランスのよい食事や共食の大切さについて周知	保育課
・献立表、給食だより、ホームページを通してバランスのよい食事や共食の大切さについて周知	学校給食調理場

②保育所における食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・離乳食やアレルギー食などの配慮が必要なものも含め、子どもの発達に合わせた給食を実施 ・給食を保育士や友達と一緒に食べ、楽しみながら食事をする場を提供 ・保育所で野菜の栽培、収穫、カレー作りなどの調理体験を実施 ・「毎月 19 日食育の日」前後に給食として沖縄料理を提供 ・三月菓子やムーチャー等の沖縄の行事食の提供 ・保護者へ保育所での食育を伝えるために給食を展示、クッキングの様子をホームページなどで周知	保育課

③幼稚園、小中学校における食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・保護者へ食育の意識啓発を給食試食会、学力向上の発表会等で実施 ・新規採用教諭への食育講話を実施（2校） ・食材産地公表を各学校へ毎月配布、市ホームページにも掲載	学校給食調理場
・中学 3 年生を対象にストレスマネジメントをテーマに栄養教諭、栄養士等を中心に食育講話を実施	学校教育課 学校給食調理場
・食生活改善推進員と連携し、内間幼稚園で食育教室（5 回）を実施	学校教育課 健康づくり課

④地域における食育

平成 28 年度の実施内容	関係課
・食生活改善推進員の養成講座を開催（新規登録 9 人 計 49 人） ・食生活改善推進員の活動活性化を支援 （食改主体の講座 44 回 市主催行事への協力 13 回）	健康づくり課
・各自治会で実施した介護予防教室終了後の自主サークル（料理サークル等）の立ち上げを支援し、4 サークルが活動（再掲）	地域支援課
・ムーチャーづくりなど地域の方と連携して食育活動を実施 ・カレーパーティでは地域の方も招いて交流を実施	保育課
・生活科の野菜作りでは、地域の野菜やお米づくり名人を定期的に外部講師として依頼	学校教育課

(3) 地産地消の推進と伝統的な食文化の継承

① 地域特性に合った地産地消の推進

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 市産品の桑の実を使ったジェラートを学校給食で提供 ・ JA おきなわ浦添支店が主催する農協まつりへの支援	産業振興課
・ 保育所給食で積極的に県産食材を活用 ・ 市の地産品である桑を使った料理を給食で提供	保育課
・ 学校給食週間(1 月)、県産品奨励月間(7 月)、食育の日(毎月 19 日)は県産品食材を多く使用 ・ 市の地産品である桑を使った料理、桑の実ジェラートを提供	学校給食調理場
・ んちぐすい栄養教室のレシピに桑を使ったメニューを使用	地域支援課

② 食文化の継承

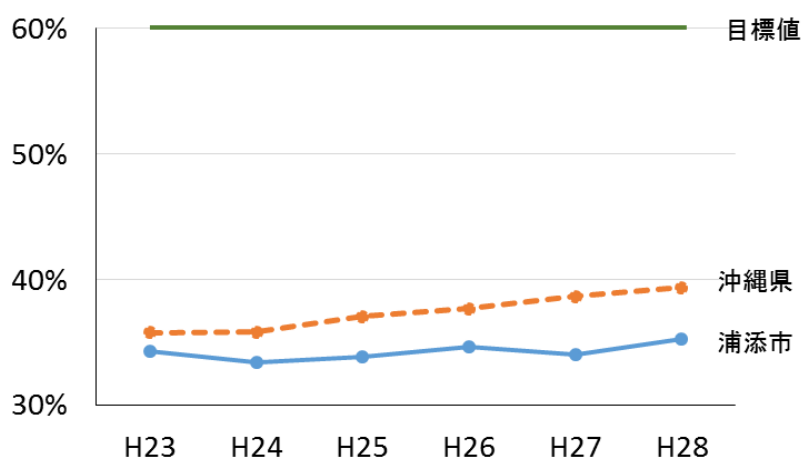
平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 市ホームページや食育教室などで郷土料理や食材に関して情報提供	健康づくり課
・ 給食日より、ホームページを通じて食文化について沖縄料理や在来食材について周知 ・ ムーチーづくりなど沖縄の行事食の実施	保育課
・ 郷土料理を児童生徒への意識啓発を給食日よりや給食時間の学級指導、給食放送等において実施 ・ 給食週間に琉球漆器を用いた給食を提供 ・ 市ホームページや、給食日より郷土料理のレシピ等を紹介し食育の情報を発信	学校給食調理場

(4)食の安全性の確保等

①食の安全に関する理解と正しい知識の普及啓発

平成 28 年度の実施内容	関係課
・ 食育教室や栄養相談などで、食材の取り扱いや衛生について情報提供	健康づくり課
・ 給食の原材料および産地の公表 ・ 食中毒予防について給食だよりを通して注意喚起 ・ 児童生徒への食の安全教育を家庭科・特別活動の時間に実施	学校給食調理場

■特定健診受診率



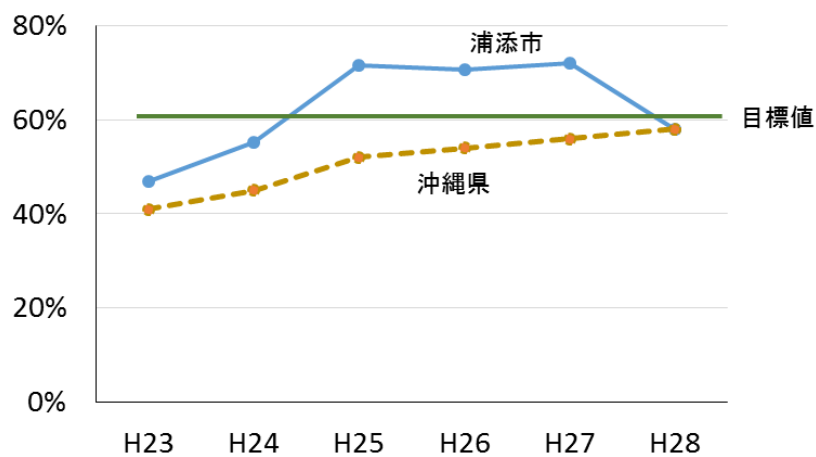
資料：法定報告値

■がん検診受診率

	H27	H28	対象年齢
胃がん	男性 3.7%	4.6%	40～69歳
	女性 5.0%	6.3%	
肺がん	男性 6.7%	6.3%	
	女性 10.1%	9.5%	
大腸がん	男性 6.6%	5.8%	40～69歳
	女性 10.3%	9.2%	
乳がん	13.2%	13.0%	
子宮頸がん	13.4%	13.5%	20～69歳

資料：地域保健健康増進事業報告

■特定保健指導実施率



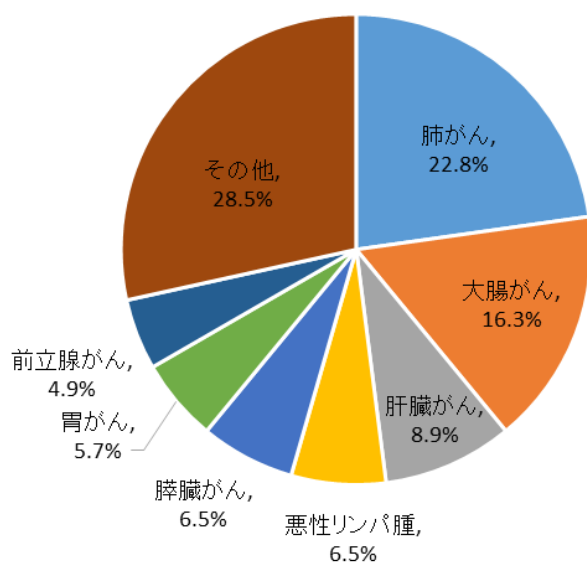
資料：法定報告値

■死亡の状況(平成 28 年)

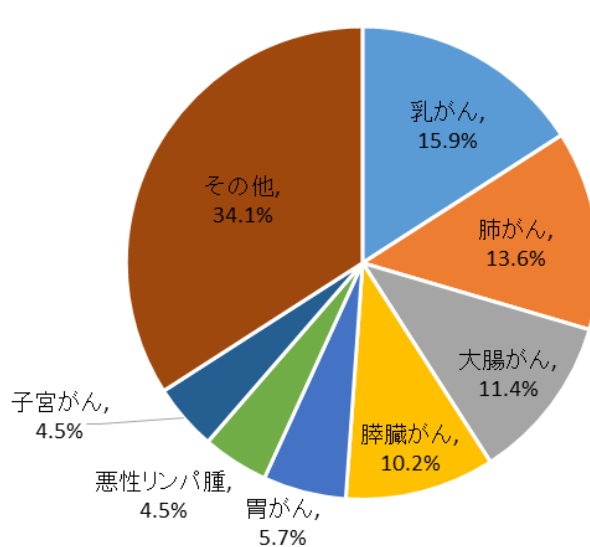
	人数	割合
悪性新生物	211	28.9%
心疾患	102	14.0%
脳血管疾患	58	7.9%
老衰	55	7.5%
肺炎	47	6.4%
不慮の事故	18	2.5%
自殺	17	2.3%
肝疾患	15	2.1%
慢性閉塞性肺疾患	14	1.9%
腎不全	13	1.8%
大動脈瘤及び解離	12	1.6%
その他	169	23.2%
計	731	100%

資料：人口動態調査

悪性新生物の内訳
平成 28 年 男性



悪性新生物の内訳
平成 28 年 女性

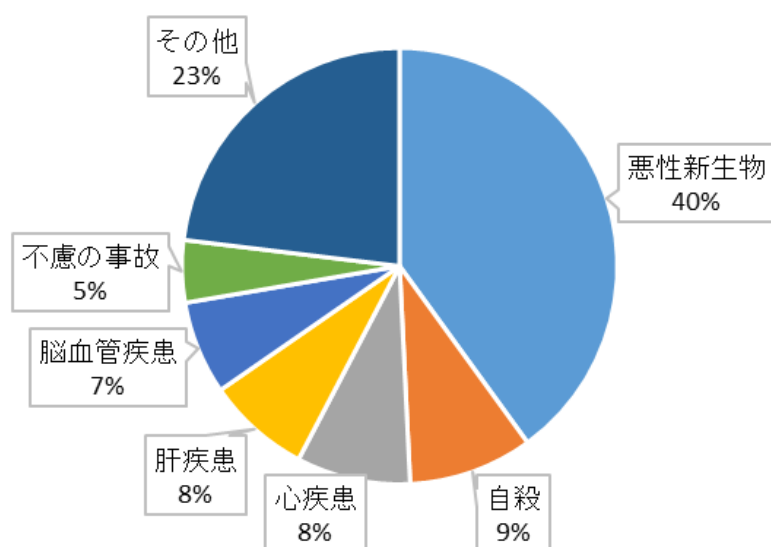


■全死亡に占める 65 歳未満の割合

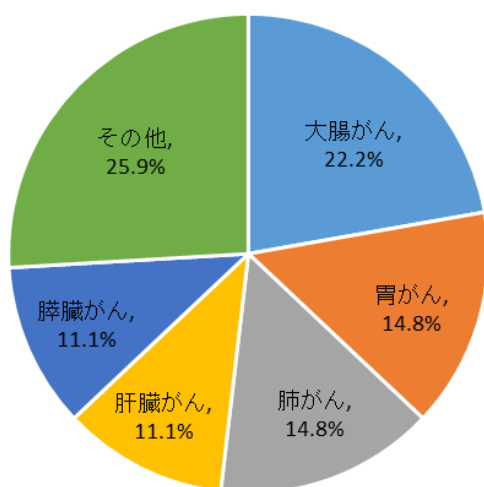
	H25		H28			
	浦添市		浦添市		沖縄県	全国
	人数	割合	人数	割合		
男性	98	23.7%	90	22.9%	22.0%	13.5%
女性	54	28.5%	40	11.8%	11.2%	7.2%
合計	152	18.1%	130	17.8%	17.0%	10.5%

資料：人口動態調査

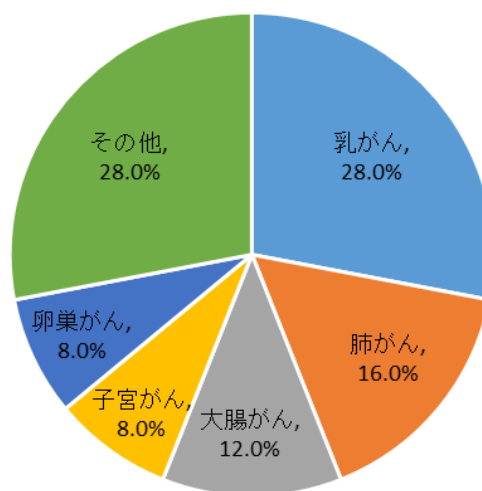
65歳未満の死因内訳



65 歳未満死亡における悪性新生物の内訳
平成 28 年 男性



65 歳未満死亡における悪性新生物の内訳
平成 28 年 女性

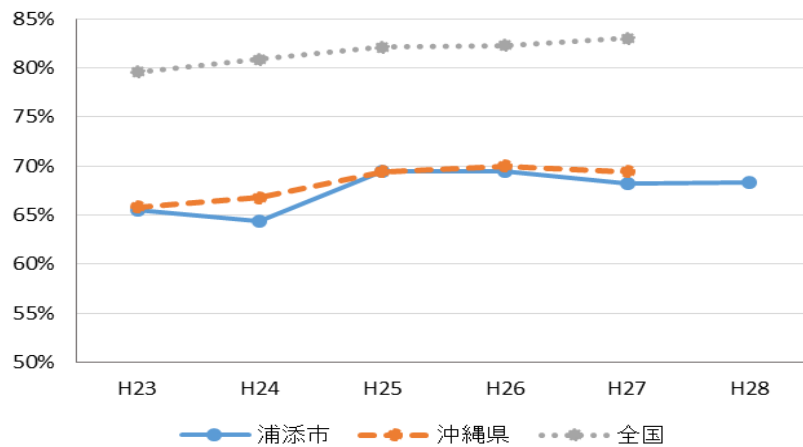


■3歳児歯科健康診査の概要

	H23	H24	H25	H26	H27	H28
受診者数	1,438	1,449	1,448	1,473	1,482	1,228
受診率	88.2	89	87.8	87.8	86.5	90.2
う蝕のない割合						
浦添市	65.5%	64.4%	69.4%	69.5%	68.2%	68.3%
沖縄県	65.8%	66.8%	69.4%	70.0%	69.4%	
全国	79.6%	80.9%	82.1%	82.3%	83.0%	

資料：こども健康課

3歳児のう蝕のない割合



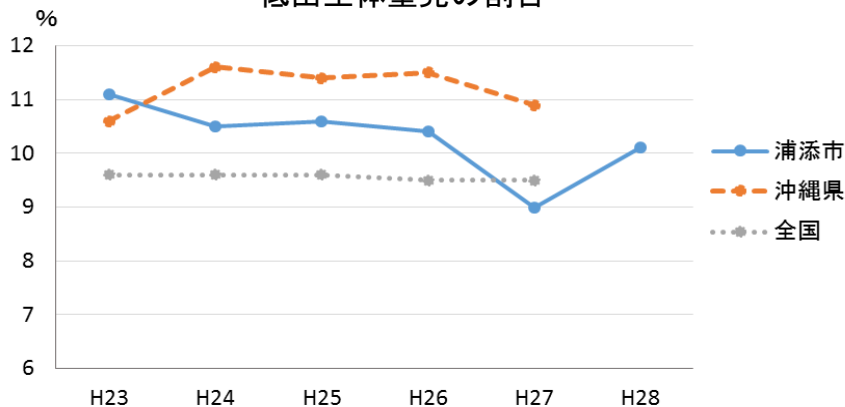
■低出生体重児の状況

	H23	H24	H25	H26	H27	H28
出生数	1,541	1,542	1,445	1,400	1,418	1,350
低体重児出生数	171	162	153	145	127	122
出生数に占める割合（%）						
浦添市	11.1	10.5	10.6	10.4	9	10.1
沖縄県	10.6	11.6	11.4	11.5	10.9	-
全国	9.6	9.6	9.6	9.5	9.5	-

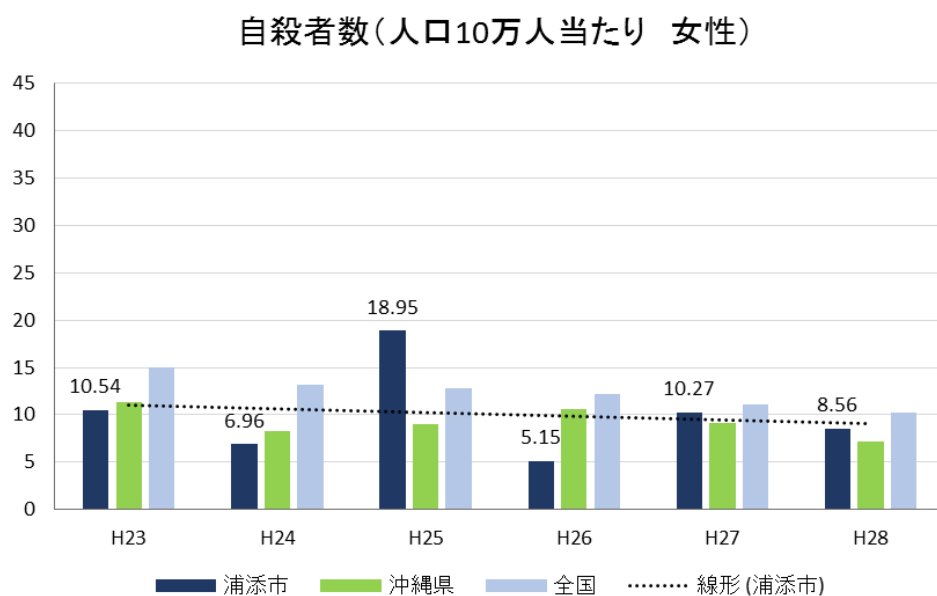
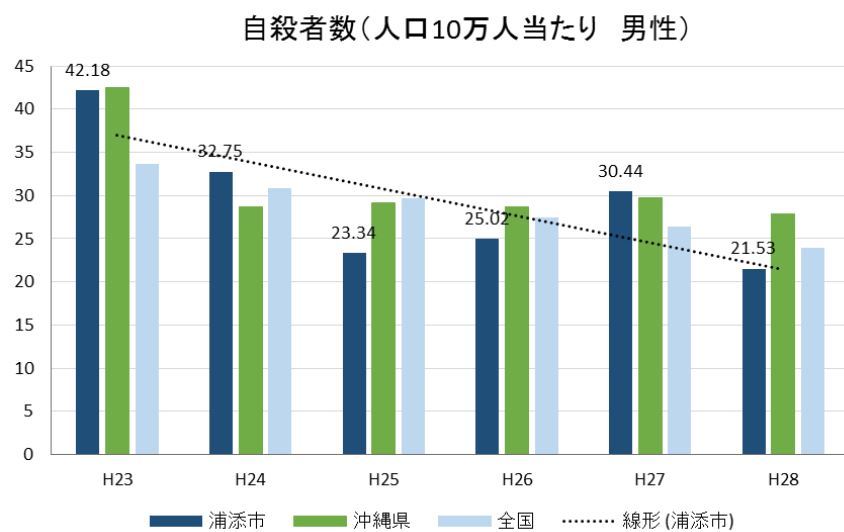
出生数は年度単位ではなく、1月～12月の集計

資料：こども健康課

低出生体重児の割合

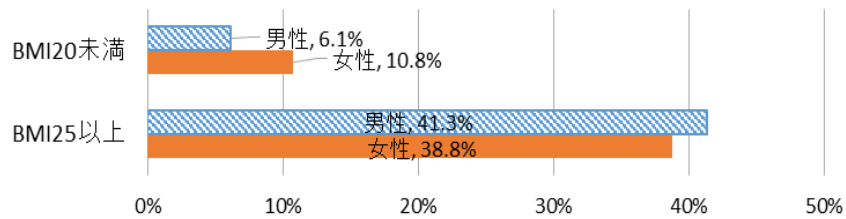


■自殺者数の推移



資料：地域における自殺の基礎資料（厚労省）

■ 65 歳以上の健診受診者に占めるやせ (BMI20 未満)・肥満 (BMI25 以上) の割合



資料：平成 28 年度特定健診（65 歳以上）・長寿健診

■ 介護度別人数の推移

	H23	H24	H25	H26	H27	H28
要支援1	189	192	189	203	215	148
要支援2	344	379	407	393	367	292
要介護1	342	377	456	462	513	558
要介護2	421	433	486	508	535	552
要介護3	399	408	435	495	501	520
要介護4	461	511	539	582	603	662
要介護5	383	406	416	393	421	417
合計	2,539	2,706	2,928	3,036	3,155	3,149
上記のうち、1号被保険者	2,433	2,594	2,814	2,908	3,057	3,047
65歳以上人口に占める要介護者の割合	15.4%	15.4%	15.9%	15.7%	15.6%	15.1%

資料：介護保険課

■ 介護保険における 2 号被保険者の特定疾病者の状況

	H23	H24	H25	H26	H27	H28
筋萎縮性側索硬化症	0.9%	0.0%	1.6%	0.7%	0.0%	0.0%
後縦靭帯骨化症	0.0%	0.0%	2.4%	0.7%	0.8%	1.8%
骨折を伴う骨粗鬆症	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
多系統萎縮症	1.8%	1.7%	0.8%	0.7%	1.6%	1.8%
初老期における認知症	8.2%	4.3%	4.8%	10.0%	7.4%	8.0%
脊髄小脳変性症	2.7%	1.7%	0.8%	1.4%	1.6%	0.9%
脊柱管狭窄症	1.8%	2.6%	2.4%	1.4%	2.5%	1.8%
早老症	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%	0.0%
糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症	5.5%	6.0%	5.6%	5.7%	5.7%	2.7%
脳血管疾患	70.9%	75.2%	66.7%	65.7%	69.7%	66.4%
パーキンソン病関連疾患	1.8%	2.6%	4.8%	4.3%	2.5%	4.4%
閉塞性動脈硬化症	0.9%	0.9%	1.6%	1.4%	2.5%	1.8%
関節リウマチ	0.9%	0.9%	3.2%	4.3%	4.1%	5.3%
慢性閉塞性肺疾患	0.9%	1.7%	0.8%	0.0%	0.0%	0.0%
両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症	0.0%	0.9%	0.0%	0.7%	0.8%	1.8%
がん(末期)	3.6%	1.7%	4.8%	2.9%	0.8%	3.5%
合計	100%	100%	100%	100%	100%	100%

資料：介護保険課

健康・食育うらそえ21

中間評価

平成 30 年 3 月

発行：浦添市 健康部 健康づくり課

〒901-2103 沖縄県浦添市仲間 1 丁目 8 番 1 号

TEL 098-875-2100 FAX 098-875-1579