

<b>施策</b>	<b>:</b>	<b>123</b>	<b>こころと身体</b>	<b>健康対策の推進</b>
<b>基本事業</b>	<b>:</b>	<b>12301</b>	<b>健康づくり</b>	<b>活動の推進</b>

### 主な取組内容

・県民の皆様、NPO、企業、学校、市町等と連携して、運動、食事、禁煙、口腔ケアなど、個人の適正な生活習慣が定着するための活動を支援し、県民一人ひとりの生活習慣の改善を推進します。

## 1 健康づくりの推進（ヘルシーピープルみえ・21の取組）

### (1) 総合

生活習慣病は早い時期からの予防が大切であり、地域・職域・学校との連携は欠かせません。

そこで、生涯を通じて健康な生活が送れるように、生活習慣病予防の体制づくりをすすめました。

生活習慣病の早期発見・早期治療につながる特定健康診査・特定保健指導の効果的な実施方法や健康づくりに関する情報共有・意見交換を関係機関と行い、健康づくりを推進していくための人材育成の研修会等を行いました。

#### ア 津地域・職域連携推進協議会

生活習慣病を予防するためには、ひとり一人が自ら健康づくりに取り組むとともに、健康教育や健康相談、健康診査などの保健事業による生涯を通じた支援が必要です。

そのため、地域保健と職域保健との連携により、健康情報の共有や有効活用による継続的な保健サービスの提供を行い、働きざかり層の生活習慣病の予防と健康寿命の延伸のための協議を行いました（委員数 16名）。

第1回 平成24年8月10日（金曜） 15時00分～17時00分

①平成23年度実績報告

②情報提供

- ・特定健診・保健指導等について
- ・津市の健康づくり事業について

③津地域のメンタルヘルス対策の現状について

- ・アンケート結果報告及び意見交換

④平成24年度津地域・職域協働研修会の実施について意見交換

⑤メンタルヘルス対策支援センターより事業紹介

⑥メンタルパートナー養成研修について

第2回 平成25年1月30日（水曜） 14時00分～15時00分

①事業所におけるメンタルヘルス対策の推進について

- ・アンケート結果報告及び意見交換

②情報提供

- ・津市におけるメンタルヘルス対策について
- ・平成22年度特定健診・保健指導実施状況
- ・平成23年度労働安全衛生特別調査結果

#### イ 津地域・職域協働研修会

日時：平成25年1月30日（水曜） 15時00分～17時00分

場所：三重県津庁舎 大会議室

対象：地域・職域で健康管理・労務管理に従事する人等 52名

内容：講演「メンタルヘルス対策を行う上で必要なこと」  
～ストレスへの対処法を身に付けよう～

講師 メンタルヘルス対策支援センター（三重産業保健推進センター）  
メンタルヘルス対策支援相談員・促進員 林 文代 先生

## ウ 健康で長生きするための環境整備推進事業

子どもから高齢者まで全ての人々が、健康でイキイキと暮らせる「健康なまちづくり」を目指す環境整備事業を支援しました。

- ① 推進会議（南が丘元気ネット）への出席 年2回 委員数10名・オブザーバー1名
- ② イベントへの実施協力

日 時	内 容	対 象
平成24年 8月25日(土) 15時30分～ 19時30分	南が丘ふれあいまつりにおける元気づくりコーナー 子どもから高齢者の地域住民約4,000人が参加する「南が丘ふれあいまつり」において、握力・跳力測定や野菜？BOXクイズ&アンケートを実施	握力・跳力測定 215名 野菜？BOXクイズ&アンケート 201名

### (2) たばこ

平成24年5月31日～6月6日の禁煙週間に禁煙啓発用ポスターの展示及び啓発用ティッシュを配布し、喫煙防止を呼びかけました。

### (3) 栄養・食生活

ネットワークを活かした健康増進と生活習慣病予防

保健・医療・福祉・教育・産業など異なる職域とのネットワークを生かし、地域の食生活上の問題に連携して取り組みました。

津地域栄養管理ネットワーク研究会

- ① 委員会の開催 年2回 委員数：12名 出席者：延べ17名
- ② 啓発活動 1回  
「南が丘ふれあいまつり元気づくりコーナー」への協力 委員6名参加

## 2 健康食育推進事業

幅広い世代を対象とした健康的な食習慣の形成に向けて、食事バランスに対する理解や活用等を図り、多様な主体と協働した食育活動や県民のライフステージに応じた食環境づくりを推進します。

### (1) 野菜フル350推進事業

県民が健康的な食生活が実践できるように、全ての年代で不足している野菜の1日の摂取目標量を350g（食事バランスガイドで副菜5つ）とし、野菜摂取の増加を推進します。

#### ア セミナーの開催

日 時：平成24年9月28日（金曜）13時30分～16時30分  
場 所：三重県庁舎 6階 66会議室  
対 象：管内の各職域で食生活相談等に携わる管理栄養士・栄養士等 20名  
内 容：～農林水産先端技術に関するコミュニケーション～  
農林水産省 農林水産技術会議事務局 技術政策課 技術安全室

## イ 協働による県民への普及・啓発

### ① 「くらしの活動交流会」における啓発

日 時：平成24年10月5日（金曜）10時00分～12時00分  
協働団体：生活協同組合コープみえ  
場 所：メッセウイングみえ  
対 象：生協会員他一般参加者 約370名  
内 容：野菜摂取啓発パネル・フードモデル展示及び啓発物品配布

### ② 「南が丘ふれあいまつり」における啓発（再掲）

### ③ 「マックスバリュ」における糖尿病等生活習慣病発症予防食習慣啓発

日 時：平成25年3月10日（土曜）10時00分～14時00分  
協働団体：マックスバリュ中部株式会社  
場 所：マックスバリュ津城山店  
参 加 者：約150名  
内 容：野菜摂取啓発（パネル展示、レシピ配布、啓発グッズ配布）  
生活習慣病予防啓発（リーフレット配布）

## （2）モーニング・ベジの推進

健康的な朝食習慣の定着及び野菜摂取不足の解消を図るために、朝食における野菜摂取を推進します。目標量を70g（食事バランスガイドで副菜1つ）以上とします。

### ア 健康教育支援

小学校への食育出前授業

内 容：「元気な体をつくる食生活～早寝・早起き・朝ごはん～」

実 施 日	出 前 授 業 先
平成24年6月26日（火曜）	津市立倭小学校 1年生と2年生30名
平成24年7月12日（木曜）	津市立高宮小学校 5年生9名
平成24年7月13日（金曜）	津市立大井小学校 6年生10名
平成25年1月30日（水曜）	津市立一身田小学校 1年生111名

## イ 協働による県民への普及・啓発

野菜フル350推進事業と合わせて行いました。

## （3）健康づくり応援の店協働事業

### ア 管内登録店舗数

管内登録店舗延数	32店
平成24年度登録更新店舗数	18店

## イ 健康栄養情報の発信

各月間における店舗による情報発信

期 間	協 働 店舗数	内 容
食育月間 (平成24年6月1日～30日)	20店	食育・食生活改善の参考となる掲示物・啓 発品の配布
食生活改善普及運動及び健康増進月間 (平成24年9月1日～30日)	19店	

## ウ 調理関係者への普及・啓発

食育を進めるための環境整備の一環として、外食産業の栄養成分表示を促進するため、津調理師会と協働し、調理師免許更新時再講習の機会を利用し、メタボリックシンドロームを切り口に「食事バランスガイド」の啓発を行いました。

日 時：平成24年11月1日（木曜）・平成24年11月2日（金曜）各14時30分  
平成24年11月5日（月曜）・平成24年11月6日（火曜） ～15時00分  
場 所：三重県津庁舎 大会議室  
対 象：調理師 255名  
内 容：食事バランスガイド

## (4) 給食施設指導事業

健康増進法、健康増進法施行細則に基づき、給食施設指導を実施しました。また、管内給食施設関係者の資質向上を目指し、食環境や健康をテーマとした研修会を開催しました。

## ア 巡回指導実施施設数

施 設 規 模	管 内 給 食 施 設 数 (年 度 当 初 数)	指 導 数
①知事指定施設	8	8
②①以外の特定給食施設	124	29
③一般給食施設	110	35
計	242	72

## イ 給食施設従事者研修会

日 時：平成25年3月6日（水曜）13時30分～16時15分  
場 所：三重県津庁舎 大会議室  
対 象：管内給食施設施設関係者 109名  
内 容：講演「おいしさの科学 ～健康につながる食事を提供するために～」  
：講師 京都大学大学院農学研究科 教授 伏木 亨氏  
  
：事例発表「(株)デンソー大安製作所における健康経営 ～社員食堂からの発信～」  
：講師 (株)デンソー大安製作所 所長 堀 誠氏

### (5) 人材育成・支援等

区 分	回 数	延 人 員
津市栄養士連絡会議	2回	9人
津市栄養士支援	随 時	
地区組織育成	3回	360人
地域活動栄養士研修	1回	6人
管理栄養士臨地実習受入	2回	10人

### (6) 栄養相談指導事業

複数の疾病を有する人等への専門的栄養相談・指導等を行いました。

個 別 指 導 人 数
10名

### 3 栄養施行事務事業

健康増進法による虚偽誇大広告、栄養表示基準等の相談・指導を行いました。

相 談 ・ 指 導 件 数
4件