

第3次健康りっとう2 1（R6実績・R7計画案）

基本目標 1 健康を支える生活習慣の改善

【目指す方向性】◆市民一人ひとりが、自分の食生活・栄養に関心を持ち、自分に合った食事内容を理解して、適正体重を維持できるよう支援します。

◆食育は栗東市食育推進計画を基本とし、関係機関と連携しながら推進していきます。

資料 4

1. 栄養・食生活

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (R6年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
親子の食育教室	幼稚園・保育所・幼児園・こども園など、子どもに関する様々な機会や場所を通して、子どもと保護者へ食の大切さを伝えます。	民生委員児童委員協議会	●子育てサロンで食育教室を実施年2回(幼児園、地域の未就園児と保護者)	現在は特段取組は無い		民生委員児童委員協議会 □令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6%	↗
バランスのよい食生活の啓発	栄養改善教室等を開催し、バランスのよい食生活の啓発を行います。 イベント等で野菜を使ったレシピの紹介を行います。	健康推進員連絡協議会	●朝食を摂取することの重要性について啓発を実施する。簡単にできる食育レシピ(特にお米)などを踏まえて啓発活動を実施。 ●協議会において作成したレシピ集を活用して調理実習を実施し、バランスの良い食生活の啓発を実施。 ●県委託事業の実施。	・年6回 ・年9回 ・年7回	B B	健康推進員連絡協議会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●朝食を欠食する人(毎日食べない人)の減少 男性 15歳以上 17.4% 女性 15歳以上 10.0% 男性 20代 28.9% 男性 30代 23.2% 男性 40代 16.7% ●食塩摂取量の減少 男性 20歳以上 11.4g 女性 20歳以上 9.3g	↗ ↘
食育の啓発活動	料理教室、各種講習会、イベントの開催等を通して食育の啓発を行います。	健康推進員連絡協議会	●食育推進月間では、スーパー等でレシピ集や野菜摂取の啓発資料の配布を実施。 ●保育園・幼稚園・こども園において、エプロンシアターを通して食育の啓発を実施。	・年7回 ・年0回	B C	健康推進員連絡協議会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●野菜の摂取量の増加 235.4g/日 ●食事の内容や栄養バランスに気を付けている人の増加 男性 63.3% 女性 78.9%	↗ ↗
健康づくり啓発への協力	医療機関や商店など人が集まる民間の公共的施設において、健康づくりの啓発や情報提供を実施します。	医師会 歯科医師会 あなたの健康ささえ隊協力事業所	(医師会) ●診療所において、プロジェクトWの配付、ポスターの掲示を実施する。 ●日常診療を通じて、バランスの良い食生活についての指導を実施する。	(医師会) ●診療所において、プロジェクトWの配付、ポスターの掲示を実施した。 ●日常診療を通じて、バランスの良い食生活についての指導を実施した。	B	医師会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 歯科医師会 □令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) (あなたの健康ささえ隊協力事業所)	●適正体重を維持している人の増加 男性 20～60代 27.3% 女性 15～19歳 25.0% 女性 20代 21.3% ●メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少(令和3年) 男性 40歳以上 50.2% 女性 40歳以上 19.2%	↘ → → ↘
「早寝・早起き・朝ごはん」の推進	学校医として、小中学校の学校保健委員会等を通じて、「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣づくりを推進します。	医師会		学校医として、小中学校の学校保健委員会等を通じて、「早寝・早起き・朝ごはん」の習慣づくりの推進に協力した。	B	医師会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6%	↗

1. 榮養・食生活

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (R6年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
体重測定の推進	適正体重を自分で管理するため、体重測定をするように啓発を行います。	健康推進員連絡協議会 健康増進課 長寿福祉課 こども家庭センター あなたの健康ささえ隊協力事業所	(長寿福祉課) ●いきいき百歳体操実践団体継続支援で希望する団体に基本チェックリストの栄養項目を実施し、低栄養に関する啓発および体重測定について啓発する。 (健康推進員) ●適正体重を自分で管理するためにも、体重測定について啓発を実施。 (こども家庭センター) ●妊娠期から産後にかけて妊産婦健康診査の助成を行い、適切な健康管理を行うよう指導と情報提供を行う。	(長寿福祉課) いきいき100歳体操実践団体への継続支援として、希望した32団体に栄養に関するチェックリストを実施。また、希望した3団体には、管理栄養士が低栄養に関するミニ講座を実施。 (こども家庭センター) 妊娠期から産後にかけて、必要な時期に妊産婦健康診査を受診し、体重管理を含めた健康管理を行うよう指導を行いました。	B B	健康推進員連絡協議会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 長寿福祉課 ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) こども家庭センター ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) (あなたの健康ささえ隊協力事業所)	●体重を測定する人の増加 68.3%	↗
野菜たっぷりレシピの推進	野菜摂取量を増やすこと、野菜から食べることの必要性を普及します。あなたの健康ささえ隊協力事業所や学区民まつり等で、野菜たっぷりレシピを推進します。	健康推進員連絡協議会 健康増進課 あなたの健康ささえ隊協力事業所	(健康推進員) ●副菜レシピ集等の活用や1日350gの野菜摂取が達成されるよう啓発活動を実施。 (健康増進課) ●食育教室や健康フェアにて350gの野菜の量紹介・推進を実施 ●健康情報ちらし「プロジェクトW」に野菜たっぷりレシピを掲載し、配布	(健康推進員) ・年3回 (健康増進課) ・健康フェアにて350gの野菜の量紹介・推進を実施した。 ・健康情報ちらし「プロジェクトW」に野菜たっぷりレシピを掲載し、年2回配布した。	B B	健康推進員連絡協議会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) (あなたの健康ささえ隊協力事業所)	●野菜の摂取量の増加 235.4g/日	↗
食についての教育・家庭や地域との連携	朝食の大切さや栄養バランスの大切さ等を伝える「食育の日」の取り組みを推進します。取り組みについて、家庭や地域と連携します。	小中学校	小学校(養護教諭部会) ●学校栄養教諭による指導、授業 ●給食感謝週間への取組 ●毎月19日を食育の日と設定 ●『あと半口(残っている量の半分)運動』等の実施 ●学校保健委員会で栄養教諭の講話と給食試食会の実施 ●給食の残菜調べ ●お弁当づくり、調理実習の実施 ●食育だよりの発行 中学校 ●家庭科の授業を通して、朝食の大切さ等食育指導を実施する。 ●年3回食育だよりを発行する、食育授業の実施 ●摂取内容について自分自身で考えていけるよう、掲示物や保健だよりで啓発していく。 ●調理実習の実施(2年生) ●「お弁当の日」を設定し、弁当作りの啓発	予定通り実施できた。	B	養護教諭部会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 4つ目のあと半口運動の実施について、「残菜を減らす取り組みの実施」へR7計画の変更をお願いします。	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6%	↗

1. 栄養・食生活

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (R6年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
園等での食についての教育・啓発	幼稚園・保育所・幼児園・こども園などにおいて、関係団体の協力を得ながら、食についての教育・啓発、体験を含めたクッキング活動や栽培活動を行います。	幼稚園・保育所・幼児園・こども園	(幼児課) ・毎月給食だよりを配布し、食と健康に関する正しい知識の啓発 ・野菜栽培やクッキングなどの食育活動や給食での啓発。 ・健康推進員による園児への食育指導。 ・課の栄養士が園児や保護者に食育教室を実施	・毎月給食だよりを配布し、食と健康に関する正しい知識の啓発を行った。 ・野菜栽培やクッキングなどの食育活動や給食での啓発を行った。	B	幼児課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6%	↗
カルシウム摂取不足と運動不足の解消に関する啓発	幼稚園、保育所、幼児園、こども園等の保護者、小学生に対して、カルシウム摂取量を増やすこと、運動により子どもの頃から骨量を高め、維持することの必要性に関する知識を普及します。	幼稚園・保育所・幼児園・こども園 幼児課 小学校 健康増進課 こども家庭センター	(幼児課) ・幼稚園、保育園、幼児園、こども園の保護者を対象とした研修会の実施 ・幼稚園、保育園、幼児園、こども園の保護者、小学生の保護者への出前講座においてカルシウム摂取の必要性について啓発。 (養護教諭部会) ●学校栄養教諭による指導(こども家庭センター) ●母子保健事業を通じて、バランスのよい食生活や運動の必要性について指導や情報提供を行う。 (健康増進課) 骨粗しょう症予防セミナーの実施	(幼児課)B 給食だよりでカルシウム摂取について6月に掲載 (養護教諭部会) 予定通り実施できた。 (こども家庭センター) 母子保健事業を通じ、必要に応じて運動の必要性について指導を行いました。 (健康増進課) 保育園、幼稚園等計6回、保護者に骨粗しょう症についての講和と運動の実技始動を行った。	B B B B	幼児課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 養護教諭部会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) こども家庭センター ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●全出生数の低出生体重児の割合の減少(令和3年) 8.5% ●食事の内容や栄養バランスに気をつけている人の増加 男性 63.3% 女性 78.9% ●適正体重を維持している人の増加 男性 20～60代 27.3% 女性 15～19歳 25.0% 女性 20代 21.3%	↘ ↗ ↘ → →
	栄養不足や運動不足による若い女性のやせが与える健康への影響について、知識を普及します。	幼稚園・保育所・幼児園・こども園 幼児課 小学校 健康増進課 こども家庭センター	(養護教諭部会) ●学校栄養教諭による指導(健康増進課) プロジェクトWの啓発媒体や保健事業等を通して啓発を行う。 (こども家庭センター) ●母子保健事業を通じて、バランスのよい食生活や運動の必要性について指導や情報提供を行う。	栄養不足や運動不足による若い女性によるやせが与える健康への影響について、健康情報ちらし「プロジェクトW」で取り上げて啓発チラシを作成中。 保健事業等を通して啓発(指導)を行った。		幼児課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 養護教諭部会 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) こども家庭センター ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		
食に関する講座の開催	コミュニティセンター等において、食に関する講座を開催します。	生涯学習課	●親子お菓子づくり教室 4回 ●はつらつ教養大学 食育栄養講座 1回	●親子お菓子づくり教室 2回 ●はつらつ教養大学 食育栄養講座 1回	B	生涯学習課 ■令和6年度(実績)と同じ 回数等に変更あり □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6% ●食事の内容や栄養バランスに気をつけている人の増加 男性 63.3% 女性 78.9%	↗ ↗
妊娠期・乳幼児期の栄養指導・相談・講座の開催	母子保健事業を通じて、妊娠期の食事、離乳食や幼児食に関する相談、情報提供を実施します。	こども家庭センター	●乳幼児健康診査、健康相談、電話相談、訪問等母子保健事業で栄養相談や情報提供を行う。	・乳幼児健康診査や健康相談時に栄養指導・相談を行うとともに、電話相談や訪問指導を行いました。 ・4か月、1歳6か月健康診査で啓発リーフレットを配布し、必要に応じてリーフレットをもとに相談・指導を行いました。	B	こども家庭センター ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●食事の内容や栄養バランスに気をつけている人の増加 男性 63.3% 女性 78.9%	↗

1. 栄養・食生活

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗 状況	R7(2025)年度 計画 (R6年度からの改善や 追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
	子育て講座の1メニューとして、子育て中の保護者を対象に、離乳食の作り方や与え方と、乳幼児の食育についての講座を開催します。	子育て支援課	関係課と連携し、離乳食講座および乳幼児期の食育についての講座を実施します。	離乳食講座および乳幼児期の食育についての講座を開催しました。 開催見込数 6講座(5講座実施済) 参加見込数 65組 140人	B	子育て支援課 ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)		
特定保健指導での生活習慣改善に伴う食生活指導	特定健康診査の結果、特定保健指導の対象となった人に生活習慣改善に伴う食生活指導を実施し、メタボリックシンドロームの改善を推進します。	健康増進課	●特定保健指導での生活習慣改善に伴う食生活指導(特定保健指導利用者数)	・集団および個別指導において、対象者の検査結果や生活様式に応じた食生活に関する指導を実施した。	B	健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●適正体重を維持している人の増加 男性 20～60代 27.3% 女性 15～19歳 25.0% 女性 20代 21.3% ●メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少 (令和3年)	↘ → →
生活習慣病相談	生活習慣病の発症予防や重症化予防のための栄養相談を実施します。	健康増進課	●定例生活習慣病相談の実施(対象者の健診結果等を参考に指導または医療機関への受診勧奨)	対象者の健診結果等を参考に指導または医療機関への受診勧奨した。	B	健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	男性 40歳以上 50.2% 女性 40歳以上 19.2%	↘
簡単野菜メニューの出前講座	食育推進計画に沿って、家庭で野菜料理を1皿増やしてもらうために、お弁当向き簡単野菜レシピや子どもの苦手な野菜を克服できるメニューについて講座を行います。	健康増進課	●簡単野菜メニューの出前講座の実施	依頼がなかったため実績なし。	D	健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●野菜の摂取量の増加 235.4g/日	↗
「全国学力・学習状況調査」の実施と活用	市内小中学校に通う小学6年生と中学3年生を対象として、「朝食摂取状況」を調査し、関係機関等での活用を図ります。	学校教育課	・小学6年生と中学3年生を対象とした、「朝食摂取状況」を調査し、関係機関等での活用を図る。	全国学力・学習状況調査で朝食摂取状況を調査しました。ほ簿毎日朝食を食べる生徒の割合は、小学6年生93、2%、中学3年生91、3%という結果でした。小学校は、全国平均より低い値で、中学校は、全国平均より高い値が出ました	B	学校教育課 ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6%	↗
事業所等への啓発の充実	市内の事業所に対し、出前講座の周知を進め、効果的な活用を促進するとともに、メタボリックシンドロームの予防のための食生活等、出前講座の内容を充実します。	県南部健康福祉事務所 健康増進課	プロジェクトW(野菜たっぷりレシピ)等を活用し、メタボリックシンドロームの予防のための食生活等の啓発を行う。	(県南部健康福祉事務所) 働き盛り世代が日常を過ごす事業所給食施設を対象とした訪問指導を行い、栄養バランスに配慮された食事の提供や健康経営を進めることの大切さについて市保健師とともに伝えた。(湖南圏域8社うち栗東市内事業所2社) (健康増進課) ・あなたの健康ささえ隊協力事業所に年2回健康情報ちらし「プロジェクトW」を配布した。	B B	県南部健康福祉事務所 ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 健康増進課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入)	●野菜の摂取量の増加 235.4g/日 ●食事の内容や栄養バランスに気をつけている人の増加 男性 63.3% 女性 78.9% ●適正体重を維持している人の増加 男性 20～60代 27.3% 女性 15～19歳 25.0% 女性 20代 21.3% ●メタボリックシンドロームの該当者および予備群の減少 (令和3年) 男性 40歳以上 50.2% 女性 40歳以上 19.2%	↗ ↗ ↘ → → ↘

1. 栄養・食生活

進捗状況 A:計画以上に進んでいる B:計画通りに進んでいる C:計画よりも遅れている D:評価困難

取組・事業	内容	担当部署	R6(2024)年度 取り組み計画	R7(2025)年3月31日時点 (見込み含む)実績	進捗状況	R7(2025)年度 計画 (R6年度からの改善や追加もあれば記載)	評価指標	
							現状(令和4年)	目標(令和16年)
未利用食品の有効活用 の推進	経済的理由等による欠食への対応のひとつとして、フードドライブ活動やフードバンク活動の啓発を行い、活動の拡充に取り組みます。	環境政策課 社会福祉課 社会福祉協議会	(環境政策課) ●フードドライブの実施 ①10月の食品ロス削減月に市役所及び市内量販店で実施 ②市内の各コミュニティセンターで常設実施 ●フードドライブで集まった食品を社会福祉協議会を通じて、食品を必要とする団体や人に提供。 ●市広報紙やホームページ、自治会回覧等を活用して、フードドライブ事業についての啓発を実施 (社会福祉課) ●相談員による相談を行うなかで、必要に応じて、経済的理由等による欠食への対応の一つとして、フードパントリーを案内します。 (社会福祉協議会) ●フードドライブ活動で集められた食品をフードパントリー活動で広く配布していく	(環境政策課) ●フードドライブ ①10月29、30日実施 ②常時実施 (社会福祉課)B 相談に応じる中で必要に応じて、フードパントリーを案内し、相談者との関係性を築くことができました。 (社会福祉協議会) ・23件/月に配布している。	B	環境政策課 ☑令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 社会福祉課 ■令和6年度(実績)と同じ □新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) 社会福祉協議会 □令和6年度(実績)と同じ ■新規事業や、内容の変更がある(下記に記入) ・以前は1年間の配布期間だったが、今回からは半年間に短縮。	●ほぼ毎日朝食を食べる児童生徒の増加 小学6年生 93.6% 中学3年生 91.6% ●朝食を欠食する人(毎日食べない人)の減少 男性 15歳以上 17.4% 女性 15歳以上 10.0% 男性 20代 28.9% 男性 30代 23.2% 男性 40代 16.7%	↑ ↓