

食育推進リーダーの育成及び活動の促進

- 塩竈市は令和4年度特定健診の結果より、特定健診受診者のうちHbA1c(※)の有所見者が7割、血圧の有所見者が5割を超えており、高血圧・高血糖である市民が多い。また、糖尿病性腎症に起因する透析患者が県内で比較すると多く、介護の有病状況や標準化死亡比を見ても全国に比べ心疾患や脳血管疾患が高い傾向にあることが危惧されている。
 - 市民の健康状態の改善・健康寿命の延伸を目指す為には、野菜摂取量の普及を図りながら、バランスの良い食生活が実践できるような取り組みが必要であるため、子どもから大人まで幅広い世代が取り組める機会を提供した。
- (※)糖化ヘモグロビン



【取組の内容】

- 塩竈市食生活改善推進員
定例会・勉強会・調理実習

月1回程度、食生活改善推進員が食生活の栄養バランスを学ぶ勉強会を実施。

実際に調理しながら栄養バランスの良い食事を学ぶ調理実習を実施。



(メンズクッキングで作ったメニュー)

- メンズクッキング

野菜摂取量の意識向上に向けて成人男性を対象とした料理教室を実施。

- 親子クッキング

子供が将来にわたって健康な体を作るために小学生の親子でバランスの良い食を学ぶ料理教室を実施。



(親子クッキングで作ったメニュー)

【取組の成果】

- 塩竈市食生活改善推進員定例会・勉強会・調理実習
勉強会及び調理実習で得た知識をもとに、食生活改善推進員としての活動を行い、市民への栄養バランスの良い食事の普及につながった。
- メンズクッキング
普段栄養バランスを意識していなかった成人男性に対し、栄養バランスへの理解を深めるとともに、地元産の食材使用につながる機会となった。
- 親子クッキング
食事内容が親世代に大きく影響を受ける子供世代が、親世代とともに食育について学ぶことで、今後の食に対する興味・関心を向上させるとともに地元産の食材の使用につながった。

【事業の目標】

- ① 栄養バランスに配慮した食生活の実践度
事業実施前 43.8%
→事業実施後 78.8%
- ② 産地や生産者を意識して農林水産物・食品を選ぶ者の割合
事業実施前 69.8%
→事業実施後 93.6%

