

人口1万人の町の計画づくりをサポート

自治体

健康づくり・食育

計画づくり

2016年に女子栄養大学と市貝町（栃木県）は、健康増進に関する包括協定を結びました。

市貝町は、栃木県の南東部に位置し、「サシバ」という渡り鳥（タカ）がすむ自然豊かな里地里山に恵まれ、約11,800人（高齢化率28.9%）が暮らす町です。市貝町では、脳卒中の死亡比が全国平均の2倍近い数値であること、喫煙率が全国や県の平均よりも高いこと、食塩摂取量が国の摂取目標量の1.5倍などの健康課題が浮き彫りになっています。

こうした健康課題の解決に向けて、2009年度に策定された市貝町健康増進計画（第1期）の改定作業に健康福祉課とともに取り組み、新たな10か年計画として「はつらつ市貝21（市貝町健康増進計画・食育推進計画 第2期）」が2019年3月に完成しました。

【活動内容】 ● 町の健康増進計画・食育計画の策定、計画推進のサポート

計画の推進においては、町全体で、子どもも大人も、家庭でも職場でも、飲食店でも直売店でも重点課題である「減塩」と「禁煙・受動喫煙防止」に取り組めるよう活動の場を広げてきました。

人と自然が響き合い
一人ひとりがはつらつと
輝く町
～サシバの里を目指して～

計画推進をサポート

- ☑ 町内での喫煙・受動喫煙防止対策
- ☑ 地域飲食店での食環境整備の推進
- ☑ 学校を通じた減塩教育・児童の実態把握

2018年4月～

計画策定をサポート

2017年
4月～
庁内全課の職員を
対象に実施

庁内ワークショップ

幼小中保護者・健診受診者を対象とした質問紙調査

調査

輪になって
みんなでつくろう
健康いちがい

集計・
分析

1期計画
最終評価

2期計画
目標設定

町民・町担当者などを対象としたヒアリング、パブリックコメント

報告書作成・
配布

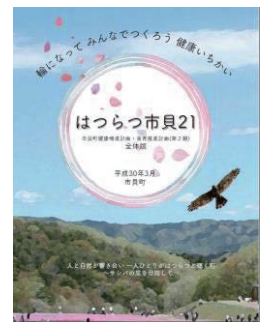
概要版は全戸配布
～2018年3月

大学院生・学部生が
イベントをサポート

計画の策定にあたっては、庁内の全課の職員を交えたワークショップの実施からスタートし、事務局である健康福祉課との話し合いを重ねながら、計画完成までの作業に協働して取り組みました。



道の駅「サシバの里いちがい」にて、スマートミールの試食や、「輪になってみんなでつくろう 健康いちがい～ひとりひとりができること～」として、町民の声を集める参加型のイベントを実施しました。



市貝町全体に元気の輪を広げたい

栃木県は、脳卒中による死亡率がワーストクラス（2015年で男性が全国ワースト4位、女性がワースト2位）で、市貝町は県内でもかなり悪い状況にありました。そこで、脳卒中予防に向けて、2010年に初めて管理栄養士（三村さん）を職員に迎え、彼女の母校である女子栄養大学と2016年に健康づくりに関する協定を結びました。2017年からは管理栄養士が1名増え、2人体制となっています。現在、市貝町では、地域の集会所での元気体操を通じて、町全体へ元気の輪を広げています。三村さんも、元気づくりコーディネーターの一期生として、元気づくりをサポートしながら、町の栄養関係事業に取り組んでいます。

女子栄養大学 林芙美准教授 （食生態学研究室）からのメッセージ

学校では、栄養士・養護教諭が中心となり、減塩教育を実施しています。2018年度には、町内の小学校で児童と保護者を対象とした食塩摂取量の実態を把握することで、課題が共有できました。町内飲食店・直売所では、スマートミール®認証（健康的な空間で栄養バランスのとれた食事を提供する飲食店を認証する制度）を活用し、地域食材を使った減塩メニューが提供されています（2020年2月現在：5店舗）。道の駅では、減塩商品やスマートミールを実際に味わうことができるイベントも定期的実施しています。活動の様子が生地の新聞などを通じて紹介されることで、参加できなかった方への情報提供にもつながっています。