

## 12. 栄養指導

疾病の予防、健康の保持増進を目的として各種の栄養指導事業を実施している。具体的には健康教室、栄養指導講習会、食事相談等区民を対象とした栄養知識の普及、健康づくり推進事業と健康増進法に基づく給食施設に対する指導等を行なっている。

### [1] 一般栄養指導

#### (1) 個別栄養相談及び指導

##### ① 妊産婦栄養指導

妊婦に対しての食事相談や乳児健診時に母親（産婦）の貧血予防等の食事相談を実施している。

##### ② 乳幼児栄養指導

乳児健診・1歳6か月児健診・3歳児健診・経過観察・出張育児相談時に各自の成長や発達に応じた栄養指導を実施している。

##### ③ 成人栄養指導

生活習慣病予防健診、骨太健診時や健康相談（予約制）において生活習慣病（肥満・高血圧・糖尿病・高脂血症等）や難病等についての食事療法・食事のとり方の相談を行なっている。（住民健診、節目・高齢者健診後の食事相談は、平成19年度で終了。）

##### ④ その他の年代

就学期の児童から20歳未満の青少年を対象に食生活全般について相談を行なっている。

□個別栄養相談状況

(単位：人)

区分 年度	合 計	妊産婦	乳幼児	成 人	生活習慣病 [成人病]			その他
					難病・その 他の疾病	その他	その他	
19年度	7,383	36	3,752	3,595	614	70	2,911	0
20年度	6,181	1	3,494	2,686	183	0	2,503	0
21年度	6,258	0	3,566	2,692	173	0	2,519	0
22年度	6,808	13	3,495	2,514	160	9	2,345	786
<b>23年度</b>	<b>6,236</b>	<b>13</b>	<b>3,681</b>	<b>2,395</b>	<b>97</b>	<b>21</b>	<b>2,277</b>	<b>147</b>
池袋	4,386	2	2,623	1,616	79	15	1,522	145
長崎	1,850	11	1,058	779	18	6	755	2

#### (2) 集団栄養指導

##### ① 妊産婦

母親学級：3回制の2回目およびショートコースの中で、妊娠、授乳期のバランスのとれた食事のとり方について講義を実施。

マタニティクッキング：母親学級3回制の2回目に合わせて、ヘルシーメニューの紹介や料理の作り方の実演及び試食実施。

##### ② 乳幼児

乳児健診・離乳食講習会：発達に合わせた離乳食のすすめ方、与え方等について、池袋では離乳食の初期については乳児健診の2日目の集団指導の中で調理実演を含む講習を実施し、中期以降に

については離乳食講習会で調理実演・試食を含む講習を行なっている。長崎では、乳児健診では講義のみ行ない、初期の内容も含め調理実演・試食を離乳食講習会で行なっている。

食育講座：幼児の正しい食習慣や食べ方(早寝早起き朝ごはんのPR)等について区民ひろば・児童館等で実施している。

その他、区民ひろば等からの依頼により、講座を実施している。

### ③成人、その他

成人期の健康づくりや疾病予防の食事のとり方について、生活習慣病予防健診・骨太健診における健康講座（P. 83）、各種健康教室（P. 75 健康教育、P. 98 女性のしなやか健康づくり参照）、および出前講座（各種団体等の要請に応じた講座）において指導を行なっている。

#### □ 集団栄養指導状況

区分 年度	合 計		妊 産 婦		乳 幼 児		成人・その他	
	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)
19年度	310	6,741	30	707	74	1,811	206	4,223
20年度	294	6,979	34	804	84	2,249	176	3,926
21年度	271	7,180	34	797	62	1,946	175	4,437
22年度	241	5,900	34	847	69	2,018	138	3,035
<b>23年度</b>	<b>183</b>	<b>4,847</b>	<b>36</b>	<b>784</b>	<b>74</b>	<b>2,236</b>	<b>73</b>	<b>1,827</b>
池 袋	102	2,889	24	586	48	1,515	30	788
長 崎	81	1,958	12	198	26	721	43	1,039

#### □ 平成23年度内訳

区分 所管	妊産婦			乳幼児			成人・その他		
	事業名	回数(回)	延人数(人)	事業名	回数(回)	延人数(人)	事業名	回数(回)	延人数(人)
池袋	母親学級	10	233	乳児健診	24	907	生活習慣病予防健診	12	164
	母親学級 ショートコース	4	131	離乳食講習会	12	359	骨太健診	12	483
				食育講座	6	135	メタボ予防教室	2	23
	マタニティクッキング	10	222	その他講習会	6	114	女性の健康教室	2	39
						出前講座	2	79	
長崎	母親学級	6	99	乳児健診	12	388	メタボ予防教室	4	79
	マタニティクッキング	6	99	離乳食講習会	6	221	女性の健康教室	2	36
				食育講座	8	112	体操教室	17	493
							女性のしなやか健康づくり教室	16	374
							骨粗しょう症予防教室	2	30
						出前講座	2	27	

(注) 生活習慣病予防健診及び骨太健診には東日本大震災により豊島区に避難されている方の健康診断の受診者を含む。

## [2] 給食施設

健康増進法第20条、21条、22条、23条、24条に基づき、届出の受理、栄養管理、指導及び助言、勧告及び命令、立入検査等を行なっている。

### (1) 施設数

(単位：件)

年度	区分		合計	学 校		病 院	事業所	児童・社会福祉施設		寄 宿 舎	そ の 他
				公立	その他			保育所	その他		
19年度			161	34	13	15	49	33	15	2	0
20年度			200	33	15	16	53	36	27	16	4
21年度			187	33	13	15	53	35	23	11	4
22年度			191	33	13	15	53	36	26	11	4
<b>23年度</b>			<b>211</b>	<b>33</b>	<b>15</b>	<b>16</b>	<b>56</b>	<b>39</b>	<b>25</b>	<b>14</b>	<b>13</b>
特 定 給 食 施 設	一 回 300食 延 750食 以上	栄養士の いるもの	20	8	4	2	5	0	0	0	1
		栄養士の いないもの	14	8	4	0	2	0	0	0	0
	一 回 100食 延 250食 以上	栄養士の いるもの	34	7	2	4	5	7	8	0	1
		栄養士の いないもの	48	10	3	0	15	18	1	1	0
そ の 他 の 給 食 施 設	栄養士の いるもの		35	0	0	9	3	5	8	1	9
	栄養士の いないもの		60	0	2	1	26	9	8	12	2

(2) 給食施設指導

施設の状況や、栄養計画、献立業務、喫食者への情報提供、管理運営、衛生管理等給食業務改善について巡回及び来所指導を行なっている。(単位：件)

区分 年度	計		特定給食施設指導数		その他の給食施設指導数	
	個別指導	巡回指導	個別指導	巡回指導	個別指導	巡回指導
19年度	296	27	140	12	156	15
20年度	167	31	78	15	89	16
21年度	218	44	96	28	122	16
22年度	163	13	86	13	77	0
<b>23年度</b>	<b>93</b>	<b>31</b>	<b>46</b>	<b>16</b>	<b>47</b>	<b>15</b>
池袋	89	29	46	16	43	13
長崎	4	2	0	0	4	2

(注) 巡回指導は再掲。

(3) 給食関係者の指導

給食栄養管理業務の円滑な運営と栄養士及び調理師の資質の向上を図るため、講習会を行なっている。

区分 年度	池袋・長崎合同事業						その他の講習会等	
	栄養技術講習会		給食調理講習会		栄養士勉強会		回数 (回)	延人数 (人)
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)		
19年度	2	63	0	0	4	63	1	118
20年度	2	78	0	0	4	37	1	131
21年度	2	73	0	0	6	41	1	97
22年度	1	45	0	0	2	18	1	123
<b>23年度</b>	<b>2</b>	<b>80</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>2</b>	<b>30</b>	<b>1</b>	<b>116</b>

[3] 特別用途食品・特定保健用食品、栄養表示の相談等

健康増進法に基づいて、特別用途食品、特定保健用食品の受理・進達に関する事務や、栄養表示基準による栄養機能食品や健康食品の栄養表示に関する相談、不適切表示についての指導及び収去、第32条による虚偽誇大広告に関する相談や指導を行なっている。(単位：件)

区分 年度	受 理	指 導・収 去	相 談
19年度	7	5(1)	85
20年度	13	3(1)	96
21年度	3	8(0)	48
22年度	4	0(0)	53
<b>23年度</b>	<b>17</b>	<b>0(0)</b>	<b>50</b>

(注) ( ) は、収去件数。

#### [4] 国民健康・栄養調査（健康増進法第10条）

国民の健康増進の総合的な推進を図るための基礎資料として、国民の身体の状態、栄養摂取量及び生活習慣の状態を明らかにするため実施する。調査内容は、年度によって変更する。

〔調査内容〕 世帯及び世帯員の状況、食事の状況、食事の料理名並びに名称及びその摂取量、身体状況、生活習慣。

〔調査客体〕 国民生活基礎調査地区から無作為抽出により、厚生労働大臣が地区を定める。調査月は、11月。

□調査地区、被調査地区及び被調査人員

年度	対象	指定地区	調査世帯数(件)	被調査人員(人)
19年度		該当地区なし		
20年度		南長崎3-26・27	17 (9)	32 (21)
21年度		雑司が谷1-28	21 (6)	34 (9)
22年度		該当地区なし		
23年度		池袋1-5 池袋3-65、66	22 (7)	37 (11)

(注) ( ) 数値は、実績。

#### [5] 健康づくり協力店普及・啓発事業

高齢者や食事管理を必要とする人をはじめ、広く区民の健康づくりに役立つよう、外食料理等に栄養成分を表示し、登録証を掲示している店が「健康づくり協力店」である。

健康のため食事を安心して選択できる店として普及を図るとともに、区民に、外食をする時、気をつけること、選び方、栄養表示の利用方法等を啓発している。 (単位：件)

区分 年度	登録店数	新規・再登録 店数(再掲)	講演会等 (参加者)	一般向け	巡回・ 来所(※)
19年度	76	54	1回(20名)	401	116
20年度	78	21	1回(19名)	541	74
21年度	73	14	1回(28名)	826	69
22年度	108	43	1回(23名)	530	49
23年度	87	33	1回(24名)	135	55

(※) 巡回…職員が各店舗を巡回し、相談等によること。 来所…店舗の人が保健所に来て相談をすること。

#### [6] 管理栄養士養成施設の学生指導（実績は「20. 保健所実習」を参照）

保健所における公衆衛生活動並びに栄養指導業務の概要を認識させるため、講義と実習により学生の指導を実施している。実習期間は、集中講義1日と班別実習5日であり、科目（公衆栄養学）は1単位（45時間）取得できる。（2単位の場合もあり）

## [7] 食育の推進

平成17年6月に国では、食育推進のための国民運動として取り組むための食育基本法を策定し、食育活動を計画的に推進している。それを受けて、区においても計画的に食育推進活動を進めることを目的とした事業を実施している。

### □実施実績

区分 年度	ワークショップ		食育講演会		食育講座		コンクール		食育イベント	
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)	応募数 (件)	入賞 (件)	回数 (回)	延人数 (人)
19年度	10	85	1	80	4	144				
20年度			1	24	3	68	50	18		
21年度					2	62	291	36	1	180
22年度					2	68	44	16	2	575
23年度					7	240	37	16	2	647

### (1) “としま”豊かな食コンクール

区民が食に関する意識を高め、バランスのとれた献立づくりを通して望ましい食習慣の形成を図るとともに、生涯にわたり心身の健康増進と豊かな人間形成に役立てること目的とし、食に関するコンクールを実施した。

### (2) 食育イベント

多くの区民に食育推進事業を広く周知するとともに、一人ひとりが健康づくりのために食を意識した生活をおくり、食生活改善に取り組む区民が増えることを目的として食育イベントを実施した。

#### □23年度実施状況

	日 時	内 容
23年度	平成23年6月12日(日)	池袋保健所(食育クイズと食育ゲーム) 147名
	平成23年10月30日(日)	青果市場まつり(カロリー当てクイズ) 500名

### (3) 食育講座

多くの事業所がある本区の地域性を生かし、事業所と協働して食文化を含めた食育の推進のために食育講座を実施した。

#### □実施状況「街の巨匠に学ぼう！」

	日 時	内 容
23年度	平成23年9月30日(金)	①秋野菜を美味しく食べよう 40名
	平成23年10月2日(日)	②豆腐屋さんが語るおいしい豆腐の食べ方 36名
	平成23年11月28日(月)	③簡単魚料理 38名
	平成23年12月10日(土)	④子ども料理教室 小・中学生 70名
	平成24年1月21日(土)	⑤エコ・クッキング 20名
	平成24年2月2日(木)	⑥冬野菜で風邪予防 36名

### (4) 食育情報媒体の作成(平成23年度作成分)

①生活リズムをととのえる標語「早起き、早寝、朝ごはん」を広めるための生活習慣記録シートとして、子供向け早起きカレンダーとシールを作成し、子供がいる家庭に配布した。

A4判 カレンダーとシールのセット 3,000部

②食事が乱れがちな一人暮らしの若者向けにバランス良く食事を食べる工夫やスリムな体型を保つための工夫を紹介したリーフレットを作成し、健診時や地域の飲食店にて配布した。

A5判 観音開き型リーフレット 30,000部