

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。
（母親学級出席者に対しての食事診断は、平成18年度で終了。）

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

生活習慣病健診、ヤングエイジの骨太健診や健康相談時（予約制）に生活習慣病（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。

□個別栄養指導状況

（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	
18年度	7,010	12	3,447	3,551	633	75	2,843	0
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
池袋	4,969	0	2,397	1,786	136	5	1,645	786
長崎	1,839	13	1,098	728	24	4	700	0

(2) 集団栄養指導

① 母子事業に伴う栄養指導

妊産婦…妊娠、授乳期の食事のとり方を母親学級で、実際の料理の作り方についてはマタニティ・クッキングで実施している。

乳 児…発達に合わせた離乳食のすすめ方、与え方等について、乳児健診、離乳食講習会で実施している。

幼 児…幼児の正しい食習慣や食べ方等について地域及び児童館等で実施している。

② 成人、その他講習会

中高年の健康づくりや疾病予防の食事のとり方について、各種団体等の要請に応じて講習会を行っている。

□ 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)
18年度	330	6,375	31	654	82	1,958	217	3,763
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
池 袋	113	2,930	22	597	45	1,405	46	928
長 崎	128	2,970	12	250	24	613	92	2,107

(3) 栄養指導講習会（再掲）

ライフステージにあわせた、食生活の課題について、食事づくりの中心である女性を対象に講習会を実施している

区分 年度	回数(回)	延人数(人)
18年度	52	1,162
19年度	67	1,536
20年度	68	1,641
21年度	76	2,160
22年度	73	2,072
池 袋	52	1,641
長 崎	21	431

22年度内訳	合 計		離乳食講習会		マタニティ・クッキング		子育て講習会		成人講習会	
	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数	回数	人数
池 袋	52	1,641	36	1,243	10	266	6	132		
長 崎	21	431	6	152	6	125	6	90	3	64

[2] 健康増進、健康教育（健康増進法第17条）（再掲）

(1) 健康教室

メタボリックシンドローム、脂質異常症、糖尿病、肥満、その他健康に関する事項をテーマとして、正しい知識の普及を図るとともに、適切な指導や支援を行ない「自らの健康は自らが守る」という認識と自覚を高める教室として実施している。

(2) 健康体操教室

運動が健康にもたらす効果は肉体的にも、精神的にも大きなものがある。長崎健康相談所では運動をする機会のない人に対して、運動実技と健康づくりについての教室として実施している。

(3) 出張健康教室

区民ひろば等の施設利用者及び施設近隣の住民に対し、健康に関することを栄養士、歯科衛生士が行なっている。

(4) 巡回健康教室

地域で母親自身や家族の健康生活を考えた健康づくりができるように、若い子育て中の母親を対象として「ママとベビーの親子ピクス」と運動を中心に、健康づくりミニ講座や食生活ミニ講座を組み入れた教室を実施している。

[3] 給食施設数

健康増進法第20条、21条、22条、23条、24条により届出、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		
18年度			219	34	13	25	63	37	24	18	5
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
特 定 給 食 施 設	一 回 300食 延 750食 以上	栄養士の いるもの	29	18	4	1	5	0	0	0	1
		栄養士の いないもの	8	0	6	0	2	0	0	0	0
	一 回 100食 延 250食 以上	栄養士の いるもの	42	14	1	4	6	7	9	0	1
		栄養士の いないもの	34	1	1	0	15	15	1	1	0
そ の 他 の 給 食 施 設	栄養士の いるもの		30	0	1	10	2	6	9	1	1
	栄養士の いないもの		48	0	0	0	23	8	7	9	1

(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)

年度	区分	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
18年度		294	29	108	12	186	17
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
	池袋	161	13	86	13	75	0
	長崎	2	0	0	0	2	0

(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。

年度	区分	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)		
18年度		2	53	1	11	3	63	2	181
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

[4] 管理栄養士養成施設の学生指導

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。)

□ 指導実績

年度	区分	池袋保健所			長崎健康相談所		
		学校数(校)	実人数(人)	延人数(人)	学校数(校)	実人数(人)	延人数(人)
18年度		2	-	96	1	-	40
19年度		2		108	1		40
20年度		3	21	126	3	12	85
21年度		3	26	156	3	10	74
22年度		1	6	72	1	5	30

[5] 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)
18年度		北大塚3-5	14 (8)	18 (11)
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		雑司ヶ谷1-28	21 (6)	34 (9)
22年度		該当地区なし		

(注) () 数値は、実績。

[6] 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)	常設相談所 (※1)	講演会等 (参加者)	食品業者 向け	一般向け	巡回・ 来所(※2)
18年度	73	14	-	-	-	579	32
19年度	76	54	0	1回(20名)	0	401	116
20年度	78	21	0	1回(19名)	0	541	74
21年度	73	14	0	1回(28名)	0	826	69
22年度	108	43	0	1回(23名)	0	530	49

(※1) 献血ルーム「ぶらっと」

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

[7] 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)

年度	区分	受 理	指 導・収 去	相 談
18年度		5	3(1)	62
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

(注) () は、収去件数。

[8] 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

(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を目的とし、食に関するコンクールを実施した。

□実施状況

	応募内容	応募作品数
21年度	食育キャラクターと食育標語	291件
22年度	家庭菜園	44件

(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。

□実施状況

	日 時	内 容
21年度	平成22年3月19日(金)	区民センター展示場(食育クイズと食育ゲーム) 180名
22年度	平成22年6月19日(土)	池袋保健所(食育クイズと食育ゲーム) 45名
	平成22年10月31日(日)	青果市場まつり(カロリー当てクイズ) 530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
21年度	平成22年2月7日(日)	①身近な食材でつくる薬膳料理 39名
	平成22年2月26日(金)	②お米産地の特徴と料理別お米の選び方 23名
22年度	平成22年8月20日(金)	①餃子づくりに挑戦!(餃子スタジアム見学付) 30名
	平成23年2月2日(水)	②緑黄色野菜の上手な活用法と料理のわざ 38名

(4) 親子DEレシピの作成

食育情報提供のために、家庭むけに大人、幼児、乳児が一緒の献立で食べられる展開レシピ集を作成し、子供がいる家庭に配布する。

B5判 34ページ 1,000部好評につき、増冊し子どもの健診時に配布。