

# 14. 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・骨粗しょう症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・女性のための専門相談（予約制）、また電話・来所により生活習慣病（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。

#### 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	成人内訳（再掲）			その他
					生活習慣病	難病・その他の疾病	その他	
26	6,415	1,335	3,932	1,148	97	18	1,033	0
27	6,822	1,423	4,070	1,329	122	29	1,178	0
28	7,018	1,383	4,325	1,310	103	14	1,193	0
29	7,283	1,508	4,370	1,405	95	10	1,300	0
<b>30</b>	<b>7,169</b>	<b>1,439</b>	<b>4,337</b>	<b>1,392</b>	<b>109</b>	<b>19</b>	<b>1,264</b>	<b>1</b>
池袋	4,686	927	2,857	902	80	19	803	0
長崎	2,483	512	1,480	490	29	0	461	(※)1

(※)その他 20歳未満

### (2) 集団栄養指導

#### ① 妊産婦

母親学級：3回制の2回目に、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。（長崎健康相談所）

② 乳幼児

- ・離乳食：池袋保健所では離乳食の発達に合わせたすすめ方・与え方等について、乳児健診の2日目の集団指導の中で調理実演を含むミニ講習を実施し、また中期以降については毎月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。また1歳児歯科健診時に、離乳食の完了から幼児食への移行、生活リズム等について健康講座を実施している。長崎健康相談所では、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実施している。
- ・食育講座ほか：幼児の正しい食習慣や食べ方(早起き早寝朝ごはんのPR)等について区民ひろば等で実施している。また、その他区民ひろば等からの依頼やFF協定企業と連携事業などの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、区FF協定企業と連携事業や各種健康教室（健康教育、女性のしなやか健康づくり参照）、及び出前講座（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。また、鬼子母神plusや中央図書館、他課講習会等において健康情報の発信・普及啓発活動を実施している。

□ 集団栄養指導実施状況

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)
26	175	4,782	36	813	81	2,534	58	1,435
27	140	4,068	21	467	81	2,602	38	999
28	171	5,641	24	442	106	3,734	41	1,465
29	169	5,698	24	403	105	4,006	40	1,289
<b>30</b>	<b>181</b>	<b>6,116</b>	<b>24</b>	<b>326</b>	<b>108</b>	<b>3,844</b>	<b>49</b>	<b>1,946</b>
池 袋	130	5,017	12	182	78	2,996	40	1,839
長 崎	51	1,099	12	144	30	848	9	107

□ 平成30年度集団栄養指導内訳

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	12	182	乳児健診	24	996	生活習慣病予防健診	12	309
				離乳食講習会	12	361	骨太健診（食事講習会）	12	429
				食育講座	10	144	女性の健康教室	2	42
				食育講演会	1	77	育休復帰セミナー （西武FF協定事業）	1	38
				1歳児歯科講習会	24	1,270	食育講演会	2	93
				その他講習会	7	148	その他講習会	11	928
長崎	母親学級	6	67	乳児健診	12	522	メタボ予防教室	1	15
	マタニティクッキング	6	77	離乳食講習会	6	168	女性の健康教室	4	50
				食育講座	8	109	骨粗しょう症予防教室	4	42
				その他講習会	4	49	その他の講習会	0	0

□ F F 協定企業連携事業(再掲)

年度	区分	合 計		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)
28		1	19	1	19	0	0
29		2	43	1	30	1	13
<b>30</b>		<b>3</b>	<b>63</b>	<b>1</b>	<b>38</b>	<b>2</b>	<b>25</b>
	池 袋	1	38	1	38	0	0
	長 崎	2	25	0	0	2	25

## [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。なお、食数の満たない小規模保育施設等については、任意で届出を受理、情報提供等を行なっている。

(1) 施設数 (前年度末施設数を計上)

(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 (2)
			公立	その他			保育所	その他 (1)		
26		209	33	15	15	50	38	26	14	18
27		220	32	16	16	51	35	24	14	32
28		233	32	16	16	50	38	29	11	41
29		250	32	17	17	46	55	29	11	43
<b>30</b>		<b>257</b>	<b>32</b>	<b>16</b>	<b>17</b>	<b>44</b>	<b>68</b>	<b>30</b>	<b>11</b>	<b>39</b>
特 定 給 食 施 設	1回 300食 延	栄養士の いるもの	23	13	3	2	5	0	0	0
	750食 以上		22	13	6	0	3	0	0	0
	1回 100食 延	栄養士の いるもの	37	1	1	3	2	16	13	0
	250食 以上		34	4	5	0	8	15	0	1
給 食 施 設 其 他 の	栄養士の いるもの	77	0	0	11	3	33	8	3	19
	栄養士の いないもの	64	1	1	1	23	4	9	7	18

その他 (1) : 介護老人保健施設、老人福祉施設、社会福祉施設

その他 (2) : 地域型保育施設、東京都認証保育施設、有料老人ホーム等

(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、巡回指導は再掲)

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
26	111	27	66	16	45	11
27	363	17	187	9	176	8
28	570	16	278	4	292	12
29	507	1	368	1	139	0
<b>30</b>	<b>693</b>	<b>13</b>	<b>512</b>	<b>12</b>	<b>181</b>	<b>1</b>

(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	栄養技術講習会		その他の講習会		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)
26	2	87	1	27	1	11
27	2	89	1	13	2	22
28	2	94	1	13	2	20
29	2	79	2	40	1	7
<b>30</b>	<b>2</b>	<b>128</b>	<b>1</b>	<b>34</b>	<b>2</b>	<b>18</b>

[3] 特別用途食品・特定保健用食品、栄養表示の相談等

食品表示法に基づく、食品の適正表示（保健事項）・特別用途食品及び特定保健用食品の受理・進達に関する事務及び相談指導等、健康増進法に基づく虚偽誇大広告に関する相談や指導を行なっている。  
\*食品表示法は平成27年4月施行（単位：件）

区分 年度	受理・進達 報告含む (※1)	指導・収去	相談
26	10	2(0)	30
27	5	4(0)	97
28	0	1(0)	65
29	1	1件・7回(0)	20件・53回
<b>30</b>	<b>23</b>	<b>3件・8回(0)</b>	<b>59件・89回</b>

(注) ( ) は、収去件数。

(※1) 平成30年度より、特定保健用食品品質管理等の報告義務化

・栄養成分表示情報提供：平成29年度 3回 282人、平成30年度 7回 866名

#### [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)
26		北大塚1丁目	14(7)	31(11)
		長崎2丁目	8(2)	11(6)
27		該当地区なし		
28		千早1丁目	60(14)	71(14)
29		南長崎5丁目	3(3)	4(4)
30		上池袋2丁目	4(1)	7(2)

(注) ( ) 数値は、実績。

\*平成27年度 乳幼児栄養調査実施

池袋管内 2地区実施 : 3世帯中2世帯実施・3名該当中2名実施

#### [5] 管理栄養士養成施設の学生指導（実績は「22. 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）

#### [6] 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

年度	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)	応募数(件)	入賞(件)	回数(回)	延人数(人)
26	2	232	7	353	286	19	1	163
27	2	232	6	256	272	18	2	375
28	5	477	5	174	442	17	2	965
29	5	445	5	186	451	16	2	1,292
30	8	653	23	431	401	17	2	1,655
地域(※1)	5	483	5	178	401	17	2	1,655
池袋(※2)	3	170	10	144				
長崎(※2)			8	109				

(※1)健康チャレンジ!事業からの再掲。

(※2)集団栄養指導からの再掲。平成30年度から計上。

(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。調べ学習コンクールは小学5・6年生、中学生を対象とし、メニューコンクールは高校生、学生を対象とした。

(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。

としまセンタースクエアでは、池袋・長崎をはじめとした区内関係部署と連携して開催。

□実施状況

	日 時	内 容
30年度	平成30年10月21日(日) 平成30年12月 8日(土)	豊島青果市場まつり 1,000名 としまセンタースクエア(食育イベント) 655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。池袋・長崎では、民生委員・区民ひろば等と連携した食育講座を実施。

□実施状況「街の巨匠に学ぼう！」

	日 時	内 容
30年度	平成30年 6月25日(月)	① 西洋料理 プロの技 35名
	平成30年 8月 7日(火)	② 子ども料理教室 午前の部 38名
	平成30年 8月 7日(火)	③ 子ども料理教室 午後の部 40名
	平成30年11月27日(火)	④ クリスマス 野菜料理 32名
	平成31年 2月14日(木)	⑤ 中国料理 プロの技 33名

(4) 食育情報媒体の作成(平成30年度作成分)

①としま豊かな食コンクール 入賞作品集を作成し、保育園、幼稚園、小中学校をはじめ、健診時や講習会実施時にて配布した。B5判 カラー28ページ綴り 14,500部