

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食生活に関する知識の普及、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・乳幼児健康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。また、電話・来所により離乳食や幼児食等についての相談を行なっている。

③ 成人栄養指導

骨太健診時や健康相談・女性のための健康相談（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のとり方や食事療法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	
2	7,005	903	4,286	1,814	38	2	1,774	(※2)2
3	7,016	1,298	3,912	1,806	47	2	1,757	0
4	6,986	1,343	3,816	1,827	25	6	1,796	0
5	6,907	1,250	3,782	1,871	48	1	1,822	(※1)4
6	6,793	1,252	3,749	1,792	55	1	1,736	0
池袋	4,609	808	2,440	1,361	37	1	1,323	0
長崎	2,184	444	1,309	431	18	0	413	0

(※1)20歳未満

(※2)在勤

(2) 集団栄養指導（令和2、3、4、5、6年度は新型コロナウイルス感染拡大防止のため試食は中止、実演のみ）

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

- ・離乳食講習会ほか：池袋保健所では離乳食の発達に合わせたすすめ方等について、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、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行なっている。
- ・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すすめ)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、FF協定企業と連携事業や各種健康教室(8.生活習慣病対策と健康づくり[2]健康教育参照)、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

年度	区分	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)
2		99	2,736	10	164	63	2,062	26	510
3		131	3,638	12	158	88	2,834	31	646
4		142	3,893	12	164	95	3,015	35	714
5(※)		146	4,331	12	94	97	3,061	37	1,176
6		144	3,829	12	140	94	2,855	38	834
	池袋	95	3,002	0	0	67	2,256	28	746
	長崎	49	827	12	140	27	599	10	88

※令和5年度成人その他(長崎健康相談所分)東武百貨店との連携事業(322名)含む

□ 令和6年度集団栄養指導内訳

所管	区分	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					乳児健診	24	930	生活習慣病予防健診	12	271
					離乳食講習会	12	214	骨太健診(栄養ミニ講座)	12	411
					食育講座	2	15	女性の健康教室	2	14
					食育講習会 (公民連携事業)	0	0	食育講習会 (公民連携事業)	0	0
					1歳児歯科講習会	24	1,066	食育講演会	2	50
					その他講習会	5	31	その他講習会	0	0
長崎					母親学級	6	70	乳児健診	12	453
					マタニティクッキング	6	70	離乳食講習会	6	79
								食育講座	8	63
								その他講習会	1	4
							メタボ予防教室	1	8	
							女性の健康教室	3	20	
							骨粗しょう症予防教室	2	16	
							その他の講習会	4	44	

□ FF協定企業連携事業(再掲)

区分 年度	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)
2 (※2)	0	0	0	0	0	0
3 (※1・2)	1	13	0	0	1	13
4	1	22	0	0	1	22
5	2	342	1	20	1	322
6	1	189	0	0	1	189
池袋	0	0	0	0	0	0
長崎(※2・3)	1	189			1	189

(※1) 食育講習会のほかに、レシピ動画2本を作成しYouTubeにて配信。

(※2) 新型コロナウイルス感染拡大防止のため及びルミネの会場の都合により事業休止

(※3) 東武百貨店 (FF)、骨粗鬆症財団、明治安田生命との連携。測定会(相談付)実人員。

[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、小規模保育施設等については、令和3年度より保育課で届出を受理し、保健所からは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)			
2		252	32	16	16	34	78	30	10	36	
3		255	31	16	14	31	81	27	10	45	
4		250	30	17	13	28	85	27	10	40	
5		249	31	17	14	28	85	25	10	39	
6		244	31	16	11	28	86	25	8	39	
特 定 給 食 施 設	1回 300食 または 1日750食以上	栄養士の いるもの	37	26	4	2	5	0	0	0	0
	1回 300食 または 1日750食以上	栄養士の いないもの	4	0	3	0	1	0	0	0	0
	1回 100食 または 1日250食以上	栄養士の いるもの	40	5	5	4	0	14	11	1	0
	1回 100食 または 1日250食以上	栄養士の いないもの	30	0	4	0	7	15	1	1	2
給 食 施 設 の 他	栄養士の いるもの	80	0	0	5	0	48	7	1	19	
	栄養士の いないもの	53	0	0	0	15	9	6	5	18	

(※1) 介護老人保健施設、老人福祉施設、社会福祉施設

(※2) 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
2	251	0	130	0	121	0
3	148	0	67	0	81	0
4	194	0	98	0	96	0
5	197	0	110	0	87	0
6	226	0	105	0	121	0

(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	
	回数 (回)	延人数 (人)	回数 (回)	延人数 (人)
2	1	36	1	35
3	2	37	0	0
4	1	27	0	0
5	2	70	0	0
6	2	62	0	0

[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)や特別用途食品及び特定保健用食品の相談指導等、また、健康増進法に基づく虚偽誇大広告に関する相談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	指導・収去	相談
2	2件・2回(0)	32件・43回
3	0件・0回(0)	17件・20回
4	7件・6回(0)	23件・30回
5	0件・0回(0)	12件・15回
6	0件・0回(0)	7件・8回

(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の無作為抽出で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)
2		※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止。（厚労省通知）		
3		※新型コロナウイルス感染拡大防止のため中止。（厚労省通知）		
4		駒込4丁目	26(6)	52(13)
5		東池袋2丁目	23(3)	31(8)
6		該当地区なし		

(注) () 数値は、実績。

[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と本実習（班別）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	区分	コンクール		食育イベント		食育講演会		食育講座・栄養講習会	
		応募数(件)	入賞(件)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)	回数(回)	延人数(人)
2		74	12	0	0	2	58	61	1,869
3		234	15	0	0	4	118	82	2,730
4		180	15	1	121	5	171	88	2,728
5		157	14	1	122	6	256	89	3,051
6(※4)		219	14	1	454	5	157	90	2,615
	地域保健課(※1)	219	14	1	454	3	107	3	130
	池袋保健所(※2)					2	50	(※3)62	2,225
	長崎健康相談所(※2)							(※5)25	260

(※1)健康チャレンジ!事業からの再掲。(※2)集団栄養指導から一部再掲。平成30年度から計上。

(※3)食育推進事業として、子育てママの食育講座(コロナのためR2・R3は中止)・乳児健診2日目・1歳児歯科健診・離乳食講習会の合計を計上。

(※4)令和5年度長崎健康相談所分 東武百貨店等との連携事業含む

(※5)食育推進事業としてマタニティクッキング(6回70人)、離乳食講習会(6回79人)、食育講座(食育講習会)(8回63人)、その他講習会(乳幼児・成人)(1回4人・4回44人)を計上。

(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を対象とした。また、入賞作品集を区内小中学校と区施設へ配布した。

(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ている。

□実施状況

	日 時	内 容
6 年度	オンライン開催： 令和7年2月3日（月） ～令和7年2月14日（金） 対面開催： 令和7年2月16日（日）	としま食育フェア ホームページ閲覧者数 263 名 クイズラリー景品交換数 454 名

(3) 食育講演会

区民が食についての正しい情報を基に心身の健康を増進する食生活を実践し、生活習慣病を予防・改善することを目的とし、食育講演会を実施した。

(4) 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した。

また、離乳食講習会、乳児健診2日目（健康推進課）、1歳児歯科健診時（健康推進課）、マタニティクッキング（長崎）にて食育講座を実施している。

□実施状況「街の巨匠に学ぼう！」

	日 時	内 容
6 年度	令和6年8月20日（火）	① 子ども料理教室 午前の部 39 名
	令和6年8月20日（火）	② 子ども料理教室 午後の部 36 名
	令和7年2月16日（日）	③ 腸活でじょうぶなからだに 55 名