

自治会長 様

北栄町長 松本 昭夫

### 健康づくりのための食の支援事業の実施について

日ごろから町の保健事業につきましては、いろいろとご協力いただきありがとうございます。

町民の健康づくり事業では健康増進を柱に、生活習慣病予防や歯の健康づくり等総合的な健康づくり計画「健康ほくえい計画」を策定し、18年度から各自治会、組織、職域等の連携を得て、より身近な場所で身近な取り組みを行っています。

国でも、健康増進法や食育基本法の制定、介護予防事業、更に20年度からの医療制度改革では、自己責任での健康管理やメタボリック症候群（内臓脂肪症候群）に視点をのいた保健事業がスタートします。

町では、組織連携を図りながらこれらの事業を総合的に進めるため、町民の健康づくりの強力な支援者となる食生活改善推進員を全自治会に育成し、日本型食生活の見直しから生活習慣病予防さらに健康寿命の延伸に向けた事業推進を図りたいと考えています。

つきましては、今、町民の健康づくりに向けての対策は必須であることをご理解いただき、食生活改善推進員の育成と食の支援事業の取り組みについてご協力よろしくをお願いいたします。

なお、食の支援事業の実施にあたっては、各自治会の健康推進員さんに詳細を通知し取り組みを進めているところですが、食の支援事業が18・19年度未開催の自治会と食生活改善推進員がおられない自治会につきましては後日相談をさせていただきますようあわせてお願いいたします。

※相談日・事業内容について裏面に説明

健康福祉課健康増進係

電話 37-5867 河本・小矢野

## 相談日・事業内容

### 1. 相談期間（20年1月下旬～2月） 平成19年12月中に相談日調整

- ①健康づくり食の支援事業（18・19年度未実施自治会～13自治会）
- ②食生活改善推進員育成事業（食推会員さんのいない自治会～13自治会）

※ 相談に協力いただく自治会の役員さん

①の事業は・・・19・20年度の自治会長さんと健康推進員さん

②の事業は・・・19・20年度の自治会長さんと健康推進員さんと町食生活改善推進員役員（1～2名）

### 2. 事業説明

#### ①健康づくり食の支援事業

「食の支援事業」は、「自分の健康は自分の責任で」を基本に、健全で健やかな食生活を送るための自己管理能力を培うことを目標に、豊かな食環境の中で食のあり方（健康づくりと食、生活習慣病予防と食、高齢期の栄養対策、食の安心・安全から地産地消等）や生活習慣病（代謝疾患）予防のための食事等についての学習会を行う。

※年1回 全自治会で開催～学習会又は学習会と料理実習  
(学習会と料理実習の場合は材料1回4,000円のみ材料費助成)

#### 食の支援事業とは～学習+料理(地産地消等)の講習会

- ・ ☆高齢期の食事（健康の自己管理で活動的な高齢期を）
  - ・ 健康は日々のよい食事の習慣から（食事バランスガイドの普及）
  - ・ 生活習慣病と食事（生活習慣病予防、メタボリック対策等）
  - ・ 食事の役割（食育～心をもつくる食事）等
  - ・ 和食（日本型の食事健康づくり）
  - ・ その他自治会の希望内容で行います
- ※ 学習会1回4,000円（料理実習のみ材料費）

#### ②食生活改善推進員育成後の地域事業・

地域における食の担い手として、地産地消、食育、食文化の伝承、生活習慣病予防のためのよい食生活実践等地域の健康づくりの支援者として地域の組織と連携して活動を行う食生活改善推進員を育成する。（全自治会に）

※講習内容

地産地消を基盤にしたよい食生活の普及推進講習会・生活習慣病予防講習会  
高齢期の低栄養予防講習会・子ども食育講習会・男性自立支援講習会等

※自治会長さんの協力のもと、健康推進員さんと食生活改善推進員さんの連携で開催

※調理実習材料費 1回4,000円以内助成)

※各自治会で年1～2回開催