

# 都筑区食育情報交換会について

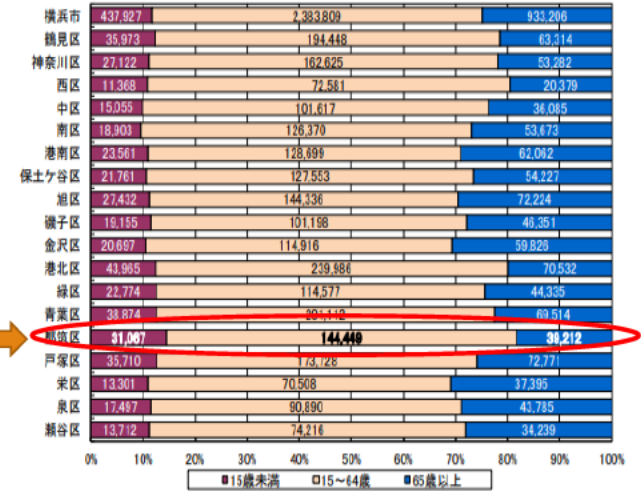


令和5年7月21日  
都筑区福祉保健センター  
福祉保健課 健康づくり係

## 都筑区の現状

人口:214,886人  
世帯数:87,330世帯  
(令和5年1月1日現在)  
平均年齢:43.4歳  
(令和5年1月1日現在)  
年少人口割合:14.5%  
(令和5年1月1日現在)

◎年齢三区分別人口構成比 令和4年9月30日現在



15歳未満の割合は、都筑区が1番高いんだよ。

2022(令和4)年度 都筑区統計要覧より抜粋

## 横浜市民の食生活に関する現状

LS	行動目標	指標	目標値	策定時	直近	数値変化	総合
育ち・学び	3食しっかり食べる	朝食を食べている小・中学生の割合	100%に近づける	94.0% (H22)	93.3% (R2)	B-イ	B 変化なし
働き・子育て/総り	野菜たっぷり・塩分少なめ	1日の野菜摂取量	350g	271g (H21~23)	291g (H29~R1)	A-ア	A 目標に近づいた
		1日の食塩摂取量	8g	10.7g (H21~23)	9.9g (H29~R1)	A-ア	A 目標から離れた
	バランスよく食べる	主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の者の割合	80%	男性 40.6% (H25) 女性 42.1% (H25)	男性 33.3% (R2) 女性 35.6% (R2)	C-ア	C 目標から離れた

## 都筑区福祉保健課の食育に関する取組

### 1 食育・健康フェアの開催

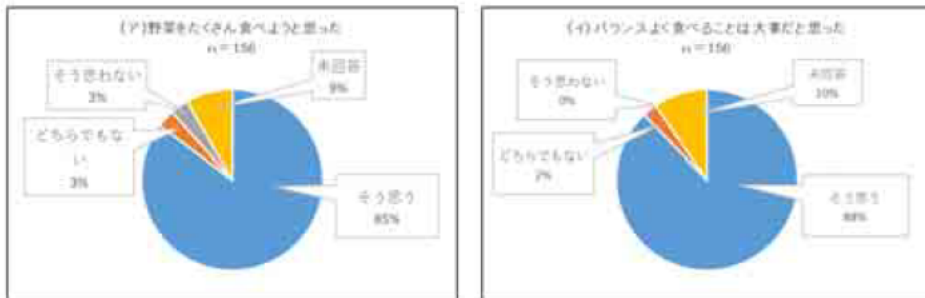
【イベント】令和5年6月24日 10時~13時

協力企業及び団体	出展内容	参加者(延数)
神奈川東部ヤクルト販売株式会社	ミニシアター、ヤクルト試飲(先着500本)	525
生活協同組合マルシシステム神奈川	お腹の調子を整える菌の観察やクイズ等の体験	76
都筑区医師会	暑の長さ診断と豆つまみゲーム	50
都筑区歯科医師会	健康相談、医療機関の情報提供	48
都筑区保健活動推進委員会	歯科相談	260
都筑区保健活動推進委員会	大腸トンネルを用いた大腸がん検診啓発、乳がん自己触診体験	141
明治安田生命相互会社 新横浜支社 横浜都筑営業所	ベジチェック測定、血管年齢測定	301
都筑区食生活改善推進委員会(ヘルスメイト)	バランスの良い食事摂取の啓発、食育ゲーム(おしゃれなレストラン)野菜たっぷりミネストローネの試食(合計200食)	220
都筑区保健活動推進委員会	健康チェック(ロコモチェック、体組成測定、お口の機能チェック)	445
都筑区福祉保健課	災害時の食の備蓄、口腔ケアについての啓発 ベジチェック測定、食事相談 歯みがきレッスンと歯むかチェック	58
千し野菜研究会 薄井 香予さん	食育講座「ムダなく野菜を活用~親子で千し野菜~」	2,124
合計		

【パネル展】令和5年6月22日~6月28日

パネル展参加団体(展示内容)	
持続可能な農福連携プロジェクト YOKOHAMA Dry(取組紹介)	環境創造局農業振興課(横浜農場の紹介)
生活協同組合ユークoop 横浜北2エリア会(野菜摂取の啓発)	教育委員会事務局 健康教育・食育課(中学校給食の紹介)
中途障害者地域活動センター 都筑おつみ会(口腔ケアの取組紹介)	都筑区内公立保育園(食育の取組紹介)
都筑区食生活改善推進委員会(ヘルスメイト)の活動紹介	都筑区内公立小学校(地場野菜と小学校給食について)
都筑区内民間保育施設(食育の取組紹介)	都筑区内公立中学校(朝食レシピコンテスト)
都筑区保健活動推進委員会(保健活動推進委員の活動紹介)	都筑区政推進課(都筑の農環境や都筑野菜レシピの紹介)
東京ガスネットワーク株式会社 神奈川支社 横浜支店(日ごからの防災レシピ)	都筑区生活衛生課(食中毒予防啓発)
明治安田生命相互会社 新横浜支社 横浜都筑営業所(地元の元気プロジェクト)	都筑区高齢・障害支援課(フイール予啓発)
横浜北生活クラブ生活協同組合センター 南デポ(よく噛んで食べることの啓発)	2027年国際花博覧会の開催PR
横浜農業協同組合(横浜の農業を知らう)	

## 食育・健康フェア 参加者のアンケートより抜粋



### 《参加者の年齢構成(n=156)》

年代	未就学児	小学生	～19歳	20歳代	30歳代	40歳代	50歳代	60歳代	70歳代	不明
割合 (%)	11	15	1	2	14	21	10	7	15	4

### 《参加者の声》

- ・子どもの栄養の偏りが気になっていたが、ベジチェックで数値が良く、少し安心した。もっと子供が食べられるメニューを考えようと思った。
- ・野菜を子供に食べさせることに苦戦していたが、ミネストローネを沢山食べていて家でも作ろうと思った。
- ・家では息子が食べないミネストローネをここでは食べてくれました。



## 都筑区福祉保健課の食育に関する取組

### 2 離乳食講座

- ・離乳食をこれから始める保護者向け講座『はじめての離乳食』



- ・離乳食中期(2回食ごろ)向け講座

『モグモグ離乳食とママパパのための健康講座』



- ・離乳食後期～完了期(3回食ごろ)向け講座

『カミカミ・パクパク離乳食講座』

※令和5年度新規開催予定

### 3 食と生活の健康相談(毎月3回実施)

### 4 食育情報交換会

### 5 食生活等改善推進養成講座

### 6 その他依頼講習

老人会、おしゃべりサロン、生活教室、小学校・中学校の学校保健委員会等

## 食育情報交換会のねらい

### それぞれのライフステージで大切にしたい食育の取組



- ① 各地区での顔の見える関係をつくる。
- ② 各施設での食育の現状を知る。
- ③ 食生活や健康の課題を共通認識する。

区内対象施設数	
公立中学校	8校
公立小学校	22校
幼稚園	11園
保育施設	69園
認定こども園	4園
計 114施設	

## 食育情報交換会の取組テーマ

### 都筑区の食育テーマ(長期)

「20年後に、都筑区の子どもたちが健全な食生活(食と生活)を送れることを目指す(H26決定)」

### 過年度の短期テーマ

- ・平成27・28年度「地産地消」
- ・平成29・30年度「生活リズム(早寝・早起き・朝ごはん・排便)」
- ・令和元～3年度

「“噛むこと～ひみこのはがーぜ(学校食事研究会より引用)～”

令和4年度からの短期テーマ  
「バランスよく食べる」

## 食育情報交換会を通じた食育推進の取組

1 食育情報交換会:全体会年2回開催

2 食育企画会:食育冊子やリーフレットの作成



3 地域版食育情報交換会(中学校区単位で独自の取組事例)

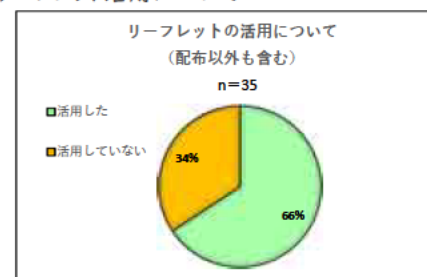
- ・中学校から【お弁当】について小学6年生と保護者に、小学校から【給食】について幼稚園・保育園の保護者におたよりを発行
- ・小学校給食レシピを保育園に渡し、卒園間近な園の献立に取り入れる
- ・中学校区でハマ弁の試食会を実施

## 食育啓発リーフレットの活用に関するアンケート

1 対象施設について

送付施設数 114施設 うち回答35施設

2 リーフレット活用について



3 活用の事例

- ・保護者へメールにて送信した。
- ・保健室での個別指導の教材として活用している。
- ・噛むことのリーフレット(電子データ)をダウンロードして、保健だよりや給食よりに掲載。
- ・ポスターとして掲示した。

## その他の取組事例

都筑区食生活等改善推進員(ヘルスマイト)との連携した食育



小学校  
家庭科授業での見守り



中学校  
学校保健委員会での講話



保育施設  
食育活動での見守り

## 地域みんなで支える

