

第3次 薩摩川内市^{さんごーまる}350ベジライフ宣言推進計画

(令和5年度～令和7年度)

＼1日350gの野菜を食べよう／



令和5年3月

薩摩川内市

第3次 薩摩川内市^{さんごーまる}350ベジライフ宣言推進計画

I 計画について

1 趣旨

本市では、平成28年度に、野菜1日350グラムの摂取を進める健康づくり都市宣言「薩摩川内市350ベジライフ宣言」を行い、市民及び関係機関とともに野菜摂取に取り組んでいます。野菜に関する食環境を改善するために、野菜摂取の重要性を本市の豊富な農産物の普及と併せて広く普及し、多くの関係機関や団体、農産物生産者等と連携しながら、市民と一体となった運動を進めていくことが重要であることから、平成29年度にこの推進計画を策定し、計画に基づいて推進を図ってきました。

近年、食の安心・安全性への迫及や健康志向が高まっている一方、コンビニや外食産業の拡大、惣菜やインスタント・レトルト食品等の加工品の利用増加等により、野菜不足は益々大きな課題となっています。

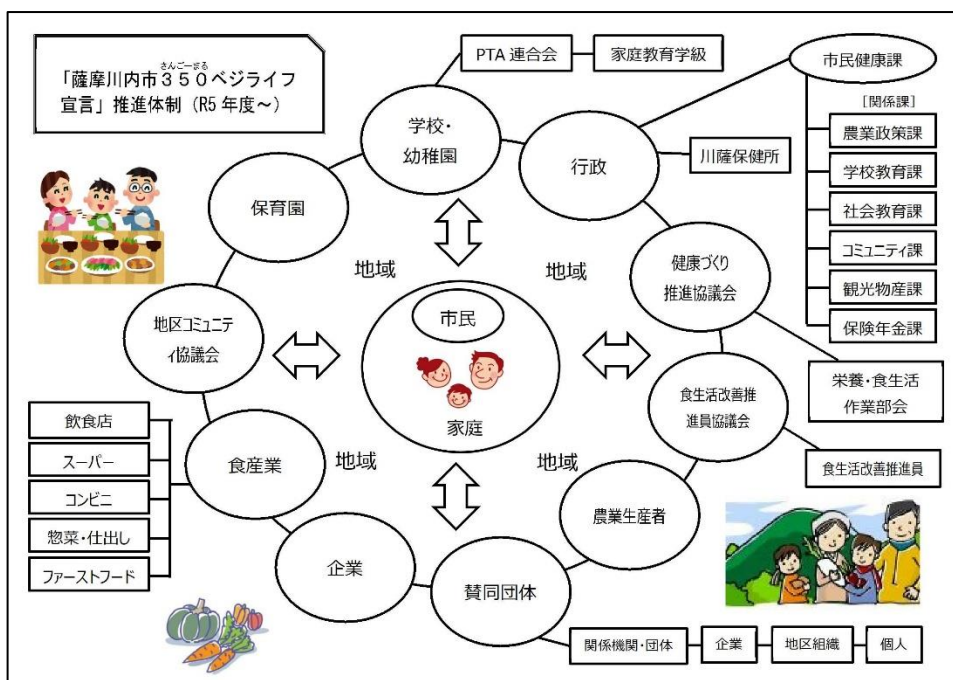
さらに、本市では肥満や高血圧・糖尿病などの生活習慣病や、脳血管疾患や心疾患・腎不全などの重篤な病気の人が増え続けており、増加する要介護認定者数もこれらの病気が大きな原因とされています。

病気の発症や重症化を予防するためには、栄養バランスがとれた食生活、とりわけ1日350gの野菜摂取が重要であることから、これまでの取組状況やその成果、近年の「食」を取り巻く環境などを踏まえ、「第3次 薩摩川内市350ベジライフ宣言推進計画」を策定し、関係機関や団体等とさらなる連携を図りながら、市民と一体となった運動を今後も展開していきます。

2 計画の期間

この推進計画は、令和5年度から令和7年度の3年間の計画とする。

3 推進体制



[健康づくり推進協議会]

川内労働基準監督署	川内商工会議所
川薩保健所	薩摩川内市商工会
鹿児島純心大学	薩摩川内市地区コミュニティ協議会連絡会
川内市医師会	薩摩川内市女性団体連絡協議会
薩摩郡医師会	薩摩川内市民生委員・児童委員協議会 連合会
薩摩川内市歯科医師会	薩摩川内市高齢者クラブ連合会
薩摩郡歯科医師会	鹿児島県歯科衛生士会薩摩川内支部
川内薬剤師会	薩摩川内市養護教諭部会
鹿児島県看護協会川薩地区	健やか支援アドバイザー
川内地区栄養士会	鹿児島県助産師会
薩摩川内市食生活改善推進員協議会	薩摩川内市保育連合会
特定非営利活動法人薩摩川内市スポーツ協会	薩摩川内市母子保健推進員

[栄養・食生活作業部会]

川薩保健所	公益社団法人川内青年会議所
鹿児島純心大学	薩摩川内市 PTA 連合会
川内地区栄養士会	薩摩川内市食品衛生協会
薩摩川内市食生活改善推進員協議会	

[庁内関係課]

・ 農業政策課	・ コミュニティ課
・ 社会教育課	・ 観光物産課
・ 学校教育課	・ 保険年金課

※この計画を効果的に推進するために、「健康づくり推進協議会」「栄養・食生活作業部会」等において、事業の進捗状況や評価を行い、計画の進行管理を行う。

Ⅱ 現状・課題

生活習慣病を予防する食生活においては、多様な季節の食材をバランスよく組み合わせて食べる日本型食生活、とりわけ野菜摂取は重要な課題です。ライフスタイルや食環境が大きく変化し、コンビニや外食・惣菜・加工品の利用増加により、野菜を食べる頻度や量が減少していることが考えられます。

令和4年度の本市の現状としては、野菜を毎日食べている人の割合は、令和元年度と比較すると増えており、目標値を達成しているものの、それでも3割弱の人が野菜を毎日食べる習慣がないことがわかります。野菜の摂取量では、1日350g（野菜料理5皿分）食べている人が8.6%と1割にも満たない状況で、大半の人は目標に足りておらず野菜不足であると考えられます。

特定健診（令和3年度）では、血圧が140/90mmHg以上の受診勧奨判定値の人の割合が25.9%で、前回よりも悪化しており、目標値の20%に達していませんでした。また、糖尿病型（へ

モグロビンA1c（NGSP）6.5%以上）の割合は10.2%で、前回値より悪化、目標値7.6%に達成することはできませんでした。国を100とした本市の標準化死亡比（SMR）は、男女ともに脳血管疾患が高い状況が続いており、県平均を上回る結果となっています。また、急性心筋梗塞と女性の腎不全のSMRが急増し、脳血管疾患を上回る結果となっています。（令和3年度）さらには、人工透析患者数や要介護認定者数も全国と比較すると多い現状があり、これらが入院・外来医療費の伸び率にも影響していると言えます。メタボリックシンドロームや高血圧・糖尿病をはじめとする生活習慣病の発症・重症化予防のために、野菜摂取によりこれらの予防に努めることが重要です。

また、350ベジライフ宣言を広く普及推進するために、「薩摩川内市350ベジライフ宣言賛同団体等登録制度」への登録を勧めており、登録数200団体を目指しましたが、3年間で数は増えているものの63団体の増にとどまり、目標値を達成することはできませんでした。本登録制度や登録後の活動についての周知が行き届いていないことが考えられることから、市ホームページや広報紙・SNSなどを活用して広く市民に周知・広報していくこと、また、ターゲットを絞って対象者に応じた普及啓発の方法も検討していきながら、市民の意識向上と食環境整備等に努める必要があります。

さらに、地産地消に関する情報発信等についてはこれまでも様々な機会を活用して行ってきましたが、直売所ほか関係機関・団体等と相互連携しながら、更なる積極的なPRに努めていく必要があります。

【評価】現状値について

◎：目標値を達成している ○：目標値に向かっている ×：前回よりも悪くなっている

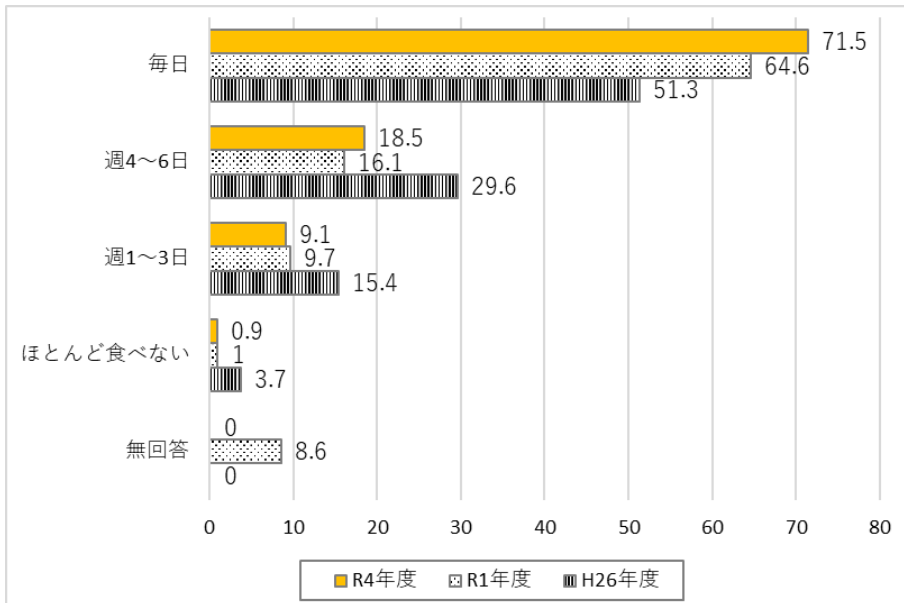
	指標	計画策定時現状値 (R1年度)	目標値 (R4年度)	現状値 (R4年度)	評価
1	野菜を毎日食べている人 ※1	64.6%	70.0%	71.5%	◎
2	1日5皿分(350g)の野菜摂取 ※1	11.1%	30.0%	8.6%	×
3	賛同団体等の登録	97団体	200団体	160団体	○
4	特定健診受診者の高血圧 (血圧140/90mmHg以上) ※2	24.1%	20%	25.9% (R3年度)	×
5	特定健診受診者の糖尿病型 (ヘモグロビンA1c(NGSP)6.5%以上) ※2	9.5%	7.6%	10.2% (R3年度)	×

※1：R4.8～R5.2月に実施した野菜摂取についてのアンケート集計から（アンケート数：1,216件）

※2：ヘルスサポートラボツール「6か年評価ツール」から

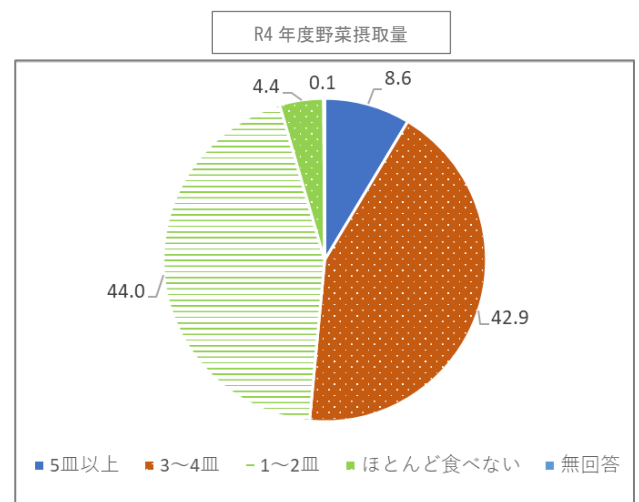
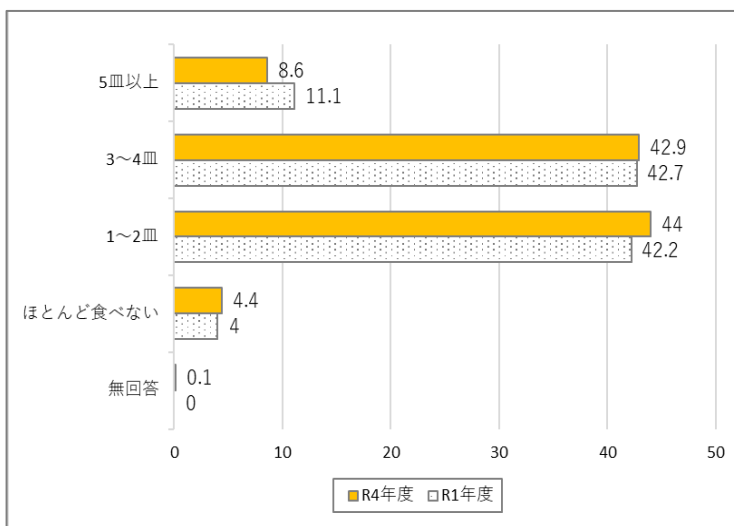
■普段、野菜をどのくらいの頻度で食べていますか

項目	H26年度 (%)	R1年度 (%)	R4年度 (%)
毎日	51.3	64.6	71.5
週4～6日	29.6	16.1	18.5
週1～3日	15.4	9.7	9.1
ほとんど食べない	3.7	1.0	0.9
無回答	0	8.6	0



■ 1日、何皿野菜料理を食べていますか

項目	R1年度 (%)	R4年度 (%)
5皿以上	11.1	8.6
3~4皿	42.7	42.9
1~2皿	42.2	44.0
ほとんど食べない	4.0	4.4
無回答	0	0.1



Ⅲ 計画の推進

1 計画の推進方法

本計画を行動指針として効果的に推進していくためには、健康づくりの主体となる市民をはじめ、地域、関係機関等と目標を共有し、協働しながら取組を進めることが重要です。広報紙やホームページ、SNS等を利用して広く市民に周知していくとともに、関係機関と連携して計画推進

の取組状況や課題を明らかにしながら、更なる計画を推進していきます。

2 評価指標

	指標	現状値 (R4年度)	目標 (R7年度)
1	野菜を毎日食べている人	71.5% (※1)	75.0%
2	1日5皿分(350g)の野菜摂取	8.6% (※1)	30.0%
3	賛同団体等の登録	155 団体	200 団体
4	特定健診受診者の高血圧 (血圧 140/90mmHg 以上)	25.9% (R3年度) (※1)	20%
5	特定健診受診者の糖尿病型 (ヘモグロビンA1c(NGSP)6.5%以上)	10.2% (R3年度) (※2)	8.0%

※1：R4.8～R5.2月に実施した野菜摂取についてのアンケート集計から（アンケート数：1,216件）

※2：ヘルスサポートラボツール「6カ年データ突合ツール」から

3 行動計画

(1) 情報発信・周知

- ア 宣言に関するポスター・チラシの設置・掲示
- イ 広報紙及び市ホームページ、エフエムさつまさんだいにおける情報発信
- ウ SNS (Facebook・Instagram) を利用した情報発信
- エ 「350ベジライフ通信」の発行（年4回発行）

■情報発信・周知の内容

- ・ベジライフ宣言について
- ・野菜の健康機能について
- ・季節野菜のレシピ紹介
- ・賛同団体等の募集、団体紹介、取り組み紹介
- ・キャンペーンやイベント等のお知らせ
- ・地産地消について

(2) 賛同団体登録制度

- ア 地区組織・関係団体・企業・サークル活動等任意団体、個人の登録促進
- イ 市ホームページやSNSでの団体・活動紹介による周知広報

(3) ヘルシーメニュー提供事業

- ・野菜たっぷりメニュー登録の拡充

(4) 8月31日「野菜の日」の取り組み

- ア 健康づくり推進協議会及び賛同団体等ほか関係機関・団体による一斉の取り組み
- イ 取り組みの情報発信による普及啓発
- ウ 市民への普及・啓発

(5) 野菜摂取に関する周知媒体の作成

野菜リーフレットの作成

(6) 各種事業や講習会・キャンペーンによる普及推進

食生活の観点から、野菜摂取を重点に、乳幼児から高齢者までの生活習慣病予防に取り組む。

ア 健康教育

各種教室での健康教育

イ 保健指導・健康相談

母子保健事業：乳幼児健診、母子相談、離乳食教室、母子手帳交付等

成人保健事業：特定保健指導、重症化予防事業、成人相談等

ウ 家庭教育学級・PTA・地区コミ等の地区組織や各種団体への普及推進

エ キャンペーンによる普及推進（街頭、企業、学校、イベント等）

(7) 評価

「Ⅲ—2 評価指標」の5項目について、令和7度に評価を行う。

4 関係課の取り組み

	関係課	取り組み内容
1	農業政策課	地産池消の推進と食農教育による野菜の摂取を推進する。
2	学校教育課	【児童生徒を対象とした体験学習・出前授業等の実施】 ① 関連する教科等を通じた体験学習を推進する。 ② 庭・地域・生産者等との連携を図る。 【栄養教諭等を中核として、関係者が連携した体系的・継続的な食育の推進】 ① 栄養教諭等を活用した学校における食育の推進を図る。 ② P T A等や家庭教育学級における食育の取組を推進する。
3	社会教育課	生涯学習で、子どもから高齢者まで調理の講座を開催し、野菜の摂取やバランスの良い食事のとり方を普及する。
4	コミュニティ課	【各地区コミュニティ協議会・自治会に対して】 ・地域行事等での、郷土料理講習・食育講座・親子料理教室等の開催による食文化の伝承、地元野菜の普及と摂取の推進事業に対する運営交付金としての支援をする。 【地区コミュニティ協議会に対して】 ① 生涯学習フェスティバルにおいて、地域の特産品や郷土料理を販売できる場所（コミュニティマーケット）の提供を行う。 ② 地場の特産品を活用した生産・収穫体験といった体験プログラム、コミュニティビジネスの創出・拡充に対する補助金としての支援をする。 ③ コミセンへのポスター・チラシ等掲示依頼に対する許可を行う。

5	観光物産課	<p>① グリーン・ツーリズム推進協議会等の取組において、薩摩川内市ならではの料理を提供する。(同協議会運営マニュアルによる実施、レシピの共有等)</p> <p>② 「野菜の日」前にウェブサイト「薩摩川内観光物産ガイドところ」やメールマガジン「いくか(行買暮)メール」で取り組みの情報発信を行う。</p>
6	保険年金課	<p>① 薩摩川内市国保被保険者を対象にした特定健診・特定保健指導事業や糖尿病性腎症重症化予防事業等の中で、野菜摂取などの適切な食事や適度な運動などの指導に取り組む。</p> <p>② 特定健診対象者・若年層健診対象者への受診券発送時、食生活や運動習慣等が、生活習慣病と関連していることを周知することで、発症予防につなげる。</p>

※取り組み内容：第3次計画策定に係る見直し時に、各課への調査により設定したもの。

5 関係機関・団体の取り組み

	関係機関・団体	取り組み内容
1	川内市医師会 薩摩郡医師会	個々に応じた生活習慣病などの重症化を予防する食事指導や野菜の摂取を推進する。
2	薩摩川内市歯科医師会 薩摩郡歯科医師会	診療の中で、定期的に望ましい食事によるむし歯予防を推進する。
3	鹿児島県歯科衛生士会 川内支部	食生活と口腔の健康に関する情報を提供する。
4	川内地区栄養士会	野菜の摂取について、会員それぞれの職域において普及を行う。 医療・福祉・在宅の各分野の専門性を活かしたオンラインによる情報交換を行い、野菜摂取の普及啓発・推進を充実させる。
5	薩摩川内市食生活改善推進員協議会	野菜の摂取について、地域の組織や保育園・幼稚園・学校・PTA、働き盛り世代の職域へ働きかけ、講習会やキャンペーンによる普及を行う。
6	健やか支援アドバイザー	高齢者の方々の集まり(ふれあいいいききサロン等)や自治会会員の皆様方へ、野菜の摂取や良い食習慣についての普及に、関係機関と連携しながら取り組む。
7	薩摩川内市保育連合会	野菜を育てるなど、保育の中で野菜に親しみ、野菜をおいしく食べる習慣を身につける。
8	薩摩川内市 養護教諭部会	地域の組織、食に関する各種団体と協力し、特別活動や総合学習の中で、食と農に関する教育(農産物生産、収穫体験)や調理実習を通して、子どもたちが食を楽しむ体験が出来るようにする。特にその中で地元の食材、季節の食材について知ることで、野菜や伝統食を身近に感じられるようにする。

9	薩摩川内市 P T A 連合会	P T A 研修会等で朝食摂取と野菜摂取の取り組みを推進する。(早寝・早起き・朝ごはん+野菜)
10	薩摩川内市 母子保健推進員	妊婦や乳児の家庭訪問時に、野菜の摂取を推進し、食事の困りごとの相談に応じ、必要に応じて行政につなぐ。
11	鹿児島県助産師会	産後ケア事業や新生児訪問、「いのちの教育」などの各種研修会等で食習慣や野菜の摂取について普及する。
12	薩摩川内市地区コミュニティ協議会連絡会	地域の行事で次世代に食文化を伝承し、地元の野菜について普及と摂取を進める。
13	鹿児島純心大学	①地域住民を対象に公開講座を開催し、野菜の摂取と望ましい食習慣について普及する。(コロナ禍状況により判断。) ②学生に対して、野菜の摂取を含めた望ましい食事のとり方について普及する。 (具体的テーマ) ・ 献立作成及び調理技術力の向上…食日記プロジェクトの充実 ・ 調査の結果・考察・改善策について ・ 地域の中での地元野菜の普及と摂取への推進の計画
14	薩摩川内市 高齢者クラブ連合会	よりよい栄養のバランスや減塩など健全な食生活を実践することで、がんや糖尿病をはじめとした生活習慣病を防止して、健康寿命の延伸に努める。
15	川薩保健所	① 適切な食生活習慣の普及・定着 ・ 広報媒体の活用 ・ かごしま“食”交流推進計画に沿った関係部局との連携 ② 産業界との連携による食環境の整備 ・ かごしま食の健康応援店の拡大 ・ 食品製造業と連携した取組の推進 ③ 地域食材の活用 ・ 野菜摂取量の増加等の食生活改善について情報発信 ④ 管理栄養士等の配置促進・人材育成 ・ 管内行政栄養士連絡会の開催や北薩地域集団給食施設連絡協議会への支援 ⑤ 食に関するボランティア等の活動促進 ・ 鹿児島県食生活改善推進員連絡協議会川薩支部への支援 * 令和5年度に予定されている健康かごしま21(第3次)に準じ、令和6年度以降は変更予定。
16	J A 北さつま	① 地産地消の推進を行い、安心安全な野菜を提供する。 ② 旬の野菜の PR に努め、摂取を推進する。
17	薩摩川内市 社会福祉協議会	市や関係機関と連携し、高齢者ふれあいサロンや子育てサロン等の場に栄養士など専門職を講師派遣するなどし、野菜摂取と良い食習慣の普及に取り組む。

18	薩摩川内市 女性団体連絡協議会	高齢者サロン・子育てサロン・婚活など地域活動において、生活習慣病予防や健康増進のために、正しい食習慣・野菜摂取を普及する。
19	薩摩川内市民生委員・児童委員協議会連合会	自ら健康づくりに取り組み、「薩摩川内市350ベジライフ」実行に向けPRする。
20	鹿児島県看護協会 川薩地区	生活習慣病の発症予防と重症化予防のため、「まちの保健室」での食事指導や相談、会員施設内での掲示等で、1日350g以上の野菜摂取を推進する。
21	川内薬剤師会	服薬指導と合わせて、野菜の摂取や良い食習慣等、食に関する適切な情報提供を行う。
22	川内労働基準監督署	衛生週間説明会で、健康管理について、その場で説明を行う。
23	川内商工会議所 薩摩川内市商工会	地域の企業に対して、会報やホームページを利用して、野菜の日と野菜摂取の推進に向けた情報発信を行う。

※取り組み内容：第3次計画策定に係る見直し時に、関係機関・団体への調査により設定したもの。

第3次 薩摩川内市350ベジライフ宣言推進計画
令和5年度～令和7年度

薩摩川内市 保健福祉部 市民健康課
〒895-8650
薩摩川内市西開聞町6番10号
電話：(0996) 22-8811