

(様式4)

## 食育パートナーシップ事業 ～(働きざかり世代の食育)～

丹波健康福祉事務所

### 1 食育推進状況

食育推進課題	企業が従業員の健康課題について認識を高め、企業の給食等を通じて健康づくりの取組が進められるように支援すること。
推進方策	給食施設協議会の会員施設や地域の事業所等の従業員への食を通じた健康づくりを支援していくために、従業員の健康課題に対する認識と健康づくり事業の実施状況やニーズを把握し、企業等と連携して実践活動を行なうことで、働きざかり世代へ食育を広めることとする。
進捗状況	働きざかり世代への食意識の啓発や食生活改善への働きかけは継続的に実施し、他の事業所への情報発信を行いながら、企業独自で実施する健康づくりイベントとも連携して事業を展開することで、当所として、新たな支援方法を検討する。

### 2 食育関係者

○社 健康管理 担当課 受託給食会社 給食施設協議会 P社
---

### 3 食育パートナーシップ実践活動の概要

実施テーマ	働きざかり世代の食育～企業のニーズを踏まえて～		
対象及び参加者数	丹波圏域給食施設協議会事業所・寮部会 8施設 ○社 従業員 22名		
課題及び目標	中小規模の給食施設を持つ企業では、従業員の健康課題を認識しておらず、自社で対策に取り組まれている所も少ないことから、従業員の健康課題について認識を促し、従業員に対し、実践に繋がる具体的な改善方法を教示することで、企業の給食等を通じて自主的に健康づくりの取組が進められるように支援する。		
事業内容	日時・場所	内容	講師・運営スタッフ
	H27年8月～9月 各事業所施設	○事業所給食を提供している企業の従業員の健康づくりに対する意識及びニーズ把握アンケート	給食施設協議会 健康福祉事務所
	H27年12月16日(水) 13:00～13:30 H28年1月15日(金) 10:00～11:00 ○社	○現状と課題の把握 ○目標と実施方針の共有 ○従業員への食育啓発事業内容及び実施体制の検討	○社 健康管理担当課 健康福祉事務所
H28年1月27日(水) 12:00～13:00 ○社 従業員食堂	○従業員食堂での食育啓発事業 ・食習慣チェック ・体脂肪測定 ・パネル及び実物展示	○社 健康管理担当課 受託給食会社 健康福祉事務所	
評価結果	自社独自で健康づくり事業の企画をしているところはわずかであった。健康づくり事業の実践には、企業の負担を少なくし、短時間で従業員の興味をひく内容の工夫が必要である。今回は、体脂肪率の測定、食習慣チェック、嗜好品や野菜の量を実物展示し、個人の健康課題を「見える化」した事から、参加者は、食べ過ぎや摂取不足を確認され、感嘆の声が上がっていたことから、啓発効果があったように思われる。肥満予防・解消という健康課題で従業員全員を対象にしたことで、社内の健康づくり気運を高めるきっかけづくりが出来た。		

“肥満”を 予防しよう！  
 “肥満”を 解消しよう！

★丹波健康福祉事務所★  
 —健康管理課—

肥満とは！



体脂肪計による体脂肪率の測定とBMIの算出によって、身体組成からみる肥満の状況を9つのレベルに区分してチェックしました。

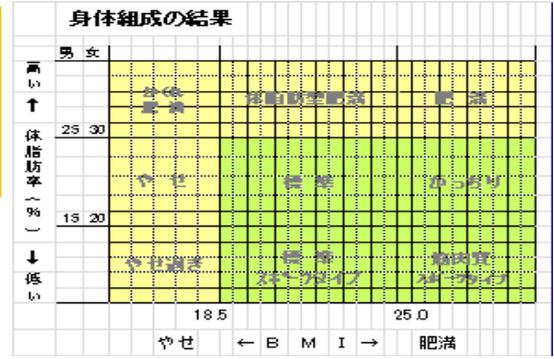
また、食習慣については、5つのテーマに沿って、10項目の食習慣チェックを行い、展示パネルや食品の実物展示により、今後の自身の健康管理を見直すきっかけづくりを行いました。 【健康チェック：参加者数 22名】

(BMIによる肥満)

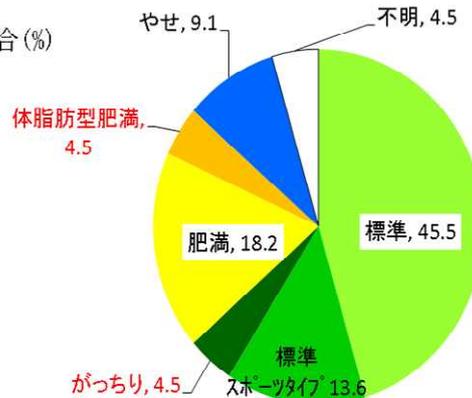
やせ 18.5 未満  
 標準 18.5 以上  
 25 未満  
 肥満 25 以上

(体脂肪による肥満)

男性 25%以上  
 女性 30%以上



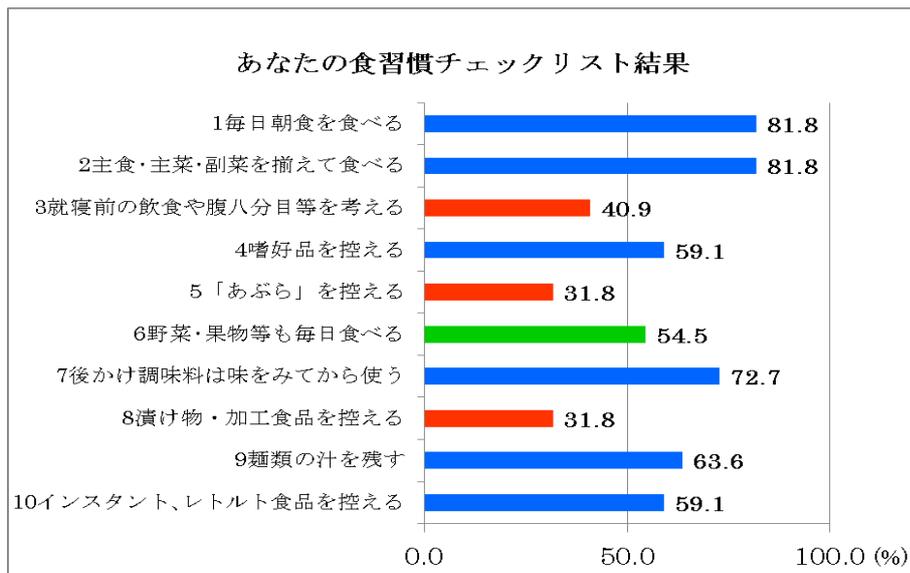
BMI 及び体脂肪率から見た肥満者の割合(%)



丹波健康福祉事務所

BMI が肥満でも体脂肪率は”標準”の方やBMIは標準であるが、体脂肪率で見ると”肥満”もみられる。

検診結果からは、肥満をBMIだけで判断しがちであるが、体脂肪率も考慮して、判断することも大事である。



食習慣チェックリストでは、10項目のうち、何か1つ以上は意識している方が多かったが、「就寝前の飲食や腹八分目等を考える」方、「あぶら」を控える」方、「漬物・加工食品を控える」方、は、3～4割に留まった。



個人に応じた生活習慣の改善点を提示して可視化すると、具体的な目標が立ち、行動変容へのきっかけづくりがしやすい。  
 個々人が、行動を起こしたり、健康づくりへの関心を高めたりするためのサポートには、企業の環境づくりも大事なので、社内啓発等によって、意識改革、行動変容が出来るようにしていく必要がある。