



活動成果報告書

令和7年度（第29回）「チヨダ地域保健推進賞」

<p>活動テーマ 管理栄養士と一緒に作る食育フェスタ～食を通じた健康づくり～</p>	
<p>グループ名称・氏名(グループの場合は代表者名) 茅ヶ崎市健康増進課 代表者：茂木 菜美</p>	<p>写真掲載カ所 </p>
<p>勤務先：茅ヶ崎市 所 属：茅ヶ崎市保健所健康増進課 所在地：〒253-8660 茅ヶ崎市茅ヶ崎一丁目8番7号 T E L：0467-38-3331 F A X：0467-38-3332</p>	
<p style="text-align: center;">食育フェスタ当日のスタッフ一同</p>	

<p>◇活動方針</p> <p>当市では、新型コロナウイルス感染症流行前から市民一人ひとりが健康で豊かな食生活を実践できるよう、管理栄養士と協力して食育フェスタを開催していました。令和3年度からコロナ禍で開催が困難となり、令和6年度からは再開することができましたが、規模の縮小を強いられました。そこで、食と関連の深い歯のイベント「歯っぴいデー」（歯科医師会と共催）と日程を合わせ、同日に開催しています。子どもから高齢者まで幅広い世代が参加できるように、事業者と連携し講話を行う他、測定会を開催したり、他課と連携した展示を通じて、食に関係するお口の健康と結びつけながら、地産地消と食文化の継承、食の安全・安心、環境にやさしい食生活の推進をしています。さらに、今年度は、食育講演会と健康増進のイベントを同日に開催し、食と合わせた健康を考えてもらう機会をつくりました。</p>	
---	--

活動成果報告書

◇活動内容とその成果

【活動内容】

食育フェスタは、子ども向けと成人向けに年度によって講話のターゲットを変えて開催しています。昨年度は、子ども向けの講話を開催したため、今年度は成人向けに開催しました。

1. 2025年6月8日(日)「歯っぴいデー×食育フェスタ」実施

<講話(事前予約制)>

・おなか元気教室「腸元気生活のすすめ～意外と知らない!!ウンチの話～」(湘南ヤクルト販売株式会社)

<測定・健康チェック(予約不要)>

・健康づくりの包括連携協定を結ぶ事業者に依頼をして、ベジチェック
血管年齢、AGEs(糖化の指標)測定を実施してもらっています。

<展示(予約不要)>

・食育クイズを作成。子どもでも参加できるようにイラストなどを取り入れて
作成をしています。

・公立給食の様子紹介(中学校給食がR6年から開始となったこともあり、
中学校給食の紹介も実施)

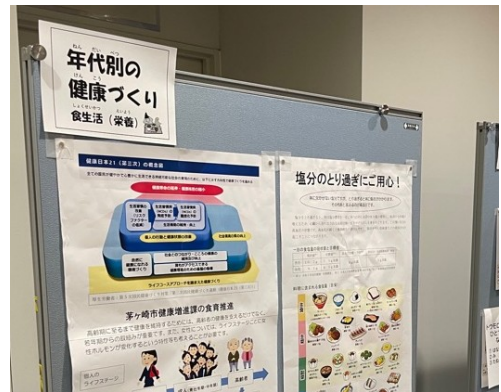
・茅産茅消(茅ヶ崎産地の魅力を紹介)



<測定の様子>



<展示(左から中学校給食・保育園給食・茅産茅消)>



<健康づくり 野菜クイズ>

<歯っぴいデー>

・同日に開催した歯っぴいデーでは、歯科医師会による歯科講演会や、個別歯科相談会、ブラッシング教室、舌圧測定や顕微鏡検査を実施しました。



<講演会の様子>



<相談会ブラッシング指導>



<舌圧測定・顕微鏡検査>

2. 2025年8月31日(日)「食育講演会」実施

「野菜を楽しみ、もっと健康に!」をテーマにキューピー株式会社による講演会と健康増進のイベントに合わせて開催しました。健康イベントでは、体力測定会や市の事業の紹介等を行い、食と健康を一体的になって考えることができるイベントとしました。

活動成果報告書

【活動成果】

2025年6月のイベントでは、来場者387人であり、食育講話に参加された方は34人で、20歳代～80歳代まで幅広い年代の参加がみられました。イベント参加のアンケートの結果から、『食育』について「本日のイベントで知った」「聞いたことはあるが内容は知らなかった」との回答が35件寄せられ、今まで食育について知らなかった市民に対して食育の普及啓発の機会になったと考えられます。また、測定会などに気軽に立ち寄ってもらえることから、普段は健康イベントに参加しない市民に対しても広く普及啓発が行えました。さらに、歯っぴーデーと同日開催することにより、お口の相談や子どものブラッシングについても相談できる機会を設けることができ、市民の健康増進に寄与できました。

2025年8月の食育講演会では、75人の参加があり8歳～80歳代まで幅広い年代の参加がみられ、特に、普段の栄養教室ではあまり参加のない60歳代以下の方が約55%と半数以上を占め、幅広い年代層に普及啓発ができました。アンケートの結果から、自分の野菜の取り方が少なかったり、家族の食べ方に課題を感じている人が参加されており、講演を聞いたことで、改善ポイントを見つけられた参加者が多くみられました。

食べ方の改善（調理の工夫）を継続することにより、野菜の摂取量が多くなり、また、適塩の効果もあることから、食生活の改善への意識を高めることができました。また、健康づくりイベントと一緒に開催することで、食と身体活動をつなげて考え、生活習慣病改善への意識を高めることにもつながることができました。結果的に食と身体活動による生活習慣病への参加者の意識の変容、行動変容のきっかけとなる取り組みとなりました。

◇今後の計画

管理栄養士が「食の専門知識」を提供するのに対し、保健師は「地域の健康課題と住民の生活全体」を見据えて、食育を予防・連携・継続支援につなげる役割を担うことができるため、食育フェスタを栄養知識の普及に留まらず、生活習慣病やフレイル予防等、市民の健康寿命延伸に資する総合的な取り組みにしたいと考えています。今回の食育フェスタを通じて、市民が「食と健康のつながり」を理解し、日常生活の中で継続して実践できる力を育むことが管理栄養士と保健師が協力することにより実現できました。

当市では令和4年度にKDBデータシステムから、当市の健康課題として、高血圧症の未治療者が多いことがあげられています。また、後期高齢者への支援をしていく中で、若年層からのやせ・低栄養の予防に取り組むことの必要性を感じています。多くの世代の方が、気軽に食育に触れていけるように、来年度の食育フェスタは、ショッピングセンター等の商業施設で開催する計画を進めています。さらに、若い世代や働く世代に健康情報をわかりやすく、短時間で届けていくために、SNSの配信や、健康教室のオンデマンド配信、リアル配信等検討していきたいと考えています。

健康課題は、食と切り離すことができないため、今後も管理栄養士と協働で、市民の健康増進に努めていきたいと考えています。