

	現状・課題（住民の意見、根拠となるデータ）	現在実施している事業	今後の方向性	関係機関												
中学校	<p>・コンビニで自分でお菓子を買う。</p> <p>・中1、中2の残食は少ないが、特に中3はダイエット目的か、女子が牛乳の残量や残食が多い。</p> <p>・希望献立調査では、主食はカレーライス、ラーメンやうどん、ワカメご飯、揚げパンが多い。主菜は鶏の唐揚げ、ハンバーグなどの肉料理が多いが、湖南中の名物である鯖のみそ煮も希望が多い。</p> <p>【食生活実態調査 湖南中2年生の1クラス（35人）に実施】</p> <p>・給食はいつも全部食べる 13人（37%）</p> <p>・朝食は毎日食べる 29人（83%） 食べる日の方が多い 3人（9%） 食べない日が多い 2人（6%） ほとんど食べない 1人（2%） → 食べない理由 朝起きるのが遅いので食べる時間がない：3人 食欲がない：2人 学校でトイレに行きたくない：1人</p> <p>・普段食べるおやつについて（複数回答） チョコレート、クッキー、ポテチップスなどのスナック菓子：18人 コーゼスなど甘い飲み物：12人 アイスクリーム：9人 プリン・ゼリー：8人 果物：8人 調理パン・おにぎり：6人 ケーキなどの洋菓子：2人 家で作ってくれたもの：2人 など</p> <p>・朝食について 朝食は1人で食べる 1人（3%） 家族の誰かと一緒に食べる 18人（51%） 家族そろって食べる 16人（46%）</p> <p>・夕食について 夕食は1人で食べる 0人（0%） 家族の誰かと一緒に食べる 14人（40%） 家族そろって食べる 21人（60%）</p> <p>湖南中の肥満度及び鳴沢生徒の肥満度</p> <table border="1" data-bbox="350 1451 789 1591"> <thead> <tr> <th></th> <th>合計</th> <th>肥満</th> <th>%</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>湖南中</td> <td>634</td> <td>72</td> <td>11.3</td> </tr> <tr> <td>鳴沢村生徒</td> <td>94</td> <td>11</td> <td>11.7</td> </tr> </tbody> </table> <p>肥満の内訳 軽度5人、中等度2人、高度4人</p>		合計	肥満	%	湖南中	634	72	11.3	鳴沢村生徒	94	11	11.7	<p>《給食委員会の活動（各クラス2名）》 H22年度の主活動は「残食を減らす」 残食量調査の実施、啓発用ポスター作り、給食着用状況調べ、給食時の放送リクエスト給食、給食委員会だより発行 <残食量調査>については、各クラスごとに牛乳の残量と残食の調査を実施 →毎日残食量を生徒用掲示板に掲示している。</p> <p>《保健委員会の活動》保健委員会が中心となり、「歯・口の健康」として、給食後の歯磨き指導を行っている。</p> <p>《地域との連携》給食の献立立案時には、富士河口湖町JAと連携し町で採れる食材を確認した上で献立を検討する。積極的に町で採れる食材や県産物を利用している。</p> <p>《給食だよりの発行》月に1回発行。表は献立、裏は「食に関する年間指導計画」の主題やねらいに沿った記事を掲載している。献立について、富士河口湖町で採れた食材を使用した物には下線が引いてあり、意識付けを行っている。</p> <p>・技術家庭や保健体育の授業で教科の担任が食教育を実施。（健康な身体作りについてなど）</p> <p>・食物アレルギーの生徒に関して、入学時に保護者、生徒、養護教諭、栄養教員で面談を行っている。毎日の献立について、保護者と連携をとっている。</p> <p>・2月に全校一斉に「朝食の大切さ」についての学級指導を担当が行っている。</p> <p>・中学校2年生には血液検査を実施。肥満を含め、コレステロール値などでフォローが必要な生徒は直接保護者に受診勧奨を行う。</p>	<p>《地域との連携》給食の献立立案時には、富士河口湖町JAと連携し、町で採れる食材を確認した上で献立を検討する。積極的に町で採れる食材を利用する。②④</p> <p>《給食だよりの発行》月に1回発行。表は献立、裏は「食に関する年間指導計画」の主題やねらいに沿った記事を掲載する。献立について、富士河口湖町で採れた食材を使用した物には下線を引き、意識付けを行う。②④</p> <p>・技術家庭や保健体育の授業で食育を実施。①～⑤</p> <p>・卒業（義務教育の終了）に向けて、食事を自分で上手に選び、食べる力を身につける事ができるよう食育指導を行う。②③⑤</p> <p>・「給食だより」等を利用し、生活習慣や食習慣の乱れと、健康との関わりについて、子どもたちに正しい知識を伝えると共に、家庭へも「食の大切さ」を啓発していく。①②③⑤</p>	<p>栄養職員 養護教諭 教員</p> <p>富士河口湖町農協 栄養士 保健師</p>
	合計	肥満	%													
湖南中	634	72	11.3													
鳴沢村生徒	94	11	11.7													

	現状・課題（住民の意見、根拠となるデータ）	現在実施している事業	今後の方向性	関係機関	
成人	<p>・20代から高血圧、痛風、糖尿病、肝機能低下の人がいる。</p> <p>・男女ともにアルコールを多く飲む。</p> <p>・無尽や消防の集まりが多い。</p> <p>【山梨県国民健康保険疾病分類別統計 H21年5月診療分より】</p> <p>糖尿病受診率 25位 2.75% (県3.63%) 1件あたり日数 2位 2.27日 (県1.45日) 1件あたり医療費 1位 22,640.8円 (県13,413.7円) 人工腎臓受診率 7位 4.48% (県3.57%) 件数は5件</p> <p>・国保疾病統計より、糖尿病の受診率は低いながら1件あたりの日数、医療費が多い。重症化してからの受診が考えられる。また、特定健康診査の未受診者も多く、自分の身体の状態を知らない住民が多いのではないかと。現在、健診受診勧奨は行っているものの未受診者対策が進んでいない。</p>	<p>【厚生連健康管理センターの人間ドック・巡回健診時の問診より】</p> <p>H21年度受診者481人 (男性214人、女性267人)</p> <p>・満腹まで食べる 男性 93人 (14%) 女性108人 (40.4%)</p> <p>・朝食なしが週3回以上 男性30人 (14%) 女性26人 (9.7%) ※若い世代よりも40～59歳に多い</p> <p>・脂肪を多く食べる 男性57人 (26.6%) 女性42人 (15.7%)</p> <p>・甘い物をよく食べる 男性70人 (32.7%) 女性97人 (36.3%) ※女性で60歳以上が目立って多い。</p> <p>・夕食後に間食を週に3回以上とる 男性58人 (27.1%) 女性71人 (26.6%)</p> <p>・食べる速度が早い 男性80人 (37.7%) 女性96人 (36%)</p> <p>・食生活の改善について すでに改善し始めている人が男女共に約4割。</p> <p>・H21年度全受診者863人 (男性366人、女性497人) のうちBMI25以上か腹囲でチェック者 全体で145人 (16.8%) 男性100人 (27.3%) 女性45人 (9.1%) ※50～59歳で多い。若年男性も多い。 夫婦、家族でチェックされた人が21人 (2.4%)</p>	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年3回実施しており、その後に受診者全員に対し、個別指導を実施。</p> <p>《愛育会班員研修》特定健康診査、特定保健指導、メタボリックシンドロームについて健康教育を実施。</p> <p>・春の健康診査の受診取りまとめと受診勧奨を愛育会にお願いしている。</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》メタボリックシンドロームと、その予備軍に対して本人と家族への指導を実施。</p> <p>H22年度は年に3回実施した。適正体重、BMI、腹囲の確認や、減量計画の立て方、油の取り方などを指導。ヘルシーメニューの紹介、調理実習や試食も実施。</p>  <p>なるなるヘルシークッキング</p> 	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年3回実施しており、その後に個別指導を実施。②③⑤</p> <p>《特定健康診査の受診勧奨》愛育会の班員研修、広報、全戸配布のリーフレット、愛育会の全戸訪問などを実施。③</p> <p>《未受診者対策》春の特定健診が終了した時点での未受診者に対し、ハガキで秋の健診や人間ドックの日程や内容について周知、受診勧奨を行う。③</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》年に3回、メタボリックシンドロームと、その予備軍に対して本人と家族指導を実施。適正体重、BMI、腹囲の確認や、減量計画の立て方、油の取り方などを指導。ヘルシーメニューの紹介や調理実習、試食を実施する。 ①②③④⑤</p>	<p>栄養士 保健師 富士吉田 医師会 厚生連 健康管理 センター 村住民課 国保担当、 後期高齢担当 村衛生係 食生活 改善 推進員 調理 ボランティア 愛育会 社会福祉 協議会 老人クラブ</p>
高齢者	<p>・飲酒が習慣になっている。</p> <p>・特定高齢者把握のための、基本チェックリストから低栄養はいない。</p> <p>【大田和地区高齢者の食事実態調査より】</p> <p>・1日3食食べる (96%)・間食あり (62%)</p> <p>・調理する人：本人 (46.3%) 妻 (25.9%) 嫁 (18.5%) その他 (9.3%)</p> <p>・3食野菜を食べる (54.6%) 2食食べる (25%)</p> <p>・アルコールを毎日飲む (25%)</p> <p>・乳製品は毎日とる (51.9%)</p> <p>・みそ汁は毎日食べる (68.5%)</p>	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年3回実施しており、その後に個別指導を実施。</p> <p>・春の健康診査の受診取りまとめと受診勧奨を愛育班員会にお願いしている。</p> <p>《配食サービス》社会福祉協議会と連携し、虚弱の高齢者に対し、バランスの良い食事を提供している。(週2回、うち月に2回は調理ボランティアと食生活改善推進員が調理)</p> <p>《高齢者学級で食事の提供》高齢者に不足しがちな栄養素を多く含む食事の提供や栄養についての話をを行う。(年2回)</p>	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年3回実施しており、その後に個別指導を実施。②③⑤</p> <p>《特定健康診査の受診勧奨》愛育会の班員研修、広報、全戸配布のリーフレット、愛育会の全戸訪問などを実施。③</p> <p>《配食サービス》社会福祉協議会と連携し、虚弱の高齢者に対し、配食を行って、バランスの良い食事を提供する。②③④⑤</p> <p>《高齢者学級で食事の提供》高齢者に不足しがちな栄養素を多く含む食事の提供や、栄養についての話をを行う。②③④⑤</p>		

	現状・課題（住民の意見、根拠となるデータ）	現在実施している事業	今後の方向性	関係機関												
家族	<p>[孤食について]</p> <table border="0"> <tr> <td>朝食 保育園児</td> <td>14%</td> <td>夕食 保育園児</td> <td>2%</td> </tr> <tr> <td>小4</td> <td>0%</td> <td>小4</td> <td>0%</td> </tr> <tr> <td>中2</td> <td>3%</td> <td>中2</td> <td>0%</td> </tr> </table> <p>→保育所で朝食、夕食共に子どもだけで食事をとる家族がある。</p> <p>[メタリックシンドローム（肥満含む）の家族の関係性について]</p> <p>平成21年度に人間ドックや巡回健診を受診し、メタリックシンドローム（肥満含む）と判定された501人のうち、同居する親子や夫婦だった人が21人。</p> <p>[なるなるヘルシークッキングの参加者]</p> <p>1回目：16人（うち対象者の家族として参加：8人） 2回目：15人（うち対象者の家族として参加：7人） 3回目：13人（うち対象者の家族として参加：5人）</p> <p>[高齢者の食事調査から]</p> <p>間食で多く食べる物として、手作りのせんべいや、かりんとう、ビスケットやサツマイモの天ぷらという回答が多く、油の使用料が多く、カロリーが高い物を摂取している傾向がある。</p>	朝食 保育園児	14%	夕食 保育園児	2%	小4	0%	小4	0%	中2	3%	中2	0%	<p>・食を通じて家族の絆を深められるよう、保育所での親子クッキングや三世代交流事業等を実施している。</p> <p>・事業の様子をCATVで放映し、保育所での様子を家族や地域にもPRしている。</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》年に3回開催している。食は家族全体の問題であり、家族で食生活改善の意識を持つことが必要であると考え、メタリックシンドローム（肥満を含む）と、その家族（調理をする人）も含めて教室の対象としている。3回目の教室では、家庭での料理に油を多く使う実態があるので、オイルスプレーを使用した、ヘルシー料理の紹介を実施した。</p>	<p>・保育所で給食だよりや、食生活実態調査の結果を保護者に返す機会に、孤食による子どもの影響について伝えていく。①</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》年3回開催 H23年度は、食事だけでなく上手な間食、果物や油分の取り方も調理実習を交えて行う。外部講師も検討。H24年度以降は、参加者のアンケート結果により内容を検討していく。①②③④</p>	<p>栄養士 保育所 小学校 中学校 食生活改善推進員 メタボ予防 応援団</p>
朝食 保育園児	14%	夕食 保育園児	2%													
小4	0%	小4	0%													
中2	3%	中2	0%													
地域	<p>・キャベツ、とうもろこしなどの高冷地の特色を活かした高原野菜の生産が中心に行われている。</p> <p>・ブルーベリーの観光農園が盛んになり、夏季にはブルーベリー狩りにぎわっている。</p> <p>・新たな特産品として、干し芋、ジャムなど加工食品への取り組みが行われている。その他、年間を通じて加工部が村の食材を旬の時期に冷凍保存し、おやき5種、おまんじゅう9種、もろこし粉ドーナツを調理し、道の駅なるさわで販売している。</p> <div data-bbox="647 1333 985 1585" data-label="Image"> </div> <p>なるさわ道の駅での おやきの販売</p> <p>・鳴沢菜の優良系統が選抜された。</p> <p>・畑をしていた人が高齢となり、畑をやめていき専業農家が減っている反面、定年してから、規模は小さいが農業を始める人もいる。</p> <p>・農業をしている人は、夏場は食事が手抜きになり、労働量が増えるため、夏と冬で体重差がある人がいる。</p> <p>・アルコールについて、無尽をしている人が多い。アルコールを毎日のみ、1回量が多い人がいる。</p>	<p>《収穫祭、農業まつりの実施》振興課、鳴沢村野菜出荷組合ふじさん、農協が中心となって行っている。</p> <p>《たっしゃ祭りで昼食の提供》村の食材を使った郷土料理を提供。</p> <p>《人材育成》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員の育成 ・メタリックシンドローム予防応援団の育成 <p>《住民への啓発活動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報で4ヶ月に1回、栄養士のページを設け、食育やメタリックシンドローム、地産地消などについて掲載し、住民に広く食に関する知識を普及させている。 ・広報の保健のページで上手なお酒の飲み方を周知している。 <p>・県の農務事務所の指導により、施設を利用したトマト栽培などに取り組んでいる。</p> <div data-bbox="1537 1558 1994 1900" data-label="Image"> </div>	<p>《収穫祭、農業まつり》の実施。④</p> <p>《たっしゃ祭りで昼食の提供》村の食材を使った郷土料理を提供する。①②③④</p> <p>《食生活改善推進員の教育》メタリックシンドロームの予防をはじめとする、食生活の改善を住民に発信できる人材を育成する。②③④</p> <p>《メタリックシンドローム予防応援団の活動》なるなるヘルシークッキング等で対住民へ活動できるような機会を作る。</p> <p>《広報での普及啓発》広く住民に、栄養に関する知識を普及させる。孤食、欠食、メタボ予防（生活習慣病予防）、アルコール、地産地消など①②③④⑤</p> <p>・各種農業団体が連携をとり、安心・安全でおいしい食材を生産し、村の栄養士が中心となり、保育所・小学校・地域など、食育関連機関と連携し、積極的に村の食材を利用して、地産地消に取り組んでいく。④⑤</p> <div data-bbox="2427 1768 2605 1894" data-label="Image"> </div>	<p>村栄養士 保育所 小学校 中学校 食生活改善推進員 メタボ予防 応援団 農協 振興課 鳴沢野菜 出荷組合 ふじさん</p>												