

「野菜を食べよう」

【食環境づくり推進事業】

● やさいTABEL店事業において、市民の健康寿命の延伸と、生活習慣病のリスク低下のため、食生活の改善と野菜摂取量増加を目的とし、野菜をたくさん食べることができる飲食店等を対象とした登録制度を行っている。大阪市HPへの登録店舗リストの掲載とリーフレット作成による事業周知と野菜たっぴりメニューをオーダーした市民に対し野菜の摂取に関する啓発を行った。【登録店舗数 170店舗】

● やさい100TABEL店と経済戦略局とのコラボ企画について
やさい100TABEL店(期間限定事業)の登録店来店客(応募者)のうち親子3組7名を経済戦略局産業振興課(農業担当)主催の大阪市都市農業振興事業の取り組みの一つである大阪市内での農業体験に招待した。なにわの伝統野菜である天王寺無と田辺大根の収穫体験を通じて、野菜の魅力を再認識するとともに、さらなる野菜摂取増加の機運醸成につながった。(令和5年1月22日実施)



● ヘルシー外食コンテストについて
栄養バランスのとれた食生活が実践できる環境を整備するとともに、食を通じた健康づくりを推進するため、大阪ヘルシー外食推進協議会主催で、飲食店等を対象としたメニューコンテストを実施した。募集メニューは、利用者の健康に配慮した、店内飲食できるランチメニューで、主食とおかずがセットになっており、野菜量が120g以上のものであった。審査は、一次審査をオンライン投票で行い、専門家による二次審査を行った。オンラインでの投票数は、2,191件で昨年度と比べ20歳代の投票が多かった。

市内店舗が「(公財)関西・大阪21世紀協会理事長賞」を受賞した。
店舗名:地中海ダイニング Café ABSINTHE(西区)
メニュー名:ヘルシーヴィーガンプレート



「よく噛んで食べよう」

【小学校・中学校】

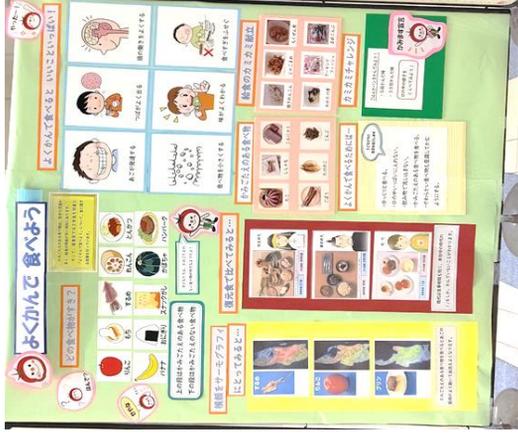
- 中学校及び義務教育学校(後期課程)における食育啓発資料における「かむことの大切さを考えよう」等について紹介し、食に関する指導に活用するとともに、保護者啓発に取り組みました。(資料1)
- 「小・中学校給食標準献立における食に関する指導資料」において、「よくかんで食べよう」等について紹介し、給食の時間等での食に関する指導に活用しました。(資料2)
- 学校における食育展(市役所玄関ロビー)の情報パネル展示の中で「よくかんで食べよう」等をテーマにした展示を行い、広く市民に対し啓発活動を行いました。(写真)

資料1

食品の種類	かむことの効果
野菜類(野菜)	消化を促す
果物類(果物)	消化を促す
穀類(穀物)	消化を促す
肉類(肉)	消化を促す
魚類(魚)	消化を促す
豆類(豆)	消化を促す
卵類(卵)	消化を促す
乳類(乳)	消化を促す
油脂類(油脂)	消化を促す
調味料(調味料)	消化を促す
その他(その他)	消化を促す

資料2

写真



【高齢者】

●地域リハビリテーション活動支援事業

住民主体で開催する口腔機能向上のためのかみかみ百歳体操を実施している通いの場に対し、歯科衛生士等を派遣し、効果的かつ安全な体操方法の助言や口腔機能の測定、セルフチェックの実施、セルフケアについての指導等を実施。

【令和4年11月末現在の事業実績 派遣回数 21回 指導参加者 276人】

【歯と口腔に関する研修会】

- 市民または歯と口腔に関する普及啓発を行う職員を対象に研修会を実施

「よく見て食べよう」

目的：食品（衛生面も含む）と、食品に表示されている栄養成分表示などをよく見て食べるための取り組み

【地域子育て支援センター】

●家庭でできる食中毒予防についての啓発(7月～11月) 【41回 159人】

【市民に対する講座の開催：食品衛生講習会】

●高校生、大学生及び専門学校生等、若い世代を対象に食品衛生講習会を実施し、食肉はしっかり加熱して食べるよう注意することや、加熱不十分で喫食した場合はカンピロバクター食中毒に罹患するリスクがあることについて周知する。

【事業実績 令和4年12月末現在 12回】

啓発用クリアファイル



【飲食店等(「うちのお店も健康づくり応援団の店」協力店)を通じた食育の情報発信】

●栄養成分表示や健康に配慮した食事の提供等に取り組み飲食店等を「うちのお店も健康づくり応援団の店」として登録利用者への食を通じた健康づくりの推進を図っている。健康に関心の高い人だけではなく、誰もが身近な場所で食の情報入手を気軽にできるよう「うちのお店も健康づくり応援団の店」協力店において、「食品や飲食店メニューの栄養成分表示の見方」についての卓上POPを作成し配付を行った。
【配布件数 1017件】



【食品ロスの削減】

- 手つかずのまま捨てられている食品や食べ残しといった「食品ロス」を削減するため、本市ホームページや各種講座、イベントにおいて、「生ごみ3きり運動」の推進に向けた啓発を実施している。
- 食材やエネルギーを無駄にせず、生ごみを減らすことを、買い物から調理、食事、後片付けまでの一連の流れの中で実践する「調理の工夫で食品ロスを減らす料理教室」を開催している。

【「給食施設における災害時等の食事提供に関する手引き」の周知】

- 特定給食施設においては、災害等発生時においても利用者に対し安全で安心な食事の提供と、適切な栄養管理が求められる。また、「特定給食施設における栄養管理に関する指導・支援等について」(令和2年厚生労働省通知)では、特定給食施設の危機管理対策の一環として、継続的に食事提供ができるよう保健所は指導・支援を行う必要があるとされている。令和2年・3年度にかけて、市内病院と介護保険施設に対し、災害時の食事提供についてアンケートを実施。結果を踏まえ「給食施設における災害時等の食事提供に関する手引き」(以下、「手引き」という)を作成した。

令和4年度は、特定給食施設等の巡回指導の際に、施設作成マニュアルの内容について、助言、指導を行い、手引きの周知と活用を伝えている。

【総アクセス数 3,855回 総ダウンロード数 3,741回】(令和4年11月末現在)

【えこレシピの作成】

- 食育ボランティア団体(大阪市食生活改善推進員協議会)と保健所が共同で食品ロスを減らすためにレシピ集「えこレシピ」を作成した。各区で開催する講座等で活用することを見据え、「食育メモ」として食品ロスの現状や、本市環境局の取り組み事例の紹介やボランティア募集記事等も掲載することで内容の充実を図った。



複数のテーマの取り組み

【ライフステージ別の取り組み】

- 胎児期・乳幼児期
 - ・母子保健事業等において、妊娠期や乳幼児期の食や食育に関する意識づくり、正しい知識・情報の普及や相談対応等を実施。
- 幼児期・少年期・青壮年期
 - ・食育講座、地域健康講座等において、食育に関心をもち、実践できるよう、意識づくりや正しい知識・情報の普及、実践のための支援を実施。
 - ・高校・大学や商業施設等で食育キャンペーンを実施し、基本テーマについて啓発し、健全な食生活の確立にむけたきっかけづくりとした。
 - ・大学生を対象としたボランティア養成講座において、望ましい食生活について啓発。
- 高齢期
 - ・介護予防地域健康講座等において、高齢者の特性に応じた食事についてや適正な食事摂取による低栄養の予防にむけて啓発。
 - ・高齢期の介護予防、特に低栄養対策、体重管理、食品摂取の多様性、共食等の重要性に関する正しい知識の普及と行動変容に向けた主体的な取り組みを促進するための啓発リーフレットを地域包括支援センターや介護予防教室等に配付、啓発した。

【高齢者 生活支援型食事サービス事業】

●在宅高齢者等の自立した生活の確保を図るため、関連サービスの利用調整を行いながら、訪問により栄養バランスのとれた食事を配達することで、対象高齢者等の安否確認を行うことを目的とする事業である。献立作成にあたり、高齢者等の栄養バランスや嗜好を考慮し、咀嚼、嚥下能力の低下に対応した食事(さざみ食等)を提供すること定めている。

【令和4年12月末現在の事業実績 配食数 813,871食 利用決定者 6,362人】

【ハイリスク高齢者への家庭訪問事業】

●フレイルリスクが高いと考えられる閉じこもりがちな高齢者を保健師が訪問し、フレイルリスクのひとつである「低栄養」の可能性がある対象者について、要介護状態への移行をできる限り予防することを目的に、生活面や療養上の保健指導を行い、必要に応じて関係機関と連携し支援を実施。

複数のテーマの取り組み

【介護予防教室】

●高齢者が要支援・要介護状態になることをできる限り予防し自立した活動的な生活を送ることができるよう、1地域あたり年間12回のプログラムを実施し、内1回以上は食事・栄養と口腔機能に関する講話や実習等を採用入れたフレイル予防、介護予防に資するプログラムを実施。
【令和4年11月末現在の事業実績 実施回数274回、参加者数2,838人】

【介護予防情報発信事業】

●高齢期の介護予防、特に低栄養対策、体重管理、食品摂取の多様性に関する正しい知識の普及と行動変容に向けた主体的な取り組みの促進と共食の効果について啓発リーフレットを配付、周知を実施。

●大阪市ホームページ、認知症アプリ等を活用した情報発信「備えあればフレイルなし！」と題して啓発リーフレットを作成・掲載し、フレイル予防の4つの柱のひとつとして「低栄養」予防をテーマに周知・啓発を実施。

【青壮年期層を対象とした食育イベントの開催】

●外食や中食利用者の多くを占める青壮年層に対し、栄養成分表示の活用、栄養バランスの重要性、野菜摂取増加等についての普及啓発をさらに推進させるため、市内大学のキャンパスや会社の社員食堂、商業施設等に会場提供等協力を得て、啓発用媒体の展示、体験型の食育ゲーム等を取り入れた食育イベントを実施した。

【実施回数9回、参加人数 855人】



複数のテーマの取り組み

【特定給食施設(事業所)を対象とした研修会の開催】

●事業所においては栄養士が未配置の施設や、栄養管理が充分になされていない施設が依然として多い。そのため、事業所給食に携わる職員等を対象に「喫食者指導教室」を開催。利用者に対してより一層健康に配慮したメニューの提供や栄養・食生活等に関する情報提供がなされるよう支援を行っている。一昨年度からオンライン開催をしており、より多くの施設が研修会に参加しやすい形として実施する。

【特定給食講演会の開催】

●給食施設(特定給食施設等)における食事の提供は、利用者の健康づくりに大きく影響を及ぼすことから、給食担当者の資質の向上を目的として、大阪市をはじめ大阪府及び大阪府内の保健所設置市の共催で企画し、視聴機会の拡大及び感染防止対策のためオンデマンドで開催した。
【実施回数1回、参加人数 530人】

【特定給食施設における食育事例集】

●栄養管理、食育等の取り組みを進めている事業所における事例を集約し、特定給食施設等のより実践的な取り組みの一助として、喫食者の健康増進に繋げるためにホームページへ掲載し、情報発信を行った。

【ホームページ等による情報発信】

●広報紙や市・各区ホームページ、各区SNS、食育情報発信Facebook「たべやん通信」に食育に関する情報を掲載し、健康・栄養情報の発信を行った。

【市民を対象とした食育イベント等の開催】

●市内の大学・商業施設・図書館等、各区食育推進ネットワーク・関係各部署と連携・協働による食育イベントを開催し、様々な世代に食育の啓発を行った。