

第5節 重点分野別評価と今後の方向

(1) 栄養・食生活

重点分野別 目標	バランスのとれた楽しい食事で、 豊かな心と元気なからだを つくりましょう。	総合評価
		B

総合評価の内容および今後の推進方策

肥満者の割合など一部改善されていない項目があるものの、全体として概ね改善の方向にあり、まずまずの成果をあげています。

肥満者の割合の上昇については、脂肪エネルギー比率が高いことのほか、野菜の摂取不足、朝食の欠食などが主な要因として考えられるため、メタボリックシンドローム予防のためにも、これらに重点をおいた対策が必要と考えられます。

また、エネルギー摂取量が概ね適正範囲にあることから、食生活のみならず、運動不足の解消による対策も検討していく必要があります。

個別目標	【健康目標】
	1 適正体重を維持し、健康管理につとめましょう。……………24、25
	【行動目標】
	1 食事は配慮して作りましょう。……………26
	2 食事に気をつけ、生活習慣病を予防しましょう。【削除】 ^(注6)
	3 食事は量・質ともに適正に確保しましょう。……………27
	4 量・質ともに適正な食事をしましょう。……………28
	5 食生活のリズムを整えましょう。……………29
	6 朝食をとり、活動的に過ごしましょう。……………30
	7 栄養成分表示を参考にして、食品を選択しましょう。……………31
	8 食事に関する学習会などに意欲的に参加しましょう。……………32
	9 食生活を充実させ、心豊かな日常生活を送りましょう。……………33
	10 エネルギーの適正摂取をめざしましょう。【削除】 ^(注7)
	11 脂肪エネルギー比率の減少をめざしましょう。……………34
12 カルシウムの摂取量を増やしましょう。……………35	
13 食塩の摂取量を減らしましょう。……………36	
14 野菜の摂取量を増やしましょう。……………37	
【環境目標】	
1 外食栄養成分表示やヘルシーメニュー提供の拡大をめざしましょう。……38	

注6) 他の行動目標に内容が重複するため。

注7) 平成17年に「第六次改定 日本人の栄養所要量－食事摂取基準－」が改定され、「日本人の食事摂取基準(2005年版)」を使用していくこととなったが、その中で、栄養状態の評価は、不足・過剰の確率論を取り入れたものとなり、従来使用してきた±10%の範囲における充足率の考え方が否定されていることから、計画策定時に設定した目標値により評価していくことが栄養評価上困難となったため。

目標

適正体重を維持し、 健康管理につとめましょう。

ライフステージ：幼年期、少年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
小学生の肥満児の割合	男子	12.5%	8.5%	7%以下	○
	女子	8.5%	6.6%	7%以下	◎
中学生の肥満児の割合	男子	10.0%	9.7%	7%以下	△
	女子	8.5%	9.6%	7%以下	×

基準値：2001年度秋田市内小中学校肥満調査結果報告書

中間値：2006年度秋田市内小中学校肥満調査結果報告書

肥満児の割合は、地域・学校などでの取り組みが進んでいるため、中学生の女子を除いて低下しており、改善がみられました。

課題と今後の方向

肥満は将来の生活習慣病の危険因子となるため、幼年期からの予防が重要です。

小学生・中学生自身の食に関する意識の向上もさることながら、実際に食事を提供している親への教育の充実が課題です。

このため、幼年期から正しい食習慣が身につくよう「地域健康教育・健康相談（母子）」や「乳幼児健康診査」などにより、親への生活リズムや栄養バランスに重点をおいた正しい知識の普及をはかります。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談（母子）

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談（母子）

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

健康目標 1-②

目標

適正体重を維持し、 健康管理につとめましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
肥満者の割合（男性）	25～44歳	26.9%	28.1%	15%以下	×
	45～64歳	30.9%	31.1%	20%以下	×
肥満者の割合（女性）	45～64歳	22.4%	19.4%	15%以下	△
	65歳以上	22.2%	24.6%	20%以下	×
やせの者の割合（女性）	16～24歳	22.9%	18.7%	15%以下	○

BMI (Body Mass Index)

肥満度を表す指数 $\text{体重(kg)} / [\text{身長(m)}]^2$
 肥満者：25.0以上 やせ：18.5未満

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査（関連資料：P.95）

やせの者の割合（女性）は低下し、改善がみられたものの、肥満者の割合は、特に男性で上昇しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

肥満は、糖尿病や脳卒中など多くの生活習慣病との関連が深く、メタボリックシンドローム予防のためにも、体重が適正となるよう日頃から健康管理につとめることが大切です。

定期的に体重を確認するなど、自己の健康状態を把握しながら、エネルギー必要量等への理解を深め、食事バランスガイド等を活用した正しい食品選択ができるようになることが課題です。

このため、適正体重を維持管理していけるよう「健康判定」や「病態別食生活相談」などにより、正しい知識の普及と実践指導を進めていきます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- 生活習慣改善指導（健康アドバイス講座）^(注8)
- ビューティスリムクラス^(注9)
- 健康教育
- 健康相談
- 基本健康診査

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- 生活習慣改善指導（健康アドバイス講座）
- ビューティスリムクラス
- 健康教育
- 健康相談
- 基本健康診査

※取組の内容については、72～74ページに掲載

注8 「生活習慣改善指導（健康アドバイス講座）」は、平成15年度「健康づくり講座（肥満解消）」として実施

注9 「ビューティスリムクラス」は、平成15年度「生活習慣ゼミナール」として実施

目標

食事は配慮して作りましょう。

ライフステージ：幼年期、少年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
子どもの食事に 気をつけている人の割合	84.3%	86.0%	100%	△

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.78)

子どもの食事に気をつけている人の割合は、わずかですが上昇し、改善がみられました。

課題と今後の方向

将来の食習慣は、幼年期にその基礎が形成されます。幼年期・少年期の食生活は、食事をつくる親や家族の意識、考え方によって、大きく左右されると考えられるため、親や家族などが子どもの食事に配慮できるようになることが必要です。

現状では、子どもの食事に気をつけていない親や家族の割合が10%を超えているため、食に関する意識啓発が課題です。

このため、親が子どもの食事に関して適切な選択と提供ができるよう「離乳食教室」や「幼児食教室」、「地域健康教育・健康相談(母子)」などにより、食に関する正しい知識の普及と食体験の場の提供につとめます。

前期における取組
(平成15～18年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室
- マタニティ食生活講座

後期における主な取組(予定)
(平成19～22年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室
- マタニティ食生活講座

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標3

目標

食事は量・質ともに適正に 確保しましょう。

ライフステージ：幼年期、少年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
栄養のバランスのとれている 子どもの割合	71.4%	76.1%	90%以上	△
牛乳・乳製品を毎日とっている 子どもの割合	71.4%	69.5%	90%以上	×

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.79、81)

栄養バランスのとれている子どもの割合は上昇し、改善がみられましたが、牛乳・乳製品を毎日とっている子どもの割合は低下しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

幼年期・少年期は、心身ともに人生で最も成長する時期です。健全な成長、発達のためには、毎日の食生活で必要な栄養素をバランスよく、十分に確保することが大切です。

特に、少年期のカルシウム摂取は、心とからだの成長を促し、将来の骨粗鬆症予防を考えるうえでも重要であることから、牛乳・乳製品の摂取をさらに啓発するとともに、アレルギー等で牛乳・乳製品をとることができない子どもに対する支援が課題です。

このため、「離乳食教室」や「幼児食教室」、「乳幼児健康診査」などにより、食に関する正しい知識の普及をはかります。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

**量・質ともに、
適正な食事をしましょう。**

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
栄養所要量を 知っている人の割合	男性	23.4%	25.4%	50%以上	△
	女性	32.6%	38.5%	50%以上	△
食事量が適量と 思っている人の割合	男性	69.4%	63.7%	80%以上	×
	女性	62.9%	58.6%	80%以上	×

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.99)

必要な栄養量を知っている人の割合は上昇し、改善がみられたものの、自分の食事量が適量と思っている人の割合は低下しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

適正な食生活を実践していくためには、食事への関心を高めるほか、食品の選び方や料理の組み合わせ方など、食事に関する具体的な知識が必要になります。

自分に必要な栄養素等の量について理解を深め、食事バランスガイド等を活用し、適量の食事をとることができるようになることが課題です。

このため、「ビューティスリムクラス」や「健康判定」、「栄養改善学級」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。

前期における取組

(平成15～18年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

後期における主な取組(予定)

(平成19～22年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標5

目標

食生活のリズムを整えましょう。

ライフステージ：幼年期、少年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
朝食を欠食している 子どもの割合	13～15歳	4.4%	0.0%	0%	◎
間食の時間が決まっている 子どもの割合	1～3歳	59.2%	60.4%	80%以上	△
	4～6歳	59.1%	68.6%	80%以上	△

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.78,80)

朝食を欠食している子どもの割合は、地域・学校などでの欠食への取り組みが進んでいるため低下しており、改善がみられます。

また、間食の時間が決まっている子どもの割合も上昇しており、改善がみられます。

課題と今後の方向

朝食は1日の活動源となる最も大切な食事です。1日3回の食事を規則正しくとることで、生活リズムを整え、必要な栄養素等を確保することができます。

朝食の欠食者は、高校生の時期に急増することから、中学生の時期までに朝食をとることを習慣化し、それを継続することが課題です。

また、間食は、3度の食事で不足する栄養素等を補うために必要なものであり、量や時間を決めて与えることは、健全な成長を促すとともに、肥満ややせ、むし歯の予防にもつながります。

現状では、量が過剰であったり、時間を決めずに食べる子どもが多いため、間食を与える親や家族が間食の与え方について、正しい知識を持つことが課題です。

このため、「乳幼児健康診査」や「幼児食教室」などにより、親が子どもの食事や間食に関して適切な選択ができるよう、望ましい生活リズムの形成や間食の役割などに重点をおいた知識の普及につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 乳幼児健康診査
- 地域健康教育・健康相談(母子)
- 離乳食教室
- 幼児食教室

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

朝食をとり、
活動的に過ごしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
朝食を欠食している 人の割合（男性）	16～24歳	27.6%	26.2%	15%以下	△
	25～44歳	27.3%	24.3%	15%以下	△
朝食を欠食している 人の割合（女性）	16～24歳	17.6%	18.7%	10%以下	×

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査（関連資料：P. 98）

朝食を欠食している人の割合は、男性では低下し、改善がみられたものの、女性では上昇しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

朝食は1日の活動源として重要であるとともに、欠食することは、まとめ食いによる肥満や栄養量の不足によるやせの原因になると考えられるため、毎日きちんと食べることが大切です。

朝食の欠食は、高校生の時期に習慣化することが多く、その後の食習慣にも影響を与えられます。働き盛りの若い世代が朝食の重要性を理解し、1日3回の食事を規則正しくとる習慣をつけることが課題です。

このため、「健康判定」や「ビューティスリムクラス」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。

前期における取組

(平成15～18年度)

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級

後期における主な取組(予定)

(平成19～22年度)

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標7

目標

栄養成分表示を参考にして、
食品を選択しましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
栄養成分表示を参考にしている人の割合	40.1%	47.1%	60%以上	△

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.100)

栄養成分表示を参考にしている人の割合は上昇しており、改善がみられました。

課題と今後の方向

エネルギーや脂肪、塩分の過剰摂取を防ぎ、メタボリックシンドロームを予防するためには、自分に合った適切な食品を選択することが必要です。

市販食品（インスタント食品やレトルト食品など）を利用する際に、自己の健康管理に合わせて食品を選択できるよう、表示内容の見方や活用法に関する情報の普及が課題です。

このため、「栄養改善学級」や「ビューティスリムクラス」などにより、栄養成分表示に関する知識の普及とその活用へ向けた意識啓発につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- ビューティスリムクラス
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- ビューティスリムクラス
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

**食事に関する学習会などに
意欲的に参加しましょう。**

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
食事に関する学習会などに 参加したいと思わない人の割合	64.9%	62.9%	50%以下	△

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.100)

食事に関する学習会などに参加したいと思わない人の割合は、わずかに低下しており、改善がみられました。

課題と今後の方向

食生活に関する情報が氾濫する中で、自分に合った正しい情報を得る機会を活用し、自己の健康管理に役立てていくことが必要です。

豊富な情報の中から自分に合った情報を選択し、活用しようとする意欲や、食生活について話し合うことのできる仲間づくりへの関心を高めていくことが課題です。

このため、「健康判定」や「栄養改善学級」などにより、健康情報の提供を行うとともに、地域における仲間づくりの支援につとめます。

**前期における主な取組
(平成15～18年度)**

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 健康教育
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

**後期における主な取組(予定)
(平成19～22年度)**

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 健康教育
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標9

目標

食生活を充実させ、 心豊かな日常生活を送りましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
食生活に満足している人の割合	72.6%	69.7%	90%以上	×

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.101)

食生活に満足している人の割合は低下しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

心豊かな日常生活を送るためには、栄養摂取量、嗜好、食環境、食事のリズムなどの様々な視点から概ね良好であると判断できるよう、食生活を充実させることが必要です。

食に関する正しい情報を知るとともに、自分の生活スタイルに合わせ、よりよい食生活を送ることが課題です。

このため、「健康判定」や「ビューティスリムクラス」などにより、食に関する知識の普及と意識啓発につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 健康教育
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 健康教育
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

脂肪エネルギー比率の減少をめざしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期

指標の推移と中間評価

項目		基準値	中間値	目標値	中間評価
脂肪エネルギー比率（男性） （成人1人1日当たりの平均）	20～29歳	26.1%	24.0%	20～25%	◎
	30～39歳	26.5%	26.6%	20～25%	×
脂肪エネルギー比率（女性） （成人1人1日当たりの平均）	30～39歳	27.5%	29.5%	20～25%	×
	40～49歳	26.3%	29.1%	20～25%	×
	50～59歳	25.8%	25.6%	20～25%	△

脂肪エネルギー比率

総摂取エネルギーに占める
脂肪からのエネルギーの割合

基準値：平成13年県民栄養調査【秋田市分】

中間値：平成18年県民健康・栄養調査【秋田市分】（関連資料:P.120）

脂肪エネルギー比率は、男性20歳代では低下し、改善がみられたものの、女性の20～40歳代では上昇しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

脂質の過剰摂取は、肥満、脂質異常症（高脂血症）との関連が深く、メタボリックシンドローム予防のためにも改善が必要です。

主食の摂取不足などにより、総摂取エネルギーに占める脂肪エネルギー比率が高くなるように、バランスよく食べるとともに、油脂類（植物油、バターなど）や脂肪が多く含まれる食品のとり過ぎに注意することが課題です。

このため、「健康判定」や「ビューティスリムクラス」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。また、「市民栄養調査」により、市民の栄養摂取状況の把握につとめます。

前期における取組
（平成15～18年度）

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 県民健康・栄養調査（秋田市分）

後期における主な取組（予定）
（平成19～22年度）

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 市民栄養調査

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標12

目標

カルシウムの摂取量を
増やしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
カルシウム摂取量 (成人1人1日当たりの平均)	578mg	622mg	600mg以上	◎

基準値：平成13年県民栄養調査【秋田市分】

中間値：平成18年県民健康・栄養調査【秋田市分】(関連資料:P.120)

カルシウム摂取量は、骨粗鬆症予防の考え方が浸透してきたため増加しており、改善がみられます。

課題と今後の方向

若い頃から十分にカルシウムを摂取することで丈夫な骨を形成し、加齢とともにその骨量を減少させないように維持していくことは、将来の骨粗鬆症予防のために必要です。

現状では、全体で見ると目標値を上回っているものの、各ライフステージ別では、青年期・壮年期の摂取量が目標値を下回っているため、青年期から十分にカルシウムをとる習慣をつけることが課題です。

このため、「ビューティスリムクラス」や「健康と栄養講話会」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。また、「市民栄養調査」により、市民の栄養摂取状況の把握につとめます。

前期における取組
(平成15～18年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 骨粗鬆症検診、骨粗鬆症予防教室
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 県民健康・栄養調査(秋田市分)

後期における主な取組(予定)
(平成19～22年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- 骨粗鬆症検診
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 市民栄養調査

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

食塩の摂取量を減らしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
食塩摂取量 (成人1人1日当たりの平均)	12.9g	11.0g	10g未満	○

基準値：平成13年県民栄養調査【秋田市分】

中間値：平成18年県民健康・栄養調査【秋田市分】(関連資料:P.120)

食塩摂取量は、脳卒中予防の考え方が浸透し、減塩を心がける人が増えたため減少しており、改善がみられました。

課題と今後の方向

食塩の過剰摂取は、脳卒中、がんなどと深い関連があります。また、高血圧はメタボリックシンドロームの一因となるため、今後もさらに減塩を心がける必要があります。

減塩のためには、漬物や汁物、めん類など塩分の高い食品をとり過ぎないようにするほか、調理の工夫により、少ない塩分でもおいしく食べられるよう、具体的な減塩の方法やうす味の感覚を身につけることが課題です。

このため、「栄養改善学級」や「健康判定」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。また、「市民栄養調査」により、市民の栄養摂取状況の把握につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 県民健康・栄養調査(秋田市分)

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 市民栄養調査

※取組の内容については、72～74ページに掲載

栄養・食生活

行動目標14

目標

野菜の摂取量を増やしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
野菜の摂取量 (成人1人1日当たりの平均)	343g	330.5g	350g以上	×

基準値：平成13年県民栄養調査【秋田市分】

中間値：平成18年県民健康・栄養調査【秋田市分】(関連資料:P.120)

野菜の摂取量は、手軽にとれる野菜ジュースやサプリメントを利用する人の増加などにより、わずかに減少しており、改善がみられませんでした。

課題と今後の方向

野菜には、主に食物繊維やビタミン類、カリウムなどが含まれており、からだの抵抗力を高めるほか、高血圧やがんの予防に役立つ働きがあります。このため、野菜ジュースやサプリメントだけに頼らず、野菜を十分に摂取する必要があります。

現状では、青年期・壮年期の摂取量は目標値を大きく下回っているため、青年期から十分に野菜をとる習慣をつけることが課題です。

このため、「栄養改善学級」や「健康判定」などにより、食事に対する意識の向上と実践指導につとめます。また、「市民栄養調査」により、市民の栄養摂取状況の把握につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 県民健康・栄養調査(秋田市分)

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

- 病態別食生活相談
- 健康判定
- ビューティスリムクラス
- マタニティ食生活講座
- 栄養改善学級
- 健康と栄養講話会
- 市民栄養調査

※取組の内容については、72～74ページに掲載

目標

外食栄養成分表示やヘルシーメニュー提供の拡大をめざしましょう。

ライフステージ：青年期、壮年期、中年期、高年期

指標の推移と中間評価

項目	基準値	中間値	目標値	中間評価
外食栄養成分表示やヘルシーメニューが整っていると思う人の割合	38.9%	46.1%	50%以上	○

基準値：平成14年度市民健康意識調査

中間値：平成18年度市民健康意識調査(関連資料:P.100)

外食栄養成分表示やヘルシーメニューが整っていると思う人の割合は、外食産業等での取り組みが進んだため上昇しており、改善がみられました。

課題と今後の方向

現状では、外食、そうざい、弁当、ファーストフード等の利用者が増えており、利用者が自分に合った適切なメニューを選択できる食環境づくりが必要です。

そのためには、飲食業者・そうざい製造業者等が、食サービスの提供者として、利用者の健康づくりに取り組む意識を高く持つことが課題です。また、その取り組みを支援するために、飲食業者・そうざい製造業者等に対し、必要な健康情報を提供していくことも課題となります。

このため、「食の環境づくり推進事業」を通じて、外食などの利用者の健康管理に役立つ食環境整備の支援につとめます。

前期における取組 (平成15～18年度)

■食の環境づくり推進事業

後期における主な取組(予定) (平成19～22年度)

■食の環境づくり推進事業

※取組の内容については、72～74ページに掲載