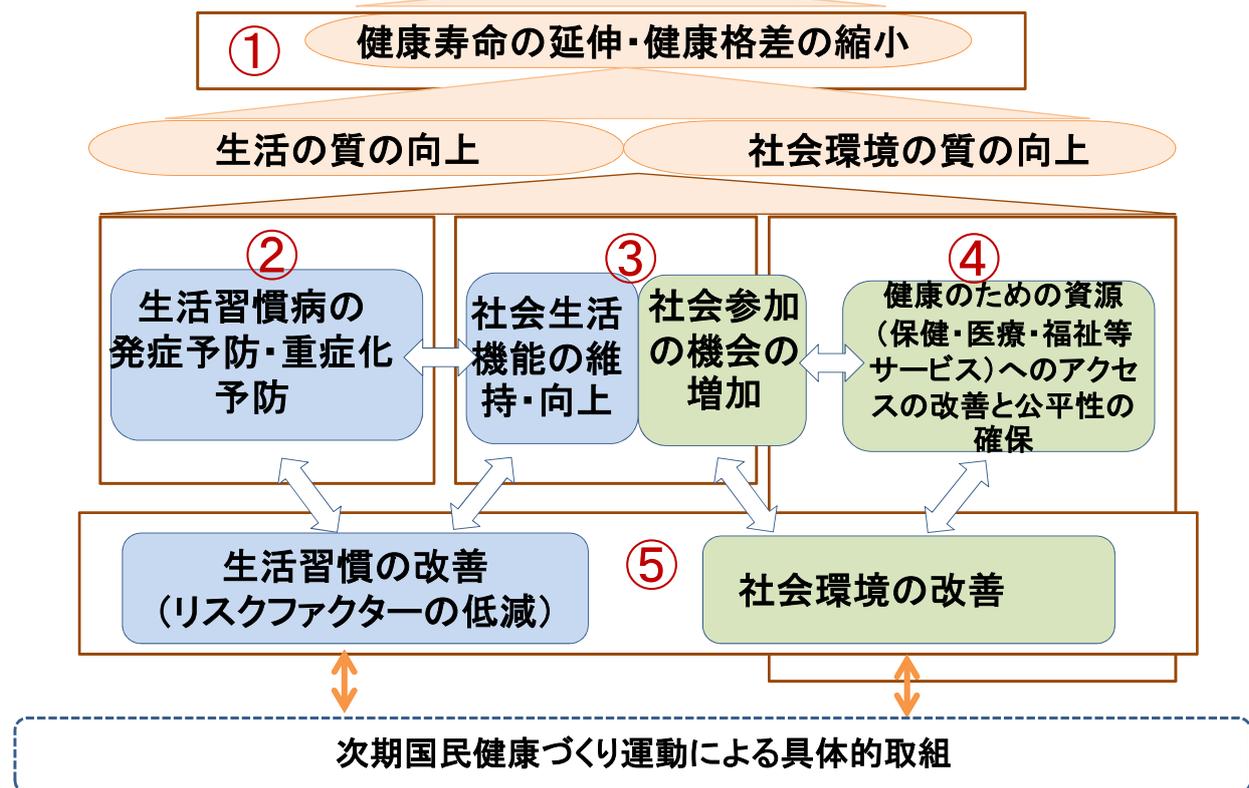


健康格差の縮小をめざした 地域の取組： 新潟県の減塩対策の事例

新潟県立大学
村山伸子

健康日本21(第二次)の枠組

全ての国民が共に支え合い、健やかで心豊かに生活できる活力ある社会の実現

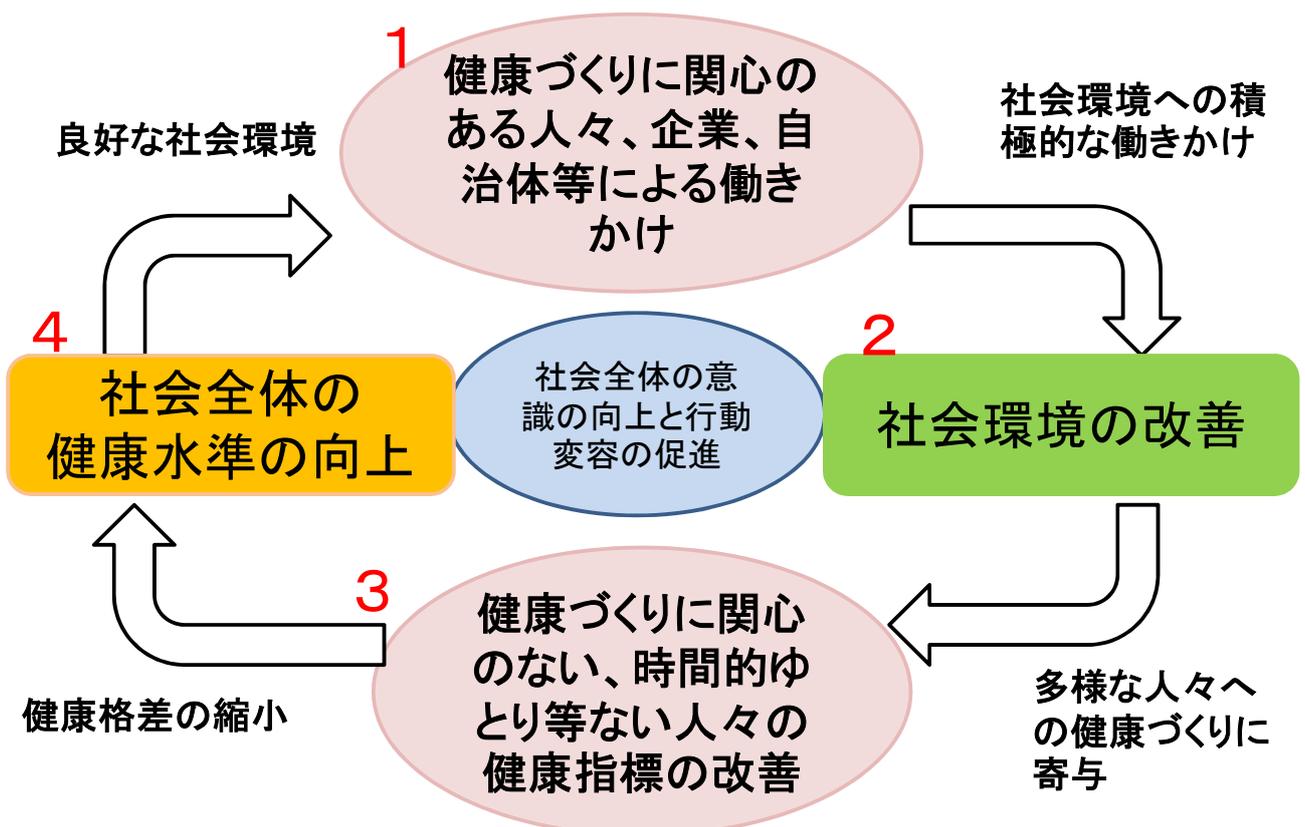


健康を支え、守るための社会環境の整備

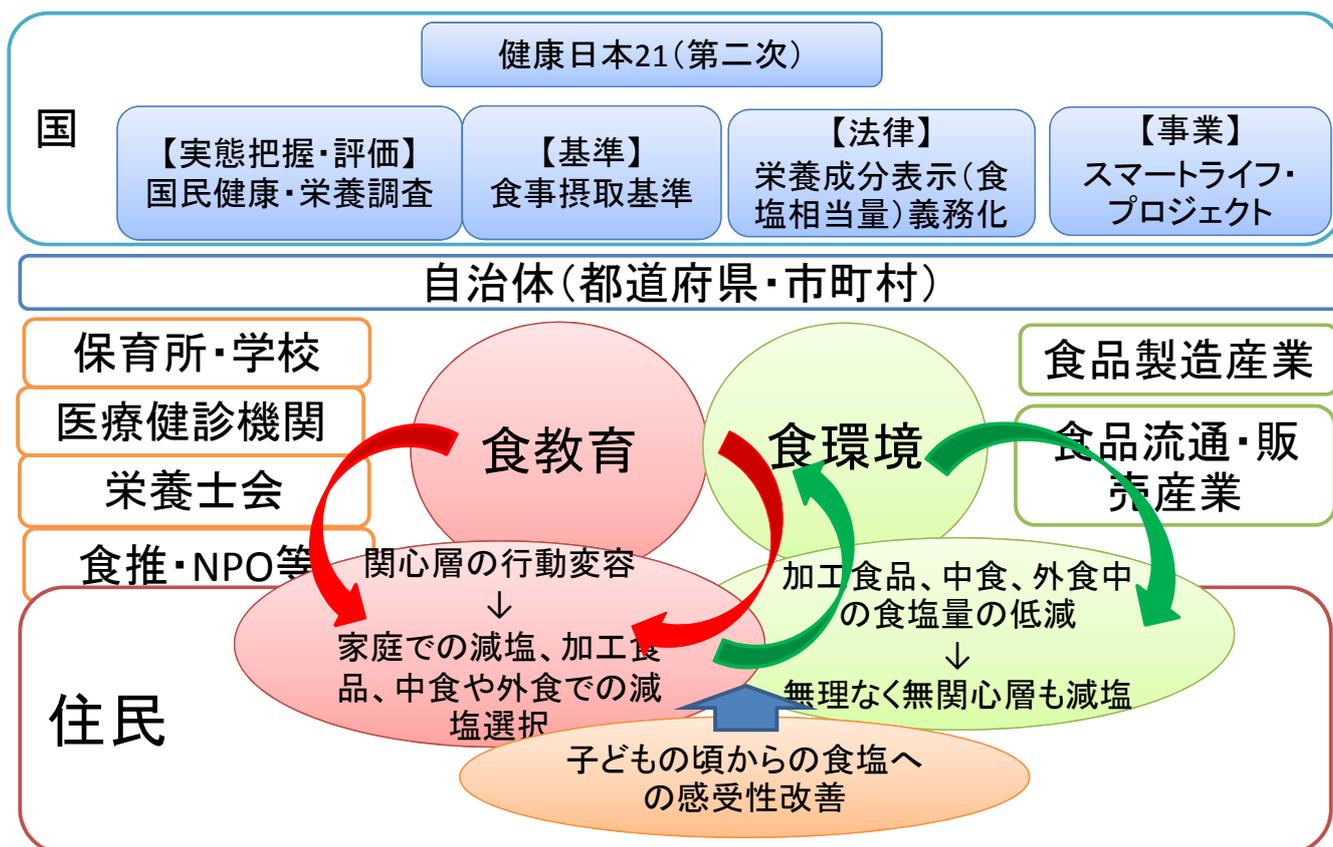
	目標項目	現状値	目標
ソーシャル キャピタル の向上	①地域のつながりの強化(居住 地域でお互いに助け合っている と思う国民の割合の増加)	①自分と地域の人たちと のつながりが強い方だと 思う45.7%	①65% (全世代が70歳以上の 現状値をめざす)
多様な活 動主体に よる自発的 取組の推 進	②健康づくりを目的とした活動に 主体的に関わっている国民の割 合の増加 ③健康づくりに関する活動に取組 み、自発的に情報発信を行う企 業数の増加 ④健康づくりに関して身近で専門 的な支援・相談が受けられる民 間団体の活動拠点数の増加	②健康や医療サービス に関係したボランティア 活動をしている人3.0% ③Smart Life Project企業 数420社 ④拠点数7134 (栄養ケアステーション、 健康支援薬局)	②25%(健康以外のボ ランティア実施率が25% であるため) ③3000社(2年間500社と して、10年間で2500社増 加) ④15000 (2倍へ)
健康格差 の縮小	⑤健康格差の実態を把握し、対 策に取り組む自治体の増加	⑤11都道府県	⑤47都道府県

3

良好な社会環境の構築に向けた循環(例)



減塩対策の考え方



新潟県の各主体による 脳血管疾患予防のための取組例

1. **県**:健康状態・健診データの県内の市町村間差の実態把握・対策
(にいがた減塩ルネサンス運動)
2. **県と市町村の協働**:食塩摂取行動の実態把握・対策
3. **市町村**:健康づくりボランティアが、自分の地区の実態把握・対策
(三条市)
4. **食生活改善推進委員**:近隣住民の味噌汁塩分測定により実態把握・対策
5. **新潟県内企業**:減塩食品製造と食品流通販売企業での販売促進

ポイント

- 実態把握と分析をすることで、**取組の主体**となる
- 異なる主体がつながる**ことで、スケールアップする
(広がり浸透、住民の主体化へ)

1. 県：健康状態・健診データの 県内の市町村間差の実態把握

平成26年度 新潟県 健康格差に関する検討事業

既存の健康指標と危険因子、生活習慣、関連指標を市町村単位でマッピングし分布を確認するとともに、健康指標と危険因子や生活習慣、関連指標との関連を分析。どのような市町村で健康状態が良いのかを把握し、地域機関での対策の資料とする。

<健康指標>

- 平均寿命
- 標準化死亡比(がん、心疾患、脳血管疾患)
- 年齢調整死亡率(がん、心疾患、脳血管疾患)



<危険因子・生活習慣(国保健診)>

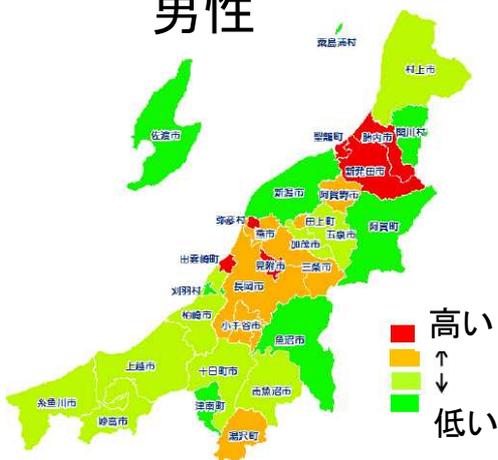
- 危険因子該当者割合(メタボ、腹囲、BMI、血圧、脂質異常、高血糖、HbA1c、肝機能等)
- 生活習慣(喫煙、運動、歩行、就寝前夕食、飲酒、睡眠、生活習慣改善取組)

<関連指標>

- 経済力(財政力指数、保護率)
- 1人あたり保健衛生費
- 産業構造
- 要介護認定者割合
- 特定健診実施率、保健指導実施率

例：新潟県内市町村の脳血管疾患の標準化死亡比(SMR)

男性



男性の脳血管疾患
SMRが高い

一人あたりの保健衛生費が低い
食推アプローチの住民カバー率が低い

女性



女性の脳血管疾患
SMRが高い

第2次産業従業者数割合が高い

2. 県と市町村の協働：食塩摂取行動の実態把握・対策

平成25年度

新潟県栄養政策立案・評価体制構築のためのデータ分析ワーキング設置
 県（県庁、3保健所）と7市（村上市、新発田市、新潟市、五泉市、見附市、三条市、佐渡市）が共同で高塩分摂取の要因となる食行動のチェックシート型調査票を作成。

平成26年度

17市町村（30市町村中）約7,000人
 高食塩摂取に関連する食行動の検証、自分の地域の特徴を把握。

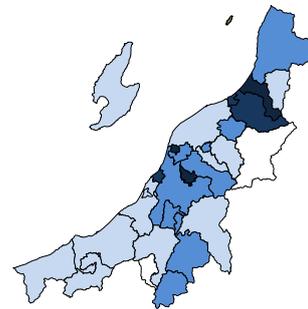
平成27年度

- 検証に基づき、県内市町村が共通に使える食塩チェックシート完成
- WG参加7市が重点取組計画
- 県の取組見直し計画

色がついている17市町村が調査に参加

★データ分析WG参加市

【参考】市町村別脳血管疾患SMR



3. 市町村：中学校区毎に健康づくりボランティアが自分の地区の実態把握・対策（三条市）

三条市健康推進員・食生活改善推進委員合同研修会

平成27年11月9日 参加者136人

三条市の地区（中学校区9地区）毎の健康推進員と食生活改善推進員と一緒に、自分の地域の課題（以下）と対策を考えた。

1 高血圧の実態（H25年度特定健診：国民健康保険・協会けんぽのデータから）

三条市特定健康診査受診者の血圧についての地区別比較

- ・基礎データ（健診対象者数、受診者数）
- ・特定健診受診率
- ・高血圧者の割合
- ・高血圧未治療者の割合 等

2 高血圧につながる生活習慣や健康意識

(1) 三条市健康づくりに関するアンケート（H26年度健診会場でのアンケート）

- ・主食、主菜、副菜を食べる
- ・塩分を減らすように気を付けているか
- ・野菜を積極的に食べようと思っているか
- ・「歩く」、「体を動かす」を意識的に行っているか

(2) H25・26TUNAGUパートナーシップ事業味噌汁塩分測定結果（三条市分）

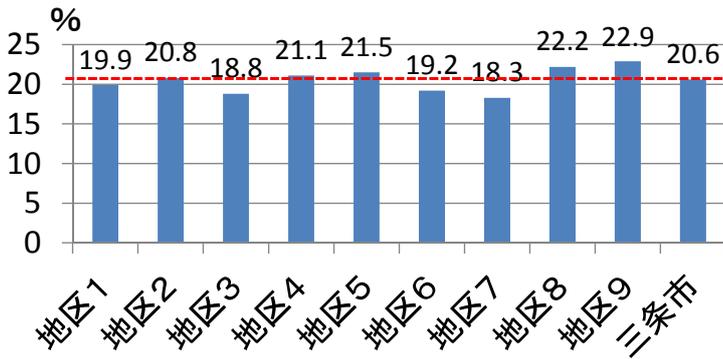
- ・1日に飲む味噌汁量
- ・味噌汁の塩分濃度
- ・味噌汁に入れる具の数

* 会員数：健康推進員305名（H27）、食生活改善推進委員243名（H27）

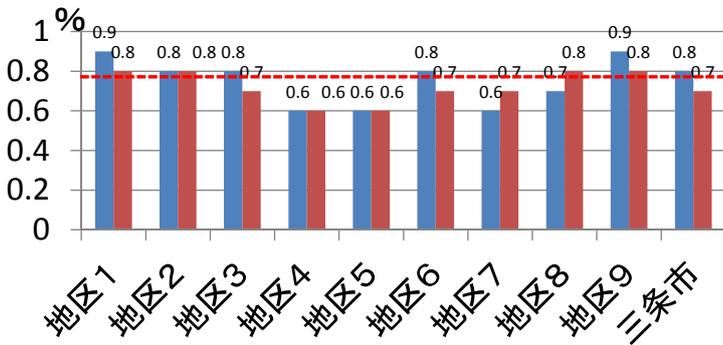
* 県内の減塩食品製造企業も参加し、減塩食品の試食と紹介も実施

例：中学校区別高血圧者割合と味噌汁塩分濃度

「高血圧」の範囲だった人の割合をみてみましょう
 (収縮期血圧140mmHg以上または拡張期血圧90mmHg以上)



H25、H26味噌汁の塩分濃度は？2年間継続実施者156人



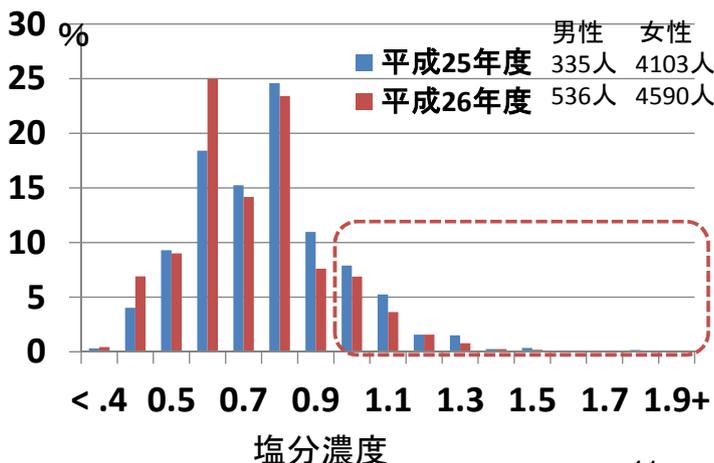
4. 食生活改善推進委員：近隣住民の味噌汁塩分測定で実態把握・対策

食生活改善推進委員つなぐパートナーシップ事業H25、H26

全国の食生活改善推進委員が自分の地域の味噌汁塩分濃度を測定する事業。
 新潟県では、測定と同時に減塩ルネサンスパンフレットを配布して啓発、
 追加で味噌汁の杯数と具の種類数を把握し集計

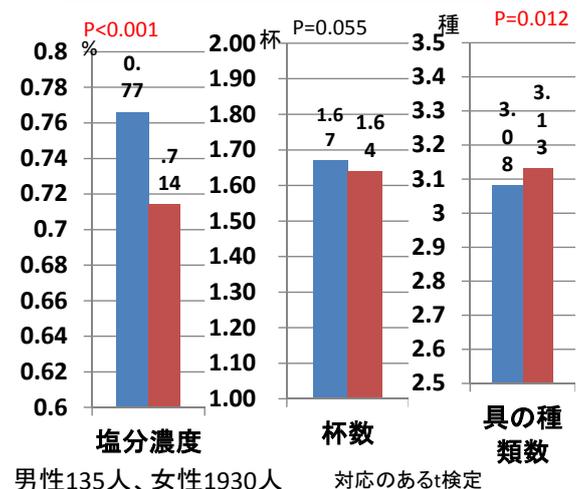
測定した全員の味噌汁の塩分濃度の分布

塩分濃度の平均値は平成25年度0.77%、平成26年度0.73%で有意に減少しました。濃度が1%以上の人は、17.1%から13.5%に有意に減少した。



H25～26継続対象者の変化

味噌汁塩分濃度は有意に低下、具の種類数は有意に増加、杯数に変化はみられなかった。



5. 食品製造企業による減塩食品の開発と販売 にいがた減塩ルネサンス運動との連携

ライフプロモート社

にいがた減塩ルネサンス運動
応援します!

食塩・化学調味料不使用

だしの素

「かつお節」の豊かな香りと「そうだかつお」のコク味
「食塩」「化学調味料」は使っていません。

食塩相当量比較 (小さじ1杯4g)

一般的な
顆粒風味調味料
(日本食品標準成分表2010より)

食塩相当量
1.6g

食塩・化学調味料不使用
だしの素

食塩相当量^{※1}
0.046g

食塩不使用だし



PREMIUMケチャップ
食塩無添加

塩分97%カット※日本食品標準成分表2010「ケチャップ」食塩相当量値との比較
新潟県産トマト使用!

健康寿命をのばそう!
Award 2012

健康寿命をのばそう!
アワード2012

応募受付は終了いたしました

優良賞

プロジェクト 水産練り製品における美味しい減塩商品の開発と積極的販売活動の推進

受賞者 一正蒲鉾株式会社

所在地 〒950-8735 新潟県新潟市東区津島屋 7-77
URL http://www.ichimasa.co.jp

電話 025-270-7111
E-mail ichimasa@oden.ne.jp

【取組・事業の概要と特徴】
主力商品の塩分カットで減塩の普及促進
一正蒲鉾株式会社では、水産練り製品の主力アイテムに美味しい減塩配合を組み込み、日本食品標準成分表2010の数値に対し塩分カット率20～50%を実現。業界No.1の売り上げのカニ風味かまぼこ・サラダスティックの塩分40%カットを実現。さらにさつま揚げ、まめかま、鰯入り太竹輪といった主力商品や人気商品の塩分カットを実行するとともに、これら減塩商品の季節に合わせた料理メニュー提案を積極的に展開。今後は商品の更なる減塩化と普及促進に努め、また揚げ物関連の脂質減の研究開発などを進めて、広く消費者の健康増進や生活習慣病予防への貢献を目指している。



亀田製菓
塩分50%カット
せんべい



食品流通販売企業による減塩食品販売促進

地元スーパーマーケットで減塩ルネサンスと連動した減塩キャンペーンと減塩食品のプロモーション。

- H27年 9月～：健康増進普及月間（食生活改善普及運動）にあわせて啓発ポップ作成・配付
- H27年12月～：県内スーパーチェーン4社65店舗にて随時展開
- H28年～：減塩商品の販売量の把握と分析により、地域で販売される食塩量の低減のモニタリングを検討

啓発用スイングポップ

▼「まずは1g塩を減らそう!」

女性 食塩1日あたり平均 7g 目標 (現状9.6g) 未達

男性 食塩1日あたり平均 8g 目標 (現状11.3g) 未達

まずは1g塩を減らそう!

QRコード

- 目をひく形状(風でゆれる)
- 食塩摂取量(目標、現状)の周知、食品表示の活用へつなげる
- QRコードで県ホームページへ誘導

スーパーでの掲示風景

いつもと変わらぬ塩味で
塩分50%カット
(ナトリウム)

にいがた減塩ルネサンス運動

減塩商品の陳列棚にメーカーとコラボした
ショーカードとスイングポップを掲示

減塩30%カット

減塩商品の陳列棚にメーカーとコラボした
ショーカードとスイングポップを掲示

健康寿命の延伸（脳血管疾患死亡の減少）、健康格差の縮小（市町村格差の縮小）

「**にいがた減塩ルネサンス運動**」～県民に途切れなく浸透、実践～
 目標：県民の1人1日当たり平均食塩摂取量2g減少とカリウム摂取量600mg増加
 ⇒県民の収縮期血圧平均値を2mmHg低下
 ⇒脳血管疾患死亡6.4%減、虚血性心疾患死亡数5.4%減

乳児・幼児

小学生・中学生・高校生

青年期
18歳～22歳頃

働く世代
親世代

高齢期

食推事業：
（塩分味覚
教育）

栄養教諭・学校栄養
職員とのコラボ事業

高校生向け啓
発事業（栄養
士会委託）

県
事
業

☆地域食育充実事業
 健康づくり支援店「塩分控えめメニュー」提供 ※県内17店舗（1,229店舗中コンビニ除く）
 特定給食施設指導（保育所、学校、事業所、病院、福祉施設等）※減ルネ認知度69.9%（2,555施設）

見える化モデル事業：
高塩分摂取者効果的なア
プローチ等研究事業

食推事業：TUNAGU
パートナーシップ
（汁物塩分濃度測）

市
町
村
・
職
域
事
業

栄養施策データ分析ワーキング（県・市町村等の協働事業）
 ⇒市町村と連携した高塩分摂取仮説の検証及び施策展開
 ◆モデル市町村でチェックリストと尿中Naを比較（尿中Naが高い人がチェッ
ク項目改善でNa低下するか検証）
 ◆健診・保健指導等での個人へのアプローチ（乳幼児健診、特定健診等）
 ⇒職域分野での施策展開
 健診・保健指導等での個人へのアプローチ

企
業
の
取
組

★食品製造業での減塩食品製造
 ★食品流通販売企業での減塩食品販売促進

栄養データ分析WGの役割（3年計画）

H25 新潟県の優先健康課題の明確化
 その要因分析、食生活との関連の仮説づくり



H26 仮説の検証（モデル市町村との協働）

- ①チェックリストの作成と検証
- ②食推TUNAGU事業と見える化モデル事業等の検証
- ③県民健康・栄養実態調査 調査項目の検討
高塩分となる食事と食行動をモニタリングに向けた準備

H27 「科学的根拠のある栄養施策」の全県的な展開

- ①市町村、学校、職域、医療等との連携
- ②県民健康栄養実態調査での質問票の実施
⇒次期調査時の評価（減ルネ達成状況H30）

H26に実施

H27に反映

H27に反映

H27に反映