

事例報告：福島県における食環境整備の取組について

福島県保健福祉部健康づくり推進課 主任栄養技師 渡辺春佳

資料3

令和6年7月19日
令和6年度都道府県等
栄養施策担当者会議

「第三次健康ふくしま21計画」がスタートし、重点スローガン「みんなでチャレンジ！**減塩・禁煙・脱肥満**」を掲げ、オールふくしまで改善に向けた取組を図る。栄養・食生活の分野では、特に減塩を推進するための事業を実施。

第三次健康ふくしま21計画（2024➤2035）

基本理念

これまでの成果

- ・保険者や企業など多様な主体による健康づくりの取組が進展
- ・FDB（福島県版健康データベース）による健康課題の見える化
- ・健民アプリやインセンティブなど新しい要素の導入

→県民の健康寿命は延伸

課題

- ・一部の目標項目、特に「肥満」や「飲酒」等の生活習慣に関する数値が悪化
- ・FDBの更なる活用
- ・悪化傾向にある指標改善に向けより実効性のある取組が必要

今後想定される社会変化

- ・総人口の減少、少子化・高齢化が更に進む
- ・女性の社会進出、働き方を始めとする個人・社会の多様化
- ・様々な分野におけるデジタルトランスフォーメーションの加速
- ・東日本大震災・原子力災害からの復興・再生の進展
- ・新たな感染症や自然災害等による健康危機への対応

基本理念

誰もがすこやかにいきいきと活躍できる
笑顔あふれる健康長寿ふくしまの実現

基本方針

- ①全ての県民に対し個々の状況に応じた最適な健康づくり施策の展開
- ②健康課題・健康指標の改善につながるより実効性のある取組の推進

基本目標と主要施策

- 「健康寿命の延伸と健康格差の縮小」を基本目標に位置付け、主要施策を展開
- 「**肥満・食塩・喫煙**」の3点を重点的に改善を図る健康課題に位置付け、重点スローガン「みんなでチャレンジ！**減塩・禁煙・脱肥満**」を設定
- 合計95の目標項目・目標値を設定

<施策体系図>

基本目標

健康寿命の延伸と健康格差の縮小

重点スローガン

みんなでチャレンジ！**減塩・禁煙・脱肥満**

主要施策1 個人の行動と健康状態の改善

1-1 生活習慣の改善

(1)**栄養・食生活** (2)身体活動・運動 (3)休養・睡眠
(4)飲酒 (5)喫煙 (6)歯・口腔の健康

1-2 生活習慣病の発症予防・重症化予防

(1)がん (2)循環器病 (3)糖尿病 (4)COPD

1-3 生活機能の維持・向上

主要施策2 社会環境の質の向上

2-1 社会とのつながり・こころの健康の維持・向上

2-2 **自然に健康になれる環境づくり**

2-3 誰もがアクセスできる健康増進のための基盤づくり

主要施策3 ライフコースアプローチを踏まえた健康づくり

3-1 子ども
3-2 高齢者
3-3 女性

主要施策4 東日本大震災・原子力災害の影響に配慮した健康づくり

ふくしまおいしく減塩緊急対策事業

福島県の現状

《福島県民の健康指標の現状》

東日本大震災以降、県民の健康指標は大きく悪化したが、現在もメタボ該当者の割合は全国ワースト4位、急性心筋梗塞死亡率は男性が全国ワースト7位、女性が全国ワースト9位など、高塩分摂取がリスクとなる健康指標が悪い状態が続いている。

《福島県民の食塩摂取量》

平成28年国民健康・栄養調査結果では、一日当たりの摂取量が男性11.9g・女性9.9gであり、国の平均値及び目標量を上回っており、男女ともに全国ワースト2位の状況である。

《「第三次健康ふくしま21計画」の目標項目（抜粋）》

1日当たりの食塩摂取量の減少 (20歳以上)	男性	11.9g (H28)	→	7.5g (R14)
	女性	9.9g (H28)	→	6.5g (R14)

《福島県民の食行動の課題》

令和4年度福島県食行動実態把握調査で、働き盛り世代で肥満に該当する人の特徴で「減塩に対する行動・態度・意識が少ない」との分析結果が得られた。

減塩に関する主な食行動

- ①ラーメンや麺類の汁を飲む量：全部飲む（肥満24.2%、肥満でない12.8%）
- ②味がついている料理にさらに醤油等をかけて食べるか：
ぜんぜんない（肥満28.2%、肥満でない38.6%）
- ③濃い味付けのものを好んで食べるか：
ほとんどいつも＋ときどき（肥満62.4%、肥満でない52.5%）

《これまでの食の取組・課題》

これまで食の取組では、「ふくしま“食の基本”」の普及啓発やモデル的にスーパー・給食施設における自然に減塩できる食環境整備を推進してきた。

県民の食塩摂取量を減少させるためには、県民総ぐるみで「減塩」に取り組む気運醸成を図る必要があることから、関係団体と連携した取組を強力に展開する。

事業の概要

健康長寿の実現に向け、働き盛り世代の県民の食塩摂取量の実態を把握するとともに、県民の塩分の過剰摂取の改善につながる普及啓発等を行うなど、誰もがおいしく減塩できる食環境づくりを推進する。

食環境の整備

県民に知ってほしいこと

①食事の適量 ②適切な塩分濃度

新聞・メディア・地域で

- 定期的な情報発信、関心を高める仕掛け、簡単にできる手法の発信等



スーパーで

- おいしく適塩な惣菜等の開発と販売
- ベジ・ファーストの実践を促す環境づくり



事業所で

- 食塩摂取量の実態把握
- 従業員の適塩＋適量教育



自然に健康になれる食環境づくり

働き盛り世代へのアプローチ

ネットワーク強化会議で推進体制を整備

企業等を巻き込んだ食環境づくりを推進

これまでの取組・庁内外との連携

	H25	～	H30	R1(H31)	R2	R3	R4	R5	R6
庁内			○知事をトップとした「健康長寿ふくしま会議」を設置 ➤各専門分野の団体等が食・運動・社会参加に視点を置いた健康づくりにオール福島で取り組むために設置。						
			○健康長寿ふくしま トップ会談等 開催				R4 健康長寿ふくしま 「食」のトップ会談 2023年2月9日 / ウェディングエルティ スクエアルーム 健康長寿ふくしまを実現する食環境づくりへの挑戦 健康長寿ふくしま「食」のトップ会談  内堀雅雄知事、ヨークベニマルの真船幸夫社長、幸楽苑ホールディングス(HD)の新井田昇社長は2月、福島市で「健康長寿ふくしま「食」のトップ会談」に臨み、食を通じた県民の健康づくりに意見を交わしました。県総合計画にある「全国に誇れる健康長寿県」の実現に向け、3氏が発した言葉の一部を紹介します。 知事と県内のスーパーマーケット、外食産業の代表が食を通じた県民の健康づくりについて対談。 官民が連携して健康的な食環境づくりを推進する契機に！		
庁外			福島県食育応援企業団の登録						
			スーパーマーケット、食品メーカー、流通関係者、報道機関等 61社 ➤企業団や市町村等との交流会・セミナー等を開催し、連携強化を図ってきた						
							スーパーと連携し、減塩総菜の開発・販売の検証の取組 ➤R2～3：1社、R4：5社、R5：4社		

減塩推進
のための
会議体を
構築

事業実施の背景

国の動き	県の計画	食の取組 成果・課題等
厚生労働省「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」 ➤ 参画企業等の行動目標として「減塩」が必須。 健康日本21（第三次） ➤ 指標 「健康的で持続可能な食環境づくりのための戦略的イニシアチブ」に登録されている都道府県数	福島県総合計画 ➤ 具体的に解決を進めるべき本県の現状と課題3つのうち「人口減少対策」 人口減少対策（＝地方創生） ・ 急激な少子高齢化への対応 ・ 魅力的な教育環境の整備 ・ <u>健康づくりの必要性</u> ・ 若者の東京圏への流出抑制 ・ 高齢者や女性など多様な人材の活躍 ・ 日常生活に必要なサービスの維持 ・ 本県への移住・定住の推進 第三次健康長寿ふくしま21計画 ➤ 重点的に改善を図るべき健康課題「肥満・食塩・喫煙」	○ バランスの良い食事＋減塩啓発を中心とした取組 →（課題）成果・評価が難しい ○ 県民の食行動調査（減塩に対する行動） → 食べ過ぎ、濃い味好みといった食行動の課題を把握 ○ スーパーとの食環境づくりの検証 →（成果）マイナスの影響は少なく、自然に健康になれる環境づくりの手法として有効な可能性あり ★リソース★ 福島県食育応援企業団 知事との対談やセミナー等で健康的な食環境整備を推進するコンセンサスを得た

事業実施の追い風に！

企業・市町村・関係団体等とのネットワークを強化し、さらなる連携を図りながら、減塩を推進するための食環境整備に取り組む