



元気とめ食育21計画

(第4期)

～ 登米市健康増進計画・食育推進計画 ～

令和3年度～令和7年度



元気

とめ食育21



令和3年3月

宮城県登米市

安全安心な暮らしが支える 笑顔で健康に「いきる」まちづくりのために



健康で心豊かに生活を送ることは、私たちの共通の願いです。

日本人の平均寿命が延びる一方、生活習慣病が起因すると考えられる病気も増加傾向にあります。これらの病気は、寝たきり、要介護者の増加につながり、我が国において、深刻な社会問題となっています。また、急速な少子高齢化と生活・労働環境の変化、個人の生活様式や人間関係の希薄化などから、こころの健康問題も生じやすくなっております。

本市では、平成28年3月に「元気とめ食育21計画（第3期）」を策定し、「0次予防からの健康推進」「健康寿命の延伸」「豊かな食の継承」を基本方針として、生活習慣病の予防や認知症予防、食育の推進に取り組んでまいりました。

また、この計画を市民の皆様と共に着実に推進するにあたり、令和2年2月には「元気とめ！健康づくり宣言」を行い、個人・地域・関係機関・企業等と協働して、地域ぐるみの健康づくり活動を行っております。

このたび策定いたしました「元気とめ食育21計画（第4期）」では、前計画の基本方針をさらに推し進め、あらたに「『協働』による健康なまちづくり・食育の推進」を基本方針のひとつに掲げて、“安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり”の実現に向け全力で取り組んでまいります。

結びに、計画策定にあたり、貴重なご意見やご提言をいただきました市民の皆様を始め、さまざまな角度からご協議いただきました登米市健康なまちづくり推進協議会及び健康なまちづくり推進協議会検討委員会、登米市食育推進会議及び食育推進会議ワーキンググループの委員の皆様にご心から感謝申し上げます。

令和3年3月

登米市長 熊谷盛廣

元気とめ食育21計画(第4期)目次

第1章 計画策定の趣旨	1
1 はじめに.....	2
2 計画の位置づけ.....	3
3 第4期計画の策定にあたって.....	4
◇こんな登米市だといいな.....	5
4 計画の期間及び進行管理.....	6
第2章 現状と課題	7
1 主な統計.....	
(1) 人口について.....	8
(2) 出生について.....	9
(3) 死亡について.....	10
(4) 平均寿命と健康寿命について.....	12
(5) 高齢者世帯について.....	13
(6) 検診(健康診査)について.....	14
(7) 母子保健について.....	16
(8) 食育について.....	17
(9) 肥満について.....	18
(10) 歯科保健について.....	21
(11) 国民健康保険の医療費について.....	23
(12) 介護保険の要介護認定者数について.....	24
2 第3期計画の評価概要.....	25
◇第3期計画指標達成状況.....	27
すこやか成長期.....	27
はつらつ躍動期.....	28
いきいき満足期.....	29
3 登米市の健康課題.....	30

第3章 基本方針及び基本目標	31
1 基本方針.....	32
2 基本目標.....	32
3 基本方針及び基本目標の体系図.....	33
第4章 健康増進計画 具体的な取組	35
1 ライフステージ各期の取組.....	36
(1) すこやか成長期(0歳~18歳).....	36
(2) はつらつ躍動期(19歳~64歳).....	45
(3) いきいき満足期(65歳以上).....	53
2 評価指標と目標値一覧表.....	59
第5章 食育推進計画 具体的な取組	61
1 目標ごとの取組.....	63
(1) 健全な食生活を育もう.....	63
(2) 登米の培われてきた食文化を次世代につなごう.....	66
(3) 登米の豊かな食材を知ろう.....	68
2 ライフステージに応じた食育の取組.....	70
3 評価指標と目標値一覧表.....	77
資 料 編	78
1 第3期計画の評価指標に対する資料.....	79
2 登米市健康なまちづくり推進協議会設置要綱.....	85
3 登米市健康なまちづくり推進協議会委員名簿.....	87
4 登米市食育推進会議条例.....	88
5 登米市食育推進会議ワーキンググループ設置要綱.....	90
6 登米市食育推進会議委員名簿.....	91
7 元気とめ!健康づくり宣言.....	92

第1章

計画策定の趣旨

- 1 はじめに…………… 2
- 2 計画の位置づけ…………… 3
- 3 第4期計画の策定にあたって…………… 4
- 4 計画期間及び進行管理…………… 6

1 はじめに

平成28年度から令和2年度までの5年間を計画期間として策定した「元気とめ食育21計画（第3期）」（以下「第3期計画」という。）では、国、県の「健康日本21」及び「食育推進計画」を受け、また「第二次登米市総合計画」（以下「第二次総合計画」）に掲げる「安全安心な暮らしを支える笑顔で健康に『いきる』まちづくり」を基本方向として、市民一人一人が生き生きと満足した人生を送ることができるよう、健康増進並びに食育推進を包括した総合的な計画を策定し、各種施策を推進してきました。

人口減少や少子高齢化の進行など私たちを取り巻く環境は変化し、医療・介護ニーズは今後ますます高まることが予想されます。市民一人一人が日頃から健康に関心を持ち、健康で長生きできるよう、市民や地域、行政等の協働による健康なまちづくりへの取組が、これまで以上に求められてきています。

そこで、第3期計画の基本方針を引き続き推進し、第3期計画で掲げた目標の評価を踏まえ、「元気とめ食育21計画（第4期）」を策定するものです。

【 元気とめ食育21計画 】

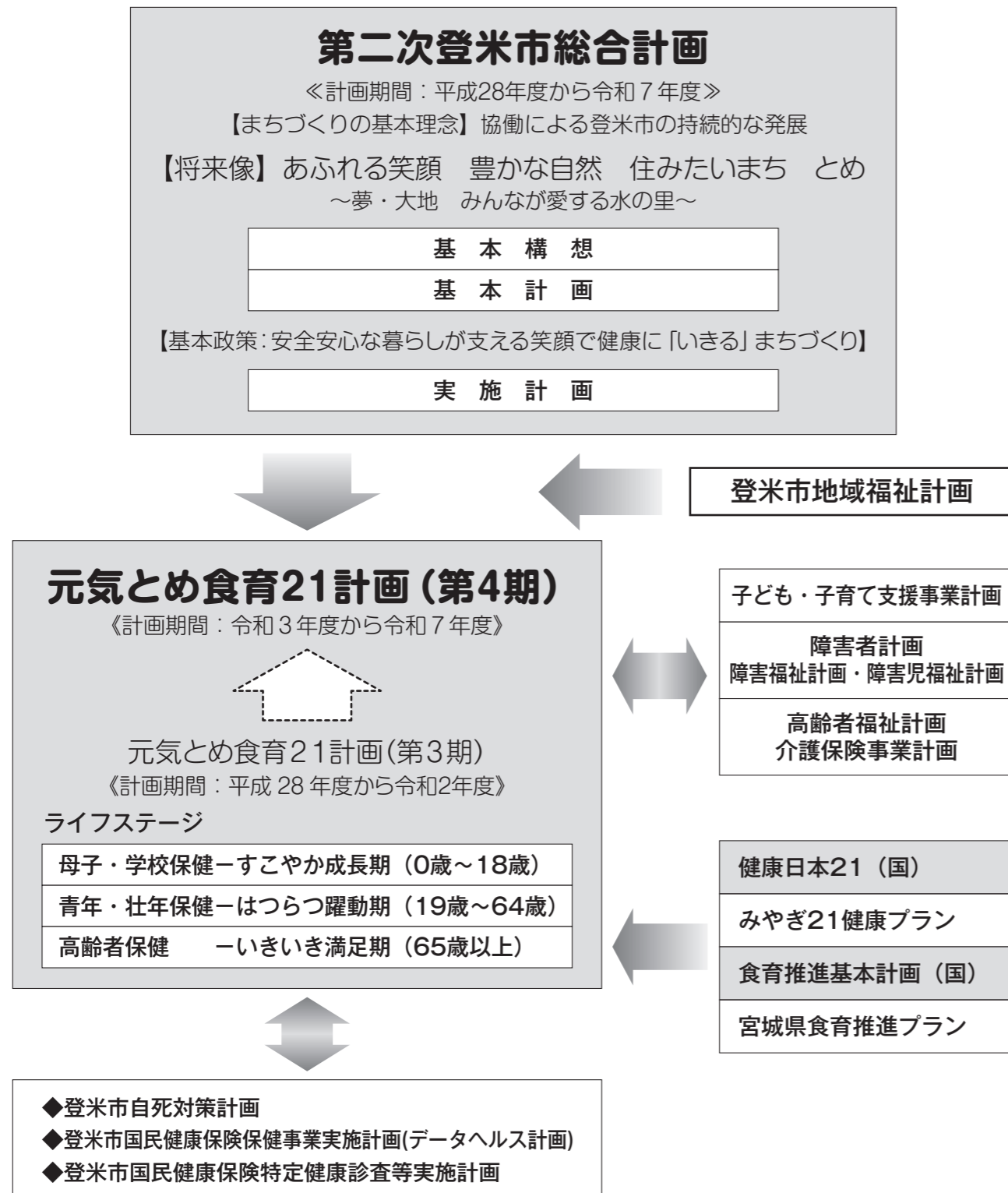


4つ葉のクローバーの意味

- ・成長(すこやか)
- ・躍動(はつらつ)
- ・満足(いきいき)
- ・食育(ゆたか)

2 計画の位置づけ

本計画は、健康増進法に基づいた国の「21世紀における国民健康づくり運動（健康日本21）」及び県の「第2次みやぎ21健康プラン」、さらに食育基本法に基づいた国の「食育推進基本計画」及び「第3期宮城県食育推進プラン」を受けた市町村計画であるとともに、本市の第二次総合計画に基づいた部門別計画に位置づけられるものです。



3 第4期計画の策定にあたって

「元気とめ食育21計画（第4期）」（以下「第4期計画」という。）の策定にあたっては、上位計画である第二次総合計画の内容を基本とし、第3期計画に掲げる基本構想（基本方向、基本方針）を見直しながら、国、県の動向を踏まえ、必要に応じた新たな指標や目標数値の設定及び推進方策等を見直しを行い策定したものです。

計画の特徴としては、次の6項目が上げられます。

- (1) 「健康増進計画」と「食育推進計画」をひとつにした計画
両計画の目指すべき方向性は同じであり、健康づくりと食育を総合的かつ一体的に推進するため、第3期計画に引き続き、ひとつの計画といたしました。
また、食育については「食育の環（わ）（*1）」を活かし食べる力を育むことを目指し、新たに第5章として整理しました。
- (2) 市民の声を反映した計画
計画の策定にあたっては、市民の意見を参考に、市民の目線からの「目標」を設定し、それぞれの目標を達成するためにはどのような取組を行えばいいのかを体系的に整理しました。
- (3) ライフステージに沿った計画
すこやか成長期（0歳～18歳）、はつらつ躍動期（19歳～64歳）、いきいき満足期（65歳以上）のそれぞれのライフステージの特徴をまとめ、各ステージの特徴に沿った計画としました。
- (4) 市民の行動指針となる計画
目標に向かって、本人・家族、地域、学校等・行政ができることを明確化した上で、市民のつながりを大切にしそれぞれの立場で健康づくり・食育推進の実践が行える計画としました。
- (5) 「元気とめ！健康づくり宣言」の実現に向けた計画
令和2年2月に策定した「元気とめ！健康づくり宣言」では、身近な人達とともに、地域・団体・企業・行政が協働して健康なまちづくりを目指しており、この実現に向けた計画としました。
- (6) SDGs（持続可能な開発目標）の考え方を取り入れた計画
SDGsは「だれ一人として取り残さない」社会を目指しており、第二次登米市総合計画におけるまちづくりの基本計画にも取り入れられています。本計画においても、SDGsの取組を推進するものです。

<用語解説>

(*1) 食育の環：生産から食卓までの「食べ物の循環」、子どもから高齢者、そして次世代へといった「生涯にわたる食の営みの循環」を示します。また、食育は、豊かな自然、先人から受け継がれてきた文化、社会経済といった環境と密接な関係を持ち、生活の場としての地域とのつながりとも関連しています。

こんな登米市だといいな

元気とめ食育21計画の主役は市民のみなさんです。
令和元年10月から12月に地域での健康教室や乳幼児健診等の健康づくり事業に参加された829名の方に「こんな登米市だといいな」という大切な声をいただきました。本計画では、この大切な声をもとに策定いたしました。

笑顔ですこやかに暮らす

【本人・家族】



- ・家族であいさつをしている。
- ・家族同士が自分の気持ちを言いあえる。
- ・家族一人一人がありのままの自分でいられる。
- ・自分を受け止めてくれる人がいる。
- ・役割を持って生活している。
- ・自分も家族も大切にすることができる。
- ・自分がやりたいことをやっていける。
- ・信頼しあえる。

【地域】

人と人がつながりながら暮らす

- ・子ども同士が仲良く遊べる。
- ・笑顔であいさつを交わしあえる。
- ・相談できる人がいる。
- ・気軽に集まれる場所がある。
- ・お互いさまの気持ちで声をかけあえる。
- ・隣近所と常に話ができる。
- ・世代交流を盛んにしている。
- ・地域行事での活動に参加している。
- ・地域の文化・歴史・伝統が継承されている。

安全・安心に暮らせる

- ・子どもたちが元気に遊び、のびのび育つ。
- ・安心して子どもを産み育てられる。
- ・明るく元気に楽しく暮らせる。
- ・自分らしい生活ができる。
- ・高齢者も障害のある方も安心して活動できる。
- ・社会資源が充実しており、自分に必要な育児、保健、医療、福祉、介護サービスを受けられる。

健康に生活できる

- ・自分の健康は自分で守るという意識を持っている。
- ・地域の中で健康づくり活動が行われている。
- ・生きがいを持ち楽しく暮らせる。
- ・笑顔で暮らせる。
- ・年代を問わず誰でも楽しめる場がある。
- ・豊かな自然を生かしたイベントが多い。

自分も相手も大切にす

- ・困ったときに、いつでも話ができる。
- ・近所の人と気軽に話ができる。
- ・お互いが何でも話せる、相談できる。

食に恵まれている

- ・栽培や収穫等の体験を通して食の大切さを感じられる。
- ・郷土料理が受け継がれる。

4 計画の期間及び進行管理

(1) 計画の期間

本計画の期間は、令和3年度から令和7年度までの5年間とします。なお、国の動向や社会情勢の変化等により、必要な場合には見直しを行います。

(2) 計画の進行管理

この計画を着実に推進するため、「登米市健康なまちづくり推進協議会」「登米市食育推進会議」等において、事業の進捗状況や目標達成状況等を審議し、計画の進行管理を行うこととします。

第2章

現状と課題

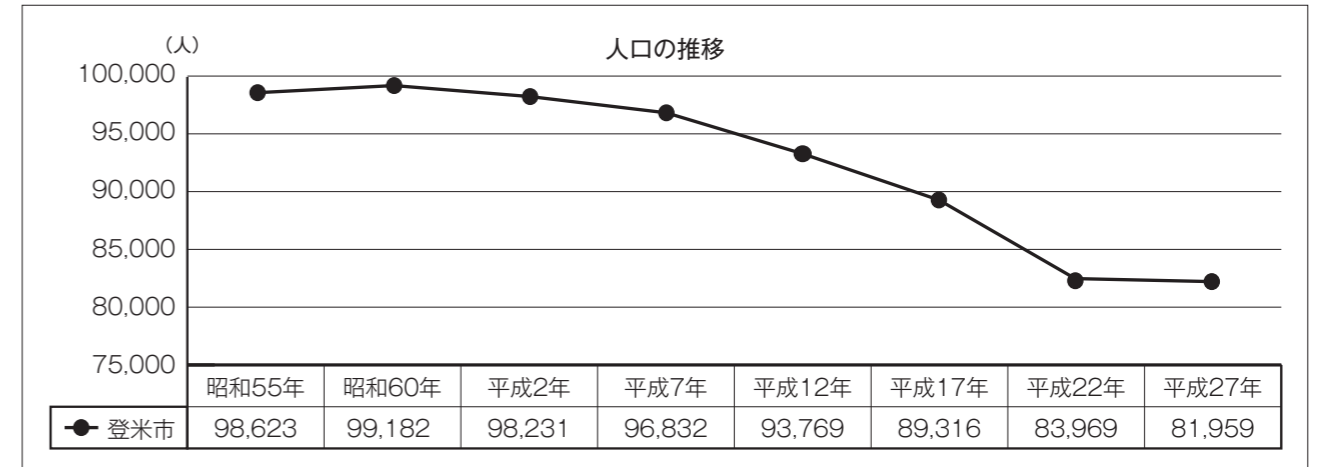
- 1 主な統計…………… 8
 - (1) 人口について…………… 8
 - (2) 出生について…………… 9
 - (3) 死亡について…………… 10
 - (4) 平均寿命と健康寿命について…………… 12
 - (5) 高齢者世帯について…………… 13
 - (6) 検診（健康診査）について…………… 14
 - (7) 母子保健について…………… 16
 - (8) 食育について…………… 17
 - (9) 肥満について…………… 18
 - (10) 歯科保健について…………… 21
 - (11) 国民健康保険の医療費について…………… 23
 - (12) 介護保険の要介護認定者数について…………… 24
- 2 第3期計画の評価概要…………… 25
 - ◇第3期計画指標達成状況について…………… 27
- 3 登米市の健康課題…………… 30

1 主な統計

(1) 人口について

① 人口の推移

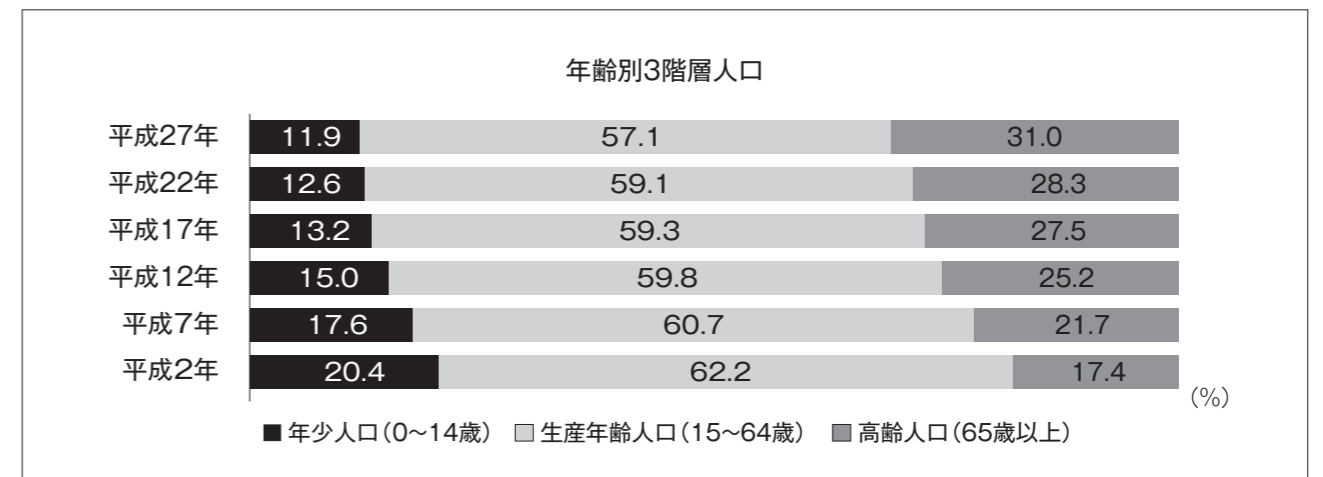
本市の人口は、平成27年国勢調査において81,959人で、平成22年の国勢調査人口と比較すると2,010人の減となっており、人口減少が続いている状況にあります。



資料：総務省「国勢調査報告」（各年10月1日現在）

② 年齢別3階層人口構成推移

年齢別3階層人口構成では、年少人口、生産年齢人口の割合が年々減少しており、特に生産年齢人口の割合は、平成22年は59.1%でしたが、平成27年には57.1%となり減少しています。これに対して高齢人口は、平成22年28.3%から平成27年は31.0%へと増加し、本市の少子高齢化は進行しています。

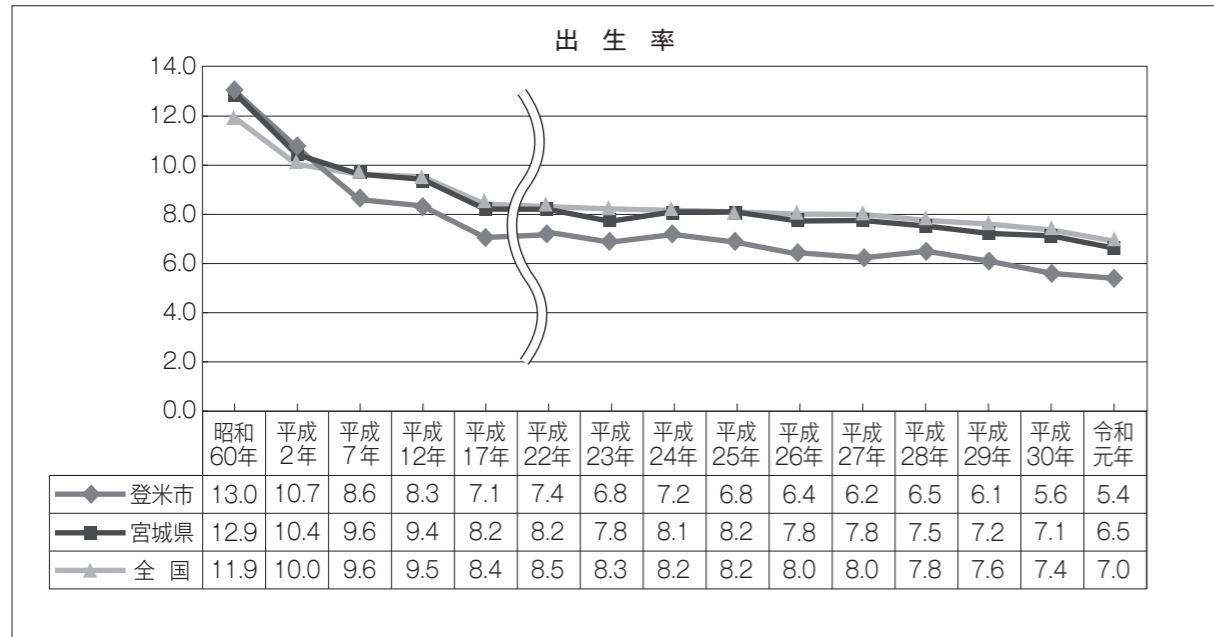


資料：総務省「国勢調査報告」（各年10月1日現在）

(2) 出生について

① 出生率（人口千対）

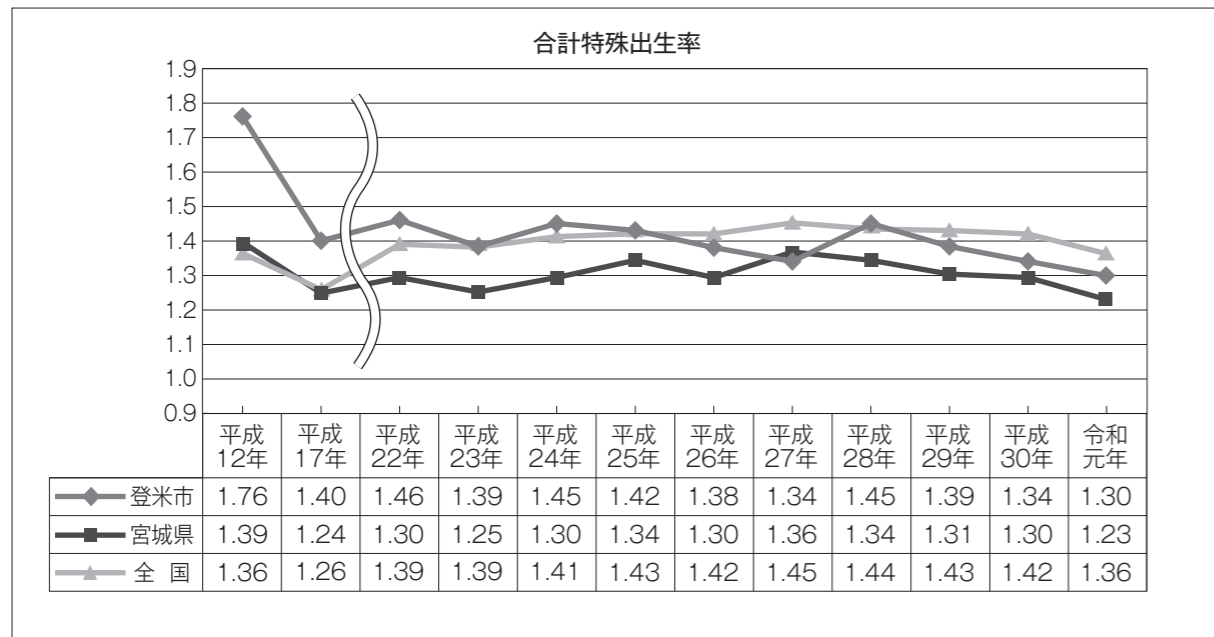
全国的には緩やかに減少しており、本市においても同様の傾向がみられ、令和元年はこれまでで最も低い5.4となっています。



資料：衛生統計年報

② 合計特殊出生率

平成24年までは全国・県を上回っていましたが、その後全国水準より下回り、令和元年には、1.30になっています。



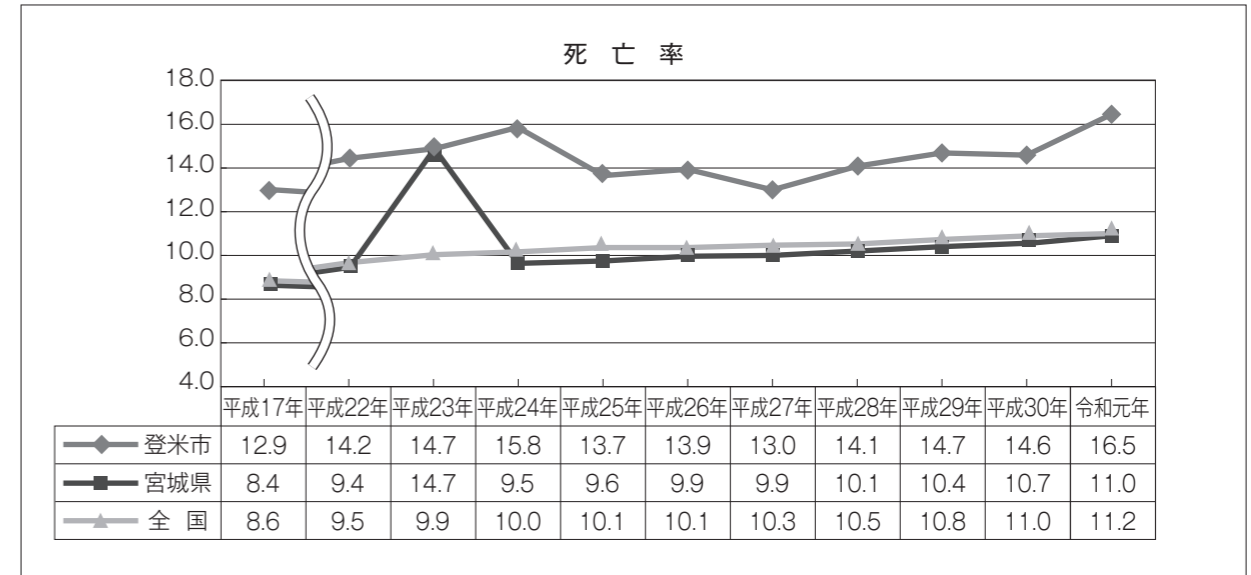
資料：衛生統計年報

※合計特殊出生率……女性の年齢別出生率の合計で、一人の女性がその年次の年齢別出生率で一生の間に生むとした時の子どもの数。

(3) 死亡について

① 死亡率（人口千対）

本市の死亡率は、県、全国と比べ高い値で推移しており、令和元年には、国より5.3ポイント、県より5.5ポイント高い状況にあります。



資料：人口動態統計

② 主要死因別死亡数（人）・率（人口10万対）の状況

本市の死因別死亡率では、悪性新生物・心疾患・脳血管疾患・老衰が特に高い値を示しており、死亡数の約6割を占めています。

【平成29年】

死 因	登 米 市		宮 城 県		全 国	
	死亡数(人)	死亡率	死亡数(人)	死亡率	死亡数(人)	死亡率
悪 性 新 生 物	310	382.9	6,716	291.4	373,334	299.5
心疾患(高血圧性を除く)	203	250.7	3,880	168.3	204,837	164.3
脳 血 管 疾 患	132	163.0	2,369	102.8	109,880	88.2
老 衰	121	149.5	2,032	88.2	101,396	81.3
肺 炎	86	106.2	1,323	57.4	96,841	77.7
不慮の事故	35	43.2	645	28.0	40,329	32.4
腎 不 全	23	28.4	397	17.2	25,134	20.2
自 殺	20	24.7	389	16.9	20,465	16.4
糖 尿 病	14	17.3	227	9.8	13,969	11.2
慢性閉塞性肺疾患	13	16.1	279	12.1	18,523	14.9
大動脈瘤及び解離	12	14.8	392	17.0	19,126	15.3
肝 疾 患	12	14.8	254	11.0	17,018	13.7
高血圧性疾患	7	8.6	195	8.5	9,567	7.7
喘 息	0	0.0	27	1.2	1,794	1.4
結 核	0	0.0	20	0.9	2,306	1.9

資料：衛生統計年報

③ 3大死因標準化死亡比

高齢者の割合が高い地域では、死亡率が高くなるため、年齢を調整した年齢調整死亡率や標準化死亡比（SMR）で地域を見ていく必要があります。

平成25年から平成29年のSMRを見ると、全死因は男性103.6、女性103.3で、男女とも県平均より高いものの、平成24年までの値よりも低くなっています。また、本市の脳血管疾患は、改善傾向にあり、特に女性は県より低くなっていますが、全国と比べて高い数値を示しています。

市町村	暦年	全死因		悪性新生物数		悪性新生物の内訳								心疾患		脳血管疾患	
		男	女	男	女	胃		大腸		肝及び肝内胆管		気管、気管支及び肺		男	女	男	女
						男	女	男	女	男	女	男	女	男	女	男	女
登米市	平成15～19	117.6	115.5	113.4	93.3	107.4	81.0	103.5	87.5	64.7	94.7	116.4	74.5	108.7	118.0	150.5	148.5
	平成20～24	115.3	116.1	98.3	99.7	82.3	99.9	98.6	102.4	61.9	89.8	100.6	81.1	106.5	108.3	165.2	156.9
	平成25～29	103.6	103.3	100.2	92.8	94.9	76.5	96.1	92.6	98.6	84.0	86.7	86.2	96.7	99.7	139.8	110.6
宮城県	平成15～19	100.6	100.4	99.3	99.2	98.4	93.1	99.1	111.8	71.0	76.9	101.0	91.4	100.4	99.5	115.8	115.1
	平成20～24	107.0	111.9	97.5	95.2	95.2	93.9	96.1	109.6	71.7	81.6	101.7	97.4	98.7	96.9	119.7	120.6
	平成25～29	96.4	99.0	97.7	97.8	96.6	92.4	91.7	103.6	82.6	84.7	101.5	93.1	100.2	97.3	114.3	115.3

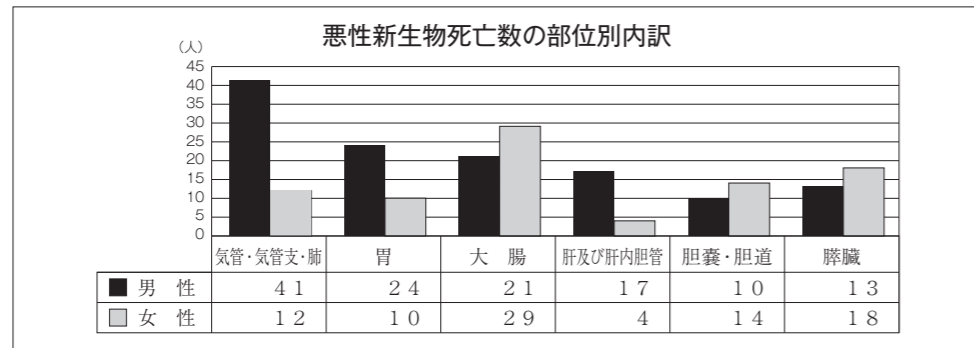
資料：人口動態統計

※標準化死亡比（SMR）：死亡率は通常年齢により違いがあることから、異なった年齢構成を持つ地域別の死亡率を標準的な年齢構成に合わせて比較するため、国の平均を100として指標化したもの。

④ 悪性新生物による死亡

平成29年の悪性新生物死亡数を部位別にみると、男性では「気管・気管支・肺」が41人と最も多く、以下「胃」「大腸」「肝及び肝内胆管」の順となっています。女性では「大腸」が29人と最も多く、以下「膵臓」「胆嚢・胆道」の順となっています。

【平成29年】

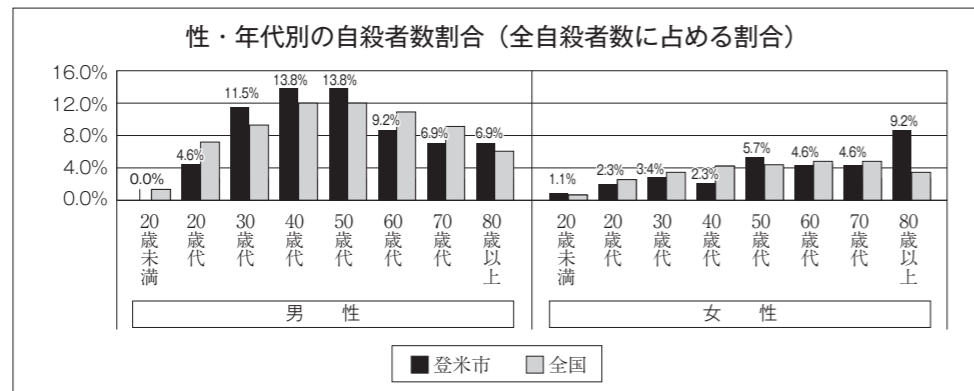


資料：衛生統計年報

⑤ 自殺者の割合

市全体の自殺者数の中で、30～50歳代の男性が39.1%、70歳以上男女が27.6%を占め、働き盛りの男性と高齢者の割合が高くなっています。

【平成26年度～平成30年度】



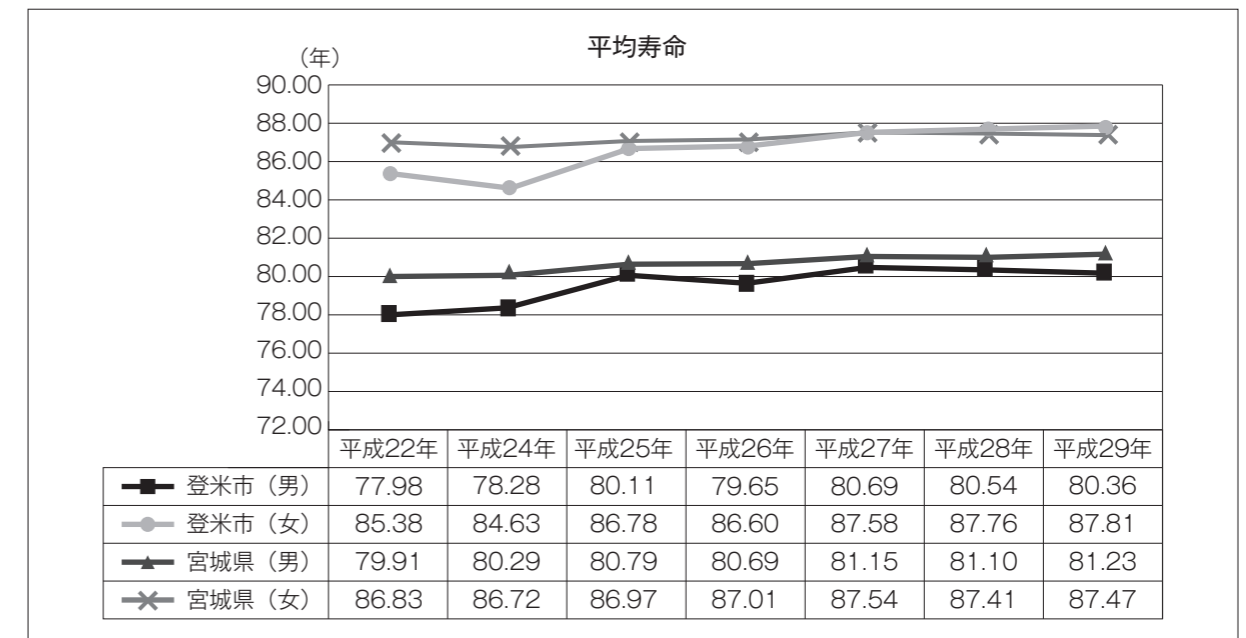
資料：自殺総合対策センター「地域自殺実態プロファイル（2019更新版）」

④ 平均寿命と健康寿命について

本市の平均寿命は、平成22年から比較すると男女とも少しずつ上昇し、平成29年には、男性80.36年、女性87.81年となっており、県と比較すると、男性が0.87年低く女性は0.34年上回りました。

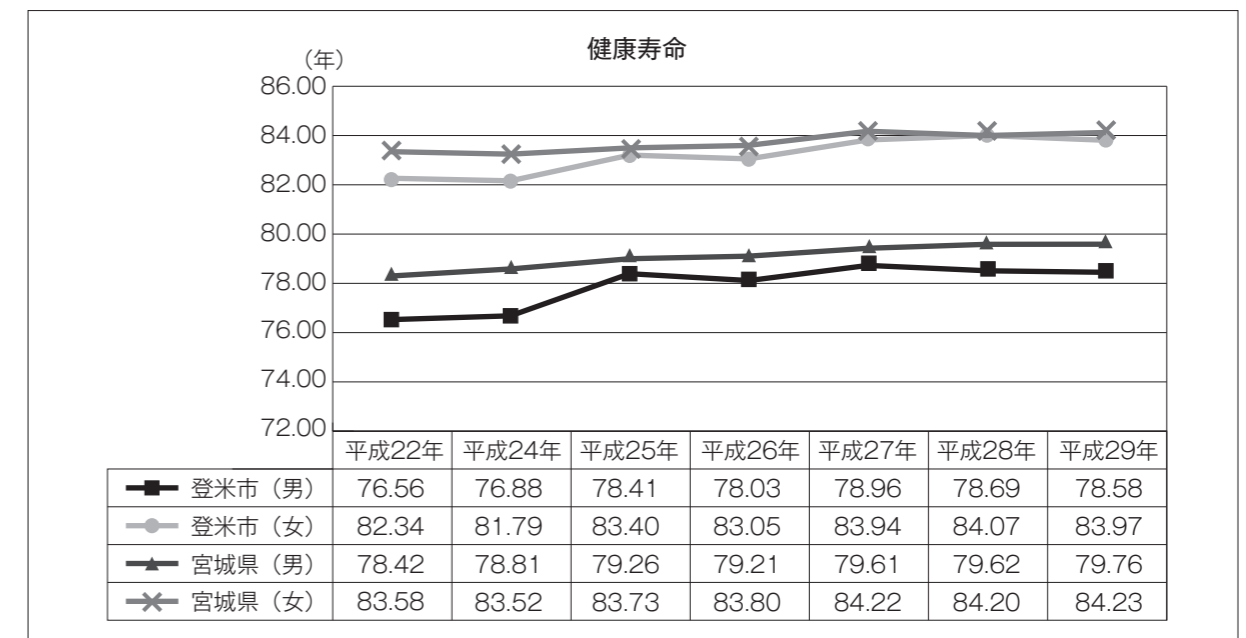
健康寿命は、平成29年には男性78.58年女性83.97年となっており、同様に県と比較すると男性が1.18年、女性は0.26年低くなっています。また、平成29年において、本市での平均寿命と健康寿命の差は男性1.78年（県：1.47）、女性3.84年（県：3.24）と県よりも差が大きくなっています。

① 平均寿命



資料：平成22～26年：宮城県、平成27～29年：データからみたみやぎの健康

② 健康寿命



資料：平成22～26年：宮城県、平成27～29年：データからみたみやぎの健康

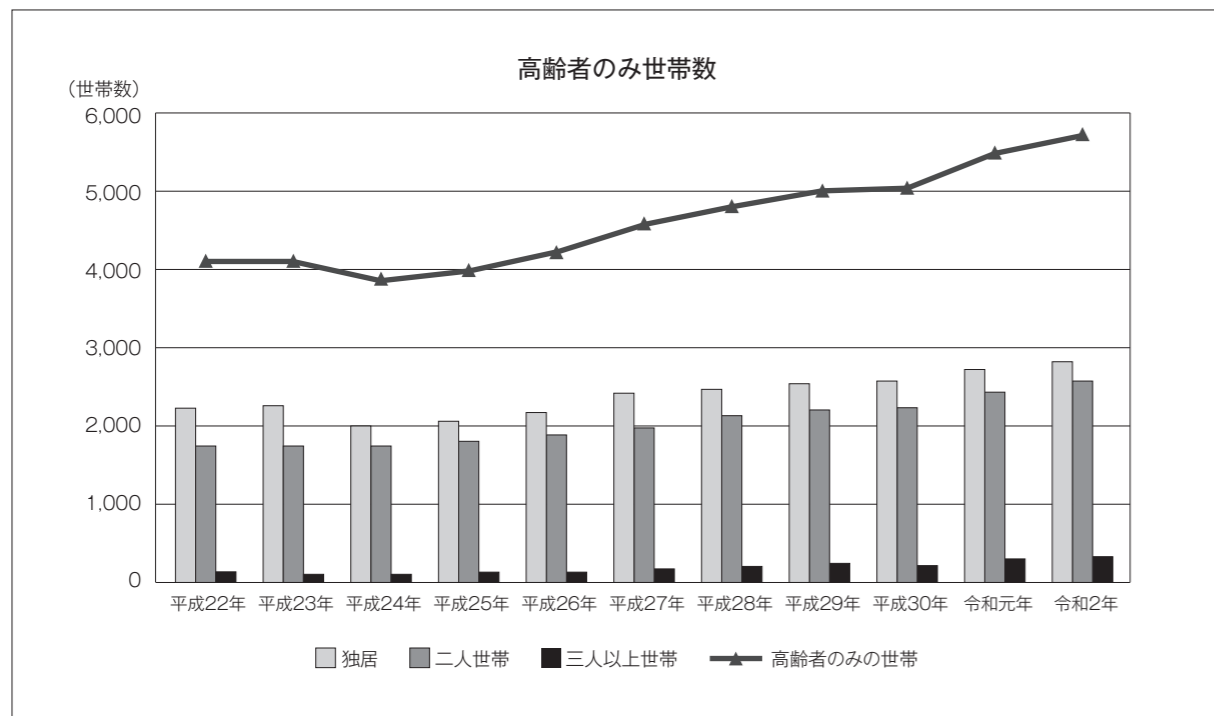
(5) 高齢者世帯について

令和2年における全世帯数は27,087世帯で、令和元年より212世帯の減となっています。
 また、高齢者のみの世帯数は5,755世帯で、令和元年に比べ244世帯増えており、高齢者世帯の約半数が独居となっています。

① 高齢者のみ世帯割合の動向

(単位：世帯)

	平成22年	平成23年	平成24年	平成25年	平成26年	平成27年	平成28年	平成29年	平成30年	令和元年	令和2年
全世帯数	26,384	26,438	26,712	26,790	27,032	27,018	27,144	27,207	27,254	27,299	27,087
高齢者のみの世帯	4,135	4,135	3,894	4,017	4,243	4,613	4,834	5,039	5,068	5,511	5,755
(対全世帯比率)	15.7%	15.6%	14.6%	15.0%	15.7%	17.1%	17.8%	18.5%	18.6%	20.2%	21.2%
内訳	独居	2,244	2,271	2,017	2,070	2,184	2,433	2,472	2,544	2,584	2,736
	(構成比)	54.3%	54.9%	51.8%	51.5%	51.5%	52.7%	51.1%	50.5%	51.0%	49.6%
	二世帯	1,757	1,748	1,771	1,810	1,910	1,995	2,155	2,242	2,247	2,458
	(構成比)	42.5%	42.3%	45.5%	45.1%	45.0%	43.2%	44.6%	44.5%	44.3%	44.6%
三人以上世帯	134	116	106	137	149	185	207	253	237	317	
(構成比)	3.2%	2.8%	2.7%	3.4%	3.5%	4.0%	4.3%	5.0%	4.7%	5.8%	

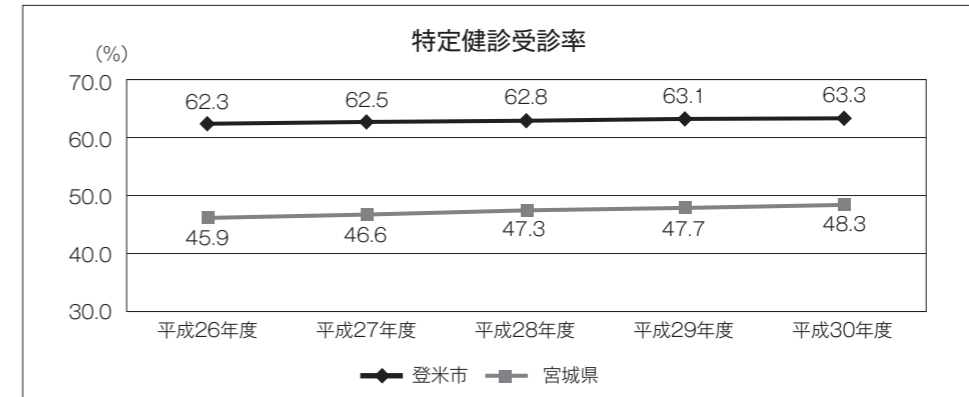


資料：宮城県高齢者人口調査 (各年3月末の統計)

(6) 検診（健康診査）について

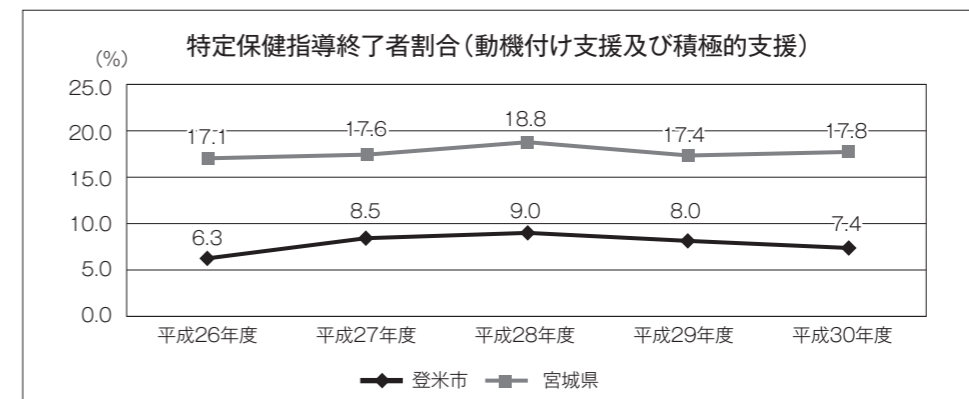
本市の特定健康診査受診率は、平成30年度において、63.3%と県平均を上回り国の目標である60%を大きく上回っていますが、特定保健指導を受ける割合（特定保健指導終了率）は7.4%と低く、県平均を大きく下回っています。また、各種がん検診の受診率については、県平均を上回っているものの、国の目標である受診率（50%）には届いていない状況です。

① 特定健康診査受診率（40～74歳）



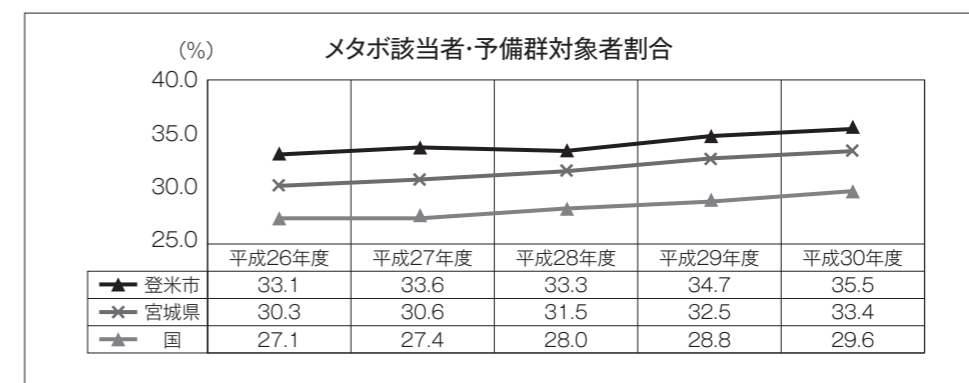
資料：特定健診・特定保健指導法定報告保険者別結果

② 特定保健指導終了者の割合（実施率）



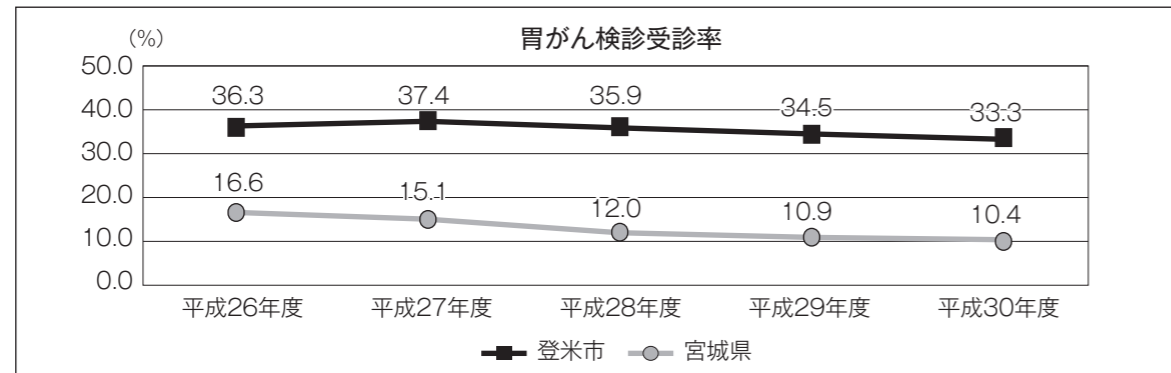
資料：特定健診・特定保健指導法定報告保険者別結果

【メタボリックシンドローム該当者及び予備群該当者の割合】



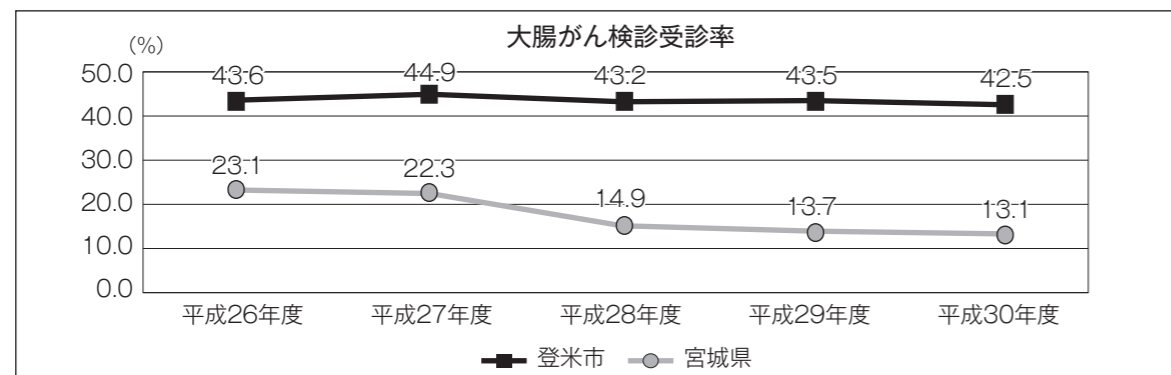
※市－平成26～30年度特定健診・特定保健指導法定報告保険者別結果一覧
 ※県・国－国保中央会HP 市町村国保特定健診・特定保健指導実施状況概況報告書
 都道府県別 内臓脂肪症候群該当者・予備群者割合

③ 胃がん検診受診率



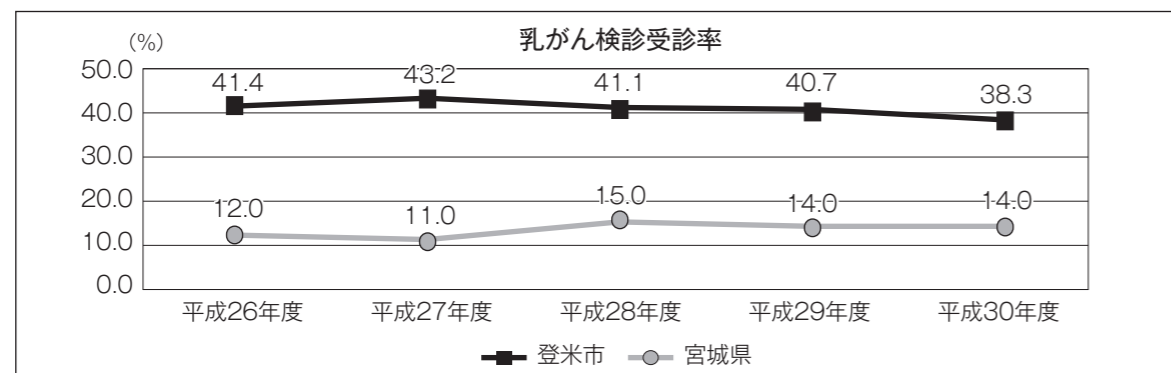
資料：健康増進事業報告及び登米市特定健康診査結果

④ 大腸がん検診受診率



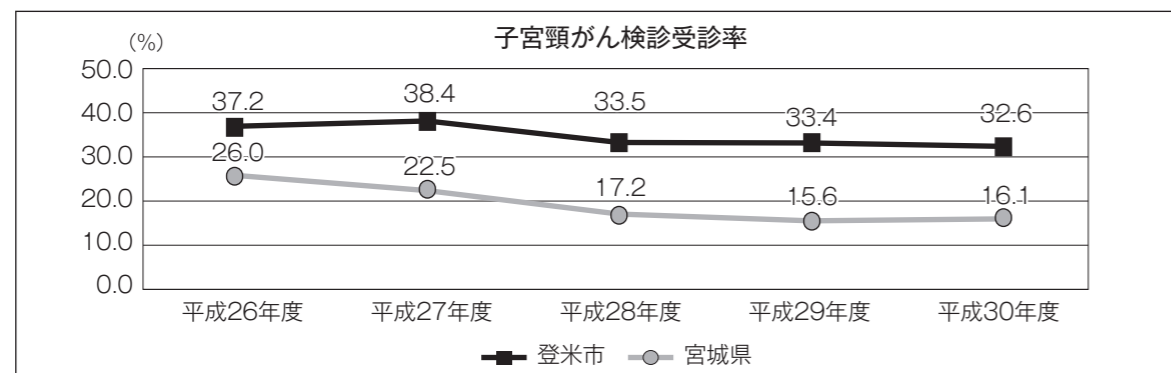
資料：健康増進事業報告及び登米市特定健康診査結果

⑤ 乳がん検診受診率



資料：健康増進事業報告及び登米市特定健康診査結果

⑥ 子宮頸がん検診受診率

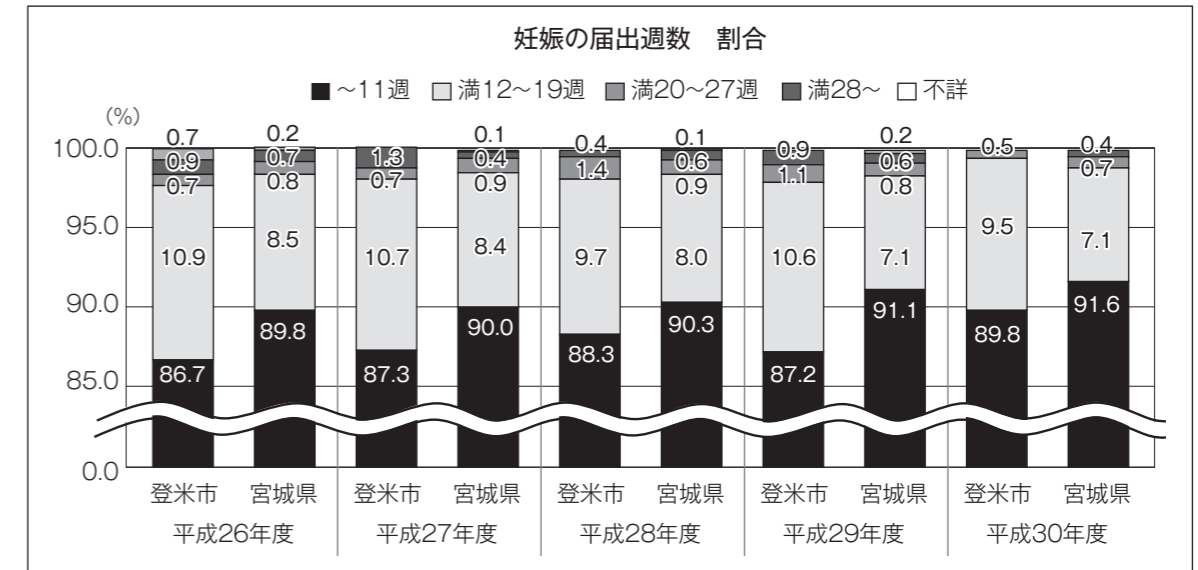


資料：健康増進事業報告及び登米市特定健康診査結果

(7) 母子保健について

① 妊娠の届出週数

安全・安心な出産をするために妊婦が健康診査や保健指導等の母子保健サービスを妊娠の早期から受けることが重要であることから、11週以内の時期に届出することを勧奨しております。過去5年間を比較すると、満11週以内の届出数の割合は増加しているものの、県と比較すると、平成30年には、1.8ポイント低い値となっております。



資料：母子保健事業報告 *宮城県（仙台市除く）

② 乳幼児健康診査受診率

本市における乳幼児健康診査の受診率については、それぞれ県よりも高い値で推移しております。

○ 乳児健診受診率

(単位：%)

年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
登米市	99.3	97.7	97.6	97.8	98.9
宮城県	97.4	97.8	98.1	97.8	98.3

○ 1歳6か月児健診受診率

(単位：%)

年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
登米市	96.7	98.0	97.7	98.3	100
宮城県	96.9	96.4	97.4	97.0	97.6

○ 3歳児健診受診率

(単位：%)

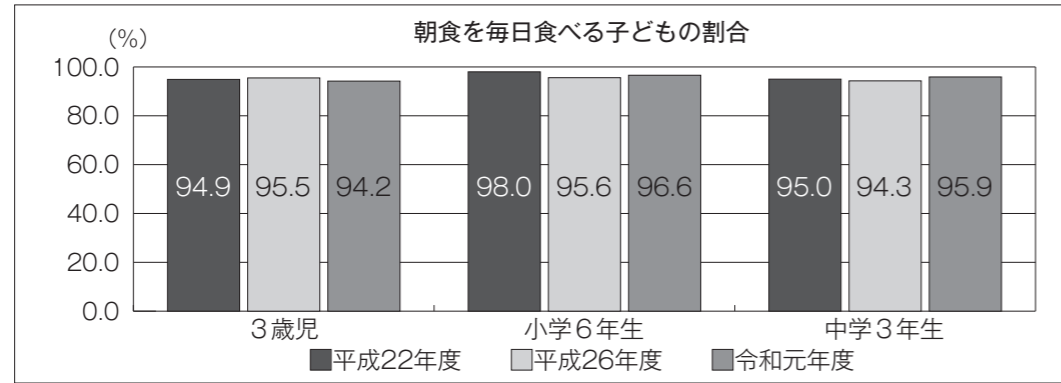
年度	平成26年度	平成27年度	平成28年度	平成29年度	平成30年度
登米市	99.0	98.2	97.9	99.1	99.6
宮城県	95.3	95.7	96.6	96.7	97.6

資料：母子保健事業報告 *宮城県（仙台市除く）

(8) 食育について

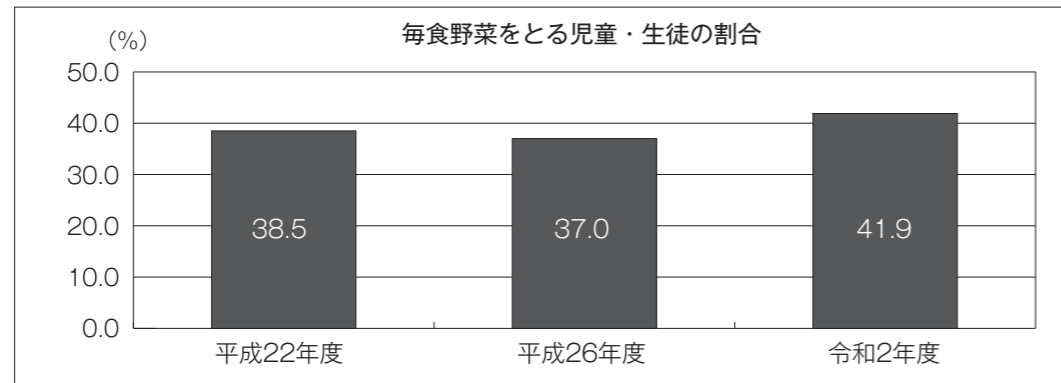
朝食を毎日食べる子どもの割合は、3歳児、小学6年生、中学3年生ともに、ここ10年間は横ばいの状態で推移しており、毎食野菜をとる人の割合は増加傾向にあります。また、まだまだ十分ではない状況です。また、はつとや油麩井、さんこや汁、おくずかけ等の郷土料理や伝承料理を家庭で作っている割合は横ばいにあります。

① 朝食を毎日食べる子どもの割合



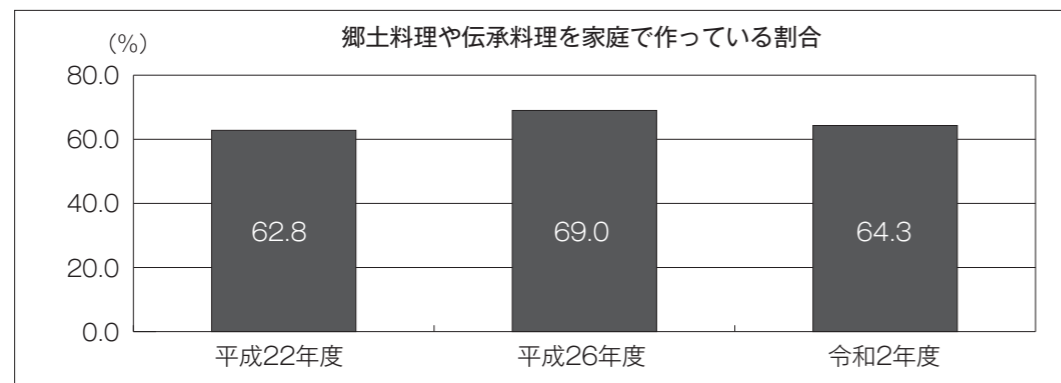
資料：3歳児：平成22,26年度,令和元年度登米市3歳児健康診査結果
資料：小学6年生・中学3年生：平成22,26年,令和元年度全国学力学習状況調査結果

② 毎食野菜をとる人の割合



資料：小学5年生・中学2年生：平成22,26,令和2年度登米の食に関するアンケート調査結果

③ 郷土料理や伝承料理を家庭で作っている割合

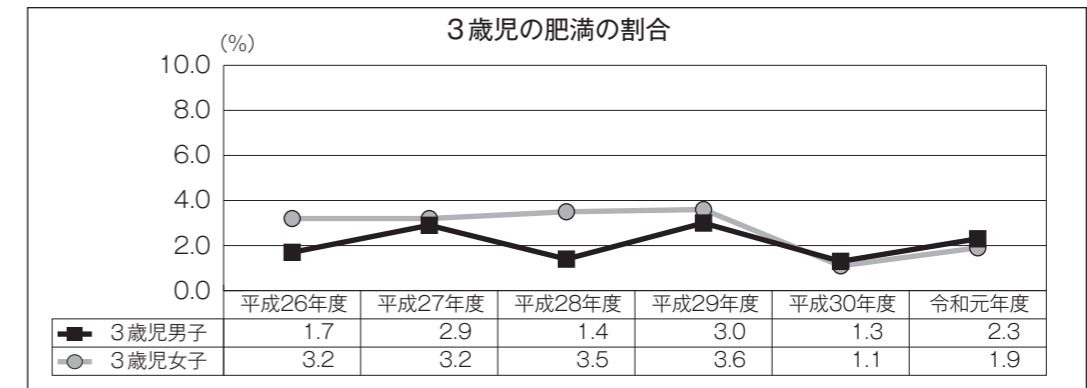


資料：小学5年生・中学2年生：平成22,26,令和2年度登米の食に関するアンケート調査結果

(9) 肥満について

① 3歳児の肥満の割合（肥満度20%以上の幼児の割合）

3歳児の肥満の割合は、男女とも、平成29年度に最も高い値でしたが、その後は、わずかに減少傾向にあります。



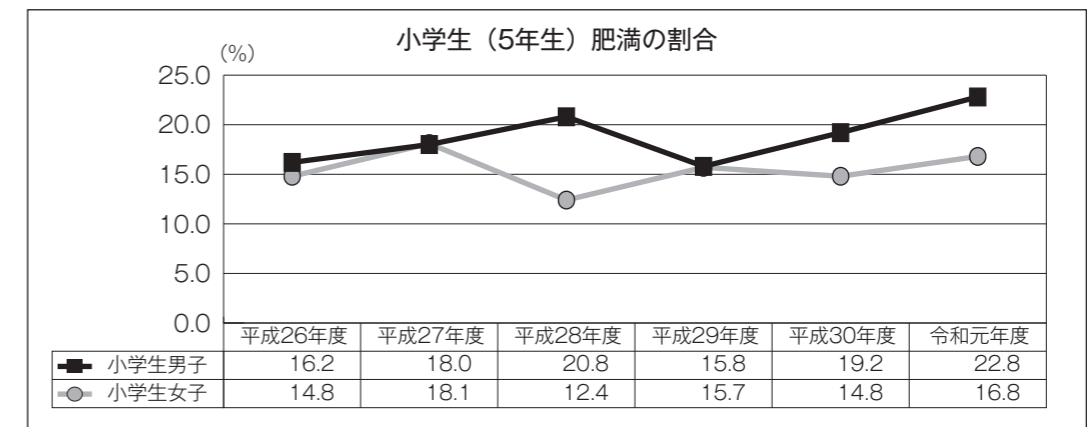
資料：登米市3歳児健康診査結果

*肥満度 = [実測体重 (kg) - 身長別標準体重 (kg)] / 身長別標準体重 (kg) × 100 (%)

② 小・中学生の肥満の割合（肥満度20%以上の児童・生徒の割合）

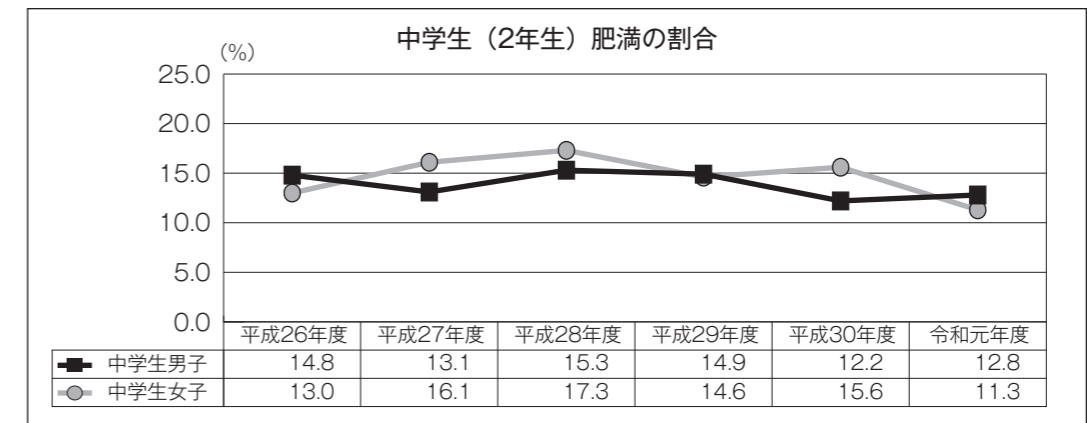
小学生の肥満の割合は、男子が女子より高い割合で推移しており、増加傾向を示しています。中学生では、成長期の体の変化に伴って女子の肥満の割合が高くなります。肥満の割合は、令和元年度男子12.8%、と横ばいですが、女子は11.3%と減少傾向にあります。

○小学生肥満の割合



資料：登米市小・中学校定期健康診断統計表（登米市学校保健会養護教諭部会）

○中学生肥満の割合

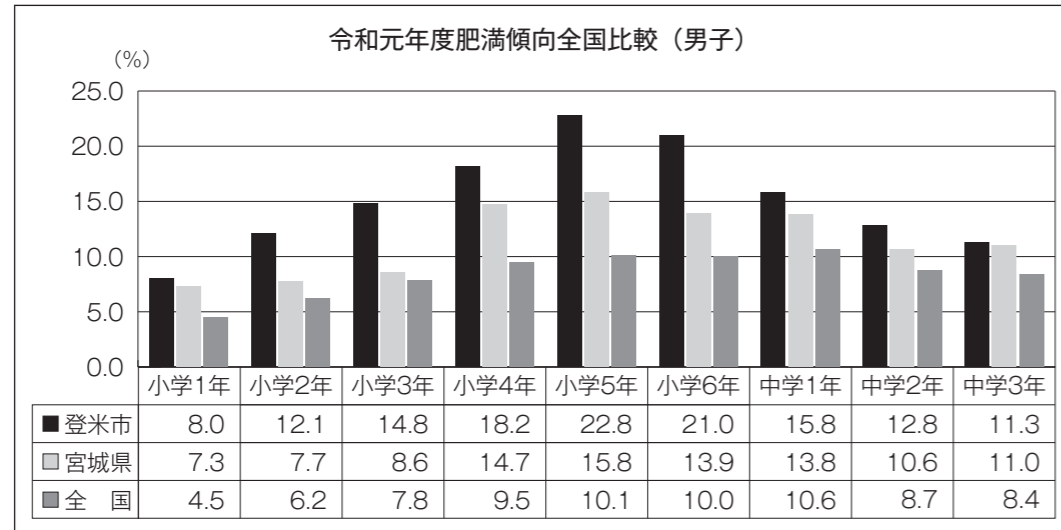


資料：登米市小・中学校定期健康診断統計表（登米市学校保健会養護教諭部会）

③ 小・中学生肥満の全国比較（肥満度20%以上の児童・生徒の割合）

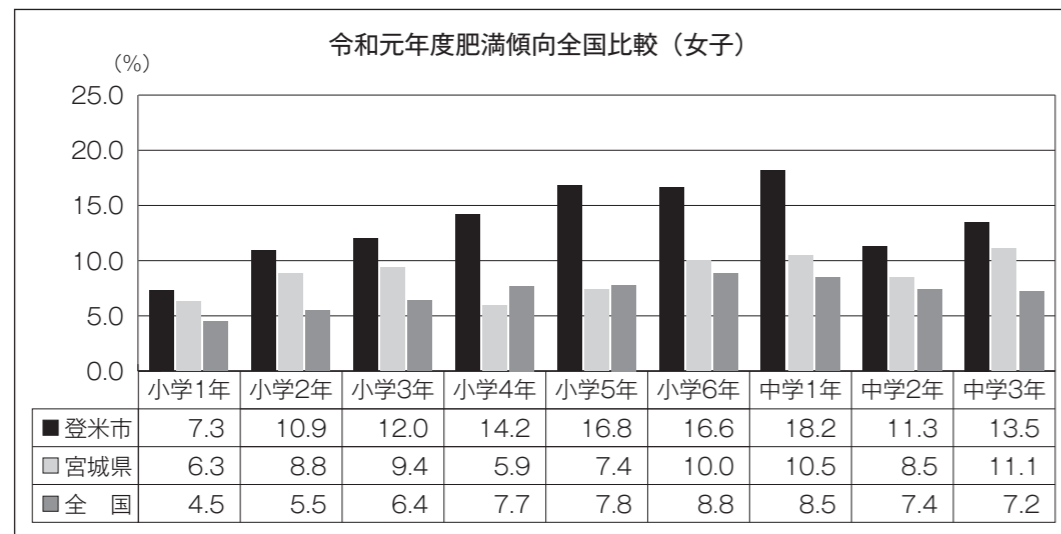
全国や県の平均と比較すると、男女とも全学年で高い割合になっています。男子では、小学1年生から徐々に肥満の割合は増加し、小学5年生でピークに達し、女子では中学1年生にピークを迎え、徐々に下がっています。

○男子の傾向



資料：令和元年度登米市小・中学校定期健康診断統計表（登米市学校保健会養護教諭部会）

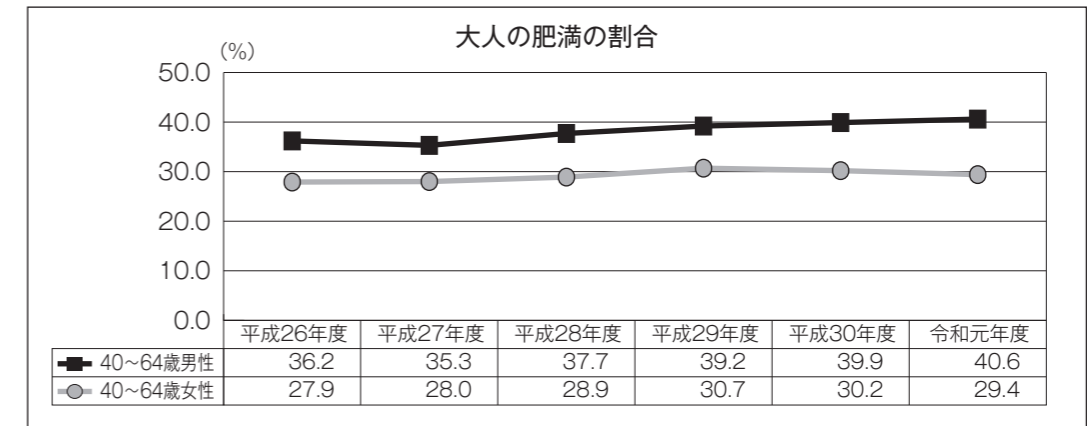
○女子の傾向



資料：令和元年度登米市小・中学校定期健康診断統計表（登米市学校保健会養護教諭部会）

④ 大人の肥満の割合

大人の肥満者（BMI（*1）25以上）の割合は、男女とも増加の傾向が見られます。



資料：登米市特定健康診査結果 健康管理システムより抽出

《用語解説》

(*1) BMI=Body Mass Index

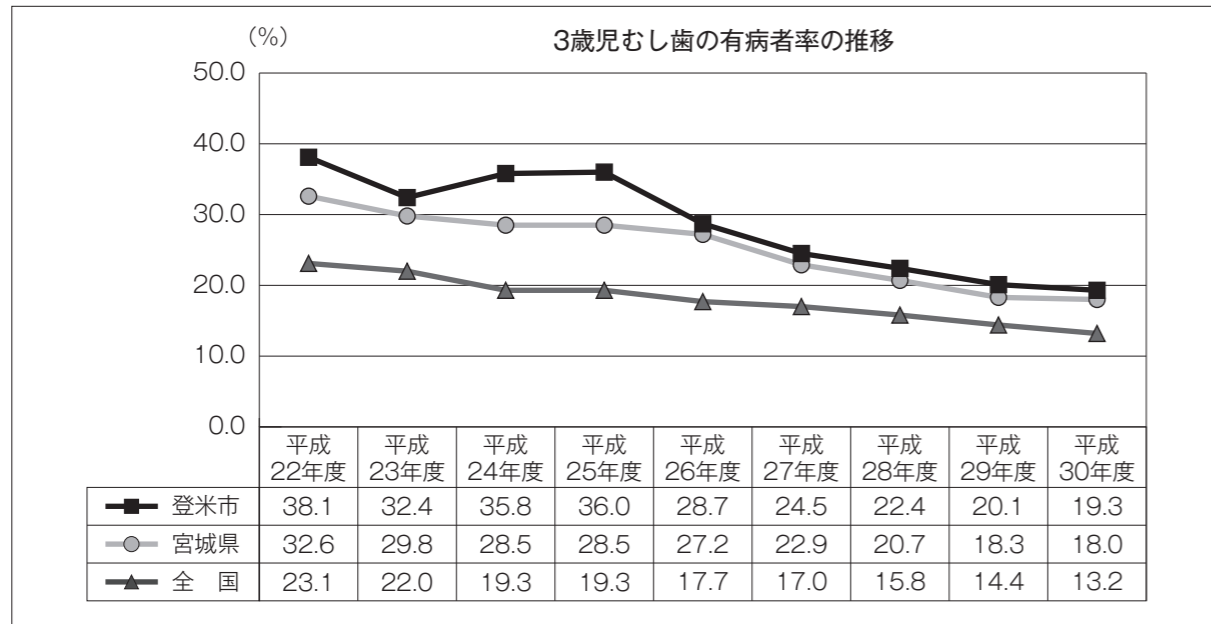
「体重(キログラム)÷身長(メートル)÷身長(メートル)」で算出される体格指数で肥満度を図るための国際的な指標。医学的に最も病気が少ない数値として22を「標準」とし、18.5未満が「やせ」18.5以上25未満が「普通」25以上を「肥満」としています。

(10) 歯科保健について

① 幼児むし歯状況について

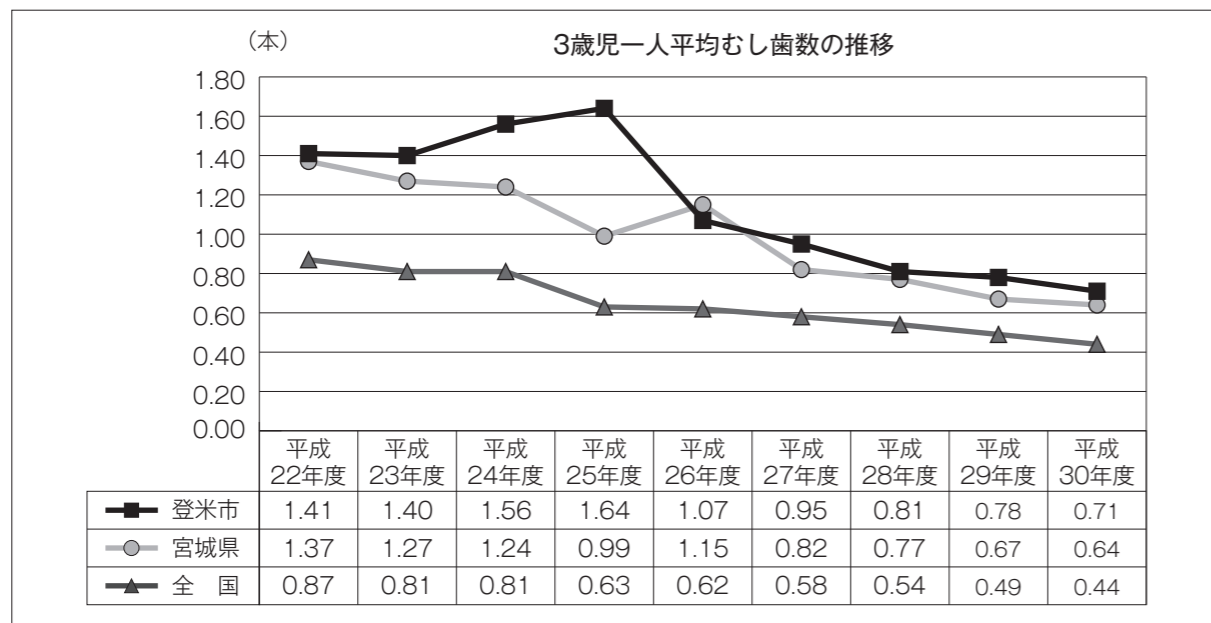
登米市の3歳児健康診査におけるむし歯有病者率は、平成22年度38.1%から平成30年度19.3%と約10年で半分に減少しています。また、1人平均むし歯数は、平成22年度1.41本から、平成30年度0.71本へと減少し、県や国の平均に近づいています。

3歳児健康診査の状況



※平成22年度は、女川町、南三陸町除く

資料：平成22～26年度 母子保健課所管国庫補助事業に係る実施状況調べより
平成27～30年度 宮城県の歯科保健/歯科保健データ集-宮城県公式ウェブサイト
厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」より

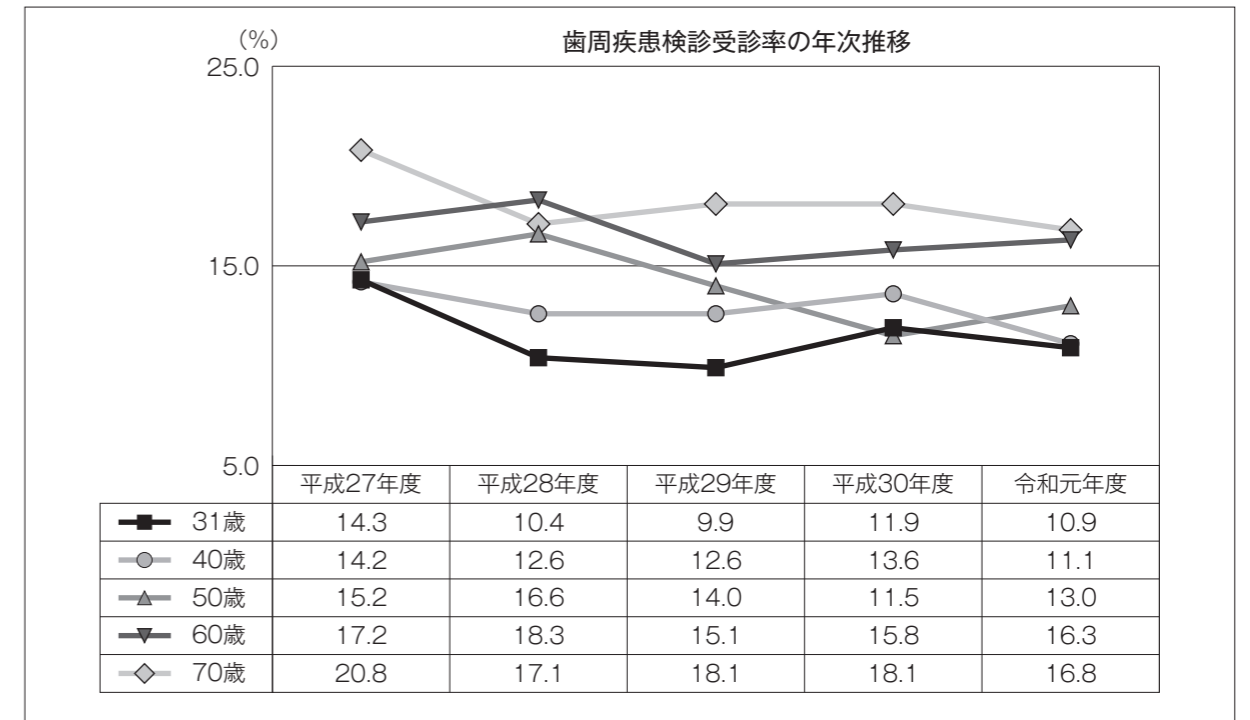


※平成22年度は、女川町、南三陸町除く

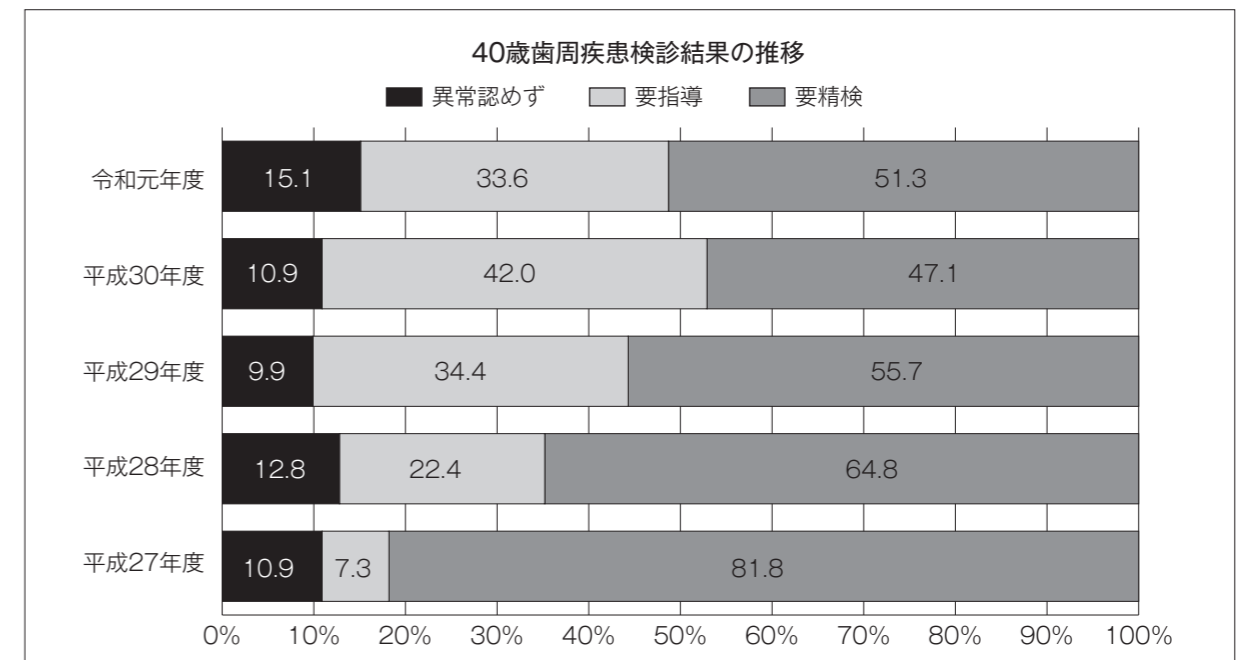
資料：平成22～26年度 母子保健課所管国庫補助事業に係る実施状況調べより
平成27～30年度 宮城県の歯科保健/歯科保健データ集-宮城県公式ウェブサイト
厚生労働省「地域保健・健康増進事業報告」より

② 歯周疾患検診（歯周病検診）

31～70歳代のすべての年代で、受診率は10%代を推移しています。また、40歳の歯周疾患検診の結果では、医療機関での精密検査や治療を必要とする歯周疾患は年々減少傾向にあります。



資料：登米市成果報告書

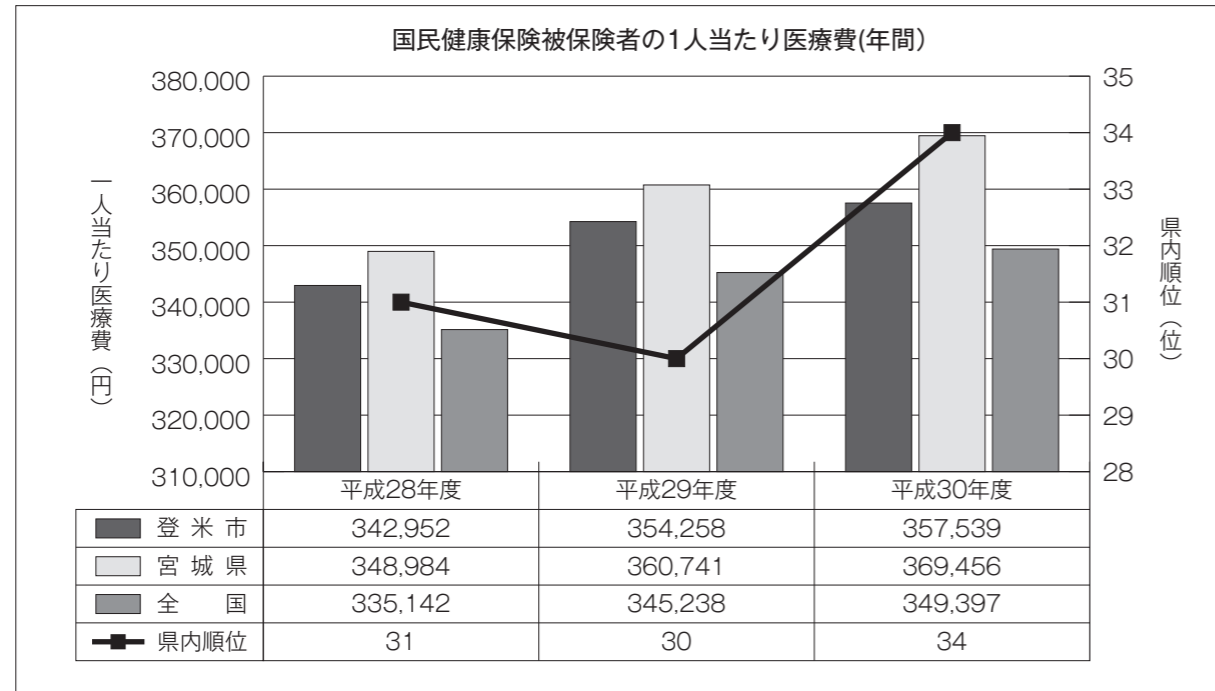


資料：登米市成果報告書

(11) 国民健康保険の医療費について

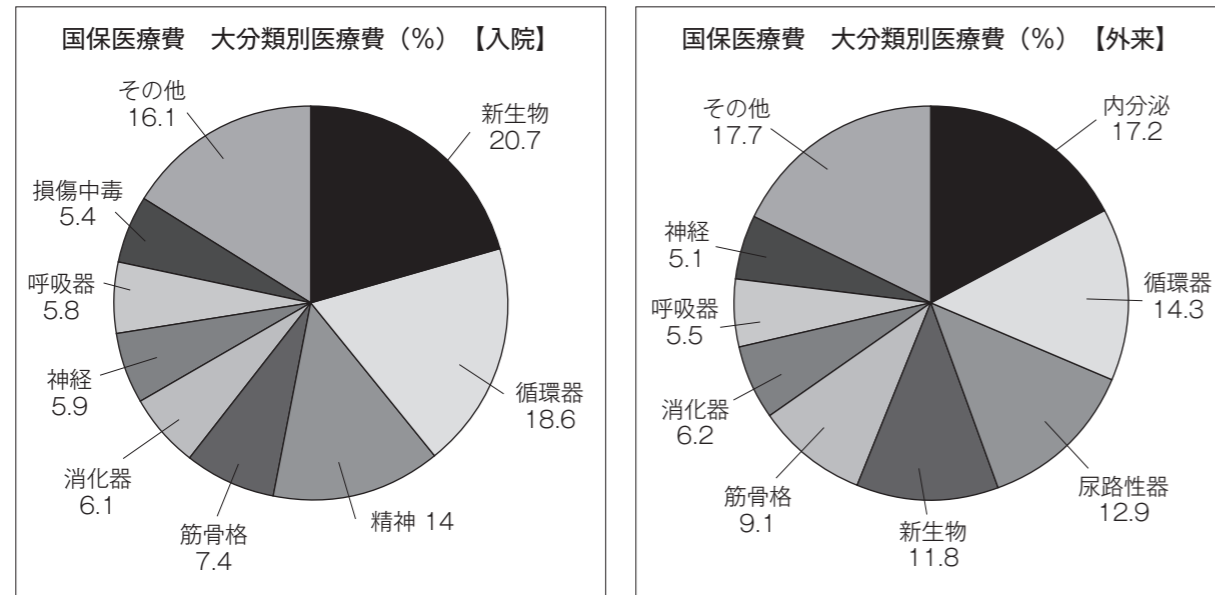
医療の高度化や被保険者の高齢化等の影響もあり、平成30年度国民健康保険被保険者1人当たりの医療費は、県内35市町村のうち、34位と低い方となっております。

大分類別医療費をみると、入院では、新生物、循環器、精神、また、外来では、内分泌、循環器、尿路性器の順に高い割合となっております。



資料：*データからみたまやぎの健康 宮城県
*国民健康保険・後期高齢者医療の概要 宮城県国保医療課

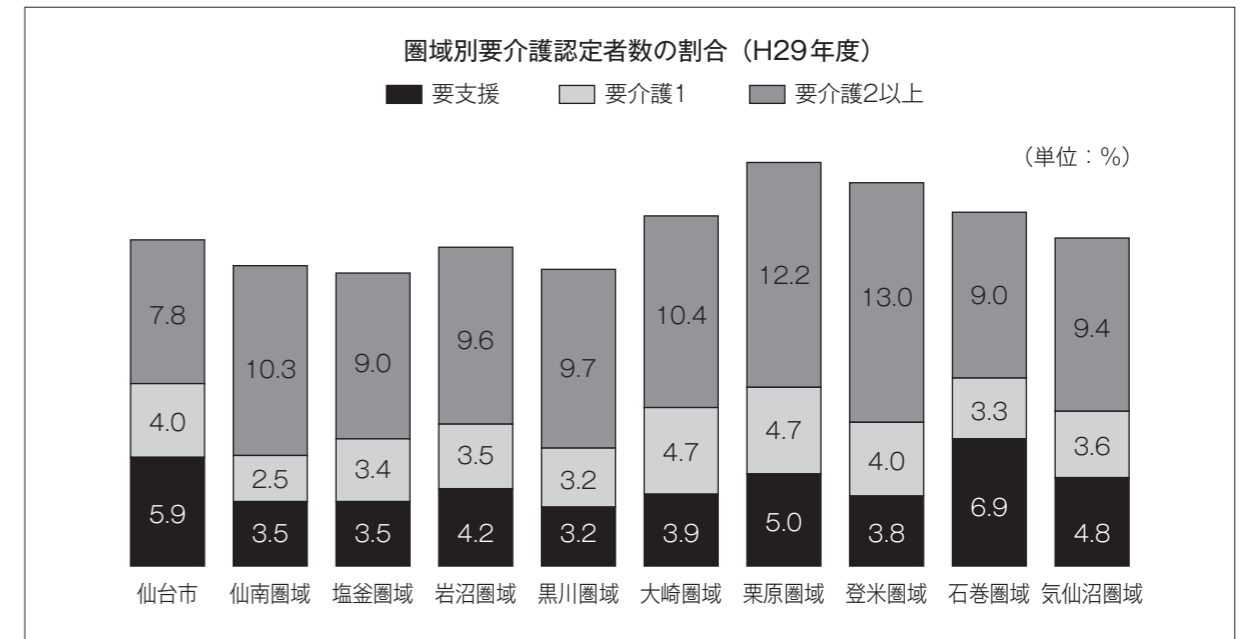
令和元年度国民健康保険医療費



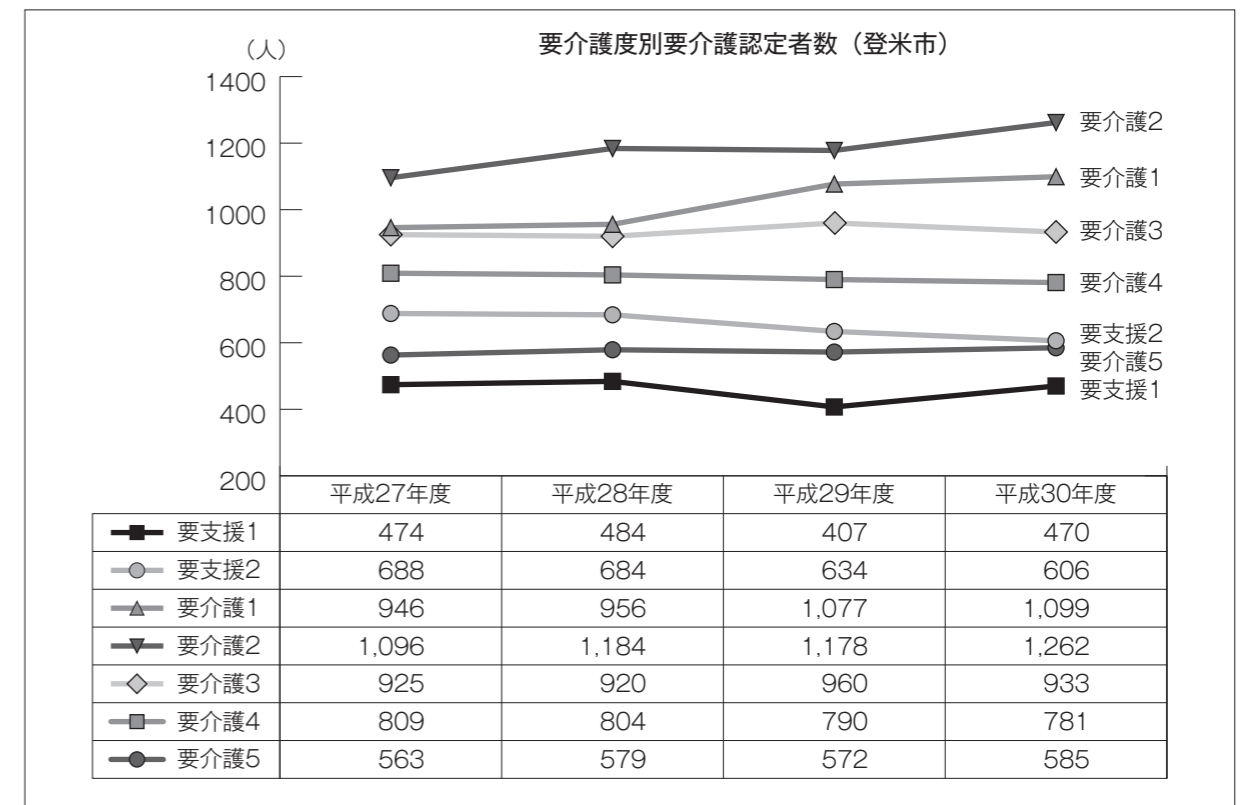
資料：国保データ管理システム（KDBシステム）健診・医療・介護データから見る健康課題

(12) 介護保険の要介護認定者数について

圏域別に要介護認定者数の割合をみますと、登米圏域は栗原圏域に続いて、2番目に多い割合となっております。また、本市の要介護度別に認定者数をみると年々微増傾向であります。



平成29年度介護保険事業報告 第1号被保険者数に占める
保険者別要介護・支援者認定数(第1号被保険者)の割合を算出したもの
資料：データからみたまやぎの健康



資料：登米市福祉事務所長寿介護課

2 第3期計画の評価概要

「元気とめ食育21計画（第3期）」では、市民一人一人の健康づくりの取組を3つのライフステージに分け19の小目標と36の指標を定め、それぞれについて数値目標を設定しています。これらの数値目標達成に向け、各種の取組を行ったところであり、その達成状況等について、ライフステージごとに評価を行いました。

【すこやか成長期】（0歳～18歳）

指標の目標達成状況をみると、「食事」「口腔」「運動」の項目で達成もしくは改善傾向にあります。小・中学生で野菜を毎食とる人の割合は4割を超え目標値は達成されたものの、さらにバランスの良い食事をめざして啓発していくことが必要です。むし歯のない子どもの割合は、前回よりも増加していますが、県・全国平均よりは、まだ下回っており、さらに予防に向けて働きかけが必要です。

運動面では、体力測定の結果から小、中学生ともに、県平均を上回っており目標値は達成されています。

「肥満」については、中学生では、改善傾向にありますが、小学生では肥満の割合が増加しており、継続した対策が必要です。また、21時までに寝る3歳児の子どもの割合は、4割を下回り減少しています。子どもは保護者の生活スタイルに影響されやすいことから、家族ぐるみでの生活習慣改善に向けて働きかけが必要です。

また 乳幼児健診の場面で母親が「相談できる人がいる」と答えた割合は、前回と比べ横ばいの状態であり、今後も孤立して悩むことがないように支援が必要です。

さらに、中学生のあいさつをする人の割合は、増加しており、引き続き地域での見守りや声かけができる体制づくりをしていくことが必要です。

【はつらつ躍動期】（19歳～64歳）

指標の目標達成状況をみると、「運動」「喫煙」「飲酒」の項目について健康課題として改善のみられない年代があります。

特に、運動を習慣化している人の割合は、40～59歳では、わずかに増加したものの、他の年代では減少しています。また、適正飲酒の人の割合は、20～59歳の男性では改善し、女性では低下しています。

この年代は、家庭においても社会的にも様々な役割を期待される年代であり、その結果様々なストレスを抱えることとなります。「相談できる人がいる」割合が女性に比べ男性が低く、特に、20～39歳の若い年代の男性においては減少しています。このことから、相談しやすい体制やお互い声を掛け合える関係づくりをすすめていくことが大切です。

さらに、肥満の割合は、男女とも増加しています。自分の健康への過信等、健康について振り返り、自らが望ましい生活習慣にむけて行動変容をおこすことが、難しいのが現状です。身近に健康づくりに取り組めるよう、各種検診の受診の勧奨や、その結果を活用した生活習慣病予防・改善に取り組める環境づくりを職域や家庭・地域と連携して進めることが必要です。

【いきいき満足期】（65歳以上）

指標の達成状況をみると、すべての項目において概ね改善の傾向にあります。

老化を遅らせ、低栄養を予防するためには、10種類の食品（*1）のうち8種類の食品をまんべんなく食べることを推奨していますが、加齢により食事摂取量の減少や口腔機能の低下等が原因となり、食品摂取多様性得点（*2）8点以上の人の割合は男女ともに、1割程度に留まっています。低栄養は、基礎代謝率の低下だけでなく筋力の低下にも影響しており、転倒した人の割合は減少していると共に、散歩している人の割合、自分の健康状態を良いと答える人の割合は増加しており、健康状態に自信を持っている人が多いと思われます。

孤立することなく、生きがいを持ちながら心豊かに暮らすための指標としての、元気高齢者リーダー養成講座を受講する人や組織の活動に自主的に参加する人は増えており、「週1回以上外出している人」の割合、「相談できる人がいる割合」についても、男女ともに増加しています。今後も地域の中で生きがいをもちながら、心豊かに暮らしていくため、地域での活動を継続していけるよう支援が必要です。

高齢社会を迎え、高齢者自身が健康づくりの担い手として重要な役割を持ち続けるために、健康づくりと併せて社会参加を促進していく必要があります。

<用語解説>

（*1）10食品：1肉類 2魚介類 3卵 4牛乳 5油脂類 6大豆・大豆製品 7緑黄色野菜 8海藻 9いも類 10果物

（*2）食品摂取多様性得点：低栄養予防に大切な10種類の食品をどのくらいの頻度で食べているかを尋ね、「ほとんど毎日食べている」と回答した食品を1点とし、食品摂取状況を点数で示し、合計10点満点で評価します。

第3期計画指標達成状況【すこやか成長期】

大目標	中目標	小目標	指標	平成26年度	目標値	令和元年度	目標値達成 改善 低下	
【すこやか成長期】 自分の夢に挑戦できよう	自分の体を知り心地を暮らし	①3度の食事をとろう	①朝食を毎日食べる子どもの割合が増える	3歳児 95.5%	100%	94.2%	△	
				小学6年生 95.6%	100%	96.6%	○	
				中学3年生 94.3%	100%	95.9%	○	
			②野菜を毎食とる人の割合が増える	小・中学生 37.0%	40.0%	41.9% (R2年度)	◎	
				③むし歯のない子どもの割合が増える	3歳児 71.3%	80.0%	84.3%	◎
					小学生 29.7%	40.0%	45.7%	◎
		②体を動かそう	④「新体力テスト」の総合評価が県平均より上回る（全国を50とした場合の評価）	小学5年生	男子 50.1 (県49.4)	すべての年代で 県平均より 上回る	49.9 (県49.0)	◎
				女子 50.9 (県49.7)	51.7 (県49.4)		◎	
				中学2年生	男子 50.9 (県50.1)	50.7 (県49.3)	◎	
				女子 49.1 (県49.7)	50.1 (県48.5)	◎		
			⑤子どもの肥満の割合が減る（肥満度20%以上）	3歳児	男子 1.7%	1.4%	2.3%	△
					女子 3.2%	2.1%	1.9%	◎
				小学5年生	男子 20.0%	15.0%	22.8%	△
					女子 15.4%	11.0%	16.8%	△
					中学2年生	男子 14.4%	13.0%	12.8%
女子 13.8%	9.0%	11.3%	○					
命を大切にしよう	③はやね・はやおきをしよう	⑥21時までに寝る3歳児の割合が増える	39.6%	50.0%	37.3%	△		
	④自分の体と心について知ろう	⑦すべての中学校で「性と生の学習会」が開催される	6/10校	10/10校	5/10校	△		
	⑤自分の気持ちを表現しあおう	⑧相談できる人がいる割合が増える	1歳6か月児健診 98.4%	100%	98.1%	△		
		3歳児健診 97.8%	96.6%		△			
地域の力を活用しよう	⑥人と人がつながろう	⑨保健活動推進員の子育て応援訪問の割合が増える	69.2%	80.0%	71.8%	○		
		⑩あいさつをする人の割合が増える	80.6%	90.0%	90.7% (H30年度)	◎		
	⑦地域で食育に取り組み	⑪「いただきます」の概念を知っている人の割合が増える	77.5% (H28年度)	100%	86.8% (R2年度)	○		
		⑫地域での食育の取組が増える（食生活改善推進員の集団伝達回数）	1,757回	1,850回	1,478回	△		

第3期計画指標達成状況【はつらつ躍動期】

大目標	中目標	小目標	指標	平成27年度	目標値	令和元年度	目標値達成 改善 低下	
【はつらつ躍動期】 働きのながらゆびりきまかせ、心豊かな生活を送ろう	自分の体を知り心地を暮らし 人の優しさを感じ 地域に支えあい安心して暮らせる	①偏りなく楽しく3度の食事をとろう	①朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合が減る(20~30代)	男性 31.2% (H26年度)	23.0%以下	27.7%	○	
			女性 21.6% (H26年度)	15.0%以下	17.9%	○		
			②主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合が増える	20~64歳 82.6% (H28年度)	10%増	20~69歳 88.7%	○	
		②運動を習慣化しよう	④1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合が増える	③家族一緒に食事頻度が増える(毎日1回以上、2~3日に1回以上)	83.0% (H26年度)	86.0%	94.2%	◎
				男性	20~39歳 36.9%	すべての年代で 10%増	31.9%	△
					40~59歳 28.0%		29.7%	○
			60~64歳 29.6%	24.4%	△			
			女性	20~39歳 13.2%	14.2%		○	
				40~59歳 18.5%	20.8%		○	
		60~64歳 27.2%		21.9%	△			
		⑤肥満者の割合が減る(BMI25以上)	男性(30~64歳) 35.3%	24.5%	40.8%	△		
			女性(40~64歳) 28.0%	17.6%	29.4%	△		
		③病気を予防しよう	⑥たばこを習慣的に吸っている人の割合が減る	⑥歯周病検診を受ける人の割合が増える(40歳)	14.0%	25.5%	11.1%	△
				男性	20~39歳 45.5%	42.6%	38.1%	◎
					40~59歳 50.1%	44.1%	45.3%	○
60~64歳 35.2%	31.7%		36.6%		△			
女性	妊娠期 6.1% (H27.4~12月)		0.0%	3.3%	○			
	20~39歳 16.4%		11.6%	13.7%	○			
	40~59歳 13.2%		6.9%	13.4%	△			
60~64歳 4.5%	2.2%		5.2%	△				
⑦飲酒日の1日当たりの飲酒量が男性2合未満、女性1合未満の人の割合が増える	男性		20~39歳 78.2%	すべての年代で 5%増	80.8%	○		
			40~59歳 70.0%		71.9%	○		
		60~64歳 78.9%	74.6%		△			
		女性	20~39歳 75.3%		75.1%	△		
40~59歳 73.1%	67.2%	△						
60~64歳 76.0%	76.1%	○						
⑧大腸がん検診を受診する人の割合が増える	44.9% (H26年度)	60.0%	42.2%	△				
⑨特定保健指導の終了者の割合が増える	40~74歳 6.3% (H26年度)	15.0%	7.4%(H30年度)	○				
④自分の気持ちを語りあおう	男性	20~39歳 94.0% (H26年度)	すべての年代で 100%	92.2%	△			
		40~59歳 86.2% (H26年度)		87.2%	○			
		60~69歳 85.6% (H26年度)		87.0%	○			
	女性	20~39歳 96.6% (H26年度)		96.8%	○			
		40~59歳 93.1% (H26年度)		94.5%	○			
		60~69歳 93.5% (H26年度)		94.3%	○			
⑤人と人がつながろう	男性	20~39歳 37.1% (H26年度)	5%増	39.1%	○			
		40~59歳 60.9% (H26年度)		54.7%	△			
		60~69歳 69.7% (H26年度)		76.2%	◎			
	女性	20~39歳 35.6% (H26年度)		38.9%	○			
		40~59歳 51.8% (H26年度)		53.8%	○			
		60~69歳 63.2% (H26年度)		69.6%	◎			
⑥地域で食育に取り組み	⑩郷土料理・伝承料理を家庭で作っている人が増える	保護者 69.0% (H26年度)	75.0%	64.3%(R2年度)	△			
	⑪環境保全米の作付面積の割合が増える	83.2%(H26年度)	90.0%	78.9%	△			

第3期計画指標達成状況【いきいき満足期】

大目標	中目標	小目標	指標	平成27年度	目標値	令和2年度	目標値達成 改善 低下
【いきいき満足期】生活を楽しく自分らしく暮らす	心身とも健康に暮らす	①低栄養を予防しよう	①食品摂取多様性得点8点以上の人の割合が増える	男性 6.5%	12.4%	7.9%	○
				女性 8.3%	15.3%	8.9%	○
			②歯周病検診を受ける人の割合が増える(70歳)	13.9%	25.5%	16.8% (R元年度)	○
		②体を動かそう	③週4回以上散歩をしている人の割合が増える	男性 30.7%	10%増	31.5%	○
				女性 26.3%		23.7%	△
		③転倒に気をつけよう	④転倒した人の割合が減る	男性 30.1%	3%減	26.5%	◎
	女性 33.7%			25.4%		◎	
	④病気と上手につきあおう	⑤特定健診を受ける人の割合が増える(65~74歳)	68.3% (H26年度)	5%増	68.2% (H30年度)	△	
			⑥自分の健康状態をよいと答える人の割合が増える		男性 69.0%	5%増	72.8%
			女性 60.1%	71.1%	◎		
	心豊かに暮らす	⑤自分の役割を持つ	⑦リーダー養成講座（介護予防事業）の受講者数が増える	参加延人数 1,494人 (H26年度)	1,550人	参加延人数 2,268人 (R元年度)	◎
				⑧組織の活動に自主的に参加している人の割合が増える		男性 22.4%	10%増
			女性 21.8%	23.1%	○		
地域の中でみんなが共に暮らす	⑥人と人がつながろう	⑨週に1回以上外出をしている人の割合が増える	男性 85.5%	5%増	85.1%	△	
			女性 78.1%		81.1%	○	
		⑩相談できる人がいる割合が増える(70歳以上)	H 26 年度 男性 84.9% 女性 93.0%	100%	R 元 年度 87.3% 94.3%	○ ○	

3 登米市の健康課題

本市の健康寿命は、平成22年から比較すると男女とも少しずつ上昇し、平成29年には、男性78.58歳、女性83.97歳となっており、県平均に近づいています。

健康課題としては、平成25年～29年のデータを見ると、国を100として比較する標準化死亡比で、本市の脳血管疾患は改善傾向にあるものの、男性が139.8、女性が110.6と、まだ高い数値を示しています。

また、小・中学生の肥満の傾向は国・県と比較して高く、食生活においては朝食を毎日食べる児童生徒や、毎食野菜をとる児童生徒の割合は増加傾向にありますが、生活習慣病予防のために、運動と食育の推進は喫緊の課題です。

更に、子どもの頃から望ましい食生活の必要性や、子どもたちが日常の生活の中で、農作物の生産に触れる機会が少なくなっていることから、今後ますます食の大切さを伝えていくことが必要となります。

本市では、今後さらに人口減少や少子高齢化が進み、高齢化に伴う健康問題の増加が予想される中で、健康寿命の延伸は、個人の生活だけでなく地域力の維持増進に繋がると考えられます。健康寿命の延伸に向け、「元気とめ！健康づくり宣言」の7つの行動目標である「適度な運動」「適塩や栄養のバランス」「禁煙」「節酒」などの生活習慣の重要性について更なる啓発をすすめていく必要があります。

第3章

基本方針及び 基本目標

1 基本方針	32
2 基本目標	32
3 基本方針及び基本目標の体系図	33

1 基本方針

登米市総合計画で掲げる基本方向、『安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり』の達成に向け、「元気とめ食育21計画（第3期）」の基本方針を基に、「元気とめ！健康づくり宣言」の理念である「協働」による健康なまちづくり・食育の推進を新たに加え、4つの基本方針を掲げます。

1 「健康寿命」の延伸

認知症や寝たきりにならない状態で、元気に活動的に暮らすという「健康寿命の延伸」の意識の高揚に努めます。

2 「0次予防」からの健康推進

暮らしの中で無意識のうちに、健康づくりに取り組めるように生活・社会環境の改善・整備に努めます。

3 「協働」による健康なまちづくり・食育の推進

市民・地域・団体・企業・行政それぞれの役割やつながりを活かし、健康なまちづくりや食育を推進します。

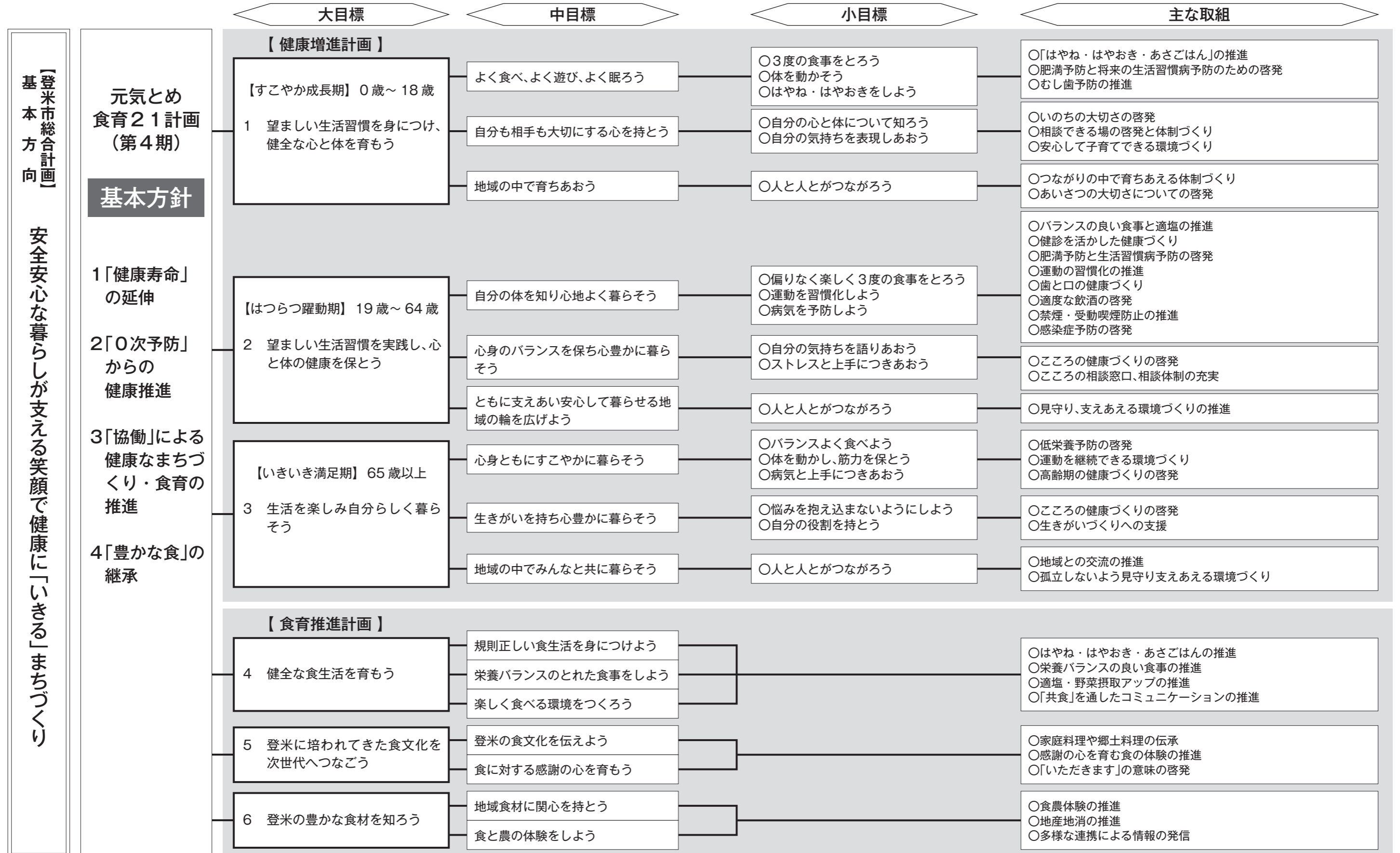
4 「豊かな食」の継承

豊かな自然の中で培われた登米の豊富な食材の理解と登米ならではの食文化を次世代へ伝えていくことを推進します。

2 基本目標

「基本方針」を実現するため、健康増進計画・食育推進計画それぞれに「目標」を定め、その目標達成度合いを検証するための「評価指標」を設定し、生涯を通じた健康づくり・食育の推進を目指します。

3 基本方針及び基本目標の体系図



第4章

健康増進計画
具体的な取組

1 ライフステージ各期の取組……………	36
(1) すこやか成長期(0歳～18歳)……………	36
(2) はつらつ躍動期(19歳～64歳)……………	45
(3) いきいき満定期(65歳以上)……………	53
2 評価指標と目標値一覧表……………	59

1 ライフステージ各期の取組

(1) すこやか成長期(0歳～18歳)

大目標：望ましい生活習慣を身につけ、健全な心と体を育もう

中目標 よく食べ、よく遊び、よく眠ろう

- 小目標 ①3度の食事をとろう
②体を動かそう
③はやね・はやおきをしよう

【現状と課題】

すこやか成長期は、食事・運動・生活リズムの基礎を作っていく時期であり、望ましい生活習慣により、発育・発達を促すことができ、将来の生活習慣病予防の第一歩となります。

- 3度の食事の中で、朝食は、脳を活発に働かせ、生活リズムを整えることにつながります。朝食を毎日食べる子どもの割合は、令和元年度は平成26年度に比べて、小・中学生では増加傾向にあるものの、3歳児においては94.2%と1.3ポイント減少していることから、早い段階からの働きかけが必要です。また、野菜を毎食とる子どもの割合は、小・中学生では令和2年度には41.9%であり、平成26年度に比べて4.9ポイント増加していることから、バランスの良い食事をとれている子どもが増えてきていると考えられます。
- おいしく食べるためには、生涯を通じた歯と口腔の健康が大切ですが、むし菌の有病者率は幼児期・小学生・中学生ともに改善傾向にあり、県平均に近づいています。今後も、むし菌の予防の大切さについて啓発していく必要があります。
- 運動面については、令和元年度の体力測定の結果において、県平均を上回っているものの、令和元年度の小学生5年生の肥満の割合は男子22.8%、女子16.8%と男女とも増加傾向にあり、子どもの体にあつた食と運動のバランスを整えていく必要があります。
- 生活リズムについては、21時までに寝る3歳児の割合は、令和元年度には37.3%であり、平成26年度に比べて2.3ポイント減少しています。夜型の生活になっている子どもが多くなっていることから、生活リズムの大切さについてさらに啓発していく必要があります。

【今後の取組】

(1) 「はやね・はやおき・あさごはん」の推進

- ・幼児期から、生活リズムを整え、朝食を食べる習慣が身につけられるように、乳幼児健診や子育てサロンの機会を通じた啓発を行います。
- ・教育委員会等と連携し、親子で学べる学習会などを通して、生活リズムについて啓発していきます。

（2）肥満予防と将来の生活習慣病予防のための啓発

- ・乳幼児健診や子育て支援講座等において、バランスのとれた食事や適切なおやつのとりのとり方などについての啓発を行い、望ましい食習慣の形成を図ります。
- ・親子を対象とした生活習慣病予防教室を教育委員会等と連携して実施していきます。

（3）体を動かしやすい環境づくり

- ・子育て支援講座において、ストレッチやウォーキングなど、親子で運動に親しむきっかけづくりをしていきます。
- ・乳幼児健診等で登米市の健康課題について情報提供し、運動の大切さについて啓発していきます。

（4）むし歯予防の推進

- ・乳幼児健診や歯科相談において、適切な間食のとり方について情報提供し、歯科衛生士による正しい歯磨きの仕方について啓発します。
- ・幼い頃からかかりつけ歯科医を持つ習慣がつくように啓発し、生涯を通じた歯と口腔の健康の確保に向け推進していきます。

（5）保育施設や学校、地域との連携

- ・保育施設、学校、地域、家族と健康課題を共有し、それぞれの強みを生かして連携し親子の健康の維持増進を支援します。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)	目 標 値 (令和7年度)
①	①朝食を毎日食べる子どもの割合が増える	3歳児 94.2% 小学6年生 96.6% 中学3年生 95.9%	3歳児 100% 小学6年生 100% 中学3年生 100%
①	②野菜を毎食とる人の割合が増える	小・中学生 41.9% (R2年度)	小・中学生 47.0%
①	③むし歯のない子どもの割合が増える	3歳児 84.3% 小学生 45.7% 中学生 50.0%	3歳児 87.0% 小学生 52.0% 中学生 56.0%
②	④小・中学校児童生徒の体力・運動能力の全国平均との対比	小学5年生 男子99.8% 女子102.7% 中学2年生 男子101.7% 女子100.2%	小学5年生 男子・女子 103% 中学2年生 男子・女子 103%
②	⑤子どもの肥満の割合が減る（肥満度20%以上）	3歳児 男子 2.3% 女子 1.9% 小学5年生 男子 22.8% 女子 16.8% 中学2年生 男子 12.8% 女子 11.3%	3歳児 男子 1.2% 女子 1.0% 小学5年生 男子 18.0% 女子 13.3% 中学2年生 男子 10.6% 女子 8.5%

③	⑥21時までに寝る3歳児の割合が増える	37.3%	50.0%
---	---------------------	-------	-------

資料*①③⑤⑥令和元年度登米市3歳児健康診査結果
 *①小学6年生、中学3年生：令和元年度全国学力・学習状況調査結果
 *②小・中学生：令和2年度登米の食に関する実態アンケート調査結果
 (小学5年生・中学2年生対象)
 *③⑤小学5年生、中学2年生：令和元年度登米市小・中学校定期健康診断統計表
 *④第二次登米市総合計画基本計画に掲げる施策の指標項目の目標値と実績値
 (登米市学校教育課調べ)

中目標 自分も相手も大切にすることをしよう

小目標 ④自分の心と体について知ろう

⑤自分の気持ちを表現しあおう

【現状と課題】

自分の心と体について知り、「いのち」について学ぶことは、自分自身をかけがえのない存在として感じ、自分も相手も大切にすることにつながります。

○市内の中学校・高校と連携して実施している「いのちの教室」では、学習会の前後で生徒の自己肯定感があがっており、今後も精神的に不安定な思春期を中心に、いのちの大切さについて学び語りあえる機会を増やしていく必要があります。

○子どもが自分の気持ちを表現していくためには、親子でのふれあいを通して心の発達を促すことや、安心して子育てができる環境の中で、親自身の心が安定していることが大切です。子どもの健診時に親自身が「相談できる人がいる」と答える割合は、令和元年度には98.1%と高い値ですが、今後も親の気持ちに寄り添った支援を行っていく必要があります。

○登米市内には、出産できる産婦人科が無く、出生数も減っている現状ではありますが、安心して妊娠・出産・子育てができるよう妊婦や子育て家庭が孤立しないように支援が必要です。

【今後の取組】

(1) いのちの大切さの啓発

- ・乳幼児健診で、子どもの心の発達のために親子の触れ合いが大切であることを伝えていきます。
- ・「いのちの教室」を実施し、心と体の成長や「いのち」の大切さを伝えていきます。
- ・喫煙についての正しい知識を伝え自分自身の体を大切にする重要性を伝えていきます。
- ・スマートフォン等のメディアとのつきあい方について伝え、自分も相手も大切にすることをコミュニケーションのあり方について考える機会を作っていきます。

(2) 相談できる場の啓発と体制づくり

- ・「いのちの教室」等を通して、子どもが悩みを相談できる場の情報提供や困った時にSOSを出すことの大切さを啓発していきます。
- ・臨床心理士等による「こころの相談」事業や、子どもとの関わりを相談できる「子どものこころの相談」事業など、親が相談できる場の提供をしていきます。

(3) 安心して子育てできる環境づくり

- ・妊婦、乳幼児やその保護者に対し、子育て世代包括支援センター事業を通して、切れ目ない支援を行い、親子が安心して子育てできる環境を整備していきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)	目 標 値 (令和7年度)
④	⑨すべての中学校で「いのちの教室」が開催される	5校/10校	10校/10校
④	⑩自分にはよいところがあると答える子どもの割合が増える	小学生 79.1% (県 80.1%) 中学生 75.3% (県 74.0%)	小学生 81.0% 中学生 77.0%
⑤	⑪相談できる人がいる割合が増える	1歳6か月児健診 98.1% 3歳児健診 96.6%	100%

資料*⑨令和元年度登米市健康推進課事業報告
 *⑩令和元年度全国学力・学習状況調査結果
 *⑪令和元年度登米市1歳6か月児健康診査、3歳児健康診査結果

中目標 地域の中で育ちあおう

小目標 ⑥人と人がつながろう

【現状と課題】

子どもが健やかに育つためには、親子が孤立せず安心して子育てできる環境が大切であり、子どもの頃からの地域とのつながりが、その後の関わりにも結びついていきます。

- 登米市では平成21年度より、地域で見守っていくことを目的に、生後2～4か月の子どもがいる家庭に保健活動推進員が訪問する「子育て応援訪問」を実施しておりますが、令和元年度の実施割合は71.8%と平成26年度と比べて2.6ポイント増えており、今後も継続していく必要があります。
- 子どもの頃から家族であいさつをする習慣を身につけることは、人と人がつながるための第一歩となります。地域のつながりを広げていくためにも、大人が率先してあいさつができる地域ぐるみの取組が必要になってきます。

【今後の取組】

(1) つながりの中で育ちあえる体制づくり

- ・保健活動推進員による「子育て応援訪問」を継続して実施し、地域とのつながりを作る機会としていきます。
- ・地域の中でお互いに助け合う気持ちを養っていけるように、地域の行事やボランティア活動などの参加を勧めていきます。

(2) あいさつの大切さについての啓発

- ・乳幼児健診や学校を通じてあいさつの重要性を伝え、他者との気持ちのいいコミュニケーションのあり方を考える機会を作ります。
- ・地域の中で見守りや声かけができるよう、地域での行事や活動の中で子育てを考える機会を作ります。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)	目 標 値 (令和7年度)
⑥	⑬保健活動推進員の子育て応援訪問の割合が増える	71.8%	78.0%
⑥	⑭地域の行事に参加していると答える人の割合が増える	小学生 80.6% 中学生 62.8%	小学生 86.0% 中学生 68.0%
⑥	⑮家族であいさつをする人の割合が増える	※令和3年度より 調査予定	3歳児 100%

資料*⑬保健活動推進員「子育て応援訪問」実施状況
*⑭令和元年度全国学力・学習状況調査結果

目標を達成するためのそれぞれの役割

～すこやか成長期(0歳～18歳)～

基本方向	大目標	中目標	小目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政・学校等ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり	望ましい生活習慣を身につけ、健全な心と体を育もう	よく食べ、よく遊び、よく眠ろう	① 3度の食事をとろう	<ul style="list-style-type: none"> 生活リズムを整え、毎日朝食をとる習慣をつける 主食、主菜、副菜をそろえ、栄養バランスを意識して食べる 家族で様々な食材に触れる機会をもち、食の大切さや楽しさを知る 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもが集まる機会に様々な食材に触れるきっかけを作り、皆で食べる食の楽しさを伝える バランスのよい食事のとり方について学習し家族へ伝える 市の取組を家族へ伝える 	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児健診の機会等を通して、望ましい食事、運動、むし歯予防の情報提供を行う 保育施設や学校と連携して、様々な場面を通して啓発する 家族と団体、企業や地域をつなぎ、地域ぐるみの活動を活性化させる
			② 体を動かそう	<ul style="list-style-type: none"> 幼い頃から親子で体を使った遊びをする 定期的な運動の習慣をつける 運動の楽しさ・大切さを知り、習慣づける 	<ul style="list-style-type: none"> 近所で気軽に集う場所をつくる 子どもが安心して遊べる場所を確保し、地域で見守る 体を使った遊びを積極的に伝える 	<ul style="list-style-type: none"> 乳幼児健診等で、発達を促す遊び方について伝える 子どもも大人も安全に遊べる場を確保し、情報提供を行う 保育施設や学校の時間内で運動習慣をつける
			③ はやねはやおきをしよう	<ul style="list-style-type: none"> 規則正しい生活リズムの重要性を知る 子どもの生活リズムに合わせた生活時間の調整をする 生活の目標を家族内で決める 	<ul style="list-style-type: none"> 夜更かしをしないように声がけする 地域で学ぶ機会をつくり、地域全体での目標を立てる 家族へ望ましい生活習慣について伝え、見守る 	<ul style="list-style-type: none"> 規則正しい生活リズムの重要性を伝える 学校と家族で生活目標を設定し継続して取り組めるようにする 学校や地域での取組を市民に分かりやすく情報発信する
		自分も相手も大切にすることを	④ 自分の心と体について知ろう	<ul style="list-style-type: none"> 自分の体や心の変化を知る 子どもの成長の様子を確認する 体や性についての子どもの疑問を受け取る 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもの現状や関わり方について学び、地域で子どもの成長を見守る 命の大切さを伝える 子どもが安心して過ごせる居場所をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもに対し、命や性に関する学習の機会を提供する 自分も相手も大切にするコミュニケーションのあり方について考える機会をつくる 子どもの現状や関わり方について、地域の人や家族へ伝える機会をつくる
			⑤ 自分の気持ちを表現しあおう	<ul style="list-style-type: none"> 家族や周囲の人との会話を大事にする 保護者が自分の気持ちを表現する 子どもの個性を發揮できる場をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもや家族が気軽に集える居場所をつくる いろいろな行事・学習会に誘いあう 子どもが個性を發揮できる場面を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> 子どもや親への専門相談の情報提供をする 親子の触れ合いの大切さについて伝えたり、保護者の気持ちを受け止める 心の健康や自己肯定感を育む学習の機会を設ける
		育ちあおう	⑥ 人と人がつながろう	<ul style="list-style-type: none"> 家族内であいさつをする 地域のイベントに参加する 自主活動やボランティアに参加する 	<ul style="list-style-type: none"> 家族や地域の子どもにあいさつをし、気軽に話せる場をつくる 多彩なイベントを企画する（世代間、親子、母親・子ども同士の交流） ボランティアの参加を呼びかける 	<ul style="list-style-type: none"> 「子育て応援訪問」を継続し、地域の保健活動推進員と協働し地域づくりを行う 保育施設や学校とともにあいさつの重要性を伝える 地域のイベント等を保護者に届くように情報発信する

（2）はつらつ躍動期（19歳～64歳）

大目標：望ましい生活習慣を実践し、心と体の健康を保とう

中目標 自分の体を知り心地よく暮らそう

- 小目標 ①偏りなく楽しく3度の食事をとろう
 ②運動を習慣化しよう
 ③病気を予防しよう

【現状と課題】

働きながらゆとりを持ち、心豊かな生活を送るためには、心身の健康が土台となることから、生活習慣病を予防することが大切です。しかし、働き世代のはつらつ躍動期は、家庭や社会の中でも役割が大きく、自身の健康管理が疎かになる傾向があります。食習慣、運動、喫煙、飲酒、ストレスなど日常生活の積み重ねで引き起こされる生活習慣病の予防に、はつらつ躍動期の早い時期から取り組むことが必要です。

- 食事については、朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合が、令和元年度には男性27.7%、女性17.9%と平成26年度と比べて男女ともに減少しました。また、主食、主菜、副菜をそろえて食べる人の割合は、令和元年度には20～64歳で88.7%と平成28年度と比べて増加し、食習慣については改善傾向にあります。
- 運動では、1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合が、令和元年度には40～59歳の男性29.7%、女性20.8%、20～39歳の女性14.2%で、平成27年度より増加しました。その他の年代では平成27年度と比べて減少し、運動を習慣化することの難しさが表れています。
- 肥満については、BMI 25以上の肥満判定の人の割合が、令和元年度には30～64歳男性40.8%、40～64歳女性29.4%で、平成27年度に比べて増加傾向にあるため、今後さらに世代に応じた運動の啓発や食事バランスについて啓発が必要です。
- 喫煙率については、習慣的に喫煙している人の割合が、令和元年度では男性20～39歳38.1%、40～59歳45.3%と、平成27年度に比べて20～39歳7.4ポイント、40～59歳4.8ポイント減少し、若い年代の男性では低下しています。女性については、妊娠期の喫煙率が3.3%に減少しているものの母体のみならず、胎児への影響が大きいことから継続した啓発が必要です。
- 飲酒については、適量飲酒の割合をみると、平成27年度に比べて男性は20～39歳2.6ポイント、40～59歳1.9ポイント改善したものの、女性では20～39歳0.2ポイント、40～59歳5.9ポイント低下し、特に若い世代の女性への啓発が必要です。
- がん検診の受診率は、横ばい傾向にあり、今後も受診勧奨に努めていく必要があります。また、健診後の特定保健指導率（特定保健指導実施率）は、平成30年度では該当者の7.4%と低く、実施率向上に向けた取組が必要です。
- 脳血管疾患による死亡率が高く、特定健康診査の結果から例年受診者の3割弱の方が、高血圧で要医療判定となっており、日頃から適正に血圧管理をしていくことが重要です。

【今後の取組】

（1）バランスの良い食事と適塩の推進

- ・親子で食事バランスを学ぶ機会をPTA等と連携し提供していきます。
- ・主食・主菜・副菜をそろえた食べ方を広く啓発していきます。
- ・食生活改善推進員等と連携し、野菜レシピの作成と活用を進め、「適塩！プラス野菜あと一皿」を実践につなげる環境づくりとして推進していきます。

（2）健診を活かした健康づくり

- ・特定健康診査、特定保健指導の実施率向上を目指すとともに、糖尿病性腎症や生活習慣病重症化予防に取り組んでいきます。
- ・特定健診の結果から、生活習慣の見直し、特定保健指導、または医療機関の受診等につながるよう自身の健康管理への活かし方を啓発していきます。

（3）肥満予防と生活習慣病予防の啓発

- ・体重増加による生活習慣病の危険性について啓発し、適性体重の維持の大切さについて啓発していきます。
- ・日常的な健康管理の一つとして、定期的な血圧測定や体重測定が役立つことを啓発していきます。

（4）運動の習慣化の推進

- ・日常生活にだれでも取り入れやすいウォーキングを推進するため、ウォーキングマップやウォーキングアプリを周知、地域コミュニティと連携した事業による運動メニューの提供等、運動習慣につなげられるように働きかけていきます。
- ・日常の生活の中で取り組めるよう「すきま時間」を利用したストレッチや筋力アップの運動を啓発していきます。

（5）歯と口の健康づくり

- ・歯周病検診や妊婦歯科健診の受診を勧奨するとともに、生涯を通した歯と口の健康を保てるよう情報提供をしていきます。
- ・日々の歯みがきの大切さを啓発するとともに、定期的に歯科医療機関を受診し、歯と口のメンテナンスを受けることを勧奨していきます。

（6）適度な飲酒の啓発

- ・適度な飲酒と週2日の休肝日を啓発していきます。
- ・アルコールに関する相談窓口について啓発していきます。

（7）禁煙・受動喫煙防止の推進

- ・妊娠期のみならず妊娠前からの禁煙対策を進めるとともに、受動喫煙防止に向けての啓発、禁煙支援等についての情報提供を継続していきます。
- ・禁煙、受動喫煙についての知識の普及に取り組んでいきます。（敷地内禁煙や喫煙場所の確保）

（8）感染症予防の啓発

- ・新型コロナウイルス感染症やインフルエンザなどの感染症に関する正しい知識の普及・啓発をしていきます。

（9）連携による情報発信

- ・地元企業や団体等と連携して、健康づくりに関する情報を発信していきます。
- ・市のホームページやフェイスブック、コミュニティエフエム等を活用し、はつらつ躍動期への健康づくり情報を発信していきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)		目 標 値 (令和7年度)
①	①朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合が減る	男性	20～39歳 27.7% 40～64歳 15.2%	23.0% 10.0%
		女性	20～39歳 17.9% 40～64歳 8.1%	12.0% 3.0%
①	②主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合が増える	男性	20～39歳 78.0% 40～69歳 87.7%	83.0% 93.0%
		女性	20～39歳 79.3% 40～69歳 92.0%	84.0% 97.0%
①	③家族一緒の食事頻度が増える（毎日1回以上、2～3日に1回以上）	94.2%（R2年度）		97.0%
②	④1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合が増える	男性	20～39歳 31.9% 40～64歳 27.5%	36.9% 28.5%
		女性	20～39歳 14.2% 40～64歳 21.4%	19.2% 28.5%
②	⑤肥満者の割合が減る（BMI25以上）	男性	20～39歳 42.9% 40～64歳 40.6%	38.0% 35.0%
		女性	20～39歳 24.2% 40～64歳 29.4%	19.0% 24.0%
③	⑥歯周病検診を受ける人の割合が増える	40歳 11.1%		16.0%
③	⑦たばこを習慣的に吸っている人の割合が減る	妊娠期 3.3%		0%
		男性	20～39歳 38.1% 40～64歳 41.7%	33.0% 38.0%
③	⑧お酒を毎日飲む人の割合が減る	女性	20～39歳 13.7% 40～64歳 9.3%	9.0% 4.0%
		男性	20～39歳 23.4% 40～64歳 45.3%	18.0% 40.0%
③	⑨大腸がん検診を受診する人の割合が増える	女性	20～39歳 8.4% 40～64歳 12.9%	3.0% 8.0%
		42.2%		47.0%
③	⑩特定保健指導終了者の割合が増える（40～74歳）	7.4%		17.0%

資料*①④⑤⑦⑧令和元年度 登米市特定健康診査結果（健康管理システムより抽出）
 *②令和元年度 元気とめ食育21計画（第3期）評価に係るアンケート結果（令和元年度特定健診時実施アンケート調査）
 *③令和2年度登米の食に関するアンケート調査結果（小学5年生・中学2年生保護者対象）
 *⑥令和元年度 登米市成果報告
 *⑨令和元年度 登米市検診事業受診率の推移（登米市独自）
 *⑩平成30年度 特定健診・特定保健指導法定報告結果一覧

中目標 心身のバランスを保ち心豊かに暮らそう

小目標 ④自分の気持ちを語りあおう

⑤ストレスと上手につきあおう

【現状と課題】

はつらつ躍動期は、子育てや仕事、社会の中で多くの役割を期待され、ストレスや悩みを抱える年代であり、様々な機会をとおしストレス解消法や休養の重要性などを働きかける必要があります。

○令和元年度に実施した特定健康診査時でのアンケートでは、相談できる人がいる割合は、女性は9割以上でしたが、女性に比べ男性の割合が低いという結果でした。また、男女問わず年齢が高くなるほど相談できる人がいる割合が減る傾向にあります。一人で悩むことのないよう継続して相談窓口の啓発をしていく必要があります。

○30～50歳男性の自殺者の割合は、平成26年～平成30年では市全体の自殺者の約4割と高く、今後相談しやすい体制づくりが重要になります。

【今後の取組】

（1）こころの健康づくりの啓発

- ・職場や地域において、いのちの大切さやメンタルヘルスの重要性、コミュニケーションのとり方について学ぶ機会を提供していきます。
- ・各種講座や健康教育等の機会を通じ、うつ病や統合失調症、アルコール依存症等の精神疾患について正しく理解してもらうための知識の普及啓発をしていきます。
- ・ストレス解消法や睡眠などの重要性を啓発していきます。

（2）こころの相談窓口、相談体制の充実

- ・悩みや生きづらさを感じた時に、より身近なところで相談を受けられるよう相談体制づくりに努めていきます。
- ・精神科医や臨床心理士等専門機関によるこころの相談を広く周知していきます。
- ・乳幼児健診など相談の場面を通して、親子の心のSOSに気づき必要に応じて専門機関につながるよう支援していきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)		目 標 値 (令和7年度)	
		性別	年齢		
④	⑪相談できる人がいる割合が増える	男性	20～39歳	92.2%	全ての年代で 100%
			40～64歳	87.1%	
		女性	20～39歳	96.8%	
			40～64歳	94.4%	
⑤	⑫睡眠で休養が十分とれている人の割合が増える	男性	20～39歳	76.4%	79.0%
			40～69歳	74.5%	77.0%
		女性	20～39歳	65.7%	68.0%
			40～69歳	66.9%	69.0%

資料*⑪令和元年度登米市特定健康診査時アンケート結果
*⑫令和元年度登米市特定健康診査結果（健康管理システムより抽出）

中目標 ともに支えあい安心して暮らせる地域の輪を広げよう

小目標 ⑥人と人とがつながろう

【現状と課題】

人と地域のつながりを持ち心豊かに暮らすためには、地域活動や趣味の集まり等仕事以外の活動や交流も大切です。

○令和元年度に実施した特定健康診査時でのアンケートでは、「組織の活動に自主的に参加している人」の割合は、20～39歳で約4割、40～69歳で6割を超えており、おおむね改善傾向でした。

○家庭や地域の中で、コミュニケーションの基本となるあいさつをしたり、声をかけあいながら互いに見守り、共に支えあう環境づくりを進めることが必要です。

【今後の取組】

（1）見守り、支えあえる環境づくりの推進

- ・人とつながることや生きがいを持つことの大切さについて、周知すると共に地域行事や地域の集まり等への積極的な参加を促していきます。
- ・傾聴活動をしているボランティア等の自主活動が継続できるよう支援していきます。
- ・「こころの元気サポーター養成講座」などを通して、地域全体の知識の普及やゲートキーパーの養成を支援していきます。
- ・若年者が発したSOSを周りの大人や身近な関係者が受け止められるよう、学びの機会を提供していきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和元年度)		目 標 値 (令和7年度)	
		性別	年齢		
⑥	⑬組織の活動に自主的に参加している人の割合が増える	男性	20～39歳	39.1%	44.0%
			40～64歳	69.8%	75.0%
		女性	20～39歳	38.9%	44.0%
			40～64歳	64.6%	70.0%

資料* 令和元年度 元気とめ食育21計画（第3期）評価に係るアンケート結果（令和元年度特定健診時実施アンケート調査）

目標を達成するためのそれぞれの役割

～はつらつ躍動期（19歳～64歳）～

基本方向	大目標	中目標	小目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政・学校等ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり	健康的な生活習慣を実践し、心と体の健康を保つ	自分の体を知り心地よく暮らす	① 偏りなく楽しく3度の食事をとろう	<ul style="list-style-type: none"> 主食、主菜、副菜をそろえ、栄養バランスを意識して食べる 毎日、朝食をとる習慣をつける 栄養バランスのとれた食事についての学びの場に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスのとれた食事についての学びの場を提供する 地域で「はやね はやおき あさごはん」について声をかけあう 	<ul style="list-style-type: none"> 栄養バランスのとれた食事についての重要性と学びの場を提供する 親子での「はやね はやおき あさごはん」を啓発する 地区組織と野菜レシピを作成し、レシピを活用した啓発を行う 食に関わる他機関との連携を図る
			② 運動を習慣化しよう	<ul style="list-style-type: none"> 毎日の生活に運動を取り入れる 子どもと一緒に体を使って遊ぶ 自分にあった運動やスポーツを見つける 運動をテーマにした健康づくり学習会に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> 地域や仲間と楽しく運動する機会をつくり、誘い合って参加する 地区での健康づくり学習会を開催する 	<ul style="list-style-type: none"> ウォーキングマップやスマートフォンを活用したウォーキングを推進する すきま時間を活用したストレッチや筋力アップの運動を啓発する 運動のできる場所やイベント等について情報提供する 子育て支援の集まりに体を動かす体験を取り入れる
			③ 病気を予防しよう	<ul style="list-style-type: none"> 生活習慣病予防に関するイベントに積極的に参加する 特定健診、特定保健指導を受け結果を活かした健康づくりをする 自分の適正体重を知り、生活習慣を見直す 毎日歯みがきし、定期的に歯科医で健診や歯のメンテナンスをする 適度な飲酒量を守り、休肝日を設ける たばこの害について知る たばこは吸わない、たばこの害を第三者に与えない 	<ul style="list-style-type: none"> 近所の人や仲間を誘って健診を受ける 地域ぐるみで健康を話題にする場をもつ 飲酒を無理に勧めない 人が集まる建物内は禁煙または分煙に努める 	<ul style="list-style-type: none"> 健診の受診勧奨及び、受診後の健康管理への活かし方を啓発する 適正体重と健康管理について啓発する 健康づくり情報を広報やホームページなどを活用し啓発する 節度ある適度な飲酒、週2日の休肝日を啓発する アルコールに関する相談窓口を啓発する 敷地内禁煙の公共施設を増やす
		心身のバランスを保ち心豊かに暮らす	④ 自分の気持ちを語りあおう	<ul style="list-style-type: none"> 自分ひとりで考え込まない 自分の気持ちを素直に伝える 自分の心のSOSに気づく力を持つ メンタルヘルスやコミュニケーションについて学ぶ講座に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> 語り合える仲間を持つ、気軽に語り合える場をつくる メンタルヘルスやコミュニケーションについて学ぶ講座に誘いあって参加する 相談窓口を互いに教えあう 	<ul style="list-style-type: none"> メンタルヘルスやコミュニケーションについて学ぶ機会を設ける 乳幼児健診など相談の場面を通して、親子のSOSに気づき、必要に応じて専門機関につなげる 相談できる場所を提供する より身近なところで相談を受けられるよう相談体制づくりに努める
			⑤ ストレスと上手につきあおう	<ul style="list-style-type: none"> ストレスをため込み過ぎず、適度に解消しながら暮らす 自分なりの趣味を持つ 十分な睡眠、休養をとる 	<ul style="list-style-type: none"> 語り合える仲間を持つ、気軽に語り合える場をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ストレス解消の方法を啓発する 睡眠・休養の重要性を啓発する
			⑥ 人と人がつながろう	<ul style="list-style-type: none"> 自分からあいさつをする 家族みんなで食事をとるようにする 助け合いやボランティア活動、地域行事に参加する 地域組織や各種団体等で自分ができることを積極的に行う 	<ul style="list-style-type: none"> 地域ぐるみであいさつ運動を進め、声をかけあえる関係づくりを進める 地域で世代間の交流ができる機会を設ける 地域ぐるみで声かけ、助け合い、ボランティア活動に取り組む 働きながらも参加しやすい町内会づくりに取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> あいさつの大切さ、みんなで食事をとること（共食）の大切さを啓発する 行政も共にあいさつ運動を推進する

(3) いきいき満足期（65歳以上）

大目標：生活を楽しみ自分らしく暮らそう

中目標 心身ともにすこやかに暮らそう

- 小目標 ①バランスよく食べよう
 ②体を動かし、筋力を保とう
 ③病気と上手につきあおう

【現状と課題】

心身ともにすこやかに暮らしていくには、バランスの良い食事や口腔機能の維持、適度な運動習慣を身につけ、筋力や気力など心身の活力が低下していく状態（フレイル）を予防していくことが重要です。さらに、65歳以上になると8割以上の人が医療機関に通院しており、病気と上手につきあいながら自分の健康を管理していく必要があります。

○バランスの良い食事は低栄養を予防します。10食品群中8食品以上をほぼ毎日食べることが推奨されていますが、8食品以上ほぼ毎日食べている人の割合は、令和2年度では男女とも1割程度に留まっています。また、食事には口腔機能の維持が大切であり、正しい歯磨きや定期的な検診が重要です。歯周病検診の受診率は、平成27年度より増加しているものの、令和元年度では2割程度です。今後も、バランスの良い食事や歯の大切さ、歯周病が全身に及ぼす影響について啓発していく必要があります。

○運動について、習慣的に散歩をしている人の割合は、令和2年度では男性31.5%、女性23.7%と平成27年度と比較し横ばいの結果となっています。適度な運動の習慣化は、筋力を保ち、転倒やロコモティブシンドローム（運動器症候群）を予防するため、さらなる啓発が必要になります。令和2年度高齢者実態調査から、単に散歩する運動から目的を持った体操やスポーツへと運動の中身も量から質へ変化を迎えているため、自分に合った運動ができるよう支援していく必要があります。

○病気と上手につきあうためには、自分の状態にあった健康管理を考えていくことが大切であり、自分の体の状態を知ることと、かかりつけ医を持つことが重要です。特定健診を受ける人の割合は、平成30年度では68.2%で平成26年度と比べて横ばいであり、今後も健診の大切さについて啓発し、受診勧奨をしていく必要があります。

【今後の取組】

(1) 低栄養予防の啓発

- ・食品を多様に摂取するよう、健診や高齢者向けの健康教室等で啓発していきます。
- ・歯の手入れや歯周病予防について啓発し、定期的に検診を受けることを推奨します。

(2) 運動を継続できる環境づくり

- ・地域で運動する機会を支援するため、地域コミュニティや社会福祉協議会などと連携します。

- ・ロコモティブシンドロームの予防や運動の必要性について伝えていきます。
- ・自分にあった運動を継続できるように、取り組みやすいウォーキングや「いきいき体操とめ」などの情報を広報とめ、ホームページ、動画サイト等を活用し伝えていきます。

(3) 高齢期の健康づくりの啓発

- ・フレイル予防など的高齢期の健康づくりについて、地域包括支援センター等の関係機関と連携し、情報を発信していきます。
- ・自分の体にあった健康管理を考えるため、健診や健康教室等で情報提供していきます。
- ・かかりつけ医を持つことの必要性、病院へのかかり方について啓発します。
- ・病気の重症化を防ぐため、インフルエンザや肺炎球菌ワクチン等の予防接種を受けるよう啓発していきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和2年度)	目 標 値 (令和7年度)
①	①食品摂取多様性得点8点以上の人の割合が増える	男性7.9% 女性8.9%	男性11.0% 女性11.0%
①	②歯周病検診を受ける人の割合が増える	70歳 16.8% (令和元年度)	22.0%
②	③ウォーキングなどの運動を週1回以上している人の割合が増える	男性41.3% 女性35.5%	男性46.0% 女性41.0%
②	④転倒した人の割合が減る	男性26.5% 女性25.4%	男性20.0% 女性20.0%
③	⑤特定健診を受ける人の割合が増える (65～74歳)	68.2% (平成30年度)	73.0%
③	⑥自分の健康状態をよいと答える人の割合が増える	男性72.8% 女性71.1%	男性78.0% 女性76.0%

資料*①③④⑥令和2年度 登米市高齢者実態調査結果
 *②令和元年度 登米市成果報告
 *⑤平成30年度 特定健診・特定保健指導法定報告結果一覧

中目標 生きがいを持ち心豊かに暮らそう

- 小目標 ④悩みを抱えこまないようにしよう
- ⑤自分の役割を持つ

【現状と課題】

高齢期は、加齢に伴う健康問題、退職や近親者との死別等による喪失感、経済不安など多くのストレスを抱えやすくなります。その中で、自分の役割を持つことは、生きがいを持つことにつながります。

○相談できる人のいる割合は、令和元年度に実施した特定健康診査時でのアンケートでは、男性87.3%、女性94.3%と平成26年度より増加傾向にありますが、自殺者の割合をみますと、平成26年～平成30年では、市全体の自殺者の中で70歳以上の人の割合が約27.6%と高くなっています。今後、悩みや不安を一人で抱えこまない様な働きかけが必要です。

○地域でリーダーの役割を担う人材の育成を目指すリーダー養成講座（介護予防事業）の参加人数は、平成26年度より増加傾向にあります。元気高齢者が様々な場面で支える側としての役割を発揮していくことは地域づくりのカギにもなります。今後も社会福祉協議会や地域包括支援センターと連携し、元気高齢者が地域で活動を継続していけるよう支援していく必要があります。

【今後の取組】

(1) こころの健康づくりの啓発

- ・高齢期の心の変化やうつ、認知症などの心の病気について啓発し、地域や家族が高齢者への関わりについて知る機会を作ります。
- ・認知症の早期発見、早期治療ができるよう相談支援を行います。

(2) こころの相談体制の充実

- ・精神科医や臨床心理士等による「こころの相談」を周知していきます。
- ・地域包括支援センターや民生委員等の関係機関と連携し、早期に相談できるよう支援します。

(3) 生きがいづくりへの支援

- ・地域で活動する介護予防のボランティアやリーダーを育成し、地域活動を支援します。
- ・老人クラブやミニデイサービスなど、高齢者が集い、語りあえる機会を支援します。

小目標	指 標	現 況 値 (令和2年度)	目 標 値 (令和7年度)
④	⑦相談できる人がいる割合が増える（70歳以上）	男性87.3% 女性94.3% (令和元年度)	100%
⑤	⑧リーダー養成講座（介護予防事業）の受講者数が増える	参加実人数747人 (令和元年度)	参加実人数840人

資料*⑦令和元年度 特定健康診査時アンケート結果
*⑧令和元年度 リーダー養成講座（和話輪推進研修会、元気応援コンシェルジュ研修会）実績

中目標 地域の中でみんなと共に暮らそう

- 小目標 ⑥人と人とがつながろう

【現状と課題】

高齢者の閉じこもりは生活機能を低下させ人との交流も疎遠になるため注意が必要です。また、「新しい生活様式」の中、人と人との距離を保つことが必要とされていますが、孤立予防、不安との向き合い方等、それぞれのこころの保ち方、こころの繋がり方が新たな課題となっています。

○週に1回以上外出している人の割合は、令和2年度には8割を超えており、町内会の催しや行事に参加する人の割合も半数を超えています。地域住民による声かけや外出を支援するためのボランティアの活用など、ミニデイサービス事業等と連携し、住民同士が積極的に関わりながら閉じこもり状態を減らしていく働きかけが必要です。

【今後の取組】

(1) 地域との交流の推進

- ・地域での行事や健康教室等の開催を支援し、参加を呼びかけます。
- ・人と交流することの大切さを啓発し、住民の交流の機会を促します。

(2) 孤立しないよう見守り支えあえる環境づくり

- ・保健活動推進員や食生活改善推進員の地域活動により、地域ぐるみで健康生活や介護予防を進めていけるよう支援していきます。
- ・行政区長や民生委員、地域包括支援センター等と連携し、地域全体で高齢者への声かけや見守りを推進していきます。
- ・地域包括ケアの推進を図り、個々の状況にあった医療・保健・福祉サービスの一体的な情報提供を行っていきます。
- ・スマートフォンなどの情報機器を利用する高齢者も増えているため、ICTを活用した新たなつながりづくりを積極的に進めていきます。

小目標	指 標	現 況 値 (令和2年度)	目 標 値 (令和7年度)
⑥	⑨週に1回以上外出をしている人の割合が増える	男性 85.1% 女性 81.1%	男性 90.0% 女性 86.0%
⑥	⑩町内会の催しや行事に参加する人の割合が増える	男性 66.5% 女性 63.5%	男性 72.0% 女性 68.0%

資料*⑨⑩令和2年度登米市高齢者実態調査結果

目標を達成するためのそれぞれの役割

～いきいき満定期（65歳以上）～

基本方向	大目標	中目標	小目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり	生活を楽しみ自分らしく暮らそう	心身ともにすこやかに暮らそう	① 食事はバランスよく食べよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ バランスの良い食事を心がける ・ 家族や友人と楽しく食事をする ・ 歯（義歯）の手入れと管理をする ・ 歯の検診を受ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養バランスの良い配食サービスの提供 ・ 栄養バランスのとれた食事についての学びの場を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養・運動・休養・歯周病予防・口腔ケアを学ぶ機会をつくる ・ 栄養や食生活についての健康教育を開催し、食事のバランスについて啓発する ・ 歯周病検診の受診を推奨する
			② 体を動かし筋力を保とう	<ul style="list-style-type: none"> ・ ウォーキングや体操など自分にあった運動を続ける ・ 地域の集いの場や運動教室などに出かけ、仲間と一緒に体を動かす ・ 転倒の注意点について家族で声をかけあう 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 体を動かせる機会に隣近所の高齢者を誘う ・ ラジオ体操や玄米ダンベルなど地域で集まり、運動する機会をつくる ・ 男性が参加しやすい教室の工夫をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 運動の必要性・習慣化を啓発する ・ 「いきいき体操とめ」やウォーキングなど自分にあった運動方法を提案する ・ 運動できる施設や指導者の情報を提供する
			③ 病気と上手につきあおう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 自分の体調と相談しながら生活をする ・ 検診を受ける（各種検診・歯の定期検診） ・ かかりつけ医を持つ ・ 予防接種を受け、感染症を予防する ・ 家族やまわりの理解や協力を得る 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 検診や予防接種等の健康情報を話題にする ・ 地域のイベントで健康チェックのコーナーを設ける 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 検診を実施・推進・啓発する ・ かかりつけ医を持つことの必要性を啓発する ・ 予防接種を実施・推進・啓発する（インフルエンザ、肺炎球菌等） ・ 広報、インターネット等で健康情報を提供する
		生きがいを持ち心豊かに暮らそう	④ 悩みを抱え込まないよう	<ul style="list-style-type: none"> ・ みんなで集まって、楽しく語らう ・ 身近に相談できる相手をつくる ・ 家族であいさつし声をかけあう ・ 気になる症状があるときは、地域包括支援センター等へ相談する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢期の心の変化や特性について理解する ・ 交流の場、趣味を活かせる場をつくる ・ 地域の輪へ入れるよう誘い、声をかけあう ・ 気になる人がいる場合は、関係機関へ声がけし相談につなげる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 高齢期のこころや認知症について、正しい知識の普及を啓発する ・ 「こころの相談」を周知し、専門家による相談を受ける機会を提供する ・ 早期に相談に対応できるよう、地域包括支援センターなどの関係機関と連携する
			⑤ 自分の役割を持つ	<ul style="list-style-type: none"> ・ 身だしなみをととのえる ・ 自分で出来ることは、自分で行う ・ 家庭の中で仕事を頼み、感謝の気持ちを伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 趣味や経験を生かせる場をつくる（サークルがある、集まる場を持つ） ・ 講師となり地域で子どもなどへ経験を教える機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 介護予防ボランティアやリーダーを育成し、地域で活動が継続できるよう支援する ・ 広報などでサークルや地域の活動を紹介する
		暮らそう	⑥ 人と人がつながろう	<ul style="list-style-type: none"> ・ 地域の行事に参加し、地域との関わりをもつ ・ 家族、近所の人とお互いにあいさつし声をかけあう ・ お互いの話を傾聴する 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 子どもから高齢者までが参加できる行事を行う ・ 地域の高齢者への声がけや見守りを行う ・ 地域での行事や活動などの情報を発信する ・ 有事の際に助けあえる環境づくりをする 	<ul style="list-style-type: none"> ・ 人と交流することの大切さを啓発し、交流の機会をつくる ・ 保健活動推進員や食生活改善推進員の活動により、地域ぐるみで健康生活を進めていけるよう支援する ・ 関係機関と連絡を取りあい、情報共有を行う

2. 評価指標と目標値一覧表

大目標	中目標	小目標	指標	現況値(第4期ベース値)		目標値	
				令和元年度		令和7年度	
【こいよか成長期】 【こいよか生活習慣を身につけ、健全な心と体を育てよう】	よく食べ、よく遊び、よく眠ろう	①3度の食事をとろう	①朝食を毎日食べる子どもの割合が増える	3歳児 94.2%	100%	100%	
				小学6年生 96.6%	100%	100%	
				中学3年生 95.9%	100%	100%	
			②野菜を毎食とる人の割合が増える	小・中学生 41.9%(R2年度)		47.0%	
			③むし菌のない子どもの割合が増える	3歳児 84.3%	87.0%	87.0%	
				小学生 45.7%	52.0%	52.0%	
				中学生 50.0%	56.0%	56.0%	
			②体を動かそう	④小・中学校児童生徒の体力・運動能力の全国平均との比較	小学 男子 99.8%	103%	103%
					5年生 女子 102.7%	103%	103%
					中学 男子 101.7%	103%	103%
		2年生 女子 100.2%		103%	103%		
		⑤子どもの肥満の割合が減る(肥満度20%以上)		3歳児 男子 2.3%	1.2%	1.2%	
			3歳児 女子 1.9%	1.0%	1.0%		
			小学 男子 22.8%	18.0%	18.0%		
			5年生 女子 16.8%	13.3%	13.3%		
			中学 男子 12.8%	10.6%	10.6%		
			2年生 女子 11.3%	8.5%	8.5%		
			③はやね・はやおきをしよう	⑥21時までに寝る3歳児の割合が増える	37.3%		50.0%
とう切に自分も相手も大切にすることを	自分も相手も大切にすることを	④自分の体と心について知ろう	⑦すべての中学校で「いのちの教室」が開催される	5校/10校		10校/10校	
			⑧自分にはよいところがあると答える子どもの割合が増える	小学生 79.1%	81.0%	81.0%	
		⑨自分の気持ちを表現しあおう	⑨相談できる人がいる割合が増える	1歳6か月児健診 98.1%	100%	100%	
		3歳児健診 96.6%	100%	100%			
育ちあおう	地域の中で育ちあおう	⑥人と人がつながろう	⑩保健活動推進員の子育て応援訪問の割合が増える	71.8%		78.0%	
			⑪地域の行事に参加していると答える人の割合が増える	小学生 80.6%	小学生 86.0%	小学生 86.0%	
			⑫家族であいさつをする人の割合が増える	中学生 62.8%	中学生 68.0%	中学生 68.0%	
			※令和3年度より調査予定	3歳児 100%	3歳児 100%		

【はじり躍動期】 【望ましい生活習慣を实践し、心と体の健康を保とう】	自分の体を知り心地よく暮らそう	①偏りなく楽しく3度の食事をとろう	男性		女性		
			20~39歳	27.7%	23.0%	20~39歳	17.9%
【はじり躍動期】 【望ましい生活習慣を实践し、心と体の健康を保とう】	自分の体を知り心地よく暮らそう	①偏りなく楽しく3度の食事をとろう	40~64歳 15.2%		10.0%		
			20~39歳 17.9%		12.0%		
			40~64歳 8.1%		3.0%		
		②主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合が増える	男性 20~39歳 78.0%		83.0%		
			40~64歳 87.7%		93.0%		
			女性 20~39歳 79.3%		84.0%		
		③家族一緒の食事頻度が増える(毎日1回以上、2~3日に1回以上)	94.2%(R2年度)		97.0%		
			④1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上、1年以上実施している人の割合が増える	男性 20~39歳 31.9%		20~39歳 36.9%	
				40~64歳 27.5%		40~64歳 28.5%	
		女性 20~39歳 14.2%		20~39歳 19.2%			
		⑤肥満者の割合が減る(BMI25以上)	40~64歳 21.4%		40~64歳 28.5%		
			男性 20~39歳 42.9%		38.0%		
			40~64歳 40.6%		35.0%		
		⑥菌周病検診を受ける人の割合が増える(40歳)	女性 20~39歳 24.2%		19.0%		
			40~64歳 29.4%		24.0%		
			40歳 11.1%		16.0%		
		⑦たばこを習慣的に吸っている人の割合が減る	男性 20~39歳 38.1%		33.0%		
			40~64歳 41.7%		38.0%		
女性 妊娠期間 3.3%			0%				
⑧お酒を毎日飲む人の割合が減る	20~39歳 13.7%		9.0%				
	40~64歳 9.3%		4.0%				
	男性 20~39歳 23.4%		18.0%				
⑨大腸がん検診を受診する人の割合が増える	40~64歳 45.3%		40.0%				
	女性 20~39歳 8.4%		3.0%				
	40~64歳 12.9%		8.0%				
⑩特定保健指導の終了者の割合が増える	42.2%		47.0%				
	40~74歳 7.4%		17.0%				
	④自分の気持ちを語りあおう	男性 20~39歳 92.2%		全ての年代で 100%			
40~69歳 87.1%							
女性 20~39歳 96.8%							
⑤ストレスと上手につきあおう	40~69歳 94.4%						
	男性 20~39歳 76.4%		79.0%				
	40~64歳 74.5%		77.0%				
⑥人と人がつながろう	20~39歳 65.7%		68.0%				
	40~64歳 66.9%		69.0%				
	男性 20~39歳 39.1%		44.0%				
①バランスよく食べよう	40~69歳 69.8%		75.0%				
	女性 20~39歳 38.9%		44.0%				
	40~69歳 64.6%		70.0%				
②体を動かし、筋力を保とう	①食品摂取多様性得点8点以上の人の割合が増える		男性 7.9%(R2年度)		男性 11.0%		
			女性 8.9%(R2年度)		女性 11.0%		
	②菌周病検診を受ける人の割合が増える(70歳)		16.8%		22.0%		
③病気と上手につきあおう	③ウォーキングなどの運動を週1回以上している人の割合が増える		男性 41.3%(R2年度)		男性 46.0%		
			女性 35.5%(R2年度)		女性 41.0%		
	④転倒した人の割合が減る		男性 26.5%(R2年度)		男性 20.0%		
④悩みを抱えこまないようにしよう			女性 25.4%(R2年度)		女性 20.0%		
	⑤特定健診を受ける人の割合が増える(65~74歳)		68.2%		73.0%		
	⑥自分の健康状態をよいと答える人の割合が増える		(H30年度)				
⑤自分の役割を持とう	⑦相談できる人がいる割合が増える(70歳以上)		男性 72.8%(R2年度)		男性 78.0%		
			女性 71.1%(R2年度)		女性 76.0%		
	⑧リーダー養成講座(介護予防事業)の受講者数が増える		男性 87.3%		100.0%		
⑥人と人がつながろう			女性 94.3%				
	⑨週に1回以上外出をしている人の割合が増える		参加実人数 747人		参加実人数 840人		
	⑩町内会の催しや行事に参加する人の割合が増える		男性 85.1%(R2年度)		男性 90.0%		
		女性 81.1%(R2年度)		女性 86.0%			
		男性 66.5%(R2年度)		男性 72.0%			
		女性 63.5%(R2年度)		女性 68.0%			

第5章

食育推進計画
具体的な取組

1 目標ごとの取組…………… 63
 (1) 健全な食生活を育もう…………… 63
 (2) 登米に培われてきた食文化を
 次世代へつなごう…………… 66
 (3) 登米の豊かな食材を知ろう…………… 68
 2 ライフステージに応じた食育の取組…………… 70
 3 評価指標と目標値一覧表…………… 77

登米の豊かな「食」の継承を实践するための「5つので」

見て



大人は子どもを見守り、子ども達は大人の姿を見て育ち、多くの人とのつながりの中で物事を見る力をつけて、成長していきます。
 自分で種や苗を植え成長過程を見たり、家族、地域での農作業の姿を見ることから命の大切さ生きる力を身につけます。

ふれて



文化や芸術にふれることは、感性や情操を豊かに育み、創造、コミュニケーション能力を高めます。
 また、自分・家族・地域でつくった野菜などを収穫することから、匂い、手触り、成長した喜びを味わい五感を磨きます。

うごいて



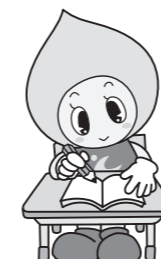
適度な運動は、体力や心肺機能の向上のほか、交感神経の緊張をやわらげ、気分をリフレッシュして精神的ストレスの解消にも役立ちます。
 また、自分の手で野菜を作ったり料理をする事から、農業への関心、理解、食物への感謝の気持ちを育てます。

食べて



食べることは、食物から栄養を摂るだけではなく、噛むことで脳を刺激し、味わうことで味覚を発達させる大切な行為です。
 家族と一緒に食べるということは、家族のコミュニケーションの場であり人間関係を学ぶ場でもあります。

学んで



見て、ふれて、うごいて、食べてということを感じ、成長の喜び食べる喜びを味わい、感謝の気持ちを育成します。
 様々な学びを通し、地域の食文化を伝えながら毎日の生活の中で生きる力を育み精神的にも大きな支えを得ていきます。
 また、健全な食生活を実現するための学びを育成していきます。

1 目標ごとの取組

(1) 大目標：健全な食生活を育もう

中目標

- ・規則正しい食生活を身につけよう
- ・栄養バランスのとれた食事をしよう
- ・楽しく食べる環境をつくろう

【現状と課題】

健康で豊かな食生活を送るためには、子どもの頃から生活リズムを整え、基本的な生活習慣や望ましい食生活習慣を身につけることが大切です。食べることは、生涯にわたって続く基本的な営みであり、子どもから大人まで互いが関わりあいながら食育を推進していくことが重要です。

- 朝食を毎日食べる子どもの割合は、3歳児において令和元年度は94.2%で平成26年度より1.3ポイント減少していますが、小・中学生において令和元年度は、平成26年度に比べて増加傾向にあります。また、20～39歳の若い世代において朝食を抜くことが、週3回以上ある人の割合は、男性で令和元年度27.7%で平成26年度より3.5ポイント、女性で3.7ポイント減少しています。
- 野菜を毎食とる人の割合は、小・中学生で令和2年度41.9%で平成26年度37.0%より4.9ポイント増加しており、栄養バランスの良い食事をとる子どもは、増えてきていると考えられます。また、主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合は、20～64歳で令和元年度88.7%で平成28年度より6.1ポイント増加しており食習慣について改善傾向にあります。
- 肥満の割合は、中学生の男子は、令和元年度12.8%で平成26年度より1.6ポイント、女子では2.5%減少していますが、小学生の男子は、平成26年度の20.0%より2.8ポイント、女子で1.4ポイント増加傾向にあります。大人についても男性40.8%女性29.4%で平成27年度に比べ、増加傾向にあります。継続して適切な食事量と運動のバランスについて働きかけが必要です。

【今後の取組】

(1) はやね・はやおき・あさごはんの推進

- ・朝食に始まる1日3回の規則正しい食生活の確立に向け、家族一緒に「はやね・はやおき・あさごはん」推奨運動を学校、地域、企業等と連携して推進します。
- ・食べることの楽しさや食への関心、偏りのない食生活に関して学校、保育所等と連携し、親子で学ぶ機会を作っていきます。

(2) 栄養バランスの良い食事の推進

- ・「主食・主菜・副菜」をそろえて栄養バランスよく食べることを学び、親子で取り組めるよう学校や地域と連携した児童の生活習慣病予防事業等により普及していきます。
- ・栄養のバランスが大切であることを学校、保育所等の給食をとおして普及していきます。
- ・各種健康教室や啓発資料により、食品に含まれる栄養成分がどれくらいかを知り、バランスのとれた食べ方ができるよう、栄養成分表示（*1）の見方と活用方法について啓発していきます。

(3) 適塩・野菜摂取アップの推進

- ・食生活を振り返るきっかけづくりとして、平成29年度より実施した「尿ナトカリ比を指標とした取組」（*2）から得られた結果をもとに各種健康教室において適塩を啓発していきます。

- ・無理なくおいしく野菜をとれるような食べ方のコツとバランスのとれた食べ方について調理実習等を通じて啓発していきます。

(4) 「共食」を通じたコミュニケーションの推進

- ・楽しい雰囲気の中でコミュニケーションを図り、家族や仲間と一緒に食事をする「共食（きょうしょく）」（*3）について「新しい生活様式」（*4）に配慮しつつ啓発していきます。
- ・食のイベントや研修会等における調理体験等とおし、食べることの楽しさを啓発していきます。
- ・食事の時間を家族や仲間と気持ちよく共有するために、食事マナーを家庭と連携し、保育所や学校等で啓発していきます。

指 標	現況値 (令和元年度)	目標値 (令和7年度)
①朝食を毎日食べる子どもの割合が増える	3歳児 94.2% 小学6年生 96.6% 中学3年生 95.9%	100% 100% 100%
②朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合が減る	男性 20～39歳 27.7% 40～64歳 15.2% 女性 20～39歳 17.9% 40～64歳 8.1%	23.0% 10.0% 12.0% 3.0%
③野菜を毎食とる人の割合が増える	小・中学生 41.9% (R2年度)	47.0%
④主食、主菜、副菜をそろえて食べる人の割合が増える	男性 20～39歳 78.0% 40～69歳 87.7% 女性 20～39歳 79.3% 40～69歳 92.0%	83.0% 93.0% 84.0% 97.0%
⑤子どもの肥満の割合が減る（肥満度20%以上）	3歳児 男子 2.3% 女子 1.9% 小学5年生 男子 22.8% 女子 16.8% 中学2年生 男子 12.8% 女子 11.3%	1.2% 1.0% 18.0% 13.3% 10.6% 8.5%
⑥肥満者の割合が減る（BMI25以上）	男性 20～39歳 42.9% 40～69歳 40.6% 女性 20～39歳 24.2% 40～69歳 29.4%	38.0% 35.0% 19.0% 24.0%
⑦家族一緒にの食事頻度が増える (毎日1回以上、2～3日に1回以上)	(保護者) 94.2%	97.0%

資料 *①令和元年度登米市3歳児健康診査結果
 *②小学6年生、中学3年生：令和元年度全国学力・学習状況調査結果
 *③令和元年度 登米市特定健康診査結果（健康管理システムより抽出）
 *④小・中学生：令和2年度登米の食に関する実態アンケート調査（小学5年生・中学2年生及び保護者）
 *⑤令和元年度 元気とめ食育21計画（第3期）評価に係るアンケート
 （令和元年度特定健診時実施アンケート調査）
 *⑥小学5年生、中学2年生：令和元年度登米市小・中学校定期健康診断統計表

（*1）栄養成分表示

食品の表示について定めた新しい法律「食品表示法」が平成27年4月1日に施行され、原則として消費者向けに予め包装された全ての加工食品と添加物（業務用加工食品は除く）に、栄養成分表示が義務化されました。

（*2）尿ナトカリ比を指標とした取組（適塩推進対策事業）

登米市では、脳血管疾患標準化死亡比は男女とも県より高く、特定健診で高血圧要医療者も3割弱となっています。高血圧の主な原因の一つとして、食塩のとり過ぎ、野菜不足などがあげられることから毎日の食生活の目安となる「尿ナトリウム・カリウム比：（以下尿Na/K比という）測定を平成29年度から実施しています。東北大学東北メディカル・メガバンク機構、一般財団法人宮城県予防医学協会（特定健診受託者）と連携協定のもと、尿Na/K比の測定と測定結果の分析を行い、適塩に関する啓発を行っています。

（*3）共食〔きょうしょく〕

「孤食」という一人で食事をすることにに対する概念で、「食事を共有」すること。主に「誰かと一緒に食事をすること」を指します。家族や友人との絆を深めるだけでなく、食事のマナーを身につけ、他に合わせることで協調性や社会性を養うことにもつながります。

（*4）新しい生活様式

「新しい生活様式」とは、新型コロナウイルス感染症の拡大を防ぐため、飛沫感染や接触感染、さらには近距離の会話などへの対策をこれまで以上に日常生活に取り入れた生活様式のことです。

（2）大目標：登米に培われてきた食文化を次世代へつなごう

中目標

- ・登米の食文化を伝えよう
- ・食に対する感謝の心を育もう

【現状と課題】

ライフスタイルや価値観、ニーズの多様化などにより、私たちを取り巻く食環境は大きく変化しています。食生活の簡便化によりいつでもどこでも好きなものが食べられるようになっており、これまで地域や家庭で伝えられてきた郷土料理や、行事食などは薄れつつあります。郷土料理や行事食は、季節感を感じさせると共に、食に関する感謝の心を育て、心を豊かにしてくれる上で大切なものといえます。登米の豊かな風土に培われた食文化を伝え合い、学び合う機会を設けていくことが大切です。

○登米の食文化を伝える郷土料理・伝承料理を家庭で作っている人の割合は、令和2年度64.3%と平成26年度の69.0%より4.7ポイント減少しています。

○食することへの感謝の気持ちを持てるよう「いただきます」の概念を知っている人の割合は、令和2年度は86.8%と平成28年度77.5%よりも9.3ポイント増加しています。さらに幼児期から食に関する感謝の気持ちを持てるよう働きかけが必要です。

【今後の取組】

（1）家庭料理や郷土料理の伝承

- ・地域の食材を活用した行事食や家庭料理、郷土料理について（世代間交流を通じて）、地域や学校等と連携し、親世代や子ども達に啓発していきます。
- ・四季折々の農産物を無駄にせず、おいしく食べるための料理の工夫や保存方法、だしの活用等を食生活改善推進員協議会、地域、学校等と連携し啓発していきます。
- ・ごはんを主食とした食事の文化、ごはん食のメリット（*1）を活かし、ごはんを中心とした日本型食生活【和食】（*2）を学校、地域等と連携し推進していきます。
- ・郷土料理や行事食等を学校・保育所等の給食や給食だより等で伝えていきます。

（2）感謝の心を育む食の体験

- ・各種イベントやPTA行事等で、郷土料理や地域の食文化に親子で触れられる機会をとおり、「食」に対する感謝の心を育てていきます。
- ・家庭や地域、学校等で地域食材を活かした調理を体験する機会をつくっていきます。
- ・食品ロス（*3）を減らすために、一人一人が「もったいない」の気持ちを持って、身近なことから取り組めるポイントを啓発していきます。

（3）「いただきます」の意味の啓発

- ・「いただきます」（*4）のあいさつの意味について考え、感謝の気持ちを持つことの大切さや食べ物を無駄なく大切に食べる工夫を学校、保育所等と連携し伝えていきます。
- ・各種イベントや教室等により、「いただきます」のあいさつの意味を啓発していきます。

指 標	現況値 (令和元年度)	目標値 (令和7年度)
①郷土料理・伝承料理を家庭で作っている人が増える	64.3%	69.0%
②地域での食育の取組が増える (食生活改善推進員の集団伝達回数)	21,959回	23,000回
③「いただきます」の概念を知っている人の割合が増える	86.8%	100%

資料 *①③小・中学生：令和2年度登米の食に関する実態アンケート調査結果（小学5年生・中学2年生対象）
*②食生活改善推進員集団伝達回数：登米市食生活改善推進員協議会資料

（*1）ごはん食のメリット

ごはんは、小麦などの粉からできているパンや麺類と違って、粒のままで摂取するため、パンや麺類より、ゆっくりと消化・吸収されていきます。そのため、(1)おなかがすきにくく、腹もちがよいことから間食が少なくなる、(2)体に脂肪を溜めるホルモンの分泌がゆるやかで、それに起因する体脂肪の蓄積が抑えられる、といったメリットがあり、生活習慣病予防に効果が期待されます。

（*2）日本型食生活【和食】

ごはんを中心に肉、魚、牛乳・乳製品、野菜、海そう、豆類、果物など多様な食材を組み合わせた食生活。日本の気候風土に適した多様性のある食として、日本の各地域で生産される豊かな食材も使い、健康的で栄養バランスにも優れている食べ方です。

平成25年12月4日、「和食：日本人の伝統的な食文化」は、ユネスコの人類の無形文化遺産に登録されました。「和食」を料理そのものではなく、「自然を尊ぶ」という日本人の気質に基づいた「食」に関する「習わし」と位置付けています。

（*3）食品ロス

本来食べられるのに捨てられてしまう食品をいいます。

日本では、まだ食べられるのに廃棄される食品、いわゆる「食品ロス」は612万トン。食品ロスを国民一人当たりで換算するとお茶碗約1杯分（約132g）の食べ物が毎日捨てられていることとなります。大切な資源の有効活用や環境負荷への配慮から、食品ロスを減らすことが必要です。※農林水産省及び環境省「平成29年度推計」

（*4）「いただきます」

自然の恵みへの感謝、米や野菜などを作った人、食材を運んでくれた人、料理してくれた人等への感謝の気持ち、さらに、牛、豚、野菜など多くの命をいただいて自分の命にかえさせていただいているという感謝の気持ちを込めた言葉です。

（3）大目標：登米の豊かな食材を知ろう

中目標

- ・地域食材に関心を持とう
- ・食と農の体験をしよう

【現状と課題】

登米市には、人と環境に優しい環境保全米、全国トップレベルの登米産牛、県内一の生産量を誇るきゅうり、独自の食文化である油麩やはっとなど魅力的な食材がたくさんあります。豊富な食材に恵まれた登米市ならではの特性を活かし、消費者と生産者の顔の見える信頼関係の輪を広げながら、地産地消と食育を一体的にとらえ、様々な機関が連携し推進していくことが大切です。

- 人口の減少にともない、主食用米の需要が減少している中、飼料用米、大豆、麦等への転換を推進する国の米政策により、環境保全米の作付面積の割合は、令和元年度78.9%と前回より3.4ポイント減少しています。
- 学校給食における地場産品の利用は、平成28年度から令和元年度まで、金額ベースで18.0%前後と横ばいの状況で推移しており、将来を担う子どもたちに安全で安心な食材を提供し農業や地域食材への関心、食に関する理解を深めるため、学校給食等での地域食材の利用を高めていくことが、さらに必要です。

【今後の取組】

（1）食農体験の推進

- ・学校や地域、団体等と連携して農業体験等を実施し、種まきから収穫までの一連の食材の育ちを知る機会を作ることで、食材への関心を深めていきます。
- ・食材が食卓に上るまでの生産、加工、消費について、生産者を含み多くの人により支えられていることを知り、食べ物を大切にすることを育てていきます。

（2）地産地消（*1）の推進

- ・学校給食等で、毎月15日の「登米市地域食材の日」を積極的に利用し、地域との関わりを学び、望ましい食習慣や地域食材について理解を深められるよう取り組んでいきます。
- ・生産者や食品と食材関連事業者等と連携し、給食施設などに安全・安心な地元食材を提供していきます。
- ・地元食材を家庭や給食施設等で積極的に活用していきます。
- ・道の駅、農産物直売所など地産地消推進店（*2）の拡大に努め、地域食材の利用拡大を推進していきます。

（3）多様な連携による情報の発信

- ・地元企業や団体等と連携して豊富な食材に恵まれた地域であることの理解を深めると共に情報を発信していきます。
- ・広報とめやホームページ、コミュニティFM、SNS等を通じて積極的に情報を発信していきます。

指 標	現況値 (令和元年度)		目標値 (令和7年度)
①農業体験を実施している小中学校の割合が増える	小学校	95.5%	100%
	中学校	50.0%	70.0%
②学校給食で地場産品の利用が増える (金額ベース)	18.0%		25.0%
③登米市地産地消推進店が増える	125店舗		150店舗

資料
 *①②登米市教育委員会調べ
 *③登米市産業経済部調べ

(*1) 地産地消
 「地域で生産されたものをその地域で消費すること」を意味する言葉で、地域の消費者需要に応じた生産と、生産された農林水産物を地域で消費しようとする活動を通じて、生産者と消費者を結び付ける取組のことです。

(*2) 地産地消推進店
 市で定める一定の基準を満たし、地産地消に積極的に取り組んでいる登米市内及び県内の物販店・飲食店・加工業者を登米市が認定したものです。

2 ライフステージに応じた食育の取組

生涯にわたり、健康で生き生きとした生活を送るための、基本となる食を営む力は、乳幼児から発育・発達段階に応じた様々な食の体験を積み重ねていくことにより育まれます。

このため、各ライフステージに応じて、身体的、精神的、社会的特徴を踏まえた取組を進めていくことが必要です。3つのライフステージに区分し、それぞれの特徴に応じた取組について示し、関係者と連携しながら推進していきます。

(1) すこやか成長期（0歳～18歳）

すこやか成長期は、心身の健全な成長にとって最も重要な時期であるといえますが、私たちを取り巻く環境は大きく変化し、家族形態の変化は子育てにも大きな影響を与えています。地域によっては、核家族化の進行が著しく、親から子へ代々伝えられてきた生活文化が、伝わりにくくなっています。経験豊かな祖父母の知恵の活用、地域における組織力の活用により、子どもたちの体験の幅を広げながら、力を引き出す活動を推進していきます。

(2) はつらつ躍動期（19歳～64歳）

働き盛り世代では、職場や家庭、地域で中心となり活躍する時期です。しかし、厳しい雇用環境、産業構造の変化が、経済的な生活基盤や地域のつながりを脅かしており、このような状況から健康、食生活の十分な管理ができていない現状がうかがえます。

また、食文化を伝え、コミュニケーションの場でもある食卓に、家族がそろう機会が減り、家族間のつながりが、希薄になりつつあります。さらに食文化継承の中心になるこの世代の地域参加が難しい状況になっているため、関係団体等と連携しながら、地域や組織などの食育事業への積極的な参加を促し、日々の生活の場に食育を活用できるよう努めます。

(3) いきいき満定期（65歳以上）

高齢期は、退職や子どもの自立など人生の節目を迎え、経済的、社会的、精神的にも大きな変化が生じる時期です。

また、身体的には加齢に伴い身体機能の低下が進み、望ましい食習慣を維持し、体を動かすことを習慣化するなど自分の健康管理に努める必要があります。一人一人が元気で、生き生きとした暮らしを目指すことが大切です。

食に関する豊富な知識と経験を伝承するなど、地域へ広める役割を持ちながら、生きがいへと変容させることで、生き生きとした生活が送れるよう推進していきます。

（4）【目標を達成するためのそれぞれの役割】

～すこやか成長期（0歳～18歳）～

基本方針	大目標	中目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政・学校等ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔で健康に「いきる」まちづくり	健全な食生活を育もう	規則正しい食生活を身につけよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で「はやね はやおき あさごはん」を実践する ・1日3度の食事と規則正しい生活リズムを心がける ・スマホやゲームなどは、家族でルールを決めて使うようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「はやね はやおき あさごはん」について声をかけあう 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校保健や学校給食、地域との連携により、「はやね はやおき あさごはん」や食事バランス等について啓発する ・乳幼児健診で、保護者に子どもの頃からの規則正しい食生活について啓発する ・スマホやゲームの長時間使用の影響を啓発し、家庭でルールを決めて使うよう啓発する
		栄養バランスのとれた食事をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・授業や給食の献立から、栄養バランスのよい食べ方、食べ物と体の関係について学ぶ ・主食・主菜・副菜をそろえ、栄養バランスよく食べる ・栄養成分表示や食品表示の見方を学び、親子で食品を選択する ・適塩を含めた栄養バランスについての学びの場に親子で参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜をそろえ、バランスよく食べることについて伝える ・栄養成分表示や食品表示の見方について伝える ・適塩を含めた栄養バランスについて伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・学校保健、学校給食、地域との連携により栄養バランスを啓発する ・栄養成分表示や食品表示の見方を啓発する ・市のイベント等で、適塩を含めた栄養バランスを楽しく学べる機会を提供する
		楽しく食べる環境をつくろう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人と食卓を囲み、互いに語り合いながら楽しく食事をする ・食のイベント等に参加し、調理体験等を通して楽しく食べる ・正しい箸の持ち方や食事マナーについて学び、実践する 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域住民が食卓を囲み、食べることの楽しさを味わう機会をつくる ・食のイベント等で、調理体験等を通して楽しく食べる機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい雰囲気の中でコミュニケーションを図り、家族や仲間と一緒に食事をする「共食」について啓発する ・食のイベント等において、調理体験等を通して楽しく食べる場面を提供する ・家庭と連携して、保育施設や学校等で正しい箸の持ち方や食事マナーについて啓発する
	登米に培われてきた食文化を次世代へつなごう	登米の食文化を伝えよう	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理や行事食等に関心を持ち、家族で作って食べる ・郷土料理を親子で体験する機会に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理を親子で体験する機会を提供する ・地域行事で、郷土料理を通じて、世代間交流をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・ごはんを中心とした日本型食生活を啓発する ・学校や地域と連携して、親子で郷土料理を体験する機会を提供する。 ・給食で郷土料理を提供し、郷土料理について情報提供する
		食に対する感謝の心を持とう	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味について家族で伝えあい、感謝を込めて「いただきます」を言う ・家庭菜園やプランターを活用した野菜等の栽培に取り組む ・食事づくりや買い物など身近な食体験をする ・食品ロスについて学び、好き嫌いせず何でも食べる等できることから取り組む 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「いただきます」の感謝の意味を伝えあい、感謝を込めて「いただきます」を言う ・食品ロスについて学ぶ機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味について啓発していくと共に、食への感謝を考える機会を提供する ・家庭や地域・学校等での農業体験等の機会が増えるよう働きかける ・家庭や地域・学校等で調理体験をする機会を増やす ・食品ロス削減について啓発する
	登米の豊かな食材を知ろう	地域食材に関心を持とう	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材に関心を持つ ・地域食材の素材の味を活かした料理を親子でつくり、おいしく食べる ・食材の旬に関心を持つ ・産直や道の駅を親子で訪れ、地域食材について話しあう ・野菜レシピを活用し、おいしく地域食材を食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材を活用した商品開発等による利用拡大を推進する ・地域食材を活用した料理のコンクール等により地域食材に関心を持つ ・市内の産直や道の駅等の地域食材の利用について声がけする ・五感を使った体験の機会を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・素材の味を活かした料理方法を啓発する ・地域食材の素材の味を活かした料理方法を啓発する ・学校等の給食に地域食材を活用する ・五感を使った体験の機会を地域、団体等と連携し提供する
		食と農の体験をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭菜園やプランターで野菜等の栽培を楽しむ ・食事づくりや買い物など身近な食体験を経験する ・食と農に関するイベントなど親子で積極的に参加する ・農業者等への感謝と料理を残さず食べることの大切さを知る 	<ul style="list-style-type: none"> ・栽培体験の機会を提供し、食材の育ちを知り、食への感謝の気持ちを育てる ・農業や食材の大切さを伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域や団体と連携し、野菜の栽培体験から食材の育ちを知る機会を提供する ・食農体験を通じて、食の大切さや感謝の気持ちを働きかける

【目標を達成するためのそれぞれの役割】

～はつらつ躍動期（19歳～64歳）～

基本方針	大目標	中目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政・学校等ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔に「いきいき」まちづくり	健全な食生活を育もう	規則正しい食生活を身につけよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で「はやね はやおき あさごはん」を実践する ・1日3度の食事と規則正しい生活リズムを心がける ・スマホやゲームなどは、家族でルールを決めて使うようにする 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「はやね はやおき あさごはん」について声をかけ合う ・職場への出前講座を実施する 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で「はやね はやおき あさごはん」を実践することの大切さを啓発する ・1日3度の食事と規則正しい生活リズムを家族で心がけるよう働きかける ・スマホやゲームの長時間使用の影響を啓発し、家庭でルールを決めて使うよう啓発する
		栄養バランスのとれた食事をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・栄養バランスのよい食べ方、食べ物と体の関係について学び、栄養バランスのとれた食事をつくる ・主食・主菜・副菜をそろえ、栄養バランスよく食べる ・栄養成分表示や食品表示の見方を学び、食品を選択する ・適塩を含めた栄養バランスについての学びの場に親子で参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜をそろえ、栄養バランスよく食べることに ・栄養成分表示や食品表示の見方について ・適塩を含めた栄養バランスについて ・これらをテーマとした学びの場に誘い合って参加し、地域での話題にする ・従業員への食育情報の発信 	<ul style="list-style-type: none"> ・働く場、地域、学校等との連携により栄養バランスを啓発する ・栄養成分表示や食品表示の見方を啓発する ・市のイベント等で、適塩を含めた栄養バランスを楽しく学べる機会を提供する
		楽しく食べる環境をつくらう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人と食卓を囲む機会をつくり、互いに語り合いながら楽しく食事をとる ・食のイベント等に参加し、調理体験等を通して楽しく食べる ・正しい箸の持ち方や食事マナーについて、子どもに伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域住民が食卓を囲み、食べることの楽しさを味わう ・食のイベント等で、調理体験等を通して楽しく食べる機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい雰囲気の中でコミュニケーションを図り、家族や仲間と一緒に食事をする「共食」について啓発する ・食のイベント等において、調理体験等を通して楽しく食べる場面を提供する
	登米に培われてきた食文化を次世代へつなごう	登米の食文化を伝えよう	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理や行事食等に関心を持ち、家族で作って食べる ・郷土料理を親子で体験する機会に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理や行事食を体験する機会を提供する ・地域行事で、郷土料理を通じて、世代間交流をする ・地域や職場で、郷土料理や行事食について話題にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・働く場、地域、学校との連携してごはんを中心とした日本型食生活を啓発する ・地域や学校と連携して、親子で郷土料理を体験する機会を提供する
		食に対する感謝の心を持つ	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味について家族で伝え合い、感謝を込めて「いただきます」を言う ・家庭菜園やプランターで野菜等の栽培に親子で取り組み、育てた食材を使った料理を家族で味わう ・家族で家庭菜園や野菜の育ちを話題にする ・食品の買い過ぎ、料理の作り過ぎ、食べ残し等無駄にしない工夫をする 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「いただきます」の感謝の意味を伝え合い、感謝を込めて「いただきます」を言う ・食品ロスについて学ぶ機会をつくる 	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味について啓発していくと共に、食への感謝について考える機会を設ける ・家庭、地域、学校等での農業体験等の機会が増えるよう働きかける ・家庭、地域、学校等での調理体験をする機会を増やす ・食品ロス削減について啓発する
		地域食材に関心を持つ	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材に関心を持ち、食事づくりに活用する ・地域食材の素材の味を活かした料理方法を心がける ・食材の旬に関心をもつ ・産直や道の駅の地域食材を積極的に活用する ・野菜レシピを活用し、おいしく地域食材を食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材を活用した商品開発等による利用拡大を推進する ・地域食材を活用した料理のコンクール等により地域食材に関心を持つ ・市内の産直や道の駅等の地域食材の利用について声がけする ・五感を使った体験の機会を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員協議会との連携により、野菜レシピの作成と活用を図る ・地域食材の素材の味を活かした料理方法を啓発する ・地産地消推進店の取組を推進する ・市内の産直や道の駅の地域食材の利用を促す ・五感を使った体験の機会を地域、団体等と連携し提供する
	登米の豊かな食材を知ろう	食と農の体験をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家庭菜園やプランターでの野菜の栽培に親子で取り組む ・食事づくりや買い物など身近な食体験を子どもに体験させる ・食と農に関するイベントなど親子で積極的に参加する ・農業者等への感謝と料理を残さず食べることの大切さを伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・栽培体験の機会を提供し、食材の育ちを知り、食への感謝の気持ちを育てる 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域や団体と連携し、野菜の栽培体験から食材の育ちを知る機会を提供する ・食農体験を通じて、食の大切さや感謝の気持ちを働きかける

【目標を達成するためのそれぞれの役割】

～いきいき満足期（65歳以上）～

基本方針	大目標	中目標	本人・家族ができること	地域や団体・企業ができること	行政・学校等ができること
安全安心な暮らしが支える笑顔に「いきる」まちづくり	健全な食生活を育もう	規則正しい食生活を身につけよう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で「はやね はやおき あさごはん」を実践する ・1日3度の食事と規則正しい生活リズムを心がける 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「はやね はやおき あさごはん」について声をかけあう 	<ul style="list-style-type: none"> ・家族で「はやね はやおき あさごはん」を実践することの大切さを啓発する ・1日3度の食事と規則正しい生活リズムを家族で心がけるよう働きかける
		栄養バランスのとれた食事をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜をそろえた低栄養を予防をするバランスのとれた食べ方を学び、実践する ・伝統的な食文化を活かしながら、適塩を含めた栄養バランスにも配慮する ・栄養成分表示や食品表示の見方を学び、食品を選択する 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜をそろえ、バランスよく食べることについて ・栄養成分表示や食品表示の見方について ・適塩を含めた栄養バランスについて ・これらをテーマとした学びの場に誘い合って参加し、地域での話題にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・主食・主菜・副菜をそろえた低栄養を予防をするバランスのとれた食べ方を啓発する ・適塩を含めた栄養バランスを楽しく学べる機会を提供する ・栄養成分表示や食品表示の見方を啓発する
		楽しく食べる環境をつくらう	<ul style="list-style-type: none"> ・家族や友人と食卓を囲み、互いに語り合いながら楽しく食事をする ・食のイベント等に参加し、調理体験等を通して楽しく食べる ・正しい箸の持ち方や食事マナーについて、子どもに伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域住民が食卓を囲み、食べることの楽しさ味わう ・食のイベント等に参加し、調理体験等を通して楽しく交流する 	<ul style="list-style-type: none"> ・楽しい雰囲気の中でコミュニケーションを図り、家族や仲間と一緒に食事をする「共食」について啓発する ・食のイベント等において、調理体験等を通して楽しく食べる場面を提供する
	登米に培われてきた食文化を次世代へつなごう	登米の食文化を伝えよう	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理や行事食等を日常生活の中に取り入れ、その由来などを子どもや若い世代に伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・郷土料理や行事食を、子どもや若い世代に伝承する機会を提供する ・地域で、郷土料理や行事食について話題にする 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域、団体、学校等と連携して、郷土料理や行事食を、子どもや若い世代に伝承する機会を提供する
		食に対する感謝の心を持とう	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味について家族で伝え合い、感謝を込めて「いただきます」を言う ・家庭菜園や野菜の育ちを家族で話題にし、栽培や収穫を家族と共有する 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域で「いただきます」の感謝の意味を伝えあい、感謝を込めて「いただきます」を言う ・野菜の栽培等について、地域の子どもや若い世代に伝える機会を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・「いただきます」の感謝の意味を啓発し、食への感謝を考える機会を提供する
	登米の豊かな食材を知ろう	地域食材に関心を持とう	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材に関心を持ち、食事づくりに活用する ・地域食材の素材の味を活かした料理方法を心がける ・食材の旬に関心を持つ ・産直や道の駅の地域食材を積極的に活用する ・野菜レシピを活用し、おいしく地域食材を食べる 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域食材を活用した商品開発等による利用拡大を推進する ・地域食材を活用した料理のコンクール等により地域食材に関心を持ってもらう ・地産地消の大切さを伝える 	<ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員協議会との連携により、野菜レシピの作成と活用を図る ・地域食材の素材の味を活かした料理方法を啓発する ・地産地消推進店の取組を推進する ・市内の産直や道の駅の地域食材の利用を促す
		食と農の体験をしよう	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜の育ちについて家庭で話題にし、栽培や収穫を家族と共有する ・食と農に関するイベントなど積極的に参加する 	<ul style="list-style-type: none"> ・子どもや若い世代に対し、野菜の栽培体験から食材の育ちを親子に伝える機会を提供する 	<ul style="list-style-type: none"> ・地域、団体、学校等と連携し、野菜の栽培体験から食材の育ちを親子に伝える機会を提供する ・食農体験を通じた食の大切さや感謝の気持ちについて働きかける

3 評価指標と目標値一覧表

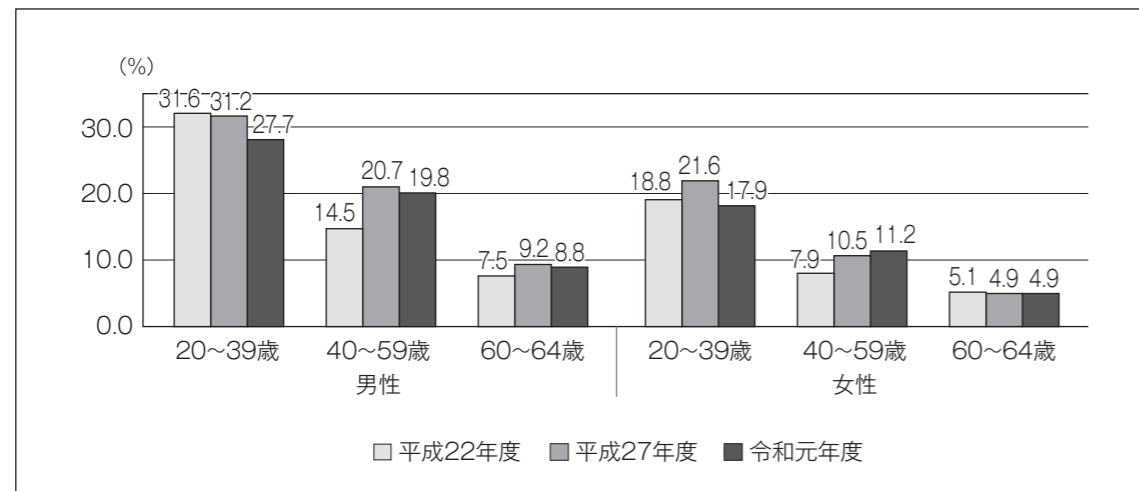
大目標	中目標	指 標	現況値（第4期ベース値）		目標値
			令和元年度		令和7年度
健全な食生活を育もう	規則正しい食生活に身をつけよう	①朝食を毎日食べる子どもの割合が増える	3歳児 94.2%		100%
			小学6年生 96.6%		100%
			中学3年生 95.9%		100%
		②朝食を抜くことが週3回以上ある人の割合が減る	男性	20～39歳 27.7%	23.0%
				40～64歳 15.2%	10.0%
			女性	20～39歳 17.9%	12.0%
			40～64歳 8.1%	3.0%	
	栄養バランスのとれた食事をしよう	③野菜を毎食とる人の割合が増える	小・中学生 41.9% (R2年度)		47.0%
			男性	20～39歳 78.0%	83.0%
		40～64歳 87.7%		93.0%	
		④主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合が増える	女性	20～39歳 79.3%	84.0%
				40～64歳 92.0%	97.0%
		⑤子どもの肥満の割合が減る（肥満度20%以上）	3歳児	男子 2.3%	1.2%
				女子 1.9%	1.0%
			小学5年生	男子 22.8%	18.0%
女子 16.8%				13.3%	
中学2年生			男子 12.8%	10.6%	
	女子 11.3%		8.5%		
⑥肥満者の割合が減る（BMI 25以上）	男性	20～39歳 42.9%	38.0%		
		40～64歳 40.6%	35.0%		
	女性	20～39歳 24.2%	19.0%		
		40～64歳 29.4%	24.0%		
	楽しく食べる環境をくわらう	⑦家族一緒の食事頻度が増える（毎日1回以上、2～3日に1回以上）	94.2% (R2年度)		97.0%
登米に培われてきた食文化を次世代へつなごう	登米の食文化を伝えよう	①郷土料理・伝承料理を家庭で作っている人が増える	64.3%		69.0%
		②地域での食育の取組が増える（食生活改善推進員の集会・訪問活動回数）	21,959回		23,000回
	食に関する感謝の心を育もう	③「いただきます」の概念を知っている人の割合が増える	86.8%		100%
登米の豊かな食文化を知ろう	地域食材に関心をもちよう	①農業体験を実施している小中学校の割合が増える	小学校 95.5%	100.0%	
			中学校 50.0%	70.0%	
	食と農の体験をしよう	②学校給食で地場産品の利用が増える（金額ベース）	18.0%		25.0%
③登米市地産地消推進店が増える		125店舗		150店舗	

資料編

1	第3期計画の評価指標に対する資料	79
2	登米市健康なまちづくり推進協議会設置要綱	85
3	登米市健康なまちづくり推進協議会委員名簿	87
4	登米市食育推進会議条例	88
5	登米市食育推進会議ワーキンググループ設置要綱	90
6	登米市食育推進会議委員名簿	91
7	元気とめ！健康づくり宣言	92

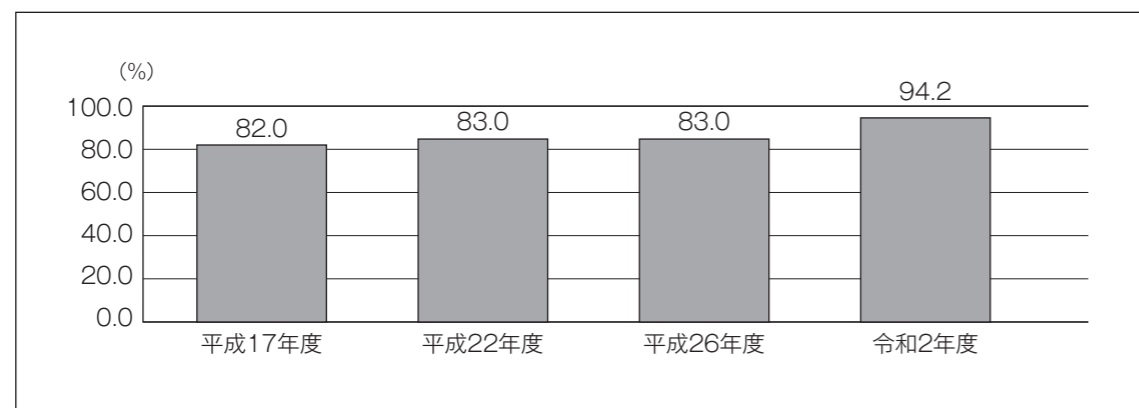
1 第3期計画の評価指標に対する資料

◆朝食を抜くことが週に3回以上ある人の割合（20～64歳）



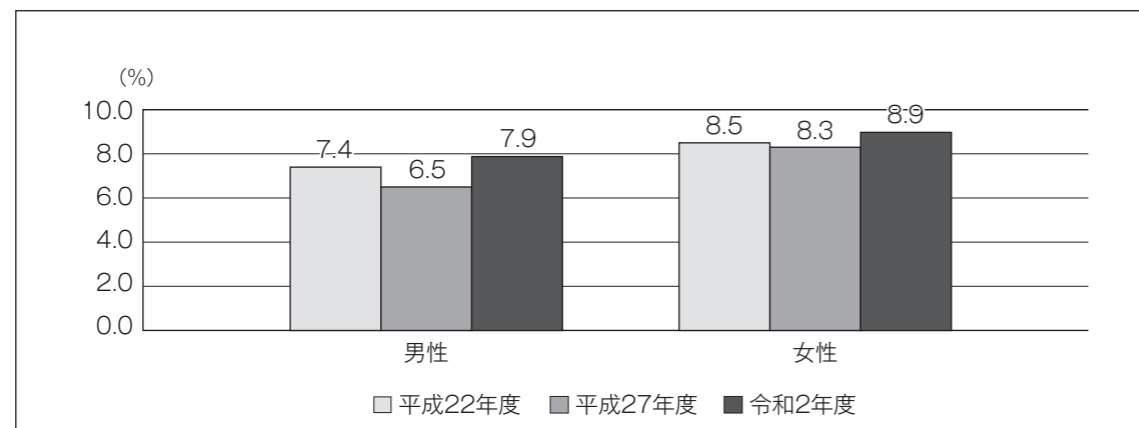
*登米市特定健康診査結果（健康管理システムより）

◆家族一緒に食事をする割合（毎日1回以上2～3日に1回以上）



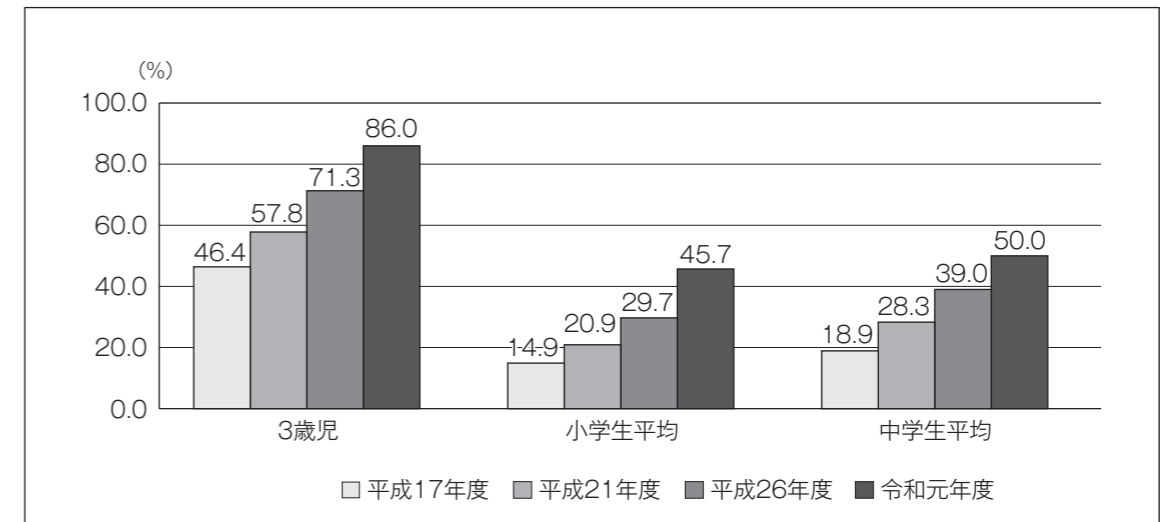
*令和2年度登米の食に関する実態調査結果
(小学5年生・中学2年生保護者対象)

◆食品摂取多様性得点8点以上の人の割合（65歳～）



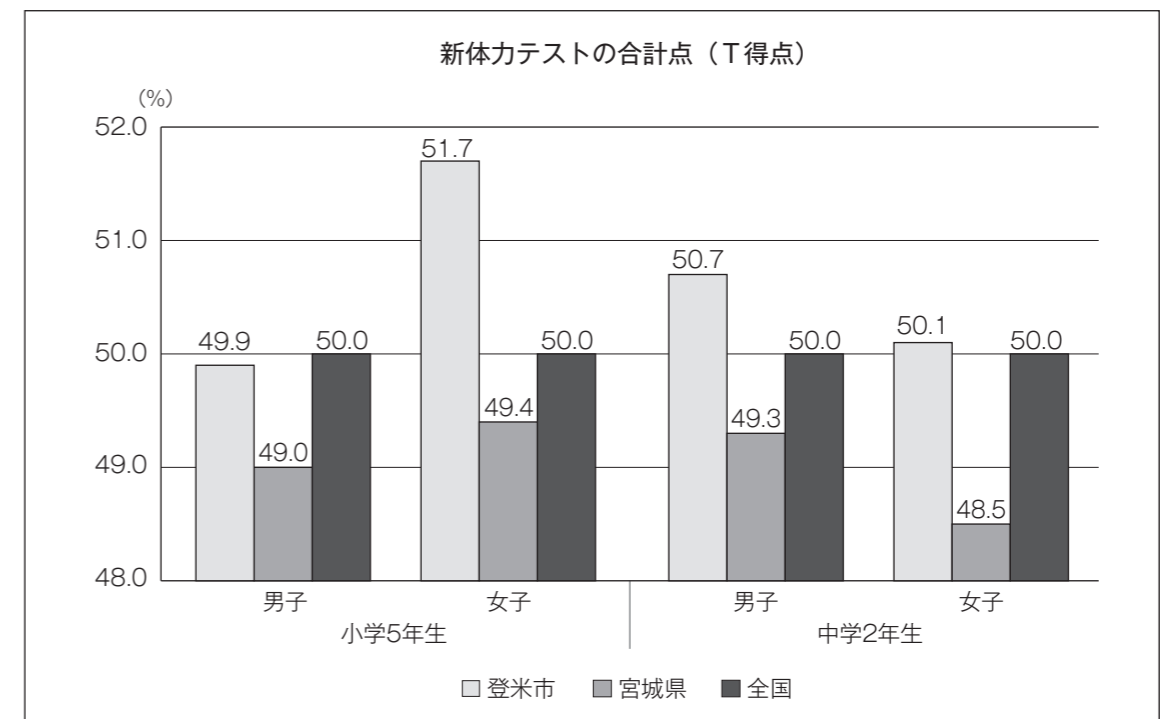
*登米市高齢者実態調査結果

◆むし歯のない子どもの割合



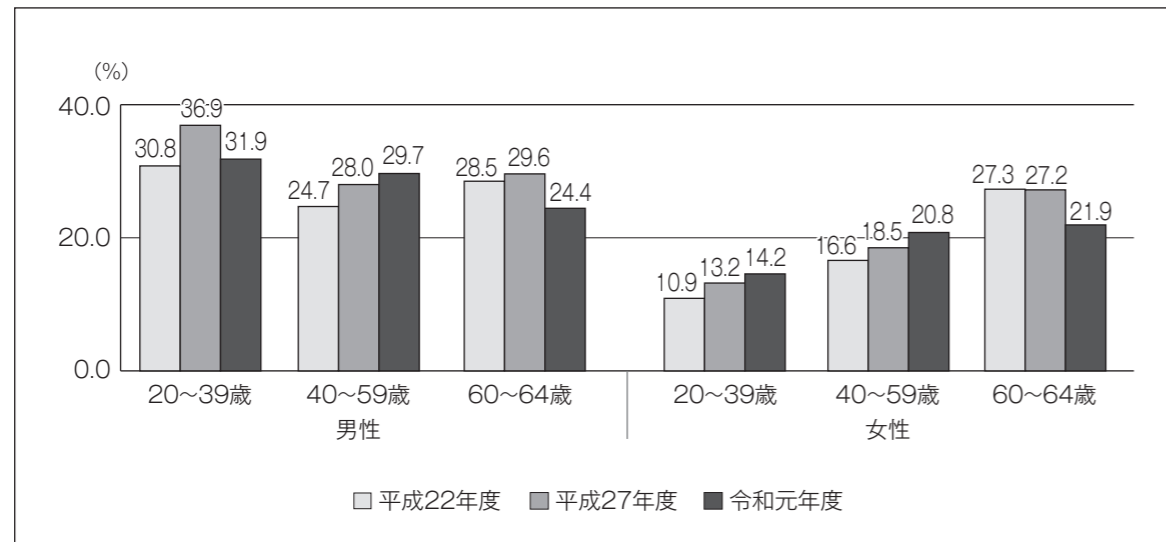
* 3歳児：平成17年4～12月 登米市3歳児健康診査結果
平成21,26年度、令和元年度登米市3歳児健康診査結果
*小学生、中学生：平成17,22すこやかに（登米市学校保健会養護教諭部会）
平成26,31年度登米市小・中学校定期健康診断統計表
（登米市学校保健会養護教諭部会）

◆「新体力テスト」の総合評価 ※全国を50として



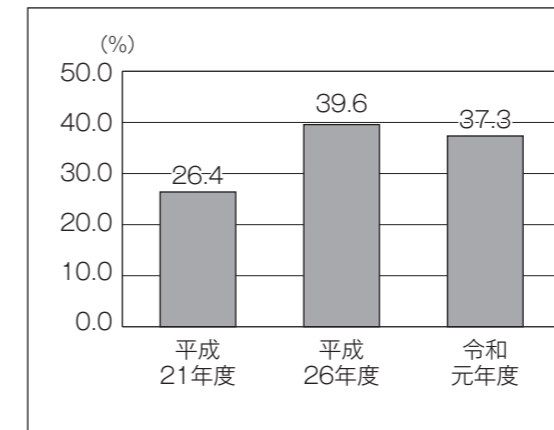
*令和元年度宮城県小・中学校 体力・運動能力調査報告書

◆1回30分以上軽く汗をかく運動を週2日以上1年以上実施している人の割合（20～64歳）



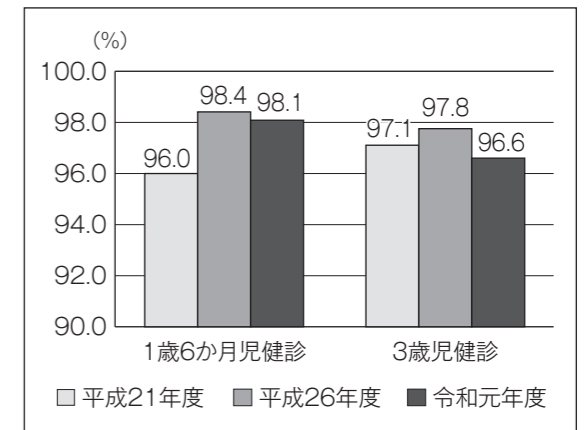
*登米市特定健康診査結果（健康管理システムより）

◆21時までに寝る3歳児の割合



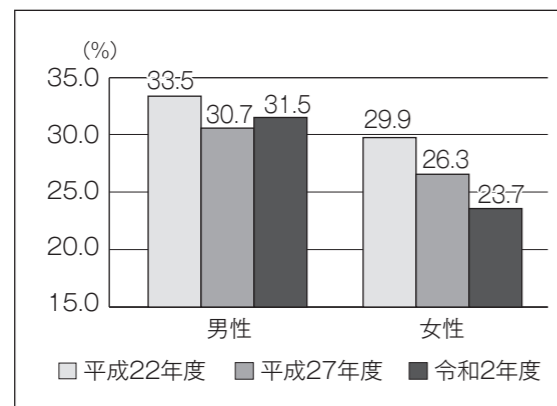
*登米市3歳児健康診査実施集計

◆相談できる人がいる割合



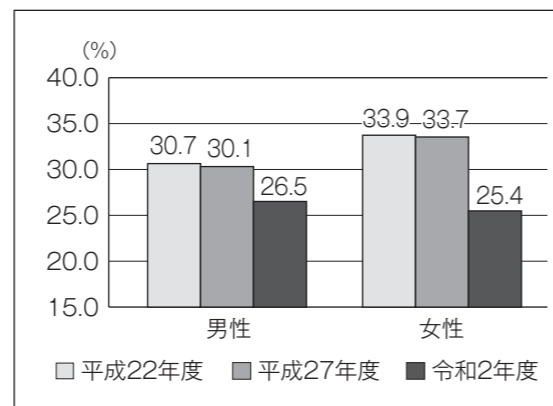
*登米市1歳6か月児健診・3歳児健康診査結果

◆週4回以上散歩している人の割合（65歳～）



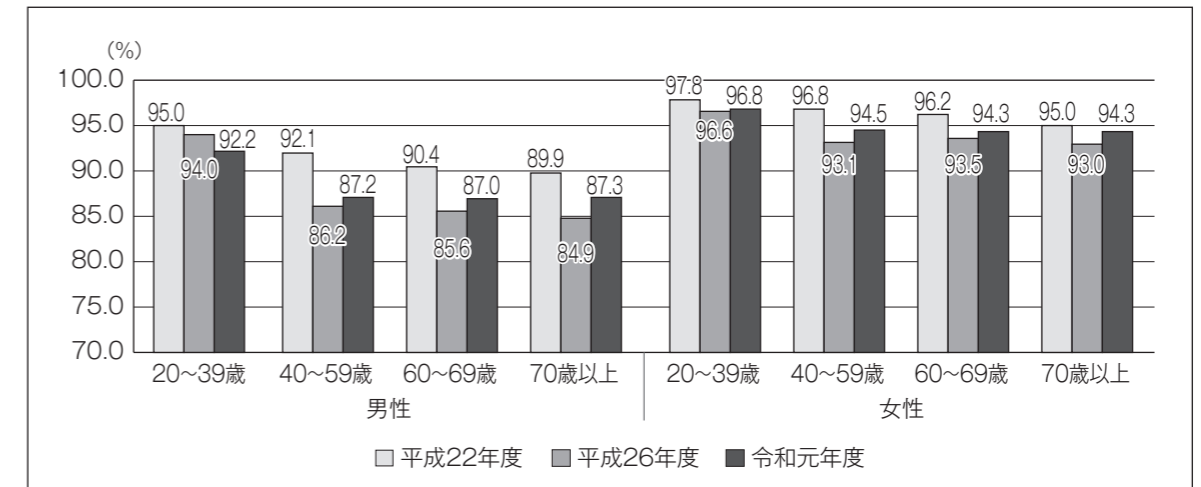
*登米市高齢者実態調査結果

◆転倒した人の割合（65歳～）



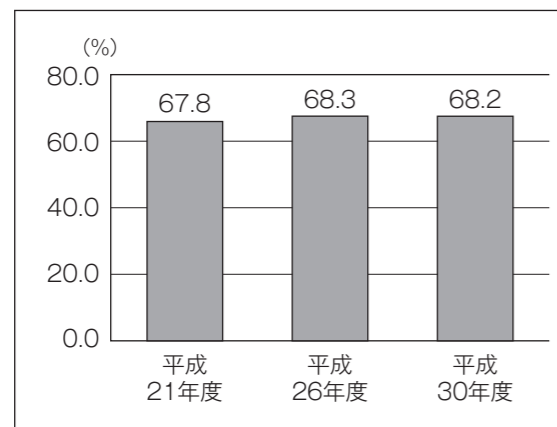
*登米市高齢者実態調査結果

◆相談できる人がいる割合



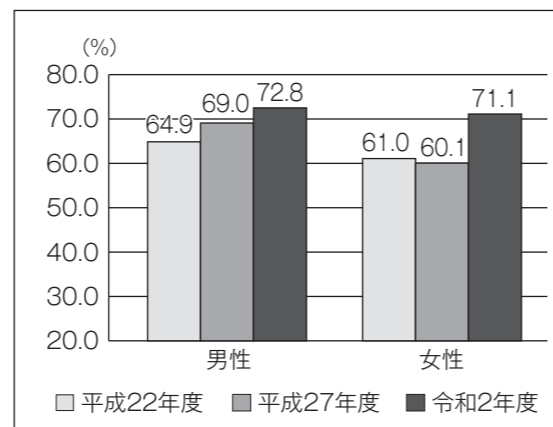
*登米市特定健康診査時アンケート結果

◆特定健康診査を受ける人の割合（65歳～74歳）



*特定健診・特定保健指導法定報告保険者別結果

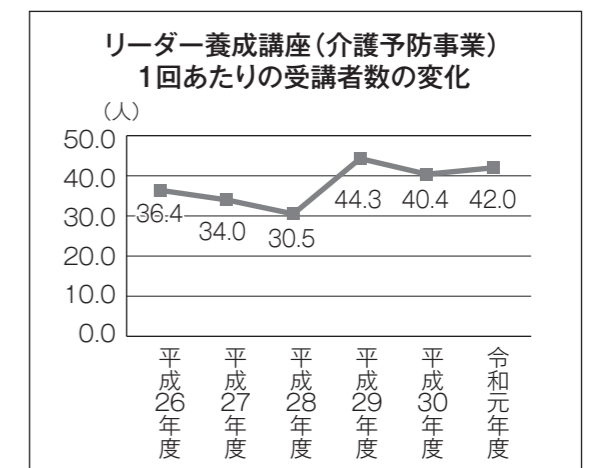
◆自分の健康状態を良いと答える人の割合（65歳～）



*登米市高齢者実態調査結果

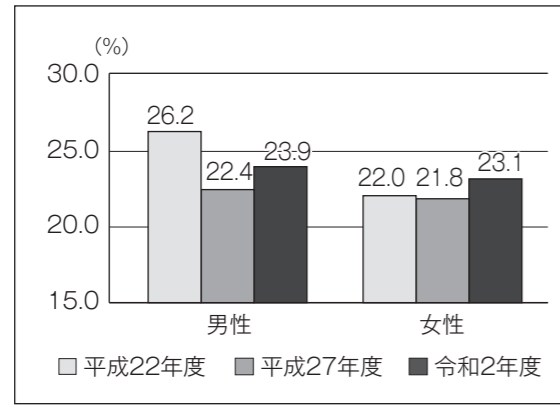
◆リーダー養成講座（介護予防事業）

年度	開催回数	受講者延人数	1回あたり受講者数
平成26年度	41回	1,494人	36.4人
平成27年度	39回	1,326人	34.0人
平成28年度	40回	1,218人	30.5人
平成29年度	54回	2,394人	44.3人
平成30年度	54回	2,183人	40.4人
令和元年度	54回	2,268人	42.0人



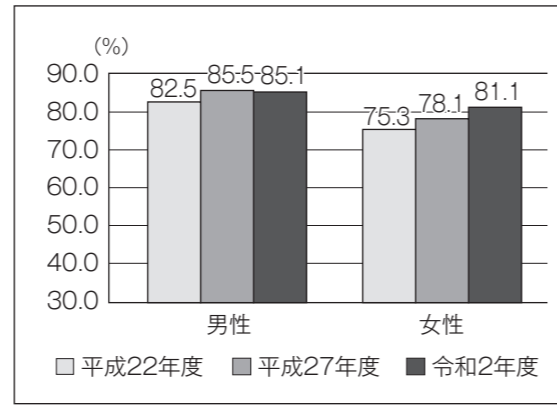
*リーダー養成講座（和話輪推進研修会）実績

◆組織の活動に自主的に参加している人の割合（65歳～）



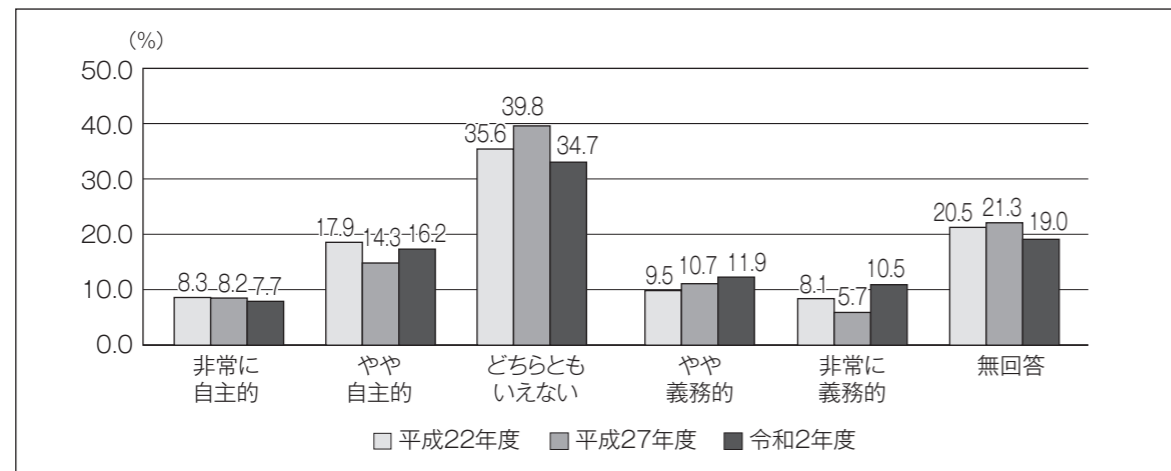
*登米市高齢者実態調査結果

◆週1回以上外出をしている人の割合（65歳～）



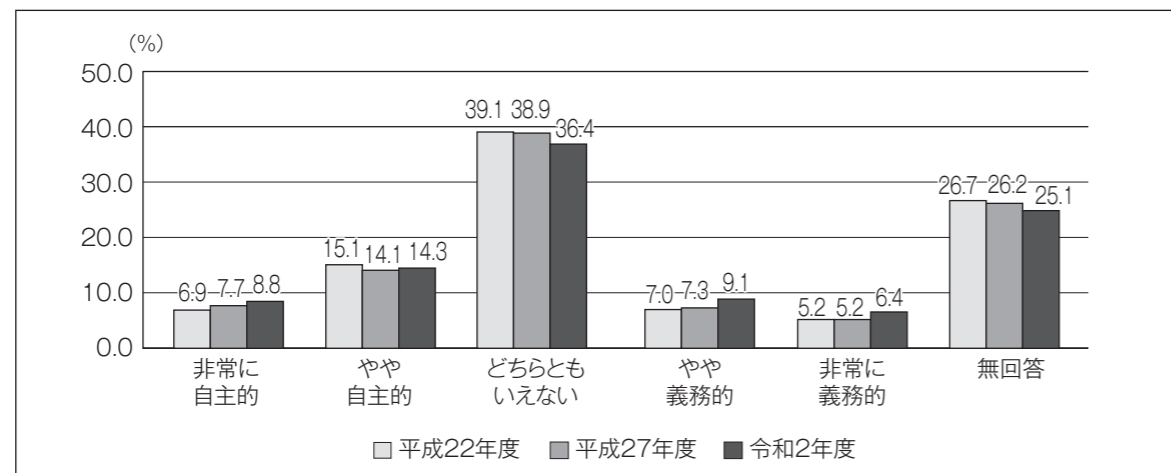
*登米市高齢者実態調査結果

◆組織の活動に自主的に参加している人の割合（65歳～ 男性）



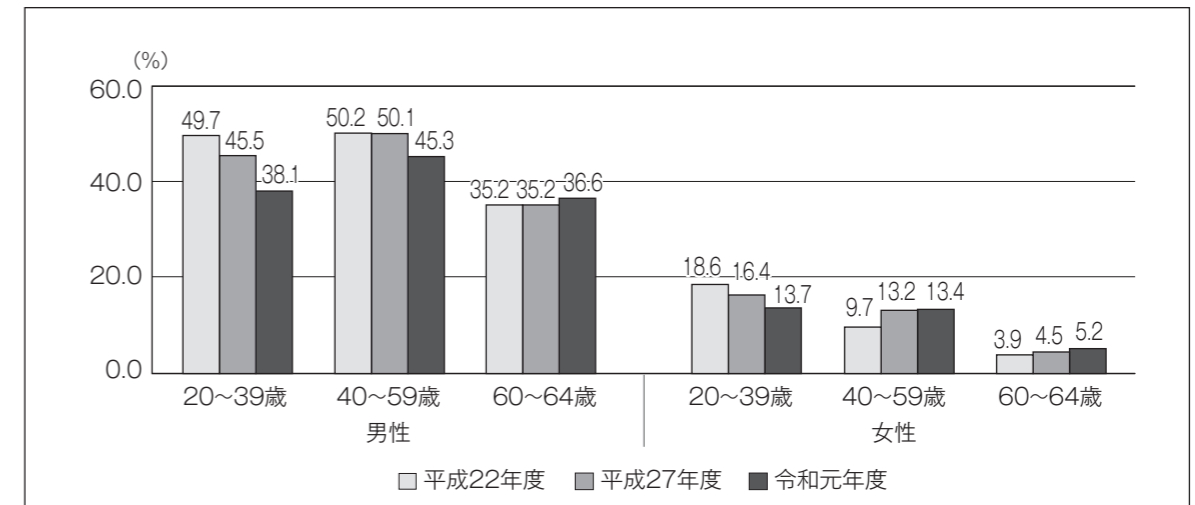
*登米市高齢者実態調査結果

◆組織の活動に自主的に参加している人の割合（65歳～ 女性）



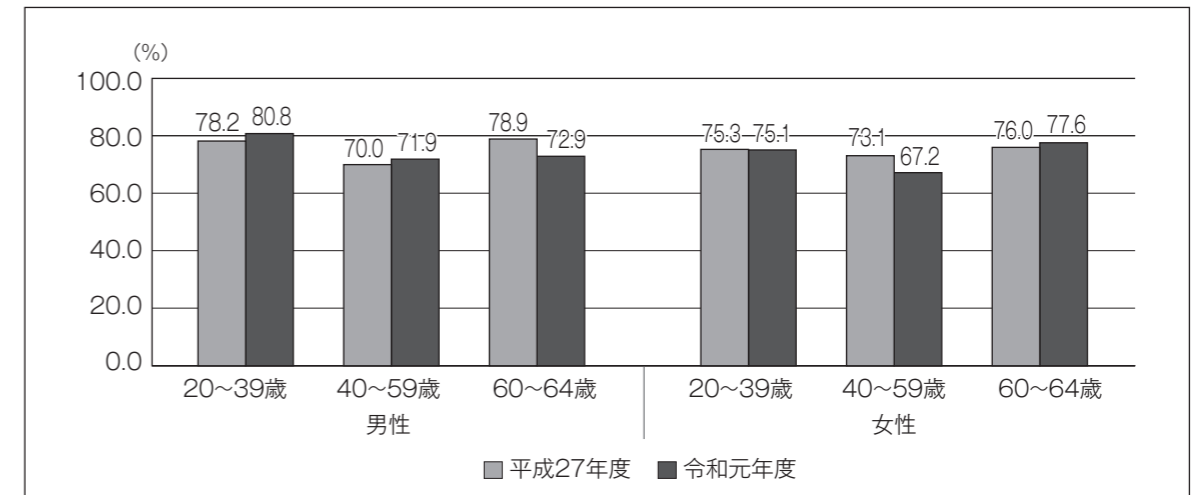
*登米市高齢者実態調査結果

◆たばこを習慣的に吸っている人の割合



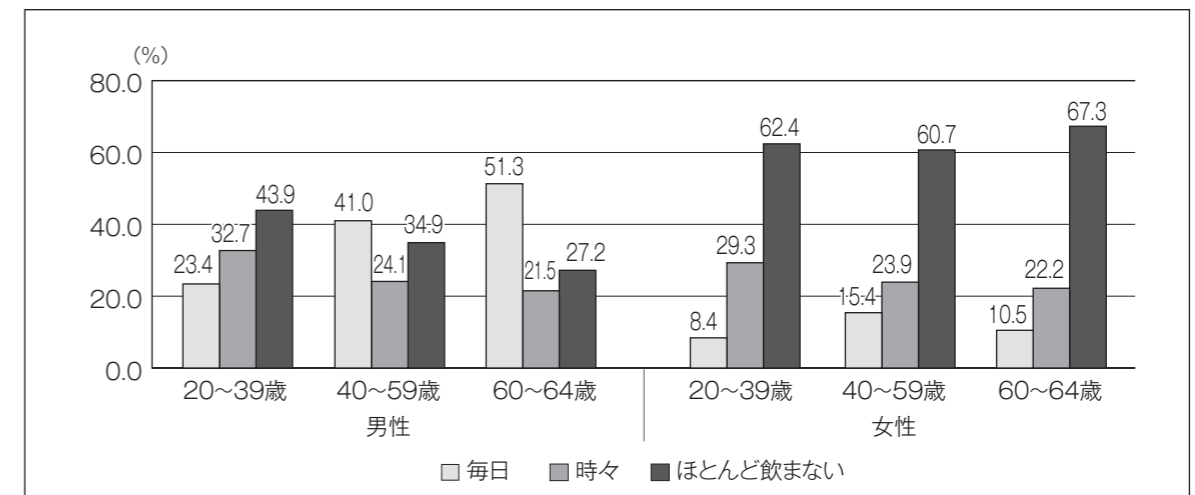
*登米市特定健康診査結果（健康管理システムより）

◆飲酒日の1日あたり飲酒量が男性2合未満、女性1合未満である人の割合



*登米市特定健康診査結果（健康管理システムより）

◆令和元年度 飲酒頻度



*登米市特定健康診査結果（健康管理システムより）

2 登米市健康なまちづくり推進協議会設置要綱

平成17年11月1日
告示 第 247 号

（設置）

第1条 すべての市民が健やかに生活できる登米市の健康なまちづくりを目指して、広く市民の健康づくりを支援する機関・団体等の積極的な参加協力を得ながら、市民が主体的に取り組む健康づくり運動を総合的に企画・推進するため登米市健康なまちづくり推進協議会（以下「協議会」という。）を置く。

（組織）

第2条 協議会は、委員21人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから市長が委嘱する。

- (1) 地域組織及び団体の代表者
- (2) 保健医療機関団体の代表者
- (3) 関係行政機関の代表者

3 市長は、健康づくり推進に関し、必要に応じ前項に掲げるもの以外に学識経験を有するものを委員として委嘱することができる。

（任期）

第3条 委員の任期は、2年とする。ただしその職によって委嘱された委員は、その職を離れたときは失職する。

2 補欠により委嘱された委員の任期は、前任者の残任期間とする。

（役員）

第4条 本会に会長及び副会長を置く。

2 会長は本会を代表し、会務を総理する。

3 副会長は会長を補佐し、会長に事故があるとき又は欠けたときは、その職務を代理する。

4 会長及び副会長は、委員の互選による。ただし、会長および副会長の任期は、前条の規定による任期とする。

（任務）

第5条 市民の健康管理の充実を図るため、次に掲げる事項について審議し、または必要があるときは、市長に対し建議することができる。

- (1) 保健計画策定に関する事
- (2) 健康づくりの啓発普及に関する事
- (3) 保健問題の把握及び対策に関する事
- (4) その他保健事業の推進に関する事

（会議）

第6条 協議会の会議は会長が招集し、会長がその議長になる。

2 協議会の議事は出席委員の過半数をもって決し、可否同数のときは議長の決するところによる。

（庶務）

第7条 協議会の庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

（検討委員会）

第8条 本会に検討委員会（以下「委員会」という。）を置く。

- (1) 母子・学校保健検討委員会
- (2) 青・壮年保健検討委員会
- (3) 高齢者保健検討委員会
- (4) 歯科保健検討委員会

2 委員の人数は若干名とする。

3 委員会では次に掲げる事項について協議及び実践する。

- (1) 保健計画策定に関する事
- (2) 健康づくりの啓発普及に関する事
- (3) 保健問題の把握及び対策に関する事
- (4) その他保健事業の推進に関する事

4 委員会に、調査及び協議のため、作業班を置くことができる。

（その他）

第9条 この要綱に定めるもののほか、必要な事項は会長が協議会に諮って定める。

附則

この告示は、平成17年11月1日から施行する。

附則（平成20年6月6日告示第125号）

この告示は、平成20年6月6日から施行する。

3 登米市健康なまちづくり推進協議会委員名簿

役職	区分	氏名	所属
1 会長	学識経験者	寶澤 篤	東北大学 東北メディカル・メガバンク機構
2	保健医療機関団体	大坂 國通	登米市医師会
3	保健医療機関団体	高橋 利光	登米市歯科医師会
4	保健医療機関団体	鈴木 陽	宮城県登米保健所
5	保健医療機関団体	光澤 純一	登米市薬剤師会
6	学識経験者	佐藤 敬広	東北文化学園大学 医療福祉部保健福祉学科
7	地域組織及び団体	飯田 功	登米市老人クラブ連合会
8	地域組織及び団体	遠藤 尚	登米市社会福祉協議会
9	地域組織及び団体	千葉 節子	登米市保健活動推進員
10	地域組織及び団体	姉齒 純子	保健福祉サービス事業者
11	地域組織及び団体	浅野 清子	登米法人会女性部会
12 副会長	地域組織及び団体	佐藤 律子	登米市食生活改善推進員協議会
13	地域組織及び団体	及川 亜紀子	登米地方保育所協議会
14	地域組織及び団体	関 壮一	登米市スポーツ推進員協議会
15	地域組織及び団体	白鳥 しづえ	JAみやぎ登米女性部
16	地域組織及び団体	渡邊 信一	登米市PTA連合会
17	地域組織及び団体	小橋 三男	登米市民生委員児童委員協議会
18	関係行政機関	千葉 和幸	登米市教育委員会 生き生き学校支援室

4 登米市食育推進会議条例

平成19年3月8日
条例 第5号

（設置）

第1条 登米市の区域における食育の推進に関して、食育推進計画の作成及びその実施の推進のため、食育基本法（平成17年法律第63号。以下「法」という。）第33条の規定に基づき、登米市食育推進会議（以下「推進会議」という。）を置く。

（所掌事務）

第2条 推進会議は、次に掲げる事務を所掌する。

- (1) 登米市食育推進計画（法第18条第1項に規定する市町村食育推進計画をいう。）を作成し、その実施を推進すること。
- (2) 前号に掲げるもののほか、本市の区域における食育の推進に関する重要事項について審議し、食育の推進に関する施策の実施を推進すること。

（組織）

第3条 推進会議は、委員21人以内で組織する。

2 委員は、次に掲げる者のうちから、市長が委嘱する。

- (1) 学識経験を有する者
- (2) 食育の推進に関係する団体の役員又は職員
- (3) 関係行政機関の委員又は職員
- (4) 一般公募による者
- (5) その他市長が必要と認める者

（委員の任期）

第4条 委員の任期は、2年とする。ただし、委員が欠けた場合における補欠の委員の任期は、前任者の残任期間とする。

2 委員は、再任されることができる。

（会長及び副会長）

第5条 推進会議に、会長及び副会長を置き、委員の互選によって定める。

2 会長は会務を総理し、推進会議を代表する。

3 副会長は会長を補佐し、会長に事故があるとき、又は会長が欠けたときは、その職務を代理する。

（会議）

第6条 推進会議の会議は、会長が招集し、その議長となる。

2 推進会議の会議は、委員の半数以上が出席しなければ開くことができない。

3 推進会議の議事は、出席した委員の過半数で決し、可否同数のときは、議長の決するところによる。

4 会長は、必要があると認めるときは、会議に関係者の出席を求めて意見若しくは説明を聴き、又は必要な書類の提出を求めることができる。

（庶務）

第7条 推進会議の庶務は、市民生活部において処理する。

（その他）

第8条 この条例に定めるもののほか、推進会議の運営に関し必要な事項は、会長が推進会議に諮って定める。

附則

この条例は、平成19年4月1日から施行する。

5 登米市食育推進会議ワーキンググループ設置要綱

令和2年10月6日

告示 第190号

（設置）

第1条 登米市食育推進計画及び食育の推進に関する事項について、具体的な内容を検討するため、登米市食育推進会議ワーキンググループ（以下「ワーキング」という。）を置く。

（所掌事務）

第2条 ワーキングは、次に掲げる事務をつかさどる。

(1) 登米市食育推進計画の策定に係る具体的な検討に関すること。

(2) 前号に掲げるもののほか、食育推進計画策定のために必要な事項に関すること。

（組織）

第3条 ワーキングは、別表に掲げる者（以下「構成員」という。）をもって組織する。

2 ワーキングに座長を置き、構成員の互選により定める。

3 座長は、会務を総理し、ワーキングを代表する。

4 座長に事故があったとき、又は座長が欠けたときは、あらかじめ指名する構成員がその職務を代理する。

（会議）

第4条 ワーキングの会議は、登米市食育推進会議の会長（登米市食育推進会議条例（平成19年登米市条例第5号）第5条第1項の規定により定められた者をいう。）が必要に応じ招集する。

2 座長は、会議の運営上必要があると認めるときは、会議に構成員以外の者の出席を求め、説明又は意見を聴くことができる。

（謝金）

第5条 構成員には、予算の範囲内で謝金を支給するものとする。

（庶務）

第6条 ワーキングの庶務は、市民生活部健康推進課において処理する。

（委任）

第7条 この要綱に定めるもののほか、ワーキングの運営に関し必要な事項は、座長がワーキングに諮って定める。

附則

この告示は、令和2年10月6日から施行する。

別表（第3条関係）

生産者代表	食生活改善推進員	地産地消推進店代表	みやぎ登米農業協同組合食育担当	宮城県東部保健福祉事務所登米地域事務所成人高齢班長	登米市教育研究会給食部会代表	福祉事務所子育て支援課保育所給食担当	産業経済部地域ビジネス支援課ブランド戦略係長	教育委員会生き生き学校支援室指導主事
-------	----------	-----------	-----------------	---------------------------	----------------	--------------------	------------------------	--------------------

6 登米市食育推進会議委員名簿

	役職	区分	氏名	所属
1	会長	条例第3条2項1号 (学識経験者)	増子裕子	
2		条例第3条2項2号 (関係団体)	大坂國通	登米市医師会
3		〃	高橋利光	登米市歯科医師会
4		〃	小野寺由美子	登米栄養士会
5		〃	櫻井勇子	登米市PTA連合会事務局
6	副会長	〃	佐藤律子	登米市食生活改善推進員協議会
7		〃	渋谷長子	登米市地域婦人団体連絡協議会
8		〃	春日浩光	みやぎ登米農業協同組合
9		〃	境得恵	登米地方保育所協議会
10		条例第3条2項3号 (関係行政機関)	成瀬陽子	登米市学校保健会
11		〃	吉田信幸	宮城県東部地方振興事務所 登米地域事務所
12		〃	泉洋一	宮城県東部保健福祉事務所 登米地域事務所
13		条例第3条2項4号 (一般公募)	鹿野昭子	一般公募
14		〃	阿部れん子	一般公募



元気とめ! 健康づくり宣言



わたしたち登米市民は、豊かな自然の中で、笑顔ですこやかに暮らし続けることを願っています。

わたしたち登米市民は、この願いをかなえるため、人と人とのつながりを大切に、身近な人たちとともに、地域・団体・企業・行政と力を合わせ、健康なまちづくりをめざして、ここに「元気とめ!健康づくり宣言」をします。

- ー. 動かそう!歩こう!あと10分**
 おとなも子どもも、自分に合った運動を暮らしの中に取り入れます。
- ー. 適塩!プラス野菜あと一皿**
 とめの恵みを活かして、もう少しす味を意識しバランスのとれた食事を楽しみます。
- ー. めざせ受動喫煙ゼロ!めざそう禁煙**
 たばこが健康に及ぼす影響について正しく知り、自分も大切な人もたばこの煙から守ります。
- ー. しっかり歯みがき!年に一度は歯科健診**
 むし歯や歯周病を予防して、お口からの健康づくりに努めます。
- ー. ノンアル Day! 週2日**
 適度な飲酒と休肝日で、こころとからだを健やかに保ちます。
- ー. 活かそう!健診結果を生活に**
 健診結果を生活習慣の振り返りに活かし、自分の健康を守ります。
- ー. つながろう!あいさつと笑顔で**
 家族や地域の人とのふれあいを大切に、こころの健康を保つように努めます。

令和2年2月1日宣言



元気とめ食育21計画 (第4期)

印刷・発行	令和3年3月
編 集	登米市市民生活部 健康推進課
	〒987-0446
	宮城県登米市南方町新高石浦130
電 話	0220-58-2116
F A X	0220-58-3345
E-mail	
	kenkosuisin@city.tome.miyagi.jp

この基本構想・基本計画書について、あなたのご意見、ご感想をお寄せください。