

(1) 栄養・食生活

① 指標の達成状況と評価

策定時*の値と直近値を比較	項目数	目 標 項 目
A 目標値に達した	1項目	・肥満者 (BMI \geq 25) の割合の減少 (40代以上女性)
B 目標値に達していないが 改善傾向にある	1項目	・食塩摂取量の減少
C 変わらない	4項目	・肥満者 (BMI \geq 25) の割合の減少 (30代以上男性) ・朝食欠食者の割合の減少 (20~30代男性) ・朝食欠食者の割合の減少 (20~30代女性) ・脂肪エネルギー比率の減少 (20~40代)
D 悪化している	3項目	・カリウム摂取量の増加 ・カルシウム摂取量の増加 (20~30代) ・野菜摂取量の増加
E 評価困難	0項目	
合 計	9項目	

*改定後に設定された指標については、改定時の値と比較した

- 40歳以上女性の肥満者の減少，食塩摂取量の減少については改善がみられた。
- 30歳代以上男性の肥満者の減少，20~30歳代の朝食欠食者の減少，脂肪エネルギー比率の減少は変化がなかった。
- カリウム摂取量，20~30歳代のカルシウム摂取量，野菜摂取量については，男女とも悪化した。
- 性・年齢階級別にみると，男女とも30歳代以降から肥満者の割合が増加しているが，食事内容も，男女とも20~30歳代で脂肪エネルギー比率が高い，野菜摂取量が低い，朝食の欠食者の割合が高いなど課題が多い。
- 性別でみると，男性の肥満者は30歳代以降から全ての年代で高く，朝食の欠食率も全ての年代において女性よりも高い。
- 食塩摂取量は，男女とも50代で最も高い。

② 指標に関連した主な施策

- 食育推進計画の策定

- 食生活改善普及事業（野菜をもっと食べようキャンペーン，親子で朝食・野菜を食べよう講習会の実施等）
- 飲食店などにおける栄養成分表示・ヘルシーメニュー提供推進・栄養成分表示の推進・特定給食施設指導などの食環境整備
- メタボリックシンドローム対策戦略事業（健康づくり推進商店街支援事業・働く人の健康支援事業等）
- 食育推進事業
- みやぎ21健康プラン推進事業，みやぎ健康の日普及事業（ホームページや健康情報誌，各種イベント等による普及啓発）

③ 今後の課題

- 肥満の予防・改善については，運動との連動，朝食欠食の改善については，休養（生活リズム）との連動など，個人の生活習慣全体を包括的にとらえたアプローチとともに，子どもの頃からの望ましい生活習慣の定着を学校保健の中で取り組まれるように進める他，食育推進活動などを通じて行っていく必要がある。
- 野菜摂取量，カリウムとカルシウムの摂取量はいずれも減少していることから，知識について広く啓発するとともに各年代の課題に応じた働きかけを大学や職場等と協力して取り組んでいく必要がある。
- 外食や加工食品などを利用する機会もあり，家庭での食生活改善だけでは，食事内容の大幅な改善は難しいことから，飲食店や惣菜販売店などにおける栄養表示や，ヘルシーメニューの提供などを働きかけるなど，健康づくりを支援する食環境整備が重要となる。
- 社員食堂など，日常的に食事を喫食する場所においてヘルシーメニューが提供されるよう環境整備を進めていくことなども大切である。