

① 栄養・食生活（評価）

		指 標	指標の根拠	高浜市				
				1次計画		平成21年度		
				平成14年度	平成22年度	現状値	評価	
実現したい目標	★ふとりすぎない、やせすぎない	児童、生徒	市内小・中学校の健康診断	5.7%	5.2%以下	7.9%	C	
		肥満の人の割合	20～60歳代男性	H21年度特定健診を受けられたBMIが25以上の者	23.4%	15.0%以下	30.5%	D3
			40～60歳代女性	H21年度に特定健診を受けられたBMIが25以上の者	23.1%	18.0%以下	23.1%	D3
	やせの人の割合	20歳代女性	H21年度に特定健診を受けられたBMIが18.5未満の者	24.5%	17.0%以下	24.2%	D3	
	★楽しい食卓にしよう	1日最低1食きちんとした食事を、家族等2人以上で楽しく30分以上かけてとる人の割合	生活習慣関連アンケート（H22）	60.5%	75.0%	66.6%	B	
生活スタイルの提案（市民の取組み）	1.適正体重を維持しよう	①自分の適正体重を知ろう	自分の適正体重を認識し、体重コントロールを実践している人の割合	生活習慣関連アンケート（H22）	44.4%	49.0%	51.3%	A
		②体重のコントロールをこころがけよう						
	2.適正な食事内容・量をとろう	①自分の必要エネルギーを知ろう	男性	生活習慣関連アンケート（H22）	62.1%	80.0%以上	56.7%	C
			女性		52.9%	70.0%以上	59.5%	B
		②1日3食きちんとした食事をとろう	16～19歳	——	8.8%	0%	—	E
			男性 20歳代	生活習慣関連アンケート（H22）	23.5%	12.0%以下	16.0%	B
		③脂肪のとりすぎに注意しよう	1日あたりの平均脂肪エネルギー比率	国民健康・栄養調査報告	26.3%	25.0%以下	27.6%	C
		④塩分を減らそう	1日あたりの塩分摂取量	国民健康・栄養調査報告	12.6g	10.0g	13.2g	C
	⑤野菜を多くとろう	1日あたりの野菜摂取量	国民健康・栄養調査報告	292g	350g	289g	C	

① 栄養・食生活（評価）

			指 標	指標の根拠	高浜市			
					1次計画		平成21年度	
					平成14年度	平成22年度	現状値	評価
生活スタイルの提案（市民の取組み）	1.適正な食事内容・量をとろう	⑥カルシウムを多く含む食品をとろう	1日あたりの摂取量	牛乳・乳製品	139mg	200mg	104mg	C
				豆類	69mg	100mg	68mg	C
		⑦カルシウムを多く含む食品をとろう	1日あたりの摂取量	緑黄色野菜	109mg	120mg	95mg	C
		⑧1日30食品を目標にしよう	1日に摂取する食品数	—	—	—	E	
		⑨外食や食品を購入する時は栄養成分表示を見て選ぶ習慣を身につけよう	外食や食品を購入する時、エネルギーなどの栄養成分表示を参考にする人の割合	11.0%	—	13.6%	B	
		⑩弁当、レトルト食品などの利用時は工夫しよう	弁当、レトルト食品などの利用時、工夫している人の割合	—	—	—	E	
	2.食事を楽しもう	①毎日1食はゆっくりと（30分以上かけて）食べよう	1日最低1食きちんとした食事を、家族等2人以上で楽しく30分以上かけてとる人の割合		60.5%	75.0%以上	66.6%	B
		②家族、友人と一緒に食事をしよう						
	（健康づくり健康関連団体等の取組み）	1.保健センター、保育園、幼稚園、学校、職域、医療機関など地域が連携して正しい食事の知識を普及啓発します			—	—	—	E
		2.正しい食事を学習する場の増加と参加の促進をします	食事について学習の場の増加	管理栄養士が行った健康相談健康教室、および健康づくりさんの地区活動	674人	741人	837人	A