

第4章 健康づくり・食育の施策



I 健康管理と健（検）診

生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸を図るためには、定期的な健（検）診を受けることで自分の健康状態を把握し、生活習慣を見直すことが必要です。

また、女性の健康は一般的に毎月の月経周期や、思春期・成熟期・更年期・老年期のライフステージと、結婚・育児などのライフイベントに影響されやすいと言われています。このことは、年代によって増減する女性ホルモンの変動による心身の変化や生活環境による影響が大きいことと関連しています。



行政の取組

施策① 生活習慣病に関する普及啓発

がん（悪性新生物）、心疾患、脳血管疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）、糖尿病、高血圧性疾患といった生活習慣病は本市の死因の5割を占めており、これらの危険因子の管理や予防に向けて生活習慣病予防に関する正しい知識の普及啓発に努めます。

取組・事業	内 容
生活習慣病予防の普及啓発	糖尿病や循環器疾患、COPD（慢性閉塞性肺疾患）等の生活習慣病予防や重症化予防のため、講座、講演会等の開催や市のホームページ等を通じて普及・啓発に取り組みます。
	健診受診者に対して生活習慣病に関する情報提供を行います。
	子供の頃からがんに対する正しい知識をもつために、教育機関と連携したがん教育の実施に向けた取組を検討します。
	がんとその予防に関する普及啓発を出前健康講座、健康相談、公民館の講座等を通じて行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
生活習慣病予防に関するホームページアクセス数	32,826 件	36,000 件	40,000 件

施策② 生活習慣病の発症予防・重症化予防の推進

がん（悪性新生物）をはじめとした生活習慣病の発症予防・早期発見のため健（検）診の受診を勧め、ハイリスク者に対しては重症化予防に取り組みます。

取組・事業	内 容
健（検）診等の受診促進	<p>市政ニュース・ホームページ・さくら FM 等のメディアを活用したり、関係機関等との連携を通じて、健（検）診に関する情報提供や受診勧奨を行います。</p>
	<p>医療機関でのポスター掲示や「けんしんのご案内」の全戸配布、各種講座、出前講座、乳幼児健診等でのリーフレットの配布を通じて受診勧奨を行います。</p>
	<p>特定健診未受診者に対し、コールセンターや案内通知を通して受診歴に応じた受診勧奨を行います。</p>
	<p>特定健診、特定保健指導の効果分析及び検証を実施するとともに、特定健診・特定保健指導の必要性を周知していきます。</p>
	<p>各種健診・がん検診の案内はがき送付等、受診勧奨に取り組みます。</p>
	<p>集団・個別健（検）診、休日健（検）診の実施等、各種健診・がん検診を受診しやすい体制づくりに取り組みます。</p>
	<p>健康づくりの取組に応じて賞品と交換できるポイントを付与する「健康ポイント事業」において、各種健診受診ポイントを付与し、健診の受診促進につなげます。</p>
発症予防・重症化予防の推進	<p>特定保健指導対象者に対し、健診結果送付時にリーフレットの配布を通して特定保健指導の実施率向上に努めます。</p>
	<p>生活習慣病等のハイリスク者に対して、受診勧奨や生活習慣の改善に向けた指導等を行います。</p>
	<p>健診結果から生活習慣病のハイリスク者を対象に講演会や疾病に関する情報提供を行います。</p>
	<p>特定健診、人間ドック等の受診者のうち、特定保健指導の対象ではないものの生活習慣の改善が必要な人に対し、保健指導を実施します。</p>
	<p>「西宮市国民健康保険CKD予防連携事業」により、医療機関等と連携し、CKD（慢性腎臓病）の早期発見・早期治療につなげます。</p>
	<p>受診状況・結果の分析等を通じて、受診勧奨の方法や保健指導の充実を図り、効果的な保健事業を展開します。</p>
<p>がん検診、肝炎ウイルス検診等の精密検査未受診者に対し、受診勧奨に努めます。</p>	

取組・事業	内 容
データ分析を通じた生活習慣病の発症予防・重症化予防の推進	国民健康保険被保険者の生活習慣、健康状態、医療費の状況等を分析して策定したデータヘルス計画に基づき、生活習慣病の発症予防・重症化予防をはじめとする健康課題の改善に努めます。 国が定める「被保護者健康管理支援事業の手引き」に基づき、生活習慣病予防・重症化予防等の支援を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
生活習慣病等の予防改善事業の参加者数	418人	500人	550人
健康ポイント事業の参加者数	6,283人	10,000人	10,000人

施策③ 女性の健康づくり体制の充実

女性には男女共通の健康課題であるがんのほか、女性特有の病気があります。このような女性の様々な健康問題に対し、関係機関と連携した総合的な支援に努めます。

取組・事業	内 容
女性の健康づくりに関する健康教育の実施	更年期や乳がん・子宮頸がん、骨粗しょう症等の女性特有の健康課題に関する普及啓発を乳幼児健診や大学祭等の機会を活用して行います。 思春期に向けて、女性の身体に関する健康教育を行います。
女性のための健康相談の実施	女性検診を実施するとともに、女性特有の疾病や更年期に起きる身体の変化とその対応法や予防について保健師・助産師・管理栄養士による個別相談を実施します。
妊産婦相談の実施	助産師・保健師・管理栄養士による、妊娠中や産後の育児、授乳、体調等に関する相談を実施します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
女性の健康づくりに関する健康教育等の参加者数	1,865人	2,000人	2,100人



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆医療機関や薬局等が、健（検）診受診を呼びかけます。
- ◆啓発ちらし等を活用して、健（検）診の大切さや機会の周知を行います。
- ◆保険者は、就労者等に健（検）診受診の啓発や機会の提供を行います。



学校・園の取組

内 容

- ◆市立学校の健診結果を通して、子供が自らの健康状態を把握することによって、健康に対する意識を高めていきます。
- ◆市立学校における健康教育の一環として、各中学校・高等学校でのがん教育を推進します。

2 身体活動・運動

現代社会では、家事・仕事の省力化・効率化や車中心の生活等により日常生活における身体活動量が低下傾向にあります。

適度に身体活動を行うことや運動の習慣を持つことは、生活習慣病の予防やフレイル予防につながります。また、生活の質を向上させる観点からも重要です。

身体活動や運動の大切さについて知識の普及を図るとともに、仲間づくりも含めた、気軽に身体活動・運動に取り組める環境をつくる必要があります。



行政の取組

施策① 運動習慣の定着に向けた環境づくり・支援の充実

誰もが自分の健康に関心を持ち、運動の必要性を理解し、運動を楽しめる環境をつくりま

す。

取組・事業	内 容
フレイル予防に関する普及啓発	市政ニュース・ホームページ・さくら FM 等を通じてフレイルやロコモティブシンドローム等に関する情報を提供し、運動習慣を定着する意識の醸成を進めます。
	関係団体、市民活動の場等を活用し、啓発を行うとともに、フレイルやロコモティブシンドローム等の予防に向けた運動の機会を提供します。
運動習慣を定着するための機会の充実	ホームページや様々なメディア等を活用し、健康ウォーキングマップの配布や運動施設、運動グループ、身体を動かすイベント等に関する情報を提供します。
	ウォーキングや運動に関するイベント、講座等、ライフステージに応じた気軽に参加できる機会を提供します。
	運動に取り組むきっかけづくり、運動習慣化を図るため、ウォーキングやイベント等への参加に応じて、賞品と交換できるポイントを付与する「健康ポイント事業」を実施します。
地域スポーツの中心となるスポーツクラブ 21 の育成	原則小学校区を単位として設立されている「スポーツクラブ 21」において、多世代が参加できる様々なスポーツの実施や地区運動会、各種スポーツイベントを開催します。

取組・事業	内 容
誰もが運動できる 機会の提供	公園に健康遊具を設置し、誰でも気軽に利用できる場を提供します。 障害の有無や年齢・性別に関わらず、誰もがスポーツを楽しめる多様な 機会づくりとして、ニュースポーツの普及に取り組みます。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
「健康ウォーキングマップ」 市ホームページアクセス数	5,621 件	10,000 件	15,000 件
健康ポイント事業の参加者数(再掲)	6,283 人	10,000 人	10,000 人
運動施設の稼働率	55.0%	60.0%	70.0%
体育館(体育室)の稼働率	79.4%	90.0%	90.0%

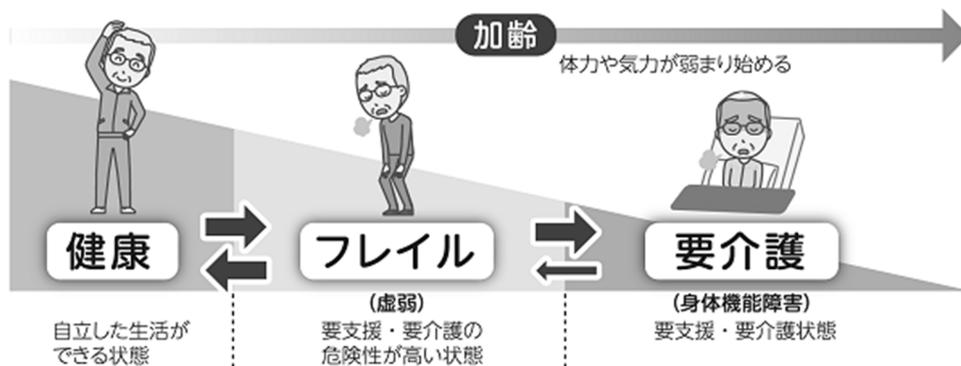
コラム

フレイルって何？

「フレイル」とは、年をとって筋力や認知機能、社会とのつながりなどが低下した状態のことです。

下の図で、「健康」と「要介護状態」の中間にあたります。

要介護となるリスクが高い状態ですが、早めに気づき、対応することで健康を維持・改善して、自立した生活を送ることもできます。



資料：西宮市ホームページ「フレイルを知る」

施策② 日常生活における生活活動の増加の促進

市民一人ひとりが生活の中での身体活動量を増やすことを意識し、ライフスタイルに合った身体活動・運動が実施できるよう取り組みます。

取組・事業	内 容
身体を動かす機会の提供	市政ニュース・ホームページ・さくら FM 等を活用し、幅広い年代へ「+10（プラステン）」を啓発し、生活の中で今より10分多く身体を動かす習慣づくりを促進します。
	特定保健指導等の機会を活用し、気軽に取り組める生活活動や運動に関する情報を提供し、生活習慣の改善を図ります。
	「西宮市生涯体育大学」で中高齢者がスポーツ、レクリエーションなどスポーツ活動を行う機会を提供します。
身体機能の維持・向上に関する情報提供	地域や職域、関係機関と協力し、生活活動を増やすことが身体活動量の増加や健康につながるという情報発信を行います。
介護予防に取り組む自主グループの育成と活動支援	高齢者の筋力アップを目的とした「西宮いきいき体操」に取り組むグループの立ち上げ及び活動を支援します。
	介護予防サポーターとして地域で高齢者の健康づくり・介護予防に関する取組や支援を行う人材の養成講座を開催します。
	介護予防サポーターの活動を継続的に支援するため、フォローアップ研修を開催し、地域で活躍できる環境づくりを進めます。
社会参加の促進	多様な年代の人が身近な地域で気軽に集まることができる地域の居場所づくりを進めます。
	出前健康講座、宮水学園等の開催を通じて社会参加の機会を提供します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
「西宮いきいき体操」に取り組むグループ数	253 団体	325 団体	385 団体
「西宮いきいき体操」の参加者数	7,168 人	9,750 人	11,550 人
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 (ポピュレーションアプローチ)の参加者数	1,367 人	4,600 人	4,600 人



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆自治会や老人会等は、西宮いきいき体操を開催します。
- ◆スポーツ関連団体は、誰もがスポーツを楽しめる多様な機会づくりとしてニュースポーツ教室への参加に協力します。
- ◆各種関係団体は、フレイルやロコモティブシンドロームの予防に向けた普及啓発に取り組みます。



学校・園の取組

内 容

- ◆1日30分以上の外遊びや運動の必要性を児童・生徒や保護者に啓発します。

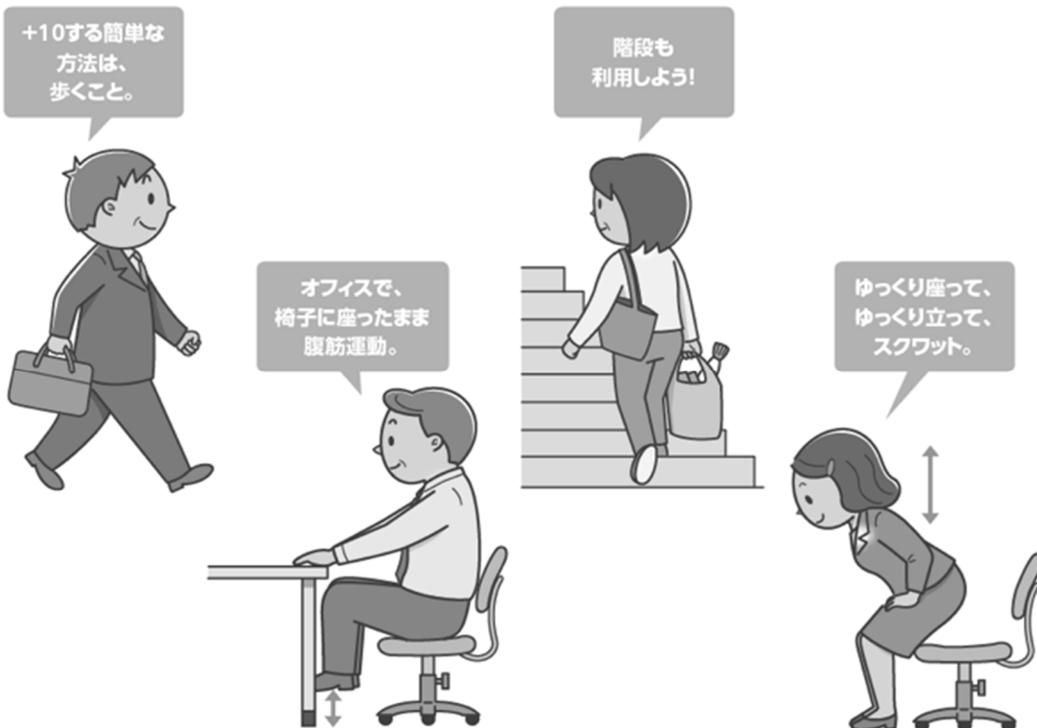
コラム

+10（プラステン）で健康寿命を伸ばしましょう！

普段から元気に身体を動かすことで、糖尿病、心臓病、脳卒中、がん、足腰の痛み、うつ、認知症などになるリスクを下げることができます。

例えば、今より10分多く、毎日身体を動かしてみませんか？

生活の中で身体活動を積み重ねて、無理なく+10しよう！



資料：スマートライフプロジェクト

3 休養・こころの健康

長年にわたるストレスや過度のストレスにより、こころの病気や様々な身体症状が引き起こされることがあります。身体の健康と同様に、こころを健康にすることも重要です。一人ひとりが自分に合ったストレス対処法を見つけ、ストレスとうまく付き合うことが必要です。

また、こころの健康を保つためには、日常的に質・量ともに十分な睡眠による休養をとり、楽しみやくつろぎを感じる時間を持つことが大切です。



行政の取組

施策① 睡眠による休養やストレス解消等につながる普及啓発の推進

良い睡眠や休養の確保等、こころの健康を保つための知識を啓発します。

取組・事業	内 容
メンタルヘルスに関する普及啓発	市政ニュース・ホームページ・イベント、健康診査等の様々な機会を活用し、ストレス対処法、休養、こころの健康に関する普及啓発を行います。
	こころの健康や病気に対する普及啓発を地域団体等と連携して行います。
	「よちよち広場」「家庭児童相談事業」「宮水学園」などを活用し、ライフステージや性別等に配慮した効果的な普及啓発を行います。
睡眠に関する普及啓発	市政ニュース・ホームページ・さくら FM 等を活用し、睡眠の大切さに関する情報を提供します。
	「こころのケア講座」において、睡眠に関する情報提供、体験的ワーク等を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
こころの健康づくりに関する講座等の参加者数	34人	150人	200人

施策② 相談支援体制の充実

家庭や地域等において、こころの健康について正しく理解し、こころの不調に気づき、早期に適切な対応ができるよう、関係機関と連携し相談支援体制を整えます。

取組・事業	内 容
妊娠期から子育て期にわたる親へのこころのケアの推進	<p>妊娠届出時の面接・電話相談・家庭訪問等で、妊娠・出産に関する情報提供を行い、継続支援の必要な妊婦の把握とその支援に努めます。</p> <p>オンライン等を活用した相談を実施するなど、相談者が相談しやすい環境づくりや手法の工夫に努めます。</p> <p>関係機関等と連携し、産後うつをはじめとした産後の身体とこころの状態の確認とケアに努めるとともに、身体的回復と心理的な安定を促すサポートを実施します。</p> <p>母親同士が気軽に集まる場所や他の人と交流できる機会を提供します。</p> <p>乳幼児の健診や相談などの機会を通じて、養育者のストレス状況を把握するとともに、相談、支援を行います。</p> <p>養育者のこころのケアに取り組み、生きることの支援や虐待予防につながります。</p>
小・中学校でのこころのケア、相談支援体制の充実	<p>市立小・中学校と連携し、ストレス対処法やメンタルヘルスに係る健康教育や相談窓口の周知を図ります。</p> <p>不登校・いじめの問題、学校不適応等に適切に対応するため、子供、保護者、教師へのカウンセリングを行えるよう、スクールカウンセラーを配置します。</p> <p>こころのケア、不登校、特別支援に関する事例を通し、コンサルテーションを実施し、学校の精神保健を推進します。</p>
相談窓口の周知と活用促進	<p>臨床心理士等がこころの悩み等について、電話・面接等による相談に応じます。</p> <p>保健所・保健福祉センターにおいて精神疾患、認知症、アルコール関連問題等について精神科医師や保健師等による相談を実施するとともに、必要に応じて継続的な支援に取り組みます。</p> <p>相談窓口を記載した一覧等を作成し、周知します。</p>

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
精神保健福祉相談等の相談件数	10,868 件	12,000 件	13,000 件

施策③ 自殺対策の推進

西宮市自殺対策計画に基づき、関連施策と連携を図り、自殺対策の取組を推進します。

取組・事業	内 容
自殺やこころの健康に関する普及啓発	市の広報や「自殺対策事業ホームページ」でのPR、ポスター、若者向けリーフレット等の作成・配布、自殺予防月間・自殺予防週間での図書館展示、講演会の開催等により普及啓発を行います。
ゲートキーパーの養成	身近な場での見守りを強化するため、市民や市職員、専門職等を対象とした研修等を実施し、自殺に関する正しい知識のもと適切な対応を図れる人材を養成します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
ゲートキーパー養成講座受講者数	3,252 人	5,000 人	6,300 人



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆各種関係団体は、周囲の人のいつもと違う様子に気づいた際には、話を聴き、相談に応じ、必要に応じて関係機関へつなぎます。
- ◆各種相談窓口において、こころの健康やこころの相談窓口等について情報提供します。



学校・園の取組

内 容

- ◆市と連携し、悩みごとや困りごとを抱えている児童・生徒の早期発見及び適切な対応に努め、子供たちのこころの健康を守ります。

コラム

西宮市自殺対策計画

本市では、西宮市自殺対策計画のもと、庁内及び関係機関・団体等の連携を強化し、総合的かつ包括的に生きることの支援に取り組んでいます。

本市の自殺対策事業の理念である「気づく つながる 支える いのち」の考え方に基づき、みんなで気づき、つながりながら、生きることを支えることで、誰も自殺に追い込まれることのない社会の実現を目指します。

■西宮市自殺対策計画 施策体系

※太字・下線は重点施策

基本理念	基本目標	施策の方向
誰も自殺に追い込まれることのない西宮市を目指して 気づく つながる 支える いのち	1 自殺対策を推進するネットワークの強化	(1) <u>庁内の連携・つなぐ体制の強化</u> (2) 市全体で命を守るための連携強化 (3) 地域における見守り体制の充実
	2 自殺対策を支える人材の育成	(1) 市職員に対する研修の充実 (2) 様々な分野でのゲートキーパーの養成
	3 市民への啓発と周知	(1) <u>自殺対策に関する周知・啓発</u> (2) 生きる支援に関する情報提供・講座の実施 (3) 生きやすいまちに向けた意識啓発
	4 生きることの促進要因への支援	(1) 相談・支援体制の充実 (2) 自殺未遂者・自死遺族等への支援 (3) 生活困窮者への支援 (4) 生きづらさを抱える人への支援 (5) <u>孤立しないための支援</u>
	5 子ども・若者への支援	(1) 命の大切さ・尊さを実感させる教育・学習の推進 (2) <u>教育相談体制の充実</u> (3) 子育て家庭への支援
	6 働き世代への支援	(1) 職場におけるメンタルヘルス対策の推進 (2) 働きやすい環境づくりの推進
	7 高齢者への支援	(1) <u>高齢者の地域生活を支える体制の充実</u> (2) 生きがいづくり・社会参加の促進 (3) 高齢者・介護者の心身の健康づくりの推進
	8 女性への支援	(1) <u>困難な問題を抱える女性への支援</u> (2) 妊産婦への支援
	生きる支援の関連施策	

4 たばこ

喫煙は、がん、循環器疾患（脳卒中、虚血性心疾患）、COPD（慢性閉塞性肺疾患）等の呼吸器疾患、糖尿病等の生活習慣病、胃・十二指腸潰瘍等、様々な疾患の原因であり、健康に大きく影響します。

また、胎児や子供への影響も大きく、特に妊娠中の喫煙は、妊娠合併症のリスクを高めるだけではなく、低出生体重児、出生後の乳幼児突然死症候群のリスクを高める要因ともなります。

受動喫煙も同様に様々な疾病の原因となります。

喫煙率低下と受動喫煙対策は、健康被害を減少させるための最も重要な取組のひとつです。



行政の取組

施策① 禁煙に関する普及啓発と禁煙に向けた相談及び支援の充実

喫煙や受動喫煙が健康に及ぼす影響について普及啓発するとともに、禁煙を希望する人に対する支援に取り組みます。

取組・事業	内 容
禁煙に関する普及啓発	市政ニュース・ホームページ等を通じ、禁煙に関する情報を提供するとともに、がん、循環器疾患、糖尿病、COPDをはじめ、喫煙が心身の健康に与える影響に関する普及啓発を実施します。
	喫煙がもたらす健康リスクを理解し、行動できるよう、講座等を通じた喫煙に関する正しい知識の普及・啓発を進めます。
禁煙相談の充実	禁煙を希望する人に対して、禁煙外来のある医療機関などの情報提供を行います。
	特定保健指導や生活習慣病重症化予防事業等、各種保健事業において禁煙指導や生活習慣を見直すためのサポート等を実施します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
たばこの害について啓発した人数	4,743人	7,000人	10,000人

施策② 20歳未満や妊産婦等の喫煙防止の推進

20歳未満や妊産婦の喫煙が自身や子供に与える影響を周知し、喫煙防止の取組を推進します。

取組・事業	内 容
20歳未満に対する喫煙・薬物乱用防止教育等の充実	警察等の関係機関や教育委員会と連携し、市立小・中学校、高等学校で喫煙と薬物乱用を防止する授業や普及啓発を行います。 教職員が児童・生徒に対して適切な指導を行えるように支援します。
妊産婦への保健指導の充実	母子手帳交付時、赤ちゃん訪問時、乳幼児健康診査、講座等において、禁煙に関する情報提供をするとともに、保健指導を行います。 妊婦への禁煙指導を実施するとともに、妊婦の家族の喫煙者に対する禁煙指導を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
20歳未満を対象に、たばこの害について啓発した回数(たばこ・薬物乱用防止教育等)	65回	68回	70回
妊産婦を対象に、たばこの害について啓発した人数	4,326人	4,300人	4,300人

施策③ 受動喫煙防止対策の推進

望まない受動喫煙によって健康を脅かされる人が出ないように、市民が受動喫煙を受けることのないまち「スモークフリーにしのみや」を目指します。

取組・事業	内 容
受動喫煙による健康リスクに関する普及啓発	集団健診、マザークラス、育児セミナー等の各種保健事業を通じて、受動喫煙の影響に関する普及啓発を行います。
受動喫煙防止対策に関わる環境整備	市民から市内の施設、公共空間等で受動喫煙被害の苦情等があった場合に施設指導を実施します。 「空気もおいしい店(にしのみや食育・健康づくり応援団)」への加入を促進し、全面禁煙を実施する飲食店等の増加に努めます。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
「空気もおいしい店」の登録件数	168件	200件	250件

コラム

副流煙のほうが多い有害物質

たばこの煙は主流煙（肺の中に吸入される煙）と副流煙（火のついた先端から立ち上る煙）に分けられます。主流煙中の物質を1とした場合、副流煙に含まれるニコチンは2.8倍、タールが3.4倍、一酸化炭素が4.7倍で、発生する各種有害物質は主流煙より副流煙のほうが多くなります。



資料：公益財団法人日本学校保健会「喫煙防止教育パンフレット」



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆医療機関や薬局等が、禁煙に関する情報提供を行い、禁煙外来において禁煙治療を実施します。
- ◆禁煙指導認定薬剤師の育成に努め、喫煙者に対する治療・禁煙指導を実施します。
- ◆飲食店等において、受動喫煙防止対策を推進します。
- ◆各種関係団体は、世界禁煙デー（5月31日）に行われる街頭啓発活動を推進します。



学校・園の取組

内 容

- ◆市立小学校では6年生の体育の保健、市立中・高等学校では保健体育や特別活動、総合的な学習の時間において、関係機関の協力を得て、喫煙や飲酒、薬物乱用の防止に関する学習を継続して実施します。

5 アルコール

アルコールの多量摂取は、生活習慣病の発症や重症化のリスクを高め、こころの病気を引き起こすことがあります。

また、20 歳未満の飲酒は成長発達に悪影響を及ぼすほか、妊婦の飲酒は本人や胎児の健康に悪影響を与えます。

子供を含めた全ての人に対して、飲酒が体に及ぼす影響や、節度ある適度な飲酒の量等、アルコールの正しい知識についての普及啓発が必要です。



行政の取組

施策① 節度ある適度な飲酒や飲酒による影響に関する普及啓発の推進

飲酒によって健康に影響が生じることのないよう、節度ある適度な飲酒量と、飲酒が心身に及ぼす影響について普及啓発します。

取組・事業	内 容
飲酒が健康に及ぼす影響や飲酒に関する普及啓発	講演会や出前講座等を通じて、飲酒に関する普及啓発を行います。
	飲酒が健康に及ぼす影響等について啓発する「お酒の飲み方チェック」を実施します。さらに、「妊産婦」「20 歳未満」などのターゲットに合わせた普及啓発の強化、相談先・アルコール専門医療機関等の情報提供を実施します。
	特定保健指導等の際に「多量飲酒者などの問題飲酒者」に対し、飲酒について情報提供をするとともに、生活習慣を見直すサポートを実施します。
アルコール専門医療機関等の情報提供や相談対応	精神保健福祉相談等にて、アルコール専門医療機関や自助グループの情報を提供します。
	支援者向け研修会を通じて支援者のアルコール関連問題に関する理解を深めることで、相談支援体制を充実させます。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
「お酒の飲み方チェック」を実施した人数	598人	600人	600人

施策② 妊産婦への飲酒に関する普及啓発の推進

妊産婦に対して、飲酒が子供に与える影響を周知し、母子の心身の健康を守ります。

取組・事業	内 容
妊産婦への飲酒に関する普及啓発	育児セミナーやマザークラス等を通じて、飲酒が妊産婦や胎児、授乳中の健康に及ぼす影響について普及啓発を実施します。
	母子健康手帳交付時に飲酒継続中の妊婦に対し、妊婦面接において断酒を促します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
妊産婦を対象にアルコールの影響について啓発した人数	4,326人	4,300人	4,300人

施策③ 20歳未満の飲酒防止対策の推進

20歳未満の健やかな育ちが脅かされることのないよう、飲酒が心身に及ぼす影響や危険性について普及啓発を行います。

取組・事業	内 容
小・中学校、高等学校での飲酒防止に関する普及啓発の実施	児童・生徒を対象に学校を通じて20歳未満の飲酒禁止リーフレットを配布し、児童とその親に対して20歳未満の飲酒が健康に及ぼす影響について啓発を行います。
	養護教諭と連携を図り、児童・生徒に対し、20歳未満の飲酒の防止について啓発します。

取組・事業	内 容
若年層に対する啓発の推進	大学や専門学校等との連携を図り、出前講座や学園祭等で 20 歳未満の飲酒やアルコール体質チェックなどの普及啓発を行います。
	二十歳のつどい（成人式）や大学での講義等の機会を活用し、20 歳未満の飲酒防止に関する普及啓発を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和 10 年度)	最終目標値 (令和 16 年度)
20 歳未満への飲酒禁止リーフレット等の配布数	4,874 件	4,880 件	4,880 件



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆医療機関等は、常習飲酒・多量飲酒の危険性について情報提供を行います。
- ◆教育機関等は、20 歳未満に飲酒防止や飲酒による影響について普及啓発を行います。



学校・園の取組

内 容

- ◆市立小学校では 6 年生の体育の保健、中学校・高等学校では保健体育や特別活動、総合的な学習の時間において、関係機関の協力を得て、喫煙や飲酒、薬物乱用の防止に関する学習を継続して実施します。

6 歯・口腔の健康

歯や口腔が健康であることは、豊かな食生活を営むことができるだけでなく、様々な病気の予防にもつながります。いつまでも自分の歯を保ち、口腔機能を維持することが心身ともに健康な毎日を送るための基本となります。

歯の喪失の原因となるむし歯（う歯）や歯周病を予防するとともに、口腔機能の獲得、維持・向上に向けて、妊娠期から高齢期まで、各ライフステージに応じた取組が必要です。



行政の取組

施策① 口腔機能の獲得、維持・向上に向けた取組の推進

食育と連動して、口腔機能の獲得、維持・向上の重要性について、啓発します。

取組・事業	内 容
乳幼児期から学齢期の歯・口腔の健康づくりの推進	乳幼児健康診査、親子の歯の教室、出前講座等で、歯・口腔の健康に関する正しい知識の普及を、子供だけでなく保護者へ実施します。 ----- 学校保健医による学校歯科健康診断でのむし歯・歯肉炎の早期発見や歯と口腔の健康に関する健康教育を実施します。
高齢者の口腔機能の維持・向上	通いの場やイベント等の機会を活用し、口腔機能に関する情報を発信します。 ----- 西宮いきいき体操を通じて口腔機能の維持・向上に関する普及啓発に取り組むとともに、口腔体操等を促進します。
歯・口腔の健康に関する講座等の実施	歯・口腔の健康に関する講座を通して、市民の歯・口腔の健康に対する関心と理解を深めます。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
歯・口腔に関する健康教育の参加者数	439人	550人	700人
口腔体操を実施している地域グループ (西宮いきいき体操等)への参加者数	6,900人	8,800人	10,400人

施策② 歯科疾患の予防等に向けた歯科健(検)診受診の促進と普及啓発の推進

歯科健(検)診を通じ、自分の歯と口腔機能の状態を把握し、むし歯予防、歯周病予防をはじめとした歯・口腔の健康づくりに取り組みます。

取組・事業	内 容
子供のむし歯予防の推進	乳幼児健康診査、親子の歯の教室、出前講座等で、むし歯予防に関する正しい知識の普及を、子供だけでなく保護者へ実施します。
	乳幼児歯科健診後のフォローを充実するとともに、むし歯の割合が高い地域や親子の歯の教室へのフォロー体制を強化します。
	フッ化物の知識を普及啓発し、親子の歯の教室等でフッ化物塗布を実施します。
保育所(園)や幼稚園、学校と連携したむし歯予防の推進	保育所(園)や幼稚園での歯磨き指導を行います。
	学校保健医による学校歯科健康診断でのむし歯・歯肉炎の早期発見に努めるとともにむし歯・歯周病予防に関する健康教育を実施します。
歯周疾患に関する普及啓発	市政ニュース・ホームページ・さくらFM等を活用し、歯周疾患等に関する普及啓発を行います。
	二十歳のつどい(成人式)、妊婦歯科検診、大学でのイベント等、様々な機会を通じて、若い世代を対象に歯周疾患に関する情報提供を行います。
歯科健(検)診の実施及び受診勧奨の推進	妊婦及び生まれてくる子供の口腔衛生の向上を図るため、市内の委託医療機関での妊婦歯科検診の受診を促進します。
	広報や個別案内等により、節目の年齢を対象にした歯周疾患検診、長寿歯科健診の受診勧奨を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
妊婦歯科検診の受診率	39.7%	40.0%	40.0%
歯周疾患検診の受診率	6.6%	7.0%	7.5%



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆各種関係団体は、イベントの開催、協力を行うことを通して、市民の歯・口腔の健康に関する関心と理解を深めていきます。
- ◆医療関係団体は、市と連携し、歯科疾患対策を推進します。
- ◆歯科医院等は、歯科疾患の予防や口腔機能に関する啓発や情報提供を実施します。



学校・園の取組

内 容

- ◆歯科健診を通して、自らの歯と口の健康状態を把握し、歯・口腔の健康に対する意識を高めていきます。

7 栄養・食生活 -健やかなからだを育む食育-

食は、生命を維持し健康な生活を送るために欠くことのできない重要なものです。しかし、ライフスタイルや価値観の多様化等、食を取り巻く環境の変化により食習慣の乱れや栄養の偏り、食への関心の低下等様々な問題が見受けられます。

生涯を通じた健康づくりのため、胎児期から高齢期まで全ての世代において望ましい食生活を実践することが重要です。



行政の取組

施策① 次世代(若い世代)の健やかな発育と望ましい食生活の促進

次世代の心身の健やかな育ちを促進するため、望ましい食生活に関する普及啓発に取り組みます。

取組・事業	内 容
妊娠から子育て期における親と子の健全な食生活の確立に向けた取組の推進	母子保健事業や子育て支援事業等を通じ、テーマや発育段階に応じた食に関する講座や教室、栄養指導、アレルギーに関する情報提供及び相談等を実施するとともに、妊産婦・乳幼児、さらに配偶者等、その他の家族への波及効果も目指します。
	「食育だより」を発刊し、保健所・保健福祉センター、公民館、児童館等に設置します。また、全世代に関する情報を盛り込むほか、市ホームページにも掲載するなど、若い世代への普及啓発を行います。
保育所、学校等と連携した食育の推進	乳幼児期の子供の保護者や家族、小学生児童とその家族に対し、家庭における食育、健康につながる食習慣等の情報を発信します。
	研修等を通じ、学校等における食育担当者のスキルアップと交流を図ります。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
食育に関する出前健康講座の開催数	15回	30回	30回
栄養・食生活に関する相談・健康教育の参加者数	4,436人	4,500人	4,500人

施策② 健康寿命の延伸に向けた食育の推進

生活習慣病の発症・重症化予防や低栄養予防のため、栄養バランスに配慮した食事が実践できるよう各種講座や普及啓発に取り組みます。

取組・事業	内 容
生活習慣病予防及び改善につながる食生活の普及啓発	市政ニュース・ホームページ・さくら FM 等のメディアを活用し、生活習慣病予防と改善につながる食に関する普及啓発を行います。
	女性のための検診や大学でのイベント等、様々な機会を通じて、若い世代に対し、食に関する正しい知識の普及啓発を行います。
	食事や栄養に関する講座、生活習慣病の予防に関する講演会を開催し、望ましい食生活を啓発します。
食生活の改善に向けた相談の実施	食事に関する相談を継続して実施し、食生活の改善を図ります。
	電話や面接を通じて、健康や栄養に関する相談、助言を行い、必要に応じて医療機関等を紹介し、継続的な支援を行います。
高齢期の食生活の改善に向けた取組の推進	「西宮いきいき体操」、通いの場、昼食会等の地域住民が集まる場を活用し、低栄養予防をはじめとした食育に関する普及啓発を行います。
	出前健康講座、宮水学園等において、食に関する内容の講座を実施します。
	後期高齢者に対して、生活習慣病の重症化・低栄養リスク者等への個別支援（ハイリスクアプローチ）や、通いの場を活用して地域の健康課題に対する支援（ポピュレーションアプローチ）を実施します（高齢者の保健事業と介護予防の一体的な実施事業）。
健診結果等を活用した取組の推進	健診結果等により一定条件に該当する対象者及び特定保健指導対象者またはその家族を対象に、糖尿病予防や生活習慣病予防についての講演会、健康教育、相談等を実施します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
健康づくり・食育に関する市ホームページのアクセス数	136,219 件	140,000 件	145,000 件
生活習慣病等の予防改善事業の参加者数 (再掲)	418 人	500 人	550 人
高齢者の保健事業と介護予防の一体的実施 (ポピュレーションアプローチ)の参加者数 (再掲)	1,367 人	4,600 人	4,600 人

施策③ 食生活を支える歯・口腔の健康づくりの推進

いつまでも食を楽しむことができるよう、歯・口腔の健康づくりの普及啓発に取り組みます。

取組・事業	内 容
歯・口腔の健康づくりの普及と実践の促進	市ホームページによる情報発信や各種イベント等においてリーフレット等を配布することで、歯・口腔の健康づくりの普及啓発を行います。
	生涯を通じた歯・口腔の健康づくりの上で重要な時期である乳幼児とその親を対象に、歯科疾患の早期発見・予防に関する保健指導を行います。
	歯科保健事業を通じて、生涯にわたって歯・口腔の健康を維持するための知識や実践力の向上を図ります。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
歯・口腔の健康に関する市ホームページのアクセス数	778 件	1,000 件	1,300 件

施策④ 災害時も健康に配慮した家庭内備蓄の促進

災害時でも自分や家族の命を守り、健康を維持できるよう、各家庭にあった食の備えや必要な知識について普及啓発に取り組みます。

取組・事業	内 容
非常時における食糧・飲料水等の家庭内備蓄の促進	防災関係部署及び関係団体等と連携し、市政ニュース・ホームページ、小学校区防災訓練、地域や学校等への出前講座等を通じ、非常時に備えた食料・飲料水等の家庭内備蓄の必要性を啓発します。
	家族構成や家族の健康状態に配慮した食品を備えるなど、必要な知識の普及啓発を行います。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
非常時の家庭内備蓄に関するホームページのアクセス数	2,655 件	5,000 件	7,000 件



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆各種関係団体は、料理教室、各種講習会、イベントの開催等を通して食育を啓発します。
- ◆飲食店やスーパーマーケット、給食施設等は、食を通じた健康づくりの啓発や情報提供を実施します。
- ◆栄養関連団体は、栄養改善教室等を開催し、バランスのよい食生活の啓発や、レシピの紹介を行います。



学校・園の取組

内 容

- ◆家庭や地域と連携し、朝食の大切さや栄養バランスの大切さ等を伝える取組を推進します。

8 栄養・食生活 -健やかなこころを育む食育-

「食」は単に栄養をとるだけではなく、家族や友人との団らんや地域の食文化を伝えるといった、社会的な役割も持っています。

家庭生活の状況が多様化していることから、地域や関係機関、団体が連携・協働を図り、すべての市民が健全で充実した食生活を実現できるよう、地域の中で「食」でつながるコミュニケーションや交流の機会を通じた健やかなこころを育む食育を推進することが必要です。



行政の取組

施策① 食を通じたコミュニケーションの促進

家族や友人、地域住民等との「共食」を通じたコミュニケーションや食の楽しみ、食事のマナーの習得について取組を推進します。

取組・事業	内 容
身近な場における食育の充実	「消費生活出前講座」や公民館活動等において、子育て期から高齢期まで幅広い世代に対し、食育に関連する講座を開催します。
	小・中学生を対象とした「宮水ジュニア」において、食に関する講座を開催します。
	保健所による出前講座の周知を進め、地域団体等での活用を促進します。
保育所（園）、幼稚園及び学校におけるコミュニケーションを促進する食育の充実	市立保育所や民間保育園、施設の職員、小中学校や特別支援学校の栄養教諭、学校栄養職員、食育担当を対象とした研修を進め、取組等の情報共有を図ります。
	幼稚園におけるお弁当の日を活用し、先生や友だちと一緒に食べること（共食）の楽しさや、食事のマナーを身につけることができるよう働きかけます。
	栄養や食事のマナーを含めたより良い食習慣を定着する機会の充実に努めます。

活動指標

活動指標		現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
公立保育所における多職種で連携した、日々の生活や行事等を通じた食育の実施率		100%	100%	100%
公立小中学校等での食に関する授業(普及・啓発含む)の実施率		100%	100%	100%
公立小・中学校における食育活動に関する実施計画の策定率	小学校	100%	100%	100%
	中学校	100%	100%	100%
公立小・中学校における食育に関するたより等発行の実施率	小学校	93%	維持	維持
	中学校	89%	維持	維持

施策② 食を楽しむこころの育成

食へることへの関心と楽しむこころを育むとともに、郷土料理等の食文化の継承に取り組み、人や地域のつながりの大切さを理解し、感謝のこころを育てていきます。

取組・事業	内 容
食への関心を育む情報発信	食育だよりや市政ニュース・ホームページ、各種講座等を通じて、食の興味や関心を育てる食育の情報を発信します。
保育所(園)、幼稚園及び小・中学校における楽しむこころを育む食育の充実	公立保育所献立表、食材産地情報等を活用した保育所給食に係る情報提供により、保育所保護者、乳幼児期の子供がいる家庭への食育の支援、市内民間保育施設の給食実施・改善の支援を行います。
	公立保育所等において、季節に応じた野菜・果物の苗植えから栽培、収穫の活動とともに、収穫した食材を使用し、調理体験や試食を行い、収穫の喜び、食物への興味・関心、調理する人への感謝の気持ちを育みます。
	伝統的な食文化に対する理解を深めるため行事食を提供したり、世界各国の食文化に対する理解を深めるため外国の料理等を提供します。
食文化の継承	関係機関・関係団体や食品関連事業者、行政が連携し、本市の食文化や行事食、伝統食とその背景に広がる歴史、文化等を紹介するイベントを開催します。
	お正月料理等の伝統的な行事食の料理教室や体験活動を実施するとともに、イベント等で行事食等のレシピ紹介に取り組み、食文化の普及と継承を図ります。
	市ホームページで行事食レシピや食文化の情報提供や、市立図書館での行事食や食文化をテーマとした関連図書とパネル展示を行います。

活動指標

活動指標		現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
行事食レシピや食文化に関する ホームページアクセス数		2,821件	5,000件	7,000件
公立保育所・小中学校等に おける給食での行事食・ 食文化等メニューの実施率	保育所	100%	100%	100%
	小中学校	100%	100%	100%



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆各種関係団体は、地域住民が気軽に参加できる食に関するイベントなどを開催します。
- ◆自治会等で、ひとり暮らしの高齢者などに対し、会食などの機会を提供し、コミュニケーションを深め、食の大切さを啓発していきます。
- ◆栄養関連団体は、行事食や伝統食、郷土料理などの食文化を地域や家庭に伝えます。
- ◆食生活改善推進員（西宮いずみ会）等が、食育講座や料理教室等を実施します。



学校・園の取組

内 容

- ◆給食の時間等を活用し、食事の楽しさやマナーが身につけられるようにします。
- ◆食育関連の事業に地域住民の参加や支援を得るなど、食を通じた地域交流の機会の充実に努めます。
- ◆給食を話題とした親子のコミュニケーションが図られるよう、保護者に対する給食の情報の提供に努めます。

9 栄養・食生活 -安全・安心で持続可能な食をつなぐ食育-

食の安全と安心は、市民の健康で豊かな日常の食生活の基盤であるとともに、市の食産業や食の魅力を支える重要な基盤でもあります。

また、健全な食生活を送るためには、持続可能な環境が欠かせません。食育をすすめていく中で、地産地消や食品ロスの削減等、食を支える環境の持続に資する取組を推進する必要があります。



行政の取組

施策① 食の安全・安心の確保

生産者から消費者にいたる全ての関係者が「食」の重要性を認識し、食の安全と安心の確保を推進します。

取組・事業	内 容
食品等事業者のHACCPに沿った自主衛生管理の推進	食品衛生法に基づき「西宮市食品衛生監視指導計画」を毎年度策定し、重点的、効率的かつ効果的な監視指導を実施します。
	食品等事業者及び食品衛生責任者を対象に、HACCPに沿った衛生管理等に関する講習会を開催します。
	食肉センターで処理される食用に供される牛・豚のと畜検査や認定小規模食鳥処理施設等の監視指導を徹底します。
安全安心な農産物の供給	各農家の栽培技術の改善や環境保全型農業の推進等により、安全安心な西宮市産農産物の供給に取り組みます。

取組・事業	内 容
市民等に対する食の安全・安心に関する情報提供・啓発	市民等に対して、市政ニュースやホームページ等、様々な媒体等を活用して、食品や食の安全性に関する情報提供を行います。
	食中毒予防や食品衛生に関する講座を実施します。
	8月の食品衛生月間において、食品衛生指導員と連携し、食中毒予防街頭啓発活動を実施します。
	夏祭りや学園祭等で市民等が臨時的に不特定多数の人に食品を提供する際に、食中毒予防のための食品の取扱い方法等の啓発や指導を行います。
子供に対する食の安全・安心の確保	幼児の保護者を対象としたアレルギーに関する講座を開催します。
	市立保育所や小学校等における食の安全・安心の確保に向け、アレルギー食材に関する情報の提供やアレルギーに配慮した対応に努めます。
	市内保育所職員に対し、保育施設における食事の提供に関する研修を企画・実施します。

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
食品等事業者に対する監視指導計画に基づいた監視指導の達成率※	128.6%	100%	100%
事業者を対象とした食品衛生に関する講習会の開催数	7回	8回	10回

※監視指導の達成率について：西宮市食品衛生監視指導計画において、飲食店や食品製造業等施設に対する監視頻度基準を、製造の種類や規模などを考慮し、5段階のランクごとに定めています。監視指導の達成率は、実際の監視回数を監視頻度基準に基づく目標監視回数で割ったものに100を掛けたもので表しています。

施策② 環境に配慮した食育の推進

食べ物を無駄にすることは“もったいない”ということを再認識することにより、食品ロス削減の必要性を理解するとともに、地産地消に取り組むなど、持続可能な食の実現に向けた行動に移すことができるよう、継続した普及啓発を実施します。

取組・事業	内 容
地産地消の推進	<p>「西宮市農業祭」「フラワーフェスティバル in 西宮」等のイベントにおいて、西宮市産の農産物の販売を実施するとともに、生産者と消費者の交流を促進します。</p>
	<p>「あぐりっこ西宮」や各種イベント等を通じて、本市の農業全般に関する情報や西宮市産の農産物を購入できる直売所や店舗の情報を掲載した「にしのみや野菜直売所マップ」を発信し、直売所のPRや利用促進を図ります。</p>
	<p>「にしのみや食育・健康づくり応援団」の取組を通じ、市内の飲食店において西宮市産や兵庫県産の農産物等に関する地産地消の促進を図ります。</p>
	<p>西宮市産の農産物への知識を深めるため、学校等での農産物の栽培、収穫、調理など、食農体験を充実するほか、公立保育所や学校の給食において西宮市産や兵庫県産の農産物を活用します。</p>
食品ロス削減・フードドライブ促進に関する取組の充実	<p>市政ニュースやホームページ、各種講座等を活用し、食品ロスやフードドライブに関する情報提供を行います。</p>
	<p>飲食関係事業者や大型複合商業施設等と連携し、利用者や市民に対する食品ロス削減の啓発を実施します。</p>
	<p>市のパートナーとして食品ロス削減に積極的に取り組む環境にやさしい事業者である「西宮市食品ロス削減パートナー」の普及啓発に努め、登録する事業者を増やします。</p>
調理等に伴うごみの削減・資源循環の促進	<p>無駄な買い物をせず、食材を使い切る「使いキリ」、食べ残しをしない「食べキリ」、生ごみを捨てる際の「水キリ」の3つの「キリ」を実践する「生ごみ3キリ運動」を市民に推奨し、ごみの減量を促進します。</p>
	<p>公立保育所において、給食の野菜くず等を活用した堆肥づくりと堆肥を活用した野菜づくりを実施します。</p>

活動指標

活動指標		現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
食品ロス削減のホームページへのアクセス数		10,392 件	11,000 件	12,000 件
あぐりっこ西宮のホームページへのアクセス数		22,127 件	23,000 件	24,000 件
公立保育所・小中学校等における地産地消(県内産・市内産食品)について啓発している施設の割合	保育所	100%	100%	100%
	小中学校	100%	100%	100%



地域・関係団体等の取組

内 容

- ◆農業関係者、食品関連事業者などは、地場産物を使った献立を市民に紹介します。
- ◆各種関係団体は、農業の体験や見学等に参加できる機会を提供します。
- ◆飲食店や商業施設、商店、公共施設等は、食品ロス削減の啓発や食品ロスを削減する取組、フードドライブ等の情報提供を実施します。



学校・園の取組

内 容

- ◆農業の体験を通じて、自分たちで栽培する楽しみや収穫する喜びを味わう機会を提供します。
- ◆食べ物の生産・加工現場を見学し、食べ物が作られる過程を知ることによって、生産者等に対する感謝の気持ちを育みます。
- ◆子供たちの食の安全・安心の確保に向け、保護者に対してアレルギーに関する情報の提供に努めます。

10 分野横断的な取組

健康づくり・食育は分野が多岐にわたっているほか、母子保健、学校保健、職域保健、地域保健をはじめとした様々な対象が関わる取組です。各分野で独立した取組を展開するだけでは、効果的かつ効率的に健康づくり、食育を推進することは困難です。

そこで、誰もが健康でいきいきと暮らせるよう各分野に共通する取組を「分野横断的な取組」として実施することで、本市の健康づくり・食育を総合的に推進し、効果的かつ効率的な取組の展開を図ります。

取組① 健康づくり・食育を支える人材の育成

◆地域で健康づくり・食育を進めるため、健康づくり・食育を支える人材を育成し、個人のヘルスリテラシーの向上を図るとともに、地域で健康づくり・食育の輪を広げます。

主な取組：専門職の資質向上にむけた研修等の実施
ボランティアの育成

取組② 地域等との協働・連携

◆市民の健康づくり・食育を効果的に進めるため、関係機関や地域の関係団体、大学、民間事業者等との協働・連携を強化します。

主な取組：産官学と連携した取組
「にしのみや食育・健康づくりサポーター」と連携した取組

取組③ 社会環境整備

◆健康づくり・食育に対して関心の薄い人、関心があっても取り組むことが難しい人でも「自然と健康になれる環境づくり」に取り組みます。

主な取組：「にしのみや食育・健康づくり応援団」の啓発、登録の促進
ボランティアの育成

取組④ 情報へのアクセス

◆年齢や性別、暮らしている地域によって情報へのアクセスが左右されず、関心の薄い人や情報が届きにくい人にも情報が届くよう、誰もが健康づくり・食育の情報にアクセスできる環境整備に努めます。

主な取組：アプリや SNS 等を活用した情報発信
 オンラインを活用した事業の実施
 電子申請システムの活用

活動指標

活動指標	現状値 (令和4年度)	中間目標値 (令和10年度)	最終目標値 (令和16年度)
食育・健康づくりに関わるボランティアの人数	6,651 人	8,000 人	10000 人
「にしのみや食育・健康づくり応援団」の登録件数	242 件	300 件	400 件
「にしのみや食育・健康づくり応援団」サポーターの登録件数	44 件	50 件	60 件

コラム

にしのみや食育・健康づくり応援団

「にしのみや食育・健康づくり応援団」とは、食育・健康づくりに取り組みやすいようなサービスを提供し、西宮市民の食育・健康づくりを応援する企業やお店、施設等のことです。4つの応援内容があり、応援団のステッカーが目印です。

市ホームページでお店や施設等の名前や住所、取組内容を紹介しています。



応援団のステッカー

【応援団による応援項目】

- ① 食育・健康づくりのための情報提供
- ② 食育・健康づくりサポーター
- ③ 食育推進協力店
- ④ 空気もおいしい店（受動喫煙防止の推進）



にしのみや食育・健康づくり応援団



応援団ホームページ