

ライフサイクル	現状・課題（住民の意見、根拠となるデータ）	現在実施している事業	今後の方向性 ①～⑤の数字は重点目標	関係機関																																						
成人	<p>・若い世代から高血圧、痛風、糖尿病、肝機能低下の人がいる。</p> <p>・男女ともにアルコールを多く飲む。</p> <p>・特定健康診査の受診率 H26 年度 39.8% で県平均より低い。</p> <p>【H26 年度 厚生連健康管理センターの人間ドック・特定健診結果より】</p> <p>受診者 561 名（男性：252 名 女性：309 名） 〈糖尿病〉</p> <p>・HbA1c(5.6%以上 NGSP 値)、血糖値(111 以上 mg/dl) の人（経過観察も含む） 全体で 354 人（63.1%）男性 173 人（30.8%） 女性 181 人（32.3%）</p> <p>・BMI25 以上か腹囲 男性：85cm 以上・女性：90cm 以上の人 全体で 132 人（15.0%）男性 75 人（7.5%） 女性 59 人（7.5%）</p> <p>【H26 年度～H27 年 6 月人間ドック・特定健診結果より】 〈腎機能〉</p> <p>受診者 876 名（男性：401 人 女性：475 人）</p> <p>・クレアチン(0.30~0.80mg/dl)、尿たん白(+), eGFR(60.0~ml/分/1.73m² の人 全体で 132 人（15%） 男性 66 人（7.5%） 女性 66 人（7.5%）</p> <p>【厚生連健康管理センターの人間ドック・集団健診時の問診より】</p> <p>受診者 511 人（男性：216 人 女性：295 人）</p> <p>・満腹まで食べる 男性 86 人（39.8%） 女性 128 人（43.4%）</p> <p>・朝食なしが週 3 回以上 男性 13 人（6%） 女性 26 人（8.8%）</p> <p>・脂肪を多く食べる 男性 50 人（23.1%） 女性 57 人（19.3%）</p> <p>・味付けが濃い 男性 63 人（29.2%） 女性 62 人（21%）</p> <p>・甘いものをよく食べる 男性 68 人（31.5%） 女性 135 人（45.8%）</p> <p>・夕食後に間食を 男性 48 人（22.2%） 週 3 回以上とる 女性 81 人（27.5%）</p> <p>・食べる速度が速い 男性 77 人（35.6%） 女性 109 人（36.9%）</p> <p>*糖尿病が多い。 *慢性腎臓病(CKD)が多い。 *食生活では味付けが濃い、甘い物をよく食べる傾向。</p>	<p>《健康診断後の事後指導》集団健診を年 2 回 3 日間実施しており、その後受診者全員に対し、個別指導を実施。</p> <p>《愛育会班員研修》特定健康診査についての話、低カロリー食の調理実習など健康教育を行っている。</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》対象者はメタボリックシンドロームと、その予備軍に対してだけでなく、ポピュレーションアプローチとして広く募っている。 H26 年度 参加実人員 54 名</p> <p>H26 年度適正体重、BMI、腹囲の確認や減量計画の立て方、油や果物のとり方、間食のとり方などを指導。</p> <p>JA 鳴沢村の協賛により、鳴沢産食材をはじめ食材の提供や、講師の派遣で厚生連健康管理センター管理栄養士をお願いしている。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="1121 667 1457 926">  <p>鳴沢の夏野菜でスピード料理</p> </div> <div data-bbox="1537 667 1872 926">  <p>なるなるヘルシークッキング</p> </div> </div> <p>《慢性腎臓病（CKD）講演会》対象者（医療機関にかかっていない）126 人に個別通知をし、リーフレットを全戸配布。腎臓専門医による講演会を実施。</p> <p>H27 年 11 月 参加者 29 人（うち個別通知を郵送した参加者 20 人）</p> <p>・食事については、なるなるヘルシークッキングに誘っている。</p> <p>・慢性腎臓病（CKD）予備軍は全国で 8 人に 1 人、鳴沢村は 6 人に 1 人と、全国平均より割合が多い。糖尿病から腎臓病に進行するケースも多い。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="1121 1241 1457 1472">  <p>慢性腎臓病（CKD）講演会</p> </div> <div data-bbox="1486 1241 1961 1409"> <p>・鳴沢村の透析患者は 8 人。他の医療費に比べ、医療費が高い。</p> <p>・糖尿病が原因で透析に進行するケースが増えている。</p> </div> </div> <p>《H26 年度食生活改善推進員によるみそ汁塩分濃度測定結果より》</p> <p>・山梨県食生活改善推進員連絡協議会において、減塩活動に取り組むため、家庭訪問による塩分濃度調査を実施。</p> <table border="1" data-bbox="1101 1640 1982 1829"> <thead> <tr> <th rowspan="2"></th> <th rowspan="2">調査数</th> <th colspan="8">塩分濃度(%)</th> </tr> <tr> <th>0.4</th> <th>0.6</th> <th>0.8</th> <th>1</th> <th>1.2</th> <th>1.4</th> <th>1.6</th> <th>平均</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>鳴沢村</td> <td>81</td> <td>12</td> <td>31</td> <td>26</td> <td>9</td> <td>3</td> <td>0</td> <td>0</td> <td>0.70</td> </tr> <tr> <td>山梨県</td> <td>5987</td> <td>671</td> <td>1977</td> <td>2021</td> <td>908</td> <td>231</td> <td>36</td> <td>19</td> <td>0.74</td> </tr> </tbody> </table> <p>*鳴沢村は山梨県平均に比べ、低い。 *H23 年度調査結果の 1.06%より低くなっている。</p>		調査数	塩分濃度(%)								0.4	0.6	0.8	1	1.2	1.4	1.6	平均	鳴沢村	81	12	31	26	9	3	0	0	0.70	山梨県	5987	671	1977	2021	908	231	36	19	0.74	<p>《健康診断後の事後指導》集団健診を年 2 回 3 日間実施しており、その後に個別指導を実施。②③⑤</p> <p>《特定健康診査の受診勧奨》広報、全戸配布のリーフレット、防災無線による村内放送。③</p> <p>《なるなるヘルシークッキング》年に 4 回、メタボリックシンドロームと、その予備軍に対しては本人と家族指導を実施。リーフレットを全戸配布し、予防にも取り組む。</p> <p>ヘルシーメニューの調理実習・試食だけでなく、適正体重、BMI、腹囲の確認や、減量計画の立て方、油や果物のとり方、間食のとり方などを指導。①②③④⑤</p> <p>《糖尿病教室》糖尿病と診断された方とその家族、また予防のために広く周知し、生活改善と食生活改善ができるように、糖尿病食の教室を実施する。①②③④⑤</p> <p>《慢性腎臓病（CKD）教室》腎臓専門医による年 1 回の講演会を開催する。栄養士の指導も入れながら減塩のコツ、食生活改善のため住民のレベルに合わせた栄養指導を行う。①②③④⑤</p>	<p>栄養士 保健師 富士吉田 医師会 厚生連健康管理センター 村住民課 国保担当 後期高齢担当 村衛生係 食生活改善推進員会 愛育会 社会福祉 協議会 お達者 クラブ</p>
	調査数	塩分濃度(%)																																								
		0.4	0.6	0.8	1	1.2	1.4	1.6	平均																																	
鳴沢村	81	12	31	26	9	3	0	0	0.70																																	
山梨県	5987	671	1977	2021	908	231	36	19	0.74																																	

ライフサイクル	現状・課題（住民の意見、根拠となるデータ）	現在実施している事業	今後の方向性 ①～⑤の数字は重点目標	関係機関																		
高齢者	<ul style="list-style-type: none"> ・漬け物を野菜だと思っている。 ・手作りのせんべいや、手作りかりんとうなど油の使用量が多く、カロリーが高いものを間食として摂取している傾向がある。 	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年2回3日間実施しており、その後に個別指導を実施。</p> <p>《配食サービス》社会福祉協議会と連携し、虚弱の高齢者、老夫婦世帯などに対し、バランスの良い食事を提供している。（月5回、うち月に2回は調理ボランティアと食生活改善推進員が調理）</p> <p>個人のニーズに合わせた調理法にも対応している。</p> <p>《高齢者学級での食事の提供》高齢者に不足しがちな栄養素を多く含む食事の提供や栄養についての話を行う。（年2回）</p>	<p>《健康診断後の事後指導》巡回健診を年2回3日間実施しており、その後に個別指導を実施。②③⑤</p> <p>《特定健康診査の受診勧奨》広報、全戸配布のリーフレット、防災無線による村内放送。③</p> <p>《配食サービス》社会福祉協議会と連携し、虚弱の高齢者、老夫婦世帯に対し、配食を行って、バランスの良い食事を提供する。②③④⑤</p> <p>《高齢者学級で食事の提供》高齢者に不足しがちな栄養素を多く含む食事の提供や、栄養についての話を行う。②③④⑤</p> <p>・介護認定者に対してケアマネと協力しながら食事指導を実施していく。②③④⑤</p>	<p>栄養士・保健師 富士吉田医師会 厚生連健康 管理センター 村住民課 国保担当 後期高齢担当 食生活改善 推進員会 調理ボランティア 社会福祉協議会 お達者クラブ</p>																		
家族・地域	<p>【子どもの孤食について】</p> <table border="1" data-bbox="371 787 771 997"> <tr> <td>朝食</td> <td>保育園児</td> <td>4人 (4%)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>小4</td> <td>0人 (0%)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>中2</td> <td>1人 (3.7%)</td> </tr> <tr> <td>夕食</td> <td>保育園児</td> <td>10人 (11%)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>小4</td> <td>0人 (0%)</td> </tr> <tr> <td></td> <td>中2</td> <td>1人 (3.6%)</td> </tr> </table> <p> 人気のじらごんのまんじゅう</p> <p>【地域】</p> <ul style="list-style-type: none"> ・キャベツ、とうもろこしなどの高冷地の特色を活かした高原野菜の生産が行われている。 ・ブルーベリーの観光農園が盛んになり、夏季にはブルーベリー狩りでにぎわっている。 ・特産品として売り出している干し芋、ブルーベリージャムなど加工食品への取り組みが行われている。その他、年間を通して加工部が村の食材を旬の時期に冷凍保存し、おやき5種、おまんじゅう9種、もろこし粉ドーナツのほか、新たに鳴沢菜の混ぜご飯の素、鳴沢菜入りのくるみ味噌、鳴沢菜漬の炒め物を調理し、道の駅なるさわで販売し、保育所給食、学校給食でも利用している。野の花会の活動も盛んで、ルバーブジャム、サマーイチゴ、食用ほおずき、トマト、とうもろこしで加工した恵金モナカなども、道の駅で販売している。 ・鳴沢菜の優良系統が選抜され、地域の伝統野菜として栽培されている。 ・畑をしていた人が高齢となり後継者がいず、畑をやめていき専業農家が減っている反面、定年退職してから、規模は小さいが農業を始める人もいる。 ・アルコールについて、無尽をしている人が多い。アルコールを毎日飲み、1回量が多い人がいる。 	朝食	保育園児	4人 (4%)		小4	0人 (0%)		中2	1人 (3.7%)	夕食	保育園児	10人 (11%)		小4	0人 (0%)		中2	1人 (3.6%)	<ul style="list-style-type: none"> ・食を通じて家族の絆が深められるよう、保育所での三世代交流等を実施している。 ・事業の様子をCATVで放映し、保育所・小学校での様子を家族や地域にもPRしている。 <p>《収穫祭、農業まつりの実施》鳴沢村野菜出荷組合ふじさん、農協が中心となって行っている。ブルーベリー祭り、もろこし祭り、キャベツ祭りなどのイベントでは無料で試食をしてもらい、鳴沢村の特産物を周知している。</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around;"> <div data-bbox="1083 1071 1469 1354">  <p>もろこし祭り 7種の食べ比べ</p> </div> <div data-bbox="1513 1071 1944 1354">  <p>なるさわ収穫祭</p> </div> </div> <p>《たっしや祭りで昼食の提供》村の食材を使った郷土料理を提供。</p> <p>《人材育成》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・食生活改善推進員の育成 ・メタボリックシンドローム予防応援団の知識向上 <p>《住民への啓発活動》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・広報で4ヶ月に1回、栄養士のページを設け、食育やメタボリックシンドローム、地産地消などについて掲載し、住民に広く食に関する知識を普及させている。 ・広報の保健のページで上手なお酒の飲み方を周知している。 <p>・県の農務事務所の指導により、施設を利用したトマト栽培などに取り組んでいる。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・保育所で給食だよりや保育所食事調査・食生活実態調査やアンケートの結果を保護者に返す機会に、孤食による子どもへの影響について伝えていく。① ・家族団らんの時間は食への関心を育み、食事マナーを学ぶ機会でもあることから、メディアの影響のリーフレットを配布し、周知する。① <p>《収穫祭、農業祭り》の実施。④</p> <p>《たっしやまつりで昼食の提供》村の食材を使った郷土料理を提供する。①②③④</p> <p>《食生活改善推進員の教育・育成》メタボリックシンドロームの予防をはじめとする、食生活の改善を住民に発信できる人材を育成する。H28年度は養成講習を実施。②③④</p> <p>《メタボリックシンドローム予防応援団の活動》なるなるヘルシークッキング等で対住民へ活動できるような機会を作る。②③④</p> <p>《広報での普及啓発》広く住民に、栄養に関する知識を普及させる。孤食、欠食、メタボ予防（生活習慣病予防）、アルコール、地産地消などの内容を掲載。①②③④⑤</p> <ul style="list-style-type: none"> ・各種農業団体が連携をとり、安心。安全でおいしい食材を生産し、保育所・小学校・地域など、食育関連機関と連携し、積極的に村の食材を利用して、地産地消に取り組んでいく。④⑤ ・全ての年代を通して食と歯の健康を周知する。 	<p>栄養士 保育所 小学校 中学校 食生活改善 推進員会 メタボ予防 応援団 JA鳴沢村 振興課 鳴沢野菜 出荷組合 ふじさん</p>
朝食	保育園児	4人 (4%)																				
	小4	0人 (0%)																				
	中2	1人 (3.7%)																				
夕食	保育園児	10人 (11%)																				
	小4	0人 (0%)																				
	中2	1人 (3.6%)																				