

健康長寿に係る先進的な取組事例

飯能市

野菜プロジェクト

～野菜を3倍食べて、延ばそう健康寿命！！～

(1) 取組の概要

飯能市では、総合的・継続的に健康づくりを推進し健康づくりに取り組みやすい地域環境を整えるため、「飯能市健康のまちづくり計画（第2次飯能市健康増進計画・飯能市食育推進計画）」を平成25年3月に策定しました。

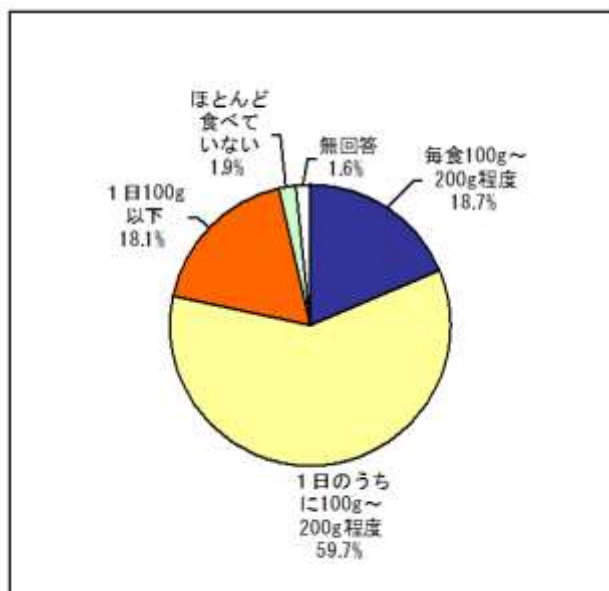
この計画では、以前から本市の健康づくり施策として重点的に取り組みを進めてきた“ウォーキング”の更なる振興とともに、新たに「食」の分野の取り組みの柱として“野菜”を掲げ、「野菜を3倍食べて、延ばそう健康寿命！」をスローガンに野菜の摂取量の増加を図り、“野菜の摂取量日本一のまち”目指し、野菜摂取量増加施策～野菜プロジェクト～を実施します。

(2) 取組の契機

(ア) 市民の野菜摂取量の状況

平成23年9月に実施した健康づくり市民アンケート調査における本市の市民の野菜摂取状況は、国の基準である1日350gを満たしている市民の割合は約19%であり、8割を超える市民が国の定める野菜摂取基準に足りていないという状況でした。

図 健康づくり市民アンケート調査結果「どのくらい野菜を食べていますか」



調査対象者：20歳から74歳までの市民3,000人を無作為抽出

調査方法：郵送配付、郵送回収

調査期間：平成23年9月1日から平成23年9月22日

有効回答者数：1,318人 有効回収率：43.9%

(イ) 市民ワークショップの開催

飯能市健康のまちづくり計画を市民との協働により策定するため、市民ワークショップを市内8地区9会場で合計18回開催し、348人の市民の参加がありました。各会場では、運動と食に関する各地域の特色ある取り組みが提案されるとともに、今後の取り組み内容等について具体的な検討が行われました。



(ウ) 庁内検討会議の開催

庁内の関係部署の担当者による検討会議では、野菜の摂取量の増加を図るための本市の強みについて、人財、環境、事業等に分類し、真に効果が期待できる取り組みを検討・抽出し、具現化するための検討を行いました。

(エ) 取組の内容

事業名	野菜プロジェクト
事業開始	平成25年度

	平成26年度	平成27年度	平成28年度
予算	225万円	177万円	122万円

前述の市民アンケート調査の結果から、国が定める野菜摂取基準1日350gに達していない市民の野菜摂取量の平均は約123.7gとなっています。

そこで、野菜プロジェクトとして次に掲げる各プロジェクト事業を総合的に推進し、1日350gに達していない市民の野菜摂取量の平均123.7gを3倍に増やすことにより野菜摂取量日本一のまちを目指します。

【野菜プロジェクト事業】※平成26年度からのスタート事業

① 自産自消の推進、耕作放棄地の活用～飯能野菜づくり～

野菜の栽培・収穫機会の提供など、自産自消を推進し、市民が野菜に親しみ、野菜づくりを楽しむ機会をつくります。また、耕作放棄地の有効活用を進めることにより、飯能野菜づくりを行います。

② 飯能野菜ショップ・レストランの普及～「飯能野菜」のブランド販売～

飯能野菜づくりを推進し、その飯能野菜を活用した商品・メニューを設置した商店・レストラン等を募集・認定し、飯能野菜ブランドの生産から販売までの仕組みをつくります。

③ 飯能野菜ブランドメニューづくり～飯能野菜を使ったレシピ・メニューの募集～

飯能野菜を使ったレシピ・メニューの募集を行い、飯能野菜のブランドメニューを設定します。飯能野菜ブランドメニューは、各種イベント等で提供・販売を行います。

④ 飯能野菜ドレッシングづくり～食改によるドレッシング開発～

飯能野菜を活用した飯能野菜ドレッシングを食生活改善推進員協議会に開発してもらいます。開発したドレッシングは、イベント等で提供するほか、商品として販売することを検討します。



飯能市食生活改善推進員協議会
委員による飯能野菜ドレッシング
試作品づくりの様子→

⑤ 地域野菜グルメづくり～伝統食を生かした地域グルメの募集～

各地域で採れる飯能野菜を活用し、地域の伝統食を活かした地域グルメを募集し、地区ごとに地域野菜グルメを選定します。選定された地域野菜グルメは、地域のイベント等で普及・販売を行います。また、地域ごとに競うイベント等も検討します。

⑥ 野菜3倍レストランの普及～野菜3倍レストランのマップ・ポイント化～

野菜をたっぷり使用したメニューを設定しているレストランを野菜3倍レストランとして募集し認定します。また、認定したレストランの普及・周知活動を行います。

⑦ 野菜3倍の総合的な推進～各種事業に野菜3倍を落とし込む～

各課・所、関係団体等が実施する食に関する講演会、講習会、教室等について、食育推進スローガンをはじめ、野菜の摂取量の増加に関する内容を盛り込み、野菜3倍を総合的に実践します。

⑧ 野菜キャンペーンの開催～みんなで野菜を食べようキャンペーン～

生産や調理などに関するコンテストを開催するほか、野菜摂取に関する情報を集中的に提供するためのキャンペーンを開催し、野菜摂取に関する気運の高揚を図ります。

⑨ 野菜3倍地域環境づくり～地域・商店・企業・大学の連携～

各地区行政センターで野菜のプランター栽培を行うほか、野菜3倍の取り組みに関して企業や大学との連携を推進します。また、飯能市農業の普及に関する連絡協議会により、販路の拡大を進めるなど野菜を摂取しやすい環境づくりを行います。



野菜プロジェクトマスコットキャラクター
野菜夢馬(やさいむーま)

(オ) 取組の効果 ※平成28年度に検証

① 市民の野菜摂取量の増加

市民一人ひとりの野菜摂取量の増加を図るとともに、野菜摂取量日本一のまちを目指します。

	平成23年	平成28年目標
野菜を1日350g以上食べている人の割合	18.7%	増加
野菜摂取量日本一のまち (野菜摂取量1日350gに満たない市民の野菜摂取量)	平均123.7g	平均371.1g

② 健康寿命の延伸

市民の野菜摂取量の増加により、肥満予防、高血圧予防、動脈硬化予防、がん予防、高血糖予防、脂質異常症予防など、様々な生活習慣病を予防し、健康寿命の延伸を目指します。

健康寿命	平成23年		平成28年目標	
	男性	女性	男性	女性
	16.81年	19.46年	延伸	延伸

(カ) 成功の要因、創意工夫した点（予定内容）

① 市民、地域、企業、団体等との連携による総合的な推進

市民や関係機関、団体等との連携・協働により、生産から消費までの各プロジェクト事業を総合的に推進することで、健康づくりをコンセプトに農業、商業、観光振興を絡めたまちづくり、地域づくりを行います。

② シティプロモーションの推進

飯能野菜ブランドや市内飲食店のPR効果を期待し、野菜プロジェクトに関する取り組みについて市内外に強く発信し売り込むことにより、市外からの観光客の増加をはじめ需要の増加を期待します。



(キ) 課題、今後の取組

① ウオーキング事業との連携

今後は、本市における運動分野の取り組みの柱である“ウオーキング”と野菜プロジェクトの連携事業を検討し、相乗効果を期待したい。

② より多くの市民の参画

各野菜プロジェクト事業において、多くの市民、団体、企業などが積極的に参画できる環境を整備していきたい。

③ 飯能野菜の安定供給ルートの確立

固定種（在来種）などの地域に根差した安全・安心な野菜種の安定供給を研究し、多くの市民が購入できる仕組みづくりを検討していきたい。

④ 医療費、介護給付費への効果等の把握 ※平成28年度に検証予定

野菜プロジェクトの推進による国保医療費、介護給付費への効果等について、調査、研究を行いたい。