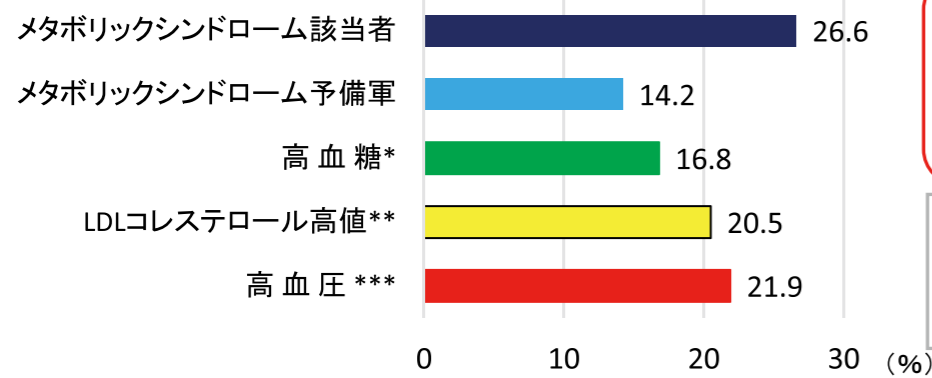


川崎町の「食」と健康をめぐる現状と課題

1 生活習慣病に該当する方の割合 (令和6年実施川崎町国民健康保険加入者特定健診結果より)

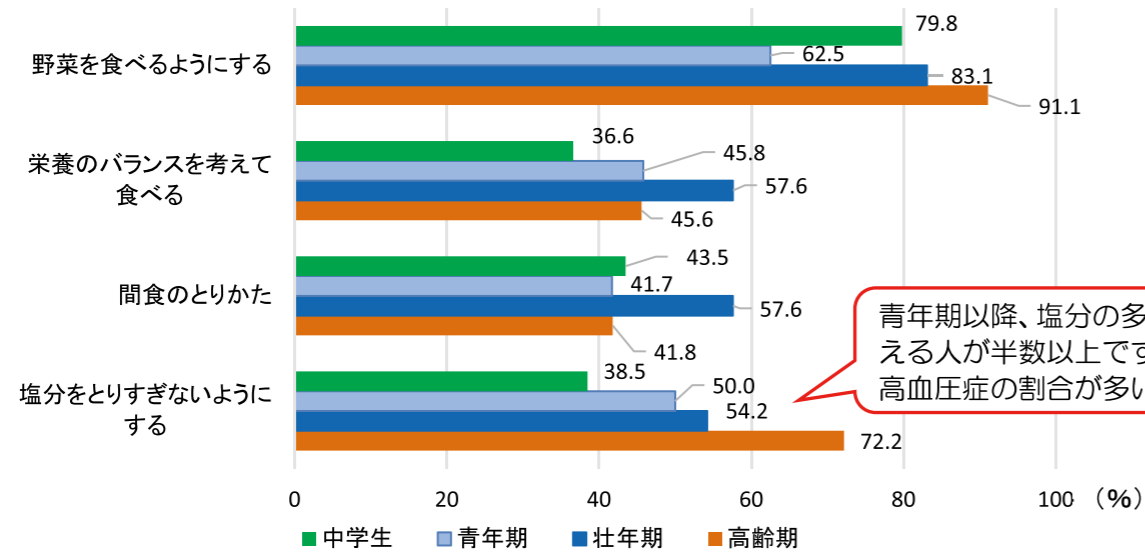


4人に1の方が、メタボリックシンドロームに該当しています!

* HbA1c 6.5 以上
** LDL コレステロール 140mg/dl 以上
*** 収縮期血圧 140 以上または拡張期血圧 90 以上

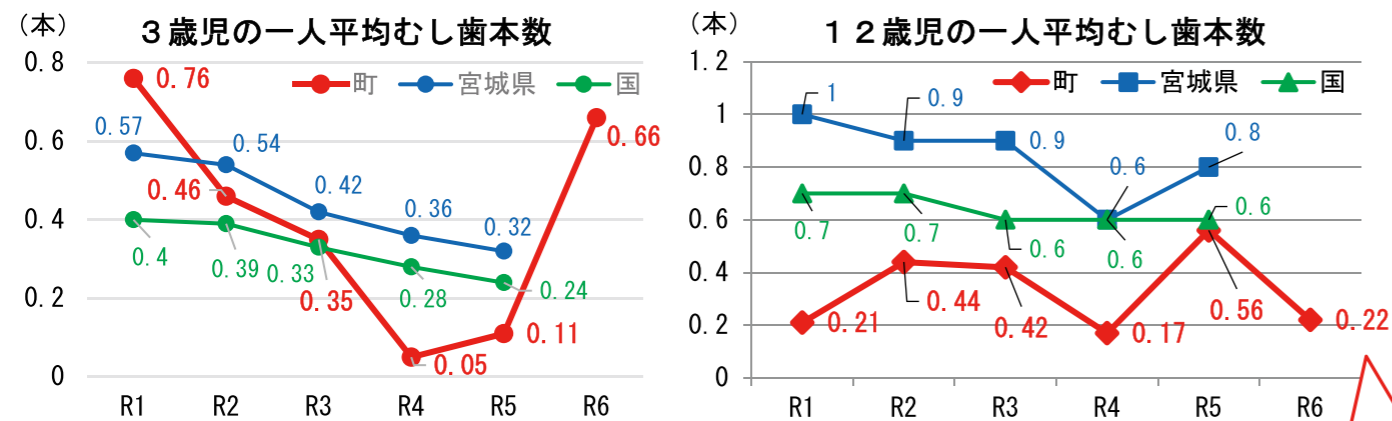
これらの生活習慣病は、心臓、脳、腎臓などの大切な臓器の病気につながります。幼児期から健康を考えた望ましい食生活を続けることで、予防することができます。

2 健康のために食生活で実践していること (令和7年実施 食生活アンケート結果より)



青年期以降、塩分の多い食品を控える人が半数以上ですが、高血圧症の割合が多い状況です。

3 歯の健康状態 (町乳幼児健診・宮城県歯科保健データ集より) ※国・県データはR5年度が最新



12歳児では、県内一むし歯が少ないです。

このパンフレットについてのお問い合わせ
川崎町 保健福祉課 健康推進係
〒989-1501 宮城県柴田郡川崎町大字前川字北原 23-1
電話 0224-84-6009 FAX 0224-84-6090

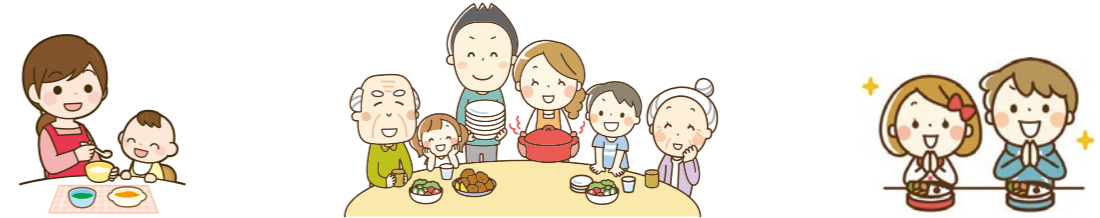
第4期 川崎町食育推進計画

概要版

計画期間 令和8年度～12年度

【基本理念】

かわさきの豊かな「食」で健やかな心と体を育てよう



～食とむすびつく町の健康課題～

大人のメタボリックシンドローム、高血圧糖尿病の有病者やその予備軍に該当する人が多い

「健康づくりのための食生活」で生活習慣病発症、認知症発症、要介護の予防につなげる

○町民一人一人が主役となって、食育に関心をもち、食育をすすめていきます。
○家庭が中心となり、学校、地域、行政、その他関係団体がそれぞれの役割に基づいて活動をするとともに、手をとりあって協力しあい、「川崎らしさ」を大切に、健康作りにつながる食育をすすめていきます。

【重点施策】

生活習慣病の発症予防・重症化予防及び改善につながる食育を胎生期から高齢期まで切れ目なく

【4つの視点】

①健康な体をつくる食育
バランスよく、成長や適正な体格にあった食べかたをしよう

②健やかな心をはぐくむ食育
「食」にかかわる体験をしよう

③地産地消をすすめ、食文化を伝える食育
かわさきの食材(野菜・米など)を健康的においしく食べよう

④みんなで支えあう食育
食育の輪をひろげよう

【4つの行動目標】

- ① 子どもの頃に望ましい生活リズムを身につけよう
- ② 望ましい食生活で健康な体をつくろう・守ろう
- ③ かわさきの食材を健康的においしく食べよう
- ④ 歯と口腔の健康を守り、80歳で20本の歯を維持しよう



令和8年3月
川崎町

計画策定の背景と趣旨

現在の私たちの食生活は、社会環境の変化やライフスタイルの多様化等に伴い大きく変化しており、過食・不規則な食事、栄養バランスの偏り、簡単で便利な加工食品の利用頻度の増加等から、肥満や生活習慣病の増加といった健康課題が問題とされています。

国の「食育基本法」（平成17年制定）に基づき、当町では平成23年に「第1期川崎町食育推進計画」を策定、5年ごとに計画を更新し、「食」を通じた豊かな人・町作り、町民の健全な食生活を目指した支援に取り組んできました。今回、前期（第3期）計画による取組の達成状況を踏まえ、生活習慣病、認知症発症、要介護の予防につなげる健康作りのための食育活動を展開していくための指針として「第4期川崎町食育推進計画」を策定しました。



ライフステージごとの食育の取組の方向性と指標

ライフステージ区分	取組の方向性	推進にあたっての指標	現状値 (令和7年度)	目標値 (令和12年度)
胎生(妊娠)期・乳幼児期 (0～5歳) 望ましい食習慣の基礎づくり	<ul style="list-style-type: none"> 妊娠前から適正な食事量で栄養バランスのよい食生活を実践し、健康管理に努める 望ましい生活リズムを身につける 健康な歯をつくる習慣を身につける 様々な味の体験をして味覚の基礎を養う 家族と食卓を囲み共に食べる楽しみや食事のマナーを身につける 	朝食を毎日食べる幼児の増加(3～5歳児)	92.9%	100%
		むし歯のない幼児の増加(3歳児)	95.2%	100%
		適正体重の幼児の増加(3歳児) ※適正体重の範囲：肥満度-15%～+15%	97.4%	100%
学童期(6～12歳) 望ましい食習慣の定着	<ul style="list-style-type: none"> 成長に合わせたバランスのよい食生活で健康な体を作る 歯の健康を守る習慣を身につける 食に関する家庭での手伝いや体験学習等を通して「食」への関心を高める 家族と食卓を囲み共に食べる楽しみや食事のマナーを身につける 	朝食を毎日食べる児童の増加(小学生)	80.0%	95%
		適正体重の児童の増加(小学生男子)	78.5%	95%
		適正体重の児童の増加(小学生女子) ※適正体重の範囲：肥満度-19%～+19%	86.0%	95%
思春期(13～18歳) 自立に向けた食生活の 基礎づくり	<ul style="list-style-type: none"> 成長に合わせたバランスのよい食生活で健康な体を作る むし歯、歯周病の予防をこころがけ、健康な歯を自分で守る 食に関する家庭での手伝いや体験学習等を通して「食」への関心を高める 家族と食卓を囲み共に食べる楽しみや食事のマナーを実践する 栄養バランスのよい「食」を自ら選択し、実践する力を身につける 	朝食を毎日食べる生徒の増加(中学生)	72.5%	90%
		適正体重の生徒の増加(中学生男子)	75.3%	90%
		適正体重の生徒の増加(中学生女子) ※適正体重の範囲：肥満度-19%～+19%	77.1%	90%
		栄養成分表示を確かめて食品を選ぶ生徒の増加(中学生)	41.2%	50%
青年期(19～39歳) 健全な食生活の実現 仕事を始める、親となる 等大きな変化のある世代	<ul style="list-style-type: none"> 適正な食事量で栄養バランスがよい食生活を実践し、健康管理に努める むし歯、歯周病の予防をこころがけ、健康な歯の維持管理に努める 行事食や郷土食、食事のマナーに関する知識や意識を高め実践する 妊娠、出産に伴う変化に応じた望ましい食生活を実践し、次世代の健康づくりに努める 	栄養バランスのとれた食事を実践する成人の増加	49.5%	60%
		塩分のとりかたを考えた食事を実践する成人の増加	60.8%	75%
		時間や量を考えて間食をする成人の増加	37.6%	50%
壮年期(40～64歳) 望ましい食生活による 健康の維持・管理 働き盛りの世代	<ul style="list-style-type: none"> 適正な食事量でバランスのよい食生活を実践し健康の維持・管理に努める むし歯、歯周病の予防をこころがけ、健康な歯の維持管理に努める 行事食や郷土食、食事マナー等を家庭や地域に継承する 「食」を通して家族や地域の人と交流を深める 	栄養成分表示を確かめて食品を選ぶ成人の増加	37.6%	50%
		メタボリックシンドローム該当者および予備軍の減少(40～74歳)	40.8%	50%
高齢期(65歳以上) 食を通じた豊かな生活 の実現	<ul style="list-style-type: none"> 望ましい生活習慣や食習慣を維持し、健康管理に努める 健康な歯を維持し、「食」を楽しむ 行事食や郷土食、食事マナーに関する豊富な知識や経験を家庭や地域に継承する 「食」を通して家族や地域の人と交流を深め、こころ豊かに暮らす 	歯周病をもつ成人の減少(40～74歳)	51.5%	60%