



桜小学校地区の  
取組み



用賀小学校地区の  
取組み



地域の課題を  
見てみよう



食生活を見直そう!

[ばくばく健康キッズ&タウンって何? | 世田谷保健所からのメッセージ](#) | [食と健康の専門家からのメッセージ](#)

[ホーム](#) > [世田谷保健所からのメッセージ](#)

## 世田谷保健所からのメッセージ

世田谷区では、世田谷区民の健康づくりを支援する「健康せたがやプラン」を区民の皆さんと一緒に策定しました。

健康せたがやプランでは、「食を通じた健康づくり」を重点的な取組みのひとつとして位置づけました。その取組みの1つが、地域と学校の連携による「ばくばく健康キッズ&タウン」です。全国でも先駆的な取組みとして、厚生労働省から研究補助金の助成がついた取組みです(「[食と健康の専門家からのメッセージ](#)」)。

2つのモデル地区では、学校を拠点として、総合的な学習の時間などを利用した食育を実施すると同時に、保護者の方々にも、食や栄養に関する学習の機会を設けています。さらに、学校周辺の商店街やスーパーでの健康情報の発信や、健康的な商品の販売などもすすめています。

子どもたちと保護者の世代に働きかけることは、区として、将来の生活習慣病予防のためにも重要なことだと位置付けて取り組んでいます。子どもたちに、地域と大人をつなぐ接着剤のような役割を担ってもらい、学習の成果をポスターにして地域で情報発信するなど、健康なまちづくりを、みんなですすめていきたいと考えています。

今後、この取組みをもとに、健康と食に関する学習のガイドラインを作成し、区内の他地区へも積極的に情報提供し、区全体に住民主体の健康なまちづくりを広げていきたいと考えています。

プロジェクトに関する問合せ先

世田谷保健所 健康企画課・健康推進課 [ばくばく健康キッズ&タウン](#) プロジェクト担当

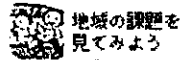
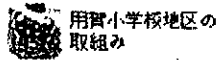
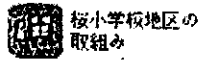
Tel. 03-5432-1111(代表)

[桜小学校地区の取組み](#) | [用賀小学校地区の取組み](#) | [地域の課題を見てみよう](#) | [食生活を見直そう!](#)

[プロジェクトに関するお問合せ](#)

[▲ページの先頭へ](#)

© 2004 [ばくばく健康キッズ&タウン](#)



[ばくばく健康キッズ&タウンって何？](#) | [世田谷保健所からのメッセージ](#) | [食と健康の専門家からのメッセージ](#)

[ホーム](#) > [食と健康の専門家からのメッセージ](#)

## 食と健康の専門家からのメッセージ

世田谷区のみなさん、こんにちは。

私たちは、モデル地区の子どもたち、学校の先生、PTAの皆さん、商店街やスーパーの皆さんと一緒に、「ばくばく健康キッズ&タウン」をすすめている専門家集団です。

現在日本では、厚生労働省が中心になって、「健康日本21」という国民健康づくり運動が全国各地で展開されています。平成14年には健康増進法が策定され、国民ひとりひとりが健康な生活習慣の重要性に対する理解と関心を深め、生涯にわたって、自らの健康状態を自覚し、健康の増進に努めることが、国民の責務とされました。ご存知ですか？

今や、健康づくりは個々人の責任のもとに行わなければならない時代になったのです。しかし、一方で、個々人の努力だけでは、健康な暮らしの実現が難しいこともあります。例えば、生活環境やゴミ問題、経済的な問題、仕事や教育のあり方などは、個人の努力だけではいかんともし難い部分があります。

そこで、世田谷区で食を通じた健康づくりを進めるにあたり、一人一人が自分の食生活を振り返り、改善する努力を進めると同時に、そうした知恵を地域のみみなで共有し、正しい情報とより健康的な食物が入手しやすい環境づくりを一緒にやろうというプロジェクトを提案しました。それが、このばくばく健康キッズタウンです。

プロジェクトの中で実際にどんな活動や、専門知識に基づいた正しい情報提供を行っているのか、ぜひ、のぞいてみてください。(>> [食生活を見直そう!](#))

私たちのメンバーをご紹介します

- 武見ゆかり(女子栄養大学栄養学部助教授・食生態学)
- 佐々木 敏(独立行政法人国立健康・栄養研究所栄養所量策定企画・運営リーダー・栄養疫学)
- 岡田加奈子(千葉大学教育学部助教授・学校健康教育)
- 村山伸子(新潟医療福祉大学医療技術学部助教授・公衆栄養学)
- 中嶋康博(東京大学大学院農学生命科学研究科農業・資源経済学専攻助教授・農業経済学)
- 水嶋春翔(東京大学医学教育国際協力研究センター講師・疫学、公衆衛生学)
- 島内憲夫(順天堂大学スポーツ健康科学部助教授・健康社会学)
- 嶋田雅子(女子栄養大学栄養科学研究所客員研究員・管理栄養士)
- 佐々木由樹(管理栄養士)

(この取組みは、厚生労働科学研究費補助金がん予防等健康科学総合研究事業「行動科学に基づく栄養教育と支援的環境づくりによる地域住民の望ましい食習慣形成に関する研究」(主任研究者 武見ゆかり)の一環として実施されているものです)

[椏小学校地区の取組み](#) | [用賀小学校地区の取組み](#) | [地域の課題を見よう](#) | [食生活を見直そう!](#)

[プロジェクトに関するお問合せ](#)

[▲ページの先頭へ](#)

© 2004 ばくばく健康キッズ&タウン



桜小学校地区

## 桜小学校地区の取組み

小学校では6年生を中心に食に関する学習に取り組んできました。その中で地区の商店街へ出かけていってしらべ学習をしたり、学習の成果がポスターとして実際に地域で活用されたり、子どもたちの企画による「ばくばく弁当」の販売も実現しています。

子どもたちの学習を受けて、PTA主催などによる保護者の学習も行われました。

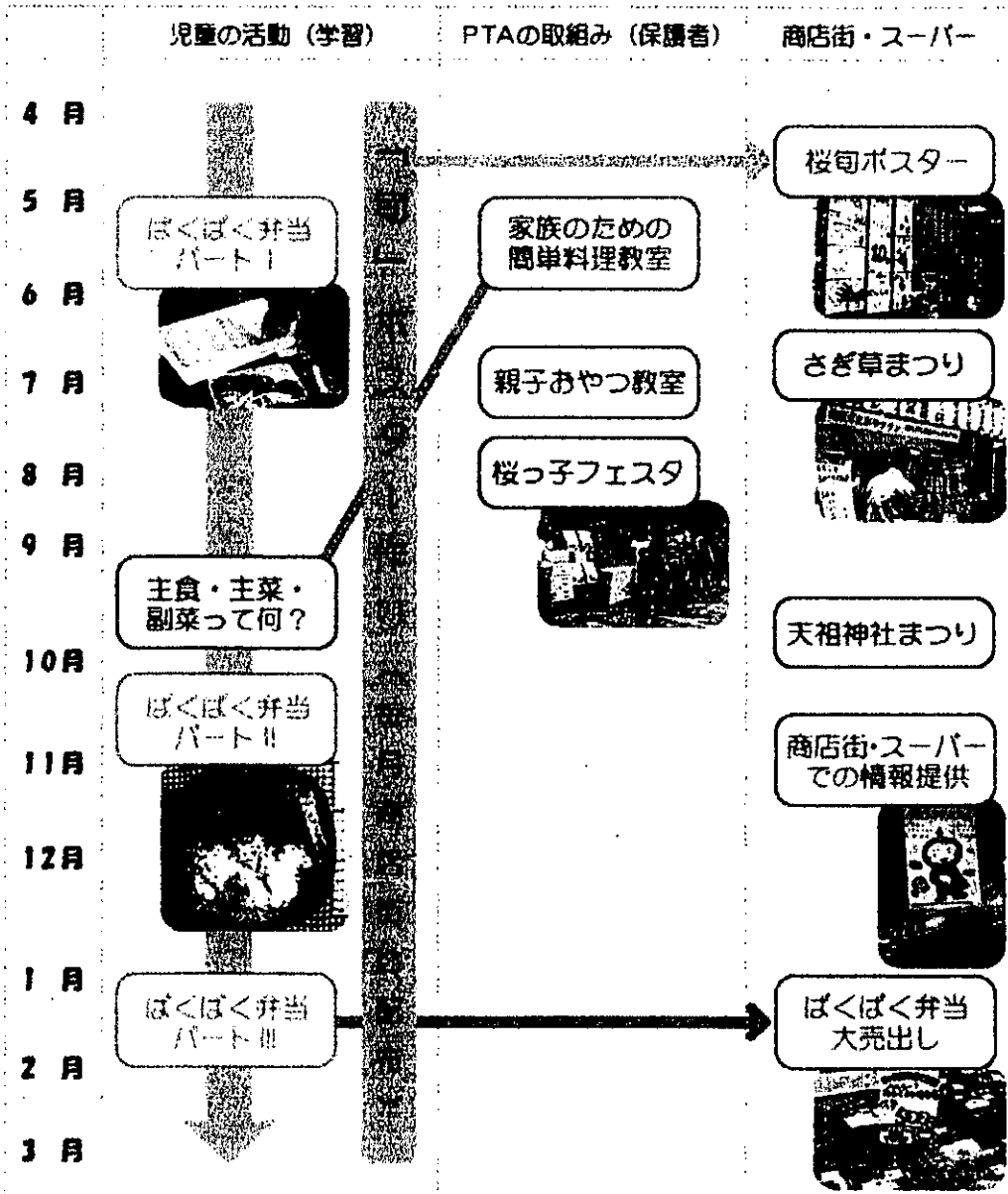
また、地区の商店街の店主さんたちは、最初は子どもたちの学習に協力しよう、とスタートしたのですが、今では自分たちで健康情報のメッセージを考えたり、ヘルシー食品(弁当)を作って売ったり、など、積極的な活動にどんどん発展しています。そうした活動の一部をご覧ください。

※各活動のアイコンをクリックしてね。



桜小学校地区の取り組みについての  
掲示板です

## 桜小学校地区の取組み





用賀小学校地区

## 用賀小学校地区の取組み

学校では子どもたちが食に関する学習を始めています。その中で地区の商店街へ出かけていって調べ学習をしたり、学習の成果がポスターとして実際に地域で活用されたりしています。

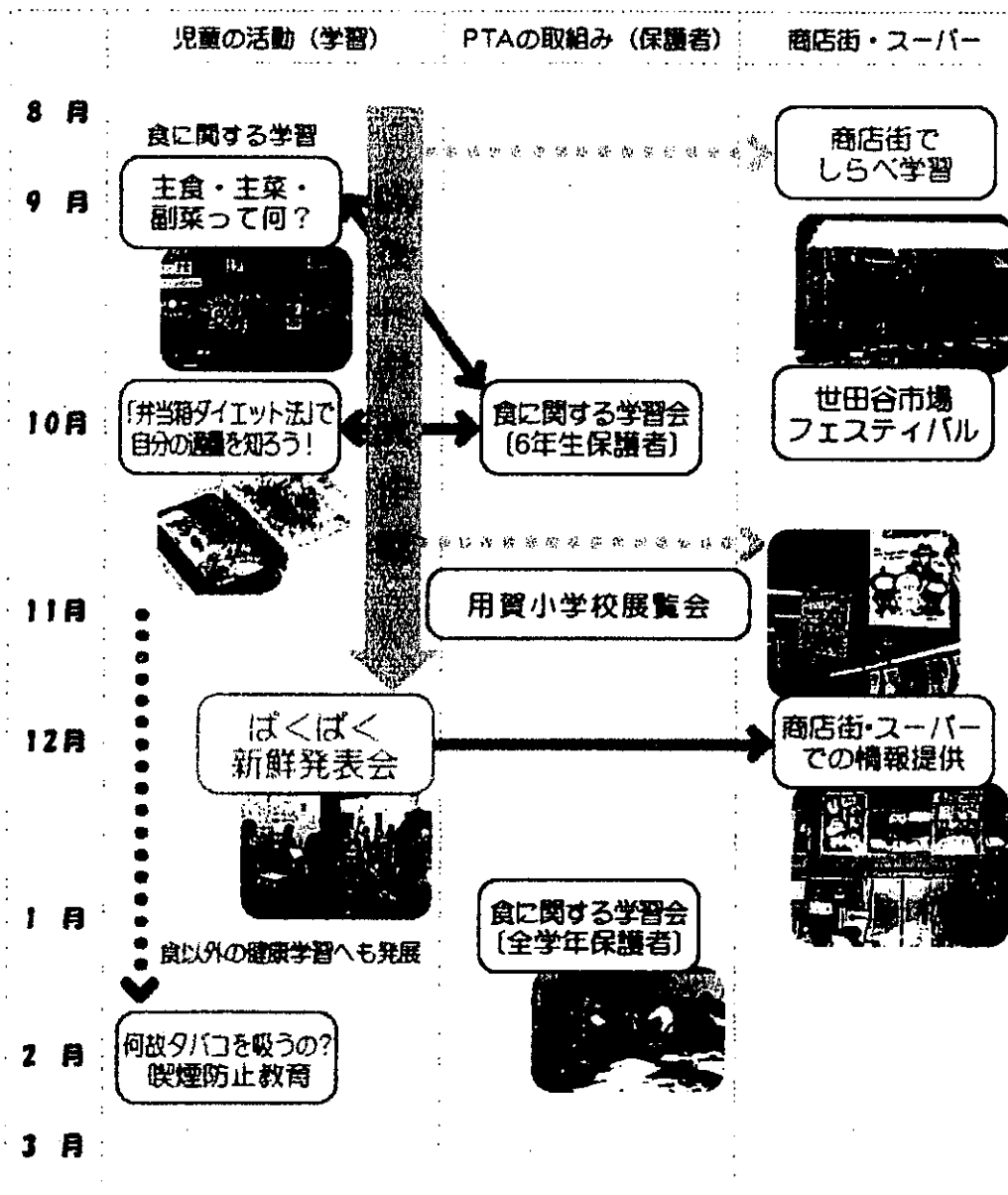


用賀小学校地区の取組みについての掲示板です。

子どもたちの学習を受けて、PTA主催などによる保護者の学習も行われています。また、地区の商店街の店主さんたちからは、子どもたちの学習に協力していると「いろいろ勉強になるし、お客さんからも反応があつていいね」という声が聞かれるようになりました。そうした活動の一部をご覧ください。

※各活動のアイコンをクリックしてね。

# 用賀小学校地区の取組み





桜小学校地区の  
取組み



用賀小学校地区の  
取組み



食生活を見直そう！

[ばくばく健康キッズ&タウンって何？](#) | [世田谷保健所からのメッセージ](#) | [食と健康の専門家からのメッセージ](#)

[ホーム](#) > [地域の課題を見てみよう](#)



## 地域の課題を見てみよう

平成14年に小学5年生とその保護者、学区内の商店街の店主、学区内に居住する40歳～50歳代の地域住民を対象に、健康状態、食生活の実態を明らかにする調査を実施しました。その結果、明らかになった課題を解決するために何をしたらいいか、子どもも大人も一緒に考えて考え、実行に移せたら、と考えています。さあ、どんな課題があるのでしょうか。みてみましょう。あなたも同じ悩みや問題を抱えていませんか。子どもたちと保護者の食生活・ライフスタイル、一般区民の食生活・ライフスタイル、及び、商店街での健康づくりの取り組みの実態調査結果です(平成14年度のベースライン調査結果より)。



「佐々木敏:簡易型自記式食事歴法質問票」

- [小学5年生と保護者への食生活調査結果の概要](#)
- [40歳代、50歳代区民の食生活調査結果の概要](#)
- [商店街での食環境面の取り組みの実態](#)

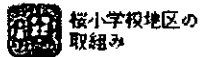
PDF形式のファイルを見るためには、Adobe Readerというソフトが必要です。Adobe Readerは[アドビシステムズ社](#)のサイトから無償で入手できます。

[桜小学校地区の取組み](#) | [用賀小学校地区の取組み](#) | [地域の課題を見てみよう](#) | [食生活を見直そう！](#)

[プロジェクトに関するお問合せ](#)

[▲ページの先頭へ](#)

© 2004 ばくばく健康キッズ&タウン



桜小学校地区の  
取組み



用賀小学校地区の  
取組み



地域の課題を  
見てみよう



食生活を  
見直そう!

ばくばく健康キッズ&タウンって何? | 世田谷保健所からのメッセージ | 食と健康の専門家からのメッセージ

[ホーム](#) > 食生活を見直そう!



## 食生活を見直そう!

ばくばく健康キッズ&タウンのプロジェクトチームが作成した正しい食生活に関するお役立ち情報です。

この情報の特徴は・・・

- メッセージが科学的な根拠(エビデンス)に基づいている
- あなたの気持ちや状態にあわせて、すぐ役立つヒントがある
- 地区の小学校で、同じような内容の学習を行っていますから、子どもや地域の人々との共通の話題になる



食生活お役立ち情報についての質問や意見交換のための掲示板です。

桜小学校地区と用賀小学校地区の商店街やスーパーには、健康・栄養リーフレット “Health and Nutrition Tips” という印刷物が入り口やレジ台の横に置いてありますので、それをご利用ください。

- 主食・主菜・副菜を基本に食事のバランスを (PDF形式)
- ごはんをしっかり食べよう～主食が全体のバランスの決め手! (PDF形式)
- 主菜は原則、1食に1品～主菜は脂肪摂取と深い関係!! (PDF形式)
- 副菜をしっかり食べよう～毎食、野菜料理を食卓に (PDF形式)
- 朝食を毎日食べよう～朝食から1日の生活リズムを整えよう (PDF形式)
- 自分の適正体重知っていますか～体格チェックから始めよう (PDF形式)
- フィットネスをめざそう～生活の中で、もっと体を動かそう (PDF形式)
- 旬の野菜を食べよう～なぜ旬の野菜がいの? (PDF形式)
- 外食・惣菜の上手な活用法～選び方・食べ方を考えてみよう (PDF形式)
- 栄養成分表示を活用して上手な食品選択を! (PDF形式)
- 「適塩」を心がけよう～食塩と血圧のホントの関係 (PDF形式)
- 日本型食生活は世界の中の健康食! (PDF形式)
- 食べ残しを減らそう～自分の食卓の“無駄”をチェックしよう (PDF形式)
- アルコールと上手につき合おう～適量飲酒・多量飲酒とは (PDF形式)
- タバコは自分と周りの人の健康と命を奪います (PDF形式)
- 健康情報を正しく見きわめよう～う呑みにしないで、その情報 (PDF形式)



PDF形式のファイルを見るためには、Adobe Readerというソフトが必要です。Adobe Readerはアドビシステムズ社のサイトから無償で入手できます。

[桜小学校地区の取組み](#) | [用賀小学校地区の取組み](#) | [地域の課題を見てみよう](#) | [食生活を見直そう!](#)

[プロジェクトに関するお問合せ](#)

[▲ページの先頭へ](#)

© 2004 ばくばく健康キッズ&タウン

厚生労働科学研究費補助金(がん予防等健康科学総合研究事業)  
分担研究報告書

地域と学校の協働による健康づくりのためのネットワークづくり  
保健所のコーディネーション機能に関する検討

分担研究者 阿部晃一 世田谷区世田谷保健所健康企画課 副参事  
島内憲夫 順天堂大学スポーツ健康科学部 助教授  
研究協力者 井出多延子 世田谷区世田谷保健所健康推進課 課長(医師)  
小林 陽子 世田谷区世田谷保健所健康推進課 主査(管理栄養士)

**研究要旨**

健康日本21地方計画版である「健康せたがやプラン」を推進するためのモデル事業として、学校、地域(商店街等)、研究機関との協働による本プロジェクトを開始した。健康づくりのための地域のネットワークを構築し、介入プログラム実施にあたっての保健所のコーディネート機能の検討を目的とした。

2つの介入地区に学校関係者(教員、PTA)、商店街代表者、スーパー、研究者及び区の職員で構成される推進協議会を立ち上げ、プログラムや進め方を協議しながら活動を開始した。保健所は、関係者への主旨説明、推進協議会の連絡調整、進行役としての役割を担った。また、区と研究者との推進連絡会でプロジェクト全体の進め方や手法を調整し、進めた。

さらに、本事業についてモデル地域の祭り、区報、マスコミ、区議会、関連部署等への広報活動を行なった。

**A. 研究目的**

健康せたがやプランにおける本研究の目的は、健康日本21地方計画版である「健康せたがやプラン」(以下プランとする)を推進するためのモデル事業として、学校、地域(商店街等)、研究機関による本事業を実施し、健康づくりのための地域のネットワークを構築しながら地域の主体的な参加を得てまちづくりをすすめることにある。

**B. 方法と結果**

1. 健康せたがやプランにおける本事業の進め方  
世田谷区は、本事業を推進するにあたって、「区民主体」「地域との協働」等の視点で学校及び地域、それぞれの計画や情報がつながった取り組みになるよう、調整しながら進めた。

## 2. 「ぱくぱく健康キッズ&タウン」の取り組み

### 1) 事業の内容

健康せたがやプランの重点取り組みである「子どもの頃からの生涯を通じた生活習慣の形成」と「食を通じた健康づくりの推進」を受け、小学校や地域（商店街等）、地域活動団体、大学等と協働して、健康で豊かな食生活が実現できる生活環境を整備することがこの事業の目的である。

区内には、小学校が64校もあることから、モデル小学校とその周辺の商店街を選定した。大学・研究機関と協働して、子どもやその保護者、商店主、周辺に在住の区民の食行動を把握し、その改善を図る食育プログラムの実施と商店街が発信役となった健康情報の提供等による食環境整備を実施した。

- ① 小学校児童及び保護者及び商店主への食育プログラムの実施。
- ② 商店、スーパー等との協働による食・健康情報、ヘルシー弁当の開発、販売を通して健康的な食物を区民に提供する。
- ③ 子どもの学習と商店街がつながった取り組みをすすめる
- ④ 実施結果の科学的評価とガイドラインを作成の上、他への拡大を図る。

### 2) 学校及び商店街等の取り組みの進め方

世田谷区では、この事業を地域住民の主体的参加を得て実施する「まちづくり」にあると捉えて取り組んだ。事業を進めるにあたっては、関係機関と次のネットワークを作り、意見調整しながら、具体的な内容を詰めていった。

- ① 小学校・教育委員会との連携体制の

### 確立

モデル小学校担当者（校長、担任教諭、家庭科、栄養士、養護教諭）に事業の目的とねらいを説明した上で、学校から方針や授業計画案を提案してもらい、そこにプロジェクトのプログラム案と調整し、決定した。

学校の授業の主体は、担任教諭が中心となり、家庭科教諭や栄養士が連携して行なうため、数回打ち合わせを重ね、調整した。

### ② 商店街との協働体制の確立

モデル商店街には、役員会等に出席し、主旨説明と、本プロジェクトの特徴が地域（商店街）とつながりを持ちながら、子どもの健康づくりをすすめることであり、こ取り組みを通じて商店街振興にもつながる可能性があることを伝えた。

主旨の賛同は得られたが、商店街からの具体的な取り組みの提案は、最初はあまり出なかった。しかし、地域の協議会で話し合うことにより、「親も含めて子どもに食べ物の旬を知ってもらおう。その専門家は商店街にはたくさんいるから」「ヘルシー弁当（ぱくぱく弁当という）を作ろう」等といった動きが出てきた。ある商店街では、独自にPR用の看板を作成したり、ホームページの作成を検討するなど主体的な取り組みに変化してきている。商店街加入者を対象とした健康教室を実施したことにより、自分の食行動を振り返り、健康づくりへの関心が高まった商店街もある。商店街がまとまっていくには、商店街全体への働きかけと各店それぞれのニーズを把握しながら個別の働きかけが必要である。

- ③ 子どもの学習と商店街をつなぐ取り組み



このプロジェクトは、最初に学校から働きかけたことから、小学校の計画案ができた段階で、協議会を開催し、どのような方法であれば、商店街で取り組めるかを話し合った。取り組みの時期や内容、ポスターの掲示方法等について調整した。食べ物の旬は子どもだけでなく、保護者にも伝え、いっしょに学ぶ必要がある等意見が出された。

保護者からは、家庭での食生活のポイントについて料理教室を実施して欲しい旨の希望が出て、大学とPTA、区の共催の講習会を実施した。

学校からは、子どもが商店街に行った時は、声をかけてコミュニケーションを取って欲しい等の要望が出された。顔と顔と合わせて話し合うことによつて、地域で子どもの健康づくりを進めるといふねらいが共有化され、取り組みの調整が可能となった。

#### ④ 栄養学、教育学等の専門スタッフとの協働

小学校及び商店街との会議には、大学関係者といっしょに出席し、情報の共有を図りながら、意見調整し、具体的な内容を詰めていった。大学・研究者と連携することで、調査の組み立てやデータ分析等専門的科学的評価手法を実践的に習得する場となっている。

職員研修の講師として関わってもらいながら、最新の情報を得る機会も作った。このことにより、この事業をモデル事業として終わらせることなく、得られた手法や評価を既存事業に活用し、他への拡大につながることもねらいとして実施した。

### 3) 事業運営

#### (1) 推進組織

この事業は学校、地域住民、大学と区が意見交換を行ない、それぞれが主体的に取り組む参加型の事業である。このため、推進にあたっては、3つの会議体を設置した。

##### ① 保健所内に推進チームを設置

担当課長を中心に、管理栄養士、保健師、事務、食品衛生・保健衛生監視等の職種で構成された横断的なチームで進めた。進め方や保健所の関わりについて検討しながら、地域のプログラムにも役割分担して対応した。

##### ② 区の職員及び研究者で構成される会議体

事業の進行状況を報告し、全体的な調整や調査に関すること、スケジュールの組み立てを行なった。

##### ③ 学校（教諭・PTA）、商店街会長、スーパー店長、研究者、区職員で構成する会議体

学校や商店街の取り組みと周辺住民にPRする場として学校や商店街、町内会が主催する祭りに出展する企画をこの協議会で話し合った。

#### (2) 広報活動

この事業を地域住民に広く知ってもらうため、説明用のパンフレットの他、地域のNPO団体が発行しているミニコミ紙に掲載し、PRした。この取り組みを区報に掲載した際、関わっている担任教諭や商店主のインタビューを掲載し、全区的なPRを行なった。商店街のある店は掲載されたことにより、遠方から買い物に来た人もいる等商店街が注目されることとなった。

今後も区から発信する広報媒体を活

用し、広く周知する必要がある。また、地域の NPO 団体と連携し、ミニコミ紙への掲載やマスコミの活用も図っていく。

### (3) 区議会や教育委員会及び商業課への情報提供

この事業の内容と具体的な展開についての議会での質問や学校の食育プログラム（公開授業）の見学等を通して理解が深められた。

教育委員会や商業課へは、随時情報提供を行ない、教育委員会との共催による研修会を実施した。

## C. 考察と今後の課題

今後の課題は以下のとおりである。

### 1) 食育プログラムの科学的評価

プログラムの手法とその評価は、大学との協働によって行ない、科学的根拠を得ることによって、他小学校への拡大を図る。

### 2) 主体的な商店街の取り組みと継続

さまざまな業種で構成される商店街は、子どもの食を切り口にしながら他の世代の健康づくりへの支援、商店街の活性化、PRにつながるしくみを作り、定着していく必要がある。商店主は男性が多いことから女性（婦人部等の組織）をまきこみ、参加しやすい方法で取り組む。

### 3) 学校と地域をつなぐ取り組みの継続

毎年担当教諭が代わる学校で継続的に実施するには、情報の共有とさまざまな場面でいっしょに取り組む場づくりが必要である。商店街とつながる取り組みは学校と商店街双方に

窓口となる担当者の存在と両方（地域）を見ながら、情報や思いを伝え、コーディネートする担当部署が必要である。

### 4) 個別モデル事業の評価

大学・研究者と協働によって、調査の組み立てやデータ分析等専門的科学的評価手法を実践的に習得することが可能となる。それらの手法から学んで、「モデル事業」の他への拡大とともに、既成事業への科学的評価手法を活用していく必要がある。

### 5) 行政施策としての評価

個別モデル事業の評価をしながら、今後教育委員会や産業振興領域が所管するさまざまな事業に「健康せたがやプランの視点」の浸透を図っていくことによって「プラン」をより多くの区民、職員、より多くの分野に広がっていくことが可能となる。

## D. 結論

健康日本21地方計画版である「健康せたがやプラン」を推進するモデル事業として、学校、地域、研究機関との協働による本プロジェクトを開始した。健康づくりのための地域のコーディネート機能の検討を目的とした。

2つの介入地区の学校関係者、商店街代表者、スーパー店長、研究者及び区の職員で構成される推進協議会を立ち上げた。

保健所は、関係者への主旨説明、推進協議会の連絡調整、進行管理を担当した。また、区と研究者との推進連絡会でプロジェクト全体の進め方や手法の検討、調査の進め方を調

整した。さらに、事業のPRをモデル地域の祭り、区報、マスコミ、区

議会、関連部署への広報活動を行った。

1：商店街の健康教室にて



2：地域の祭りでPR



1：協議会の開催



資料)

食の共同研究プロジェクト「ぱくぱく健康キッズ&タウン」推進会議メンバー

(平成 15 年度)

世田谷区世田谷保健所	所長 副所長 健康企画課副参事 健康企画担当係長(事務) 健康企画課(保健師) 健康企画課(事務) 健康推進課長(医師) 健康推進担当係長(事務) 健康推進課主査(管理栄養士) 健康推進課(事務) 健康推進課(事務) 健康推進課(保健師) 生活保健課(食品衛生監視) 生活保健課調査相談(食品衛生監視) 生活保健課調査相談(保健衛生監視)	氷見 宏行 林田 憲明 阿部 晃一 渡邊 裕司 奈良部 晴美 山口 篤志 井出 多延子 竹内 益子 小林 陽子 古川 摂子 杉浦 健夫 相馬 由紀子 松野 裕子 大岩 達也 藤本 仁美	
世田谷区 世田谷保健福祉センター 北沢保健福祉センター 烏山保健福祉センター	管理栄養士 管理栄養士 管理栄養士	梶 忍 田口 寿美子 石原 聡子	
世田谷区教育委員会	教育指導課 保健給食課	指導主事 指導主事 管理栄養士	直田 益明 白旗 和也 阿久津 路子
世田谷区立桜小学校	校長 教頭 教諭 教諭 家庭科教諭	梅原 照二 千葉 秀一 島崎 律子 山田 宏 佐々木 玲子	
世田谷区立用賀小学校	校長 教頭 教諭 教諭 教諭 学校栄養職員	内藤 信 榎本 勉 時國 淳 奥村 法文 柄本 香織 岩淵 薫	
世田谷区産業振興部	商業課長 事務	杉本 亨 角田 房子	

平成15年度 厚生労働科学研究費補助金がん予防等健康科学総合研究事業

行動科学に基づく栄養教育と支援的環境づくりによる  
地域住民の望ましい食習慣形成に関する研究

報告書

2004年3月31日 発行

女子栄養大学

武見 ゆかり

〒350-0288 埼玉県坂戸市千代田3-9-21

電話&FAX : 049-282-3721

E-mail: takemi@eiyo.ac.jp