



## ● 発刊にあたって ●

国では、健康寿命の延伸をめざして、「健康日本21（第2次）」を策定し、平成25年から10年間推進することとしています。

京都府でも、平成25年3月に見直した「京都府保健医療計画」の健康増進部分として、総合的な府民の健康増進計画「きょうと健やか21（第2次）」を策定し、更なる健康寿命の延伸を目指した対策を推進しています。

また、平成25年度に厚生労働省健康局通知として示された「地域における行政栄養士による健康づくり及び栄養・食生活の改善と基本指針」においても、今後10年間を見据え、優先すべき課題を明確化し、成果の見える栄養施策の展開が求められており、京都府では、平成25年度から栄養関係データ分析による実態把握や課題検討のためのワーキング検討会を立ち上げ、京都府民の食生活や健康課題の分析、検討を重ねてきたところです。

京都府における優先すべき健康課題の一つに「男性の心疾患死亡が多い」ことがあり、働き盛り世代男性の肥満者が増加していることが要因の一つであると推測されることから、これまで各種調査等を実施し、以下の傾向が明らかとなりました。

- 働き盛り世代男性の脂質摂取量の増加や野菜の摂取量減少（平成23年府民健康・栄養調査）
- 肥満者の食習慣の特徴が「間食が多い、野菜の摂取量が少ない、甘い飲み物をよく飲む」（平成26年度壮年期男性に対するアンケート調査）
- カフェテリア方式の事業所給食施設において、利用者の選択による野菜摂取量が目標値よりも少ない（平成27年度事業所等給食施設における栄養管理・食環境整備等に係るアンケート調査）

この結果を踏まえ、社員食堂における人気野菜メニューを募集し、広く普及することにより、事業所給食施設での野菜摂取量の増加をめざし、働き盛り世代の生活習慣病対策の推進を図ることを目的に、『うちの社食のイチ押し！「やさしい料理レシピ集」』としてとりまとめました。

また、応募のあったレシピについて、給食施設従事者や事業所従業員等による人気投票を行い、優秀レシピを決定しています。

このレシピ集を活用し、更に事業所給食施設での野菜摂取量の増加や健康づくりの取り組みが広がることを期待しています。

終わりに、レシピ集作成にあたり御協力いただきました皆様に厚くお礼申し上げます。

平成30年3月 京都府健康福祉部健康対策課

