



# 健康ふくい

Vol.44



福井県食生活改善推進員連絡協議会

## 健康寿命の延伸に向けて省塩の啓発を進めましょう

福井県食生活改善推進員連絡協議会

会長 梅崎 すみ子



会員の皆様、昨年度もたくさんの方々に取り組みいただきありがとうございました。私も会長職の重責をお預かりして一年が過ぎました。皆様のご協力に感謝申し上げます。

福井県では、男女ともに食塩摂取量が全国平均を上回り、過剰な状況にあるため、減少を目指して「省塩」の普及啓発事業を進めています。

県の委託事業「事業所サポート事業」では、県内の50事業所を訪問し、試食を提供して働き盛り世代の方にバランスの取れた食生活で生活習慣病予防の大切さを説明してきました。ふくい100彩ごはん大豆メニュー普及啓発事業では、「ふくい食と農の博覧会」をはじめ、各支部においてイベントを通して18回の実施を重ね、啓発人数5181人に達しました。

母子栄養強化活動事業では、食生活改善推進員が自ら省塩について学びを深め、県民への普及に努めています。日本食生活協会の事業「おやこの食育教室」では、年長

## 「省塩」で健康寿命を延伸！

福井県健康福祉部 健康医療局 健康政策課

課長 松森 義郎



福井県食生活改善推進員連絡協議会の皆様には、日頃から各地域で食を通じて健康づくりの啓発活動に御尽力を賜り、厚くお礼申し上げます。

事業所訪問活動は、今年度で11年目を迎え、これまでに延べ2万人を超える働き盛り世代の方に、食生活を始めた生活習慣の改善に関する知識の普及を行っていただきました。また、県・市町などが主催する健康関連イベント等において「ふくい100彩ごはん」や「大豆料理100」の普及に取り組んでいただき、たくさんの方々に周知を図ることができました。さらに、昨年9月の「ふくい食と農の博覧会」では、郷土料理のふるまいにも御協力いただき、北陸新幹線開業と相まって、県内外の方に福井の優れた食文化をアピールするよい機会となりました。本県の健康行政に御協力を賜りましたこと、

児から小学生を対象に食べ物のことを正しく知って元気な体と健やかな心を育むために、「食育五つの力」をテーマに学んでいただきました。「生涯骨太タックキング」では、高齢者の方に、「メタボ予防からフレイル予防への切り替え」をテーマに、楽しく元気な毎日がおくれるように低栄養予防について啓発しました。また、今年度から新たに自由選択事業として、やさしい介護食、災害時の食事支援などの事業も実施しました。能登半島地震の記憶も新しい中、いつ起こるかわからない災害について学ぶ機会が増えたと感じます。食生活改善推進員が牽引するヘルスサポーター養成事業の参加者のアンケートでは、「自分のものだけでなく、人にも伝えていきたい」などの言葉が聞かれ、私たちの活動の広がりが伺えます。

今年度は、福井県が進める「省塩」を、あらゆる事業において普及啓発していきたいと考えております。この普及啓発事業を、県民の健康寿命延伸に向けた活動につなげていくために、行政のお力添えをお願いし、スローガンである「私たちの健康は私たちの手で、のびそう健康寿命つなごう郷土の食」を踏まえて次世代につなげるために、楽しく活動を進めていきましょう。

重ねてお礼申し上げます。

さて、昨年12月に発表された令和4年度の福井県の健康寿命は、男性73・16歳、女性76・01歳と令和元年度と比べて横ばいの状況であり、人生100年時代に向けて、さらなる健康寿命延伸の取り組みが必要です。

こうした中、県では、昨年度から開始した「第5次元気な福井の健康づくり応援計画」において、「省塩」（減塩）を最重要要素として位置付け、県民自ら行動を変えて健康づくりと健康行動につながる環境づくりを推進していくこととしています。この一環として、今年度、産学官等連携・協働で省塩に取り組む「ふくい省塩プロジェクト」を立ち上げ、県民の方々の食生活改善につながる食環境づくりを通じて、健康寿命のさらなる延伸を目指してまいりますので、皆様方には、引き続き御協力をお願い申し上げます。

結びに、食生活改善推進員の皆様方のさらなる御活躍を期待申し上げますとともに、福井県食生活改善推進員連絡協議会のみならずの御発展を祈念いたしまして、挨拶とさせていただきます。

## 受賞おめでとうございます(敬称略)

**厚生労働大臣表彰 食生活改善事業功労者**  
武生支部 水野 美智榮

**厚生労働大臣表彰 地区組織**  
大野支部 大野市食生活改善推進員連絡協議会

**福井県知事表彰 保健衛生功労者(個人)**  
永平寺支部 堀江 俊子  
永平寺支部 森山 美智子  
坂井支部 山下 みどり  
大野支部 宮下 美  
勝山支部 棚田 喜代美  
勝山支部 勝山 春美

武生支部 上野 洋子  
南条支部 藤木 貴美子  
二州支部 倉谷 悦子  
若狭支部 大井 有利子

**福井県知事表彰 保健衛生功労者(団体)**  
武生支部 北新庄地区食生活改善推進員会

**ボランティア優良活動表彰(個人)**  
坂井支部 池上 みつえ

**福井県食生活改善推進員連絡協議会 会長表彰(個人)**  
福井市 岡部 先枝  
永平寺支部 長谷川 サチ子  
坂井支部 原 哲明  
坂井支部 坂井 明美

大野支部 中岡 民和 江子  
鯖江支部 岡本 郁子  
武生支部 齋藤 恵美子  
南条支部 齋藤 真佐子  
二州支部 小重 河田 麻千子  
若狭支部 重田 千子

**福井県食生活改善推進員連絡協議会 会長表彰(団体)**  
勝山支部 遅羽町食生活改善推進員協議会

**全国食生活改善推進員協議会 名誉会員表彰**  
(90歳以上の現会員)  
大野支部 堂東 昭子  
武生支部 棟田 佐恵子  
若狭支部 倉谷 千恵子



