

# 令和7年度第2回さいたま市健康づくり・食育推進協議会

日時：令和8年1月22日（木）15時30分～16時45分  
場所：さいたま市役所 議会棟 第6委員会室

## 次 第

1 開会

2 議事

- (1) 取り組むべき課題の現状について
- (2) 健康づくり及び食育に関する取組について

3 閉会

令和7年度第2回さいたま市健康づくり・食育協議会 委員名簿

委 員		所 属	出欠
1	あきやま 秋山 佳代	人間総合科学大学 人間科学部 ヘルスフードサイエンス学科 准教授	
2	いいたか 飯高 一郎	NPO法人浦和スポーツクラブ 理事	
3	おおつか 大塚 弘美	さいたま市私立保育園協会 食育部 部長 (いちご桜保育園 園長)	
4	おおにし 大西 妃佐子	さいたま市食生活改善推進員協議会 理事	
5	おがわ 小川 実登里	埼玉県栄養士会 常任理事	
6	しばた 柴田 亜希	埼玉県立大学 保健医療福祉学部 看護学科 准教授	欠
7	つるおか 鶴岡 祐佳	市民公募委員	
8	なかむら 中村 啓子	市民公募委員	
9	ながせ 長瀬 純子	さいたま市薬剤師会 常務理事	
10	なみき 並木 英巳子	さいたま市保健愛育会 理事	
11	まき 巻 淳一	さいたま市歯科医師会 会長	欠
12	ももき 桃木 茂	さいたま市4医師会連絡協議会大宮医師会	
13	よしむら 吉村 蘭子	さいたま商工会議所 会員サービス課 課長補佐	欠
14	わきのその 脇之薗 明子	全国健康保険協会埼玉支部 企画総務部 保健グループ長	欠

## 令和7年度 第2回健康づくり・食育推進協議会 関係課職員

	所 属	役 職	氏 名	備 考
1	北区役所保健センター	所長	井上 千晴	
2	北区役所保健センター	係長	代田 由美	
3	南区役所保健センター	主査	太田 理江	
4	保健所 健康支援課	主任	高木 悠浩	
5	農業政策課	主事	金子 鳩汰	
6	健康教育課	主任指導主事兼係長	西川 裕樹	

### (事務局)

	所 属	役 職	氏 名
1	保健衛生局 保健部	部長	齋藤 貴弘
2	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	参事兼課長	浅野 昌則
3	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	参与	今野 弘美
4	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	課長補佐兼係長	竹村 真
5	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	主査（保健師）	山田 希亜
6	保健衛生局 保健部 保健衛生総務課	主査（保健師）	中杉 晃子



## 取り組むべき課題の現状について

保健衛生局 保健部 保健衛生総務課

### 取り組むべき課題

#### ●前計画において課題となつた点

課題①

●働き世代における肥満  
「循環器疾患・糖尿病の予防」分野

課題②

●朝食欠食  
「栄養・食生活」分野

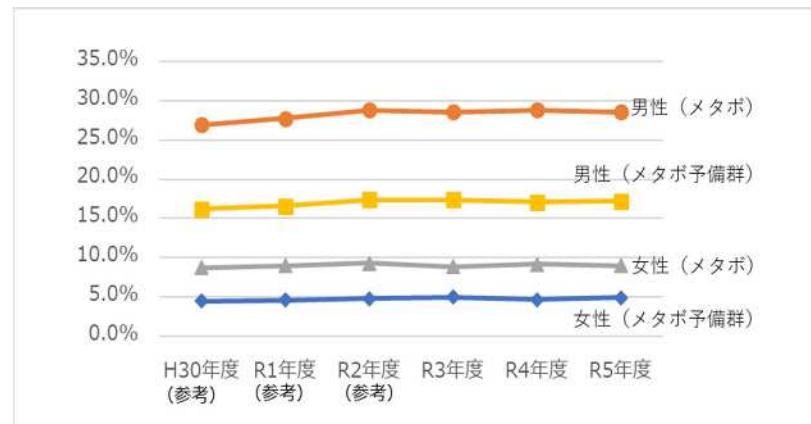
課題③

●成人の多量飲酒  
「飲酒」分野

## 課題① 働き世代における肥満

### ●メタボリックシンドロームの該当者、予備群の割合（40～74歳）

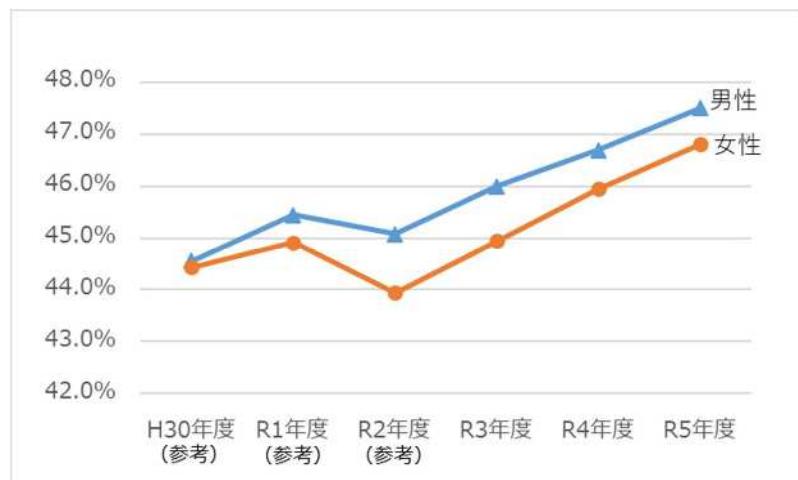
	ベースライン (R3年度)	R4年度	R5年度	目標値 (R15年度)	備考
男性（メタボ）	28.6%	28.8%	28.6%	22.0%	埼玉県衛生研究所
女性（メタボ）	8.9%	9.2%	9.0%	7.0%	
男性 (メタボ予備群)	17.4%	17.1%	17.2%	13.0%	
女性 (メタボ予備群)	5.0%	4.7%	4.9%	4.0%	



### （参考）「身体活動・運動」モニタリング指標

#### ●日常生活において歩行又は同等の身体活動を1日1時間以上実施。 (40～74歳)

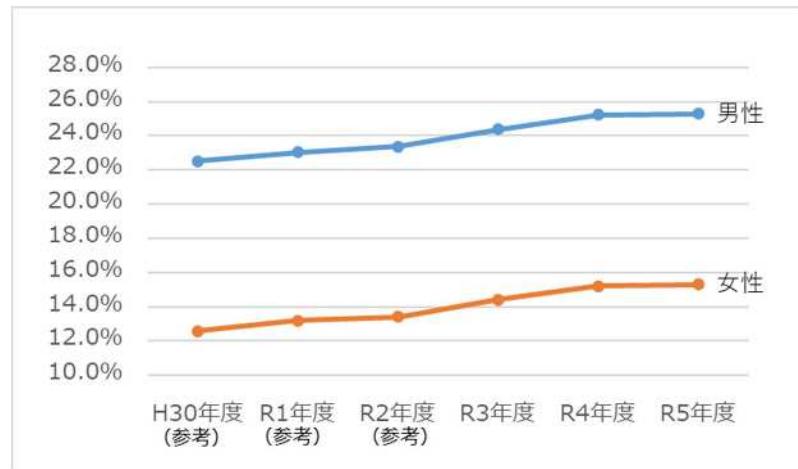
	ベースライン (R3年度)	R4年度	R5年度	備考
男性	46.0%	46.7%	47.5%	埼玉県衛生研究所
女性	44.9%	45.9%	46.8%	



## 課題② 朝食欠食

- 朝食を抜くことが週に3回以上ある。（40～74歳）

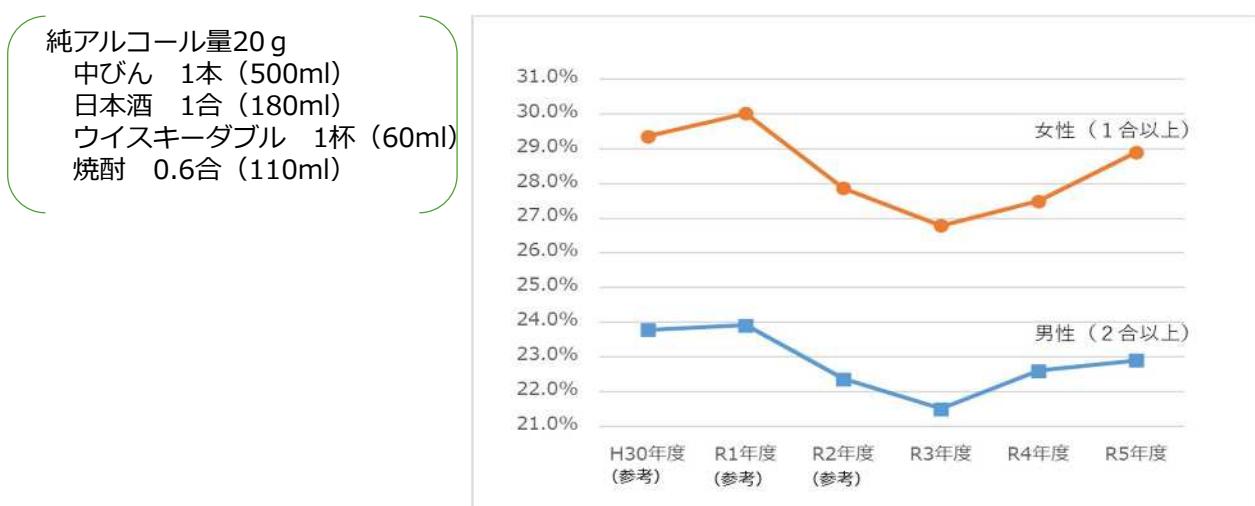
	ベースライン (R3年度)	R4年度	R5年度	備考
男性	24.4%	25.2%	25.3%	埼玉県衛生研究所
女性	14.4%	15.2%	15.3%	



## 課題③ 成人の多量飲酒

- 1日当たりの飲酒量（40～74歳）

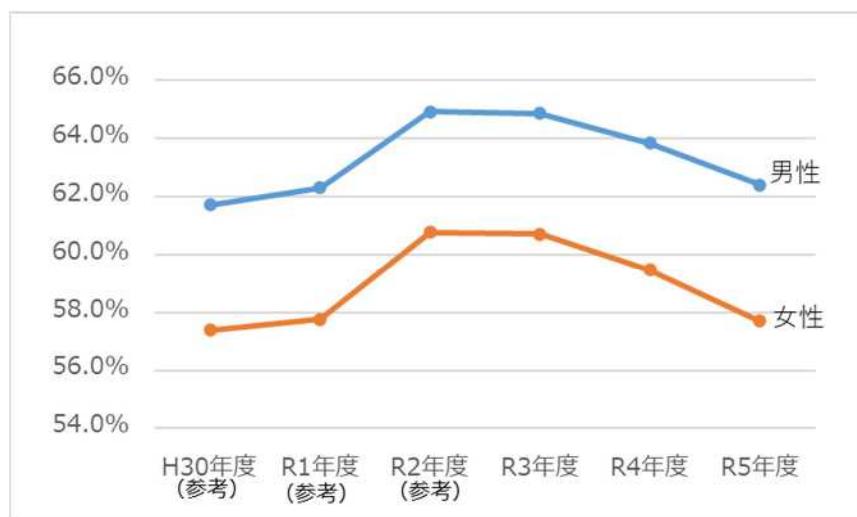
	ベースライン (R3年度)	R4年度	R5年度	備考
男性 1日当たり純アルコール量40g以上	21.5%	22.6%	22.9%	埼玉県衛生研究所
女性 1日当たり純アルコール量20g以上	26.8%	27.5%	28.9%	



## 「休養・こころの健康」モニタリング指標

### ●睡眠で休養が十分とれている。（40～74歳）

	ベースライン (R3年度)	R4年度	R5年度	備考
男性	64.9%	63.8%	62.4%	埼玉県衛生 研究所
女性	60.7%	59.5%	57.7%	





## 健康づくり及び食育に関する取組について

保健衛生局 保健部 保健衛生總務課

## 取組報告① 生活習慣病のリスクを高める飲酒量の啓発

### ●市SNSや企業への啓発



▲市公式X

### ●駅での啓発媒体の掲示



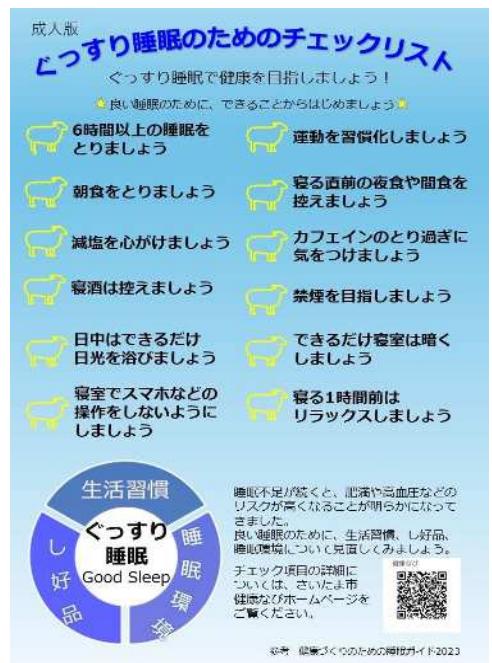
## ▲岩槻駅東西自由通路ガラスケースにおける啓発媒体の掲示 (岩槻区役所保健センター)

## 取組報告② 良質な睡眠に関する普及啓発

### ● (国) 健康づくりのための睡眠ガイド2023



### ● (市) ホームページやSNSによる普及啓発



## 取組報告③ 大人の食育の推進

### ●課題の現状 (国) (R7年6月農林水産省 第5次食育推進基本計画作成に向けた主な論点より抜粋)

- ・単身世帯や共働き世帯の増加等の変化から食に関する「経済性志向」、「簡便化志向」が上昇傾向。

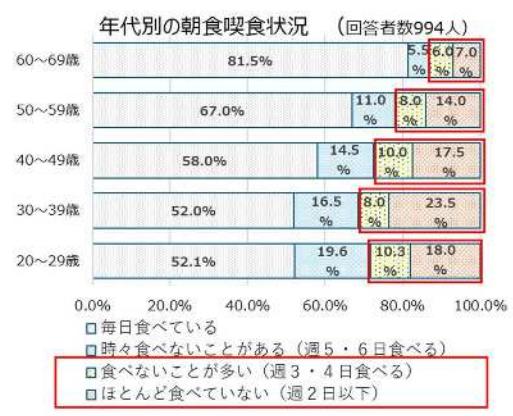
〔 経済性志向…食費を節約したい。  
簡便性志向…料理や後片付けの手間・時間を省きたい。 〕

- ・20歳以上の野菜類・果実類の摂取量は減少傾向にあり特に若者の摂取量が少ない。

- ・中高年においては米の消費量が減少。

### ●課題の現状 (市) (R3年度 さいたま市健康づくり及び食育についての調査 R6年度 第1回さいたま市インターネット市民意識調査 より)

- ・働き盛り世代、特に30歳台の朝食欠食が多い。
- ・1日2回以上 主食・主菜・副菜がそろった食事を「ほとんど食べない」人の割合は、他の世代に比べ働き盛り世代に多い。
- ・毎日3食で野菜を食べている人は、若い世代ほど少ない。



食生活の在り方の大きな変化が生じ、大人の栄養バランスにみだれが生じている

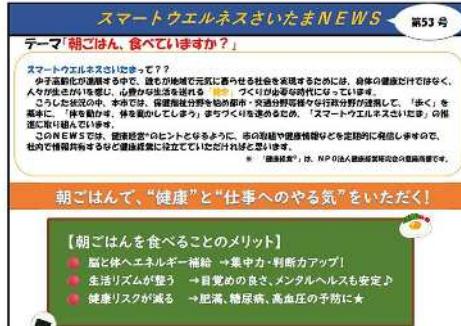
## 取組報告③ 大人の食育の推進

### ●企業との連携による取組



## ▲イオンリテール株式会社×さいたま市 朝ごはんを食べようキャンペーン

### 企業等向けメールマガジン▶



### ●大学との連携による取組



▲人間総合科学大学 文化祭

## さいたま市健康づくり計画 モニタリング指標（R7.12月更新）

さいたま市健康づくり計画において、令和 11 年度中間評価、令和 15 年度最終評価として、数年単位の長い期間で評価をする仕組みを整えている。

一方で各実施取組は、健康づくりに取り組む地域団体、行政等が PDCA サイクルによる評価を毎年行っている。地域団体や行政等にとって、参考数値として毎年モニタリングができる指標が別途あることで、課題を把握しやすく、PDCA サイクルをより回しやすいとして、令和 6 年度第 2 回さいたま市健康づくり・食育協議会において、モニタリング指標の設置を承認。

### 0. 共通.健康の意識

#### 65 歳の健康寿命

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	18.09	18.17	18.06	19.23	埼玉県衛生研究所
女性	20.92	21.14	21.11	21.94	

### 1. がんの予防（健康づくり計画 P161～）

#### がん検診受診率(さいたま市がん検診)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	備考
胃がん検診	11.3%	11.5%	11.3%	さいたま市がん検診
肺がん検診	15.5%	15.6%	15.3%	
大腸がん検診	13.7%	13.7%	13.4%	
乳がん検診	11.9%	12.4%	12.2%	
子宮がん検診	15.0%	15.5%	15.8%	

### 2. 循環器疾患・糖尿病の予防（健康づくり計画 P163～）

#### ① メタボリックシンドロームの該当者の割合(40～75 歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	28. 6%	28. 8%	28. 6%	22. 0%	埼玉県衛生研究所
女性	8. 9%	9. 2%	9. 0%	7. 0%	

## ② メタボリックシンドロームの予備群の人数の割合(40~75 歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	17.4%	17.1%	17.2%	13.0%	埼玉県衛生研究所
女性	5.0%	4.7%	4.9%	4.0%	

## ③ 収縮期血圧の平均(40~75 歳未満、内服加療中含む、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	127.9 <sub>mmHg</sub>	127.7 <sub>mmHg</sub>	127.3 <sub>mmHg</sub>	122.9 <sub>mmHg</sub>	埼玉県衛生研究所
女性	122.5 <sub>mmHg</sub>	122.3 <sub>mmHg</sub>	122.0 <sub>mmHg</sub>	117.5 <sub>mmHg</sub>	

## ④ LDLコレステロール160mg/dl以上の人割合(40~75 歳未満、内服加療中含む、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	13.8%	12.4%	11.9%	10.3%	埼玉県衛生研究所
女性	13.7%	12.3%	11.9%	10.3%	

## ⑤ 血糖コントロール不良者の割合(40~75 歳未満、HbA1c8.0%以上)

	R3年度 ベースライン	R4年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
男性	2.51%	2.32%	2.32%	—	埼玉県衛生研究所
女性	0.97%	0.87%	0.81%	—	
全体	1.66%	1.53%	1.50%	1.0%	

## 3. 歯科・口腔(歯科口腔審議会において必要に応じて審議)

## 4. 栄養・食生活 (健康づくり計画 P166~)

## 朝食を抜くことが週に 3 回以上ある(40~75 歳未満、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4 年度	R5年度	備考
男性	24.4%	25.2%	25.3%	埼玉県衛生研究所
女性	14.4%	15.2%	15.3%	

## 5. 身体活動・運動 (健康づくり計画 P168)

## 日常生活において歩行又は同等の身体活動を 1 日 1 時間以上実施

(40~75 歳未満、年齢調整あり)

	R3年度 ベースライン	R4 年度	R5年度	備考
男性	46.0%	46.7%	47.5%	埼玉県衛生研究所
女性	44.9%	45.9%	46.8%	

## 6. 休養・こころの健康 (健康づくり計画 P168)

## 睡眠で休養が十分とれている (40~75 歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4 年度	R5年度	備考
男性	64.9%	63.8%	62.4%	埼玉県衛生研究所
女性	60.7%	59.5%	57.7%	

## 7. 喫煙 (健康づくり計画 P169)

## COPD の死亡率の減少

R3年度 ベースライン	R4 年度	R5年度	R15 年度 目標値	備考
7.9%	8.9%	9.0%	6.0%	さいたま市保健統計

## 8. 飲酒 (健康づくり計画 P169)

## 1 日当たりの飲酒量 (40~75 歳未満)

	R3年度 ベースライン	R4 年度	R5年度	備考
男性 2 合以上	21.5%	22.6%	22.9%	埼玉県衛生研究所
女性 1 合以上	26.8%	27.5%	28.9%	