

【様式 1】

① 食育月間の取組

提出都道府県名 政令指定都市名	沖縄県
取組市町村名 取組団体・企業名	宮古島市 健康増進課 宮古島市食生活改善推進員協議会
取組の名称	令和 8 年食育事業（成人）
実施時期	令和 8 年 6 月 24 日
取組内容に該当する 食育ピクトグラム （複数選択可）	☐ 1 みんなで楽しく食べよう ☐ 2 朝ごはんを食べよう ☒ 3 バランスよく食べよう ☒ 4 太りすぎないやせすぎない ☐ 5 よくかんで食べよう ☐ 6 手を洗おう ☐ 7 災害にそなえよう ☐ 8 食べ残しをなくそう ☐ 9 歯垢を応酬しよう ☐ 10 食・農の体験をしよう ☐ 11 和食文化を伝えよう ☐ 12 食育を推進しよう
取組内容	○目的：本課では「健康増進計画」「データヘルス計画」に基づき、市の課題を把握、市民の健康の増進を図るための事業を策定・実施してきました。第 3 期データヘルス計画によると、当市では脳血管疾患の増加が健康課題となっており、特定健診受診者のうちそれらの疾患の起因となる高血圧有所見者の割合が多いことが要因の 1 つと考えられます。高血圧は生活習慣の改善で発症予防ができる病気です。本課では、受診や治療についての保健指導に力を入れるとともに、ポピュレーションの場として食育教室を開催し、高血圧予防のための実践可能な食生活の知識を普及することを目的として事業実施致します。 ○内容：18 歳以上の宮古島市民を対象とし、市の課題となっている脳出血疾患のリスクとなる高血圧予防について栄養士による減塩講話と、食生活改善推進員協議会による減塩考案レシピの調理実習を実施しました。  