

健康福祉審議会	2023/6/6	資料3-1
第2回 スポーツ・健康づくり部会		

■ 「中野区スポーツ・健康づくり推進計画」
進捗状況（令和5年3月）

■目次

施策	主な取組	ページ
1 誰でもスポーツ・健康づくり活動に取り組める環境の整備	魅力あるスポーツ・健康づくり事業の提供	3
	障害者スポーツの推進	3
	オリンピック・パラリンピックレガシーを活用したスポーツ気運の醸成	4
	安全・安心にスポーツに取り組める環境の整備	4
2 スポーツ・健康づくり活動を通じたコミュニティの形成	会員により自主的、自立的に運営される地域スポーツクラブの育成	5
	地域スポーツクラブを中心としたコミュニティ形成の推進	5
	多世代、多種目、多志向に対応したスポーツ・健康づくり活動の機会の提供	5
3 子どもの運動習慣の定着・体力向上に向けた取組の推進	遊びを中心とした身体活動による運動習慣の定着	6
	子どもの体力を向上させる取組の推進	6
	学校運動部活動の活性化	7
4 区内スポーツ団体等との連携、支援	一般社団法人中野区体育協会との連携、支援	8
	中野区スポーツ推進委員との連携、支援	8
	地域スポーツクラブとの連携、支援	9
	区内大学等との連携	9
	スポーツを核とした関係者や団体間の連携	9
	スポーツを支える人材の育成	9
5 健康的な生活習慣の定着支援	精神保健相談	10
	地域健康活動支援	10
	健康づくり支援	10
	熱中症対策の普及啓発	11
6 データ分析や健診等による健康づくりの支援	生活習慣病予防対策事業	12
	受動喫煙防止対策事業・禁煙外来治療費助成事業	12
	データヘルス事業	13
	がん等検診の実施及び受診勧奨事業の実施	13
	客観的データに基づく運動機能向上の推進	13
7 食育の推進	各ライフステージに合わせた食育の推進と食生活支援	14～15
	健康づくり事業等における食育の普及啓発	15
	食育推進団体や区内栄養士等との連携と人材育成	16
	食品関連事業者における食育の推進	16
	環境を意識した食育の推進	16
	食の安全性の確保	17
	なかの里・まち連携による農業体験等の実施	17
	歯と口腔の健康事業	17

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	1 誰でもスポーツ・健康づくり活動に取り組める環境の整備
目指すべき状態	区内各所でライフスタイルや目的に応じた様々なスポーツや健康づくりの機会が提供され、区民が日常的に、それぞれの関心や適性に応じた活動に取り組んでいます。
施策の方向性	・年齢や性別、障害の有無等にかかわらず、誰もが安全に、安心してスポーツ・健康づくり活動に取り組める機会や環境を整えます。 ・東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会のレガシーとして、障害者スポーツやユニバーサルスポーツを推進し、スポーツを通じ、お互いの個性が尊重される社会の実現を目指します。

成果指標 1日30分以上の連続した運動を週1～2回以上行っている区民の割合		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
56.7% (2020年度)	57.1%	60%
データ出典	健康福祉に関する意識調査	
実績把握頻度	計画策定前年度(3年ごと)	

主な取組			
■魅力あるスポーツ・健康づくり事業の提供 (計画冊子ページ:P70)			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
すべての区民が生涯にわたって運動・スポーツを無理なく楽しく続けられるよう、年代、健康状態、ライフスタイルなどに応じた様々な運動機会を提供します。	スポーツ振興課	自己評価: ○ 健康運動指導士による運動についての相談やプログラム作成を実施し、区民それぞれに合わせた運動やスポーツを提案した。	成果指標において数値の低い20～30歳代以下および70歳代以上への取組を検討していく必要がある。
トップアスリート等との連携や文化活動等と組み合わせた参加の機会の提供により、運動・スポーツ無関心層へアプローチします。	スポーツ振興課	自己評価: ○ 中学校の部活動生徒を対象に、Bリーグ、アルパルク東京の選手によるバスケットクリニックを開催した。	総合体育館について、入場料を徴収する場合の利用料金設定を進め、プロスポーツチーム等が有観客にて試合等を行える環境の整備を進める。
運動・スポーツ習慣の確立のために、自宅でできるトレーニングや、身近な地域でのウォーキング等、日常的に手軽に取り組めるメニューを提供していきます。	スポーツ振興課	自己評価: ○ スポーツ施設ホームページにて、自宅でできる運動等の動画配信を継続的に行っている。	現状の取り組みについて、メニュー等をより豊富に提供できるよう、検討を進めていく。
■障害者スポーツの推進 (計画冊子ページ:P70)			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
より多くの人々に障害者スポーツを知ってもらうよう、普及啓発に取り組むとともに、障害者が安全・安心にスポーツに参加できる環境を整備していきます。	スポーツ振興課 障害福祉課	自己評価: ○ 2025年デフリンピック大会におけるテコンドー競技の開催会場として中野区立総合体育館を使用するための、東京都、競技統括組織と連絡、調整を行った。	各種障害者対象事業は行っているが、多くの人に障害者スポーツを知ってもらう普及啓発という点において、有効な施策を見いだしていない現状がある。
年齢や性別、障害の有無等にかかわらず取り組むことができるユニバーサルスポーツを推進し、スポーツを通じ、お互いの個性が尊重される社会の実現を目指します。	スポーツ振興課 障害福祉課	自己評価: ○ モルックの体験会の体験会を区立スポーツ施設で新たに開催するなど、ユニバーサルスポーツの普及啓発に取り組んだ。	より多くの区民が体験会等を通じ、ユニバーサルスポーツに取り組めるよう、施策を検討する必要がある。

■オリンピック・パラリンピックレガシーを活用したスポーツ気運の醸成（計画冊子ページ:P70）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
東京2020オリンピック・パラリンピック競技大会の開催により高まった区民のスポーツに対する興味や関心を低下させないよう、区立総合体育館が公式練習会場となる卓球や、認知度が高まったパラリンピック種目を活用したスポーツ事業を、大会レガシーとして展開していきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 東京2020大会一周年記念事業として、スポーツ推進委員と協力し、ポッチャのイベントを開催した。イベントではパラスポーツのパネルや用具の展示なども行った。	パラリンピック競技であるポッチャ等のユニバーサルスポーツについて、より継続的に興味や関心が集まるよう、施策を検討していく。
■安全・安心にスポーツに取り組める環境の整備（計画冊子ページ:P70）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
スポーツ事業の運営において、事故や怪我のリスクの軽減や予防、熱中症や感染症の対策に取り組むとともに、区内スポーツ団体や区民との情報共有、正確な知識の普及啓発等に取り組めます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 各スポーツ事業において、保険加入の徹底や熱中症対策として空調設備の使用を行っている他、学校開放利用団体に対して感染症対策についての案内等を行っている。	引き続き事故や怪我等の予防について普及啓発に取り組んでいく。

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	2 スポーツ・健康づくり活動を通じたコミュニティの形成
目指すべき状態	区民が主体的に地域スポーツクラブの運営や事業の企画に参加することで、スポーツ・健康づくり活動を通じた地域交流が活性化し、新たなコミュニティが形成されています。
施策の方向性	スポーツ・健康づくり活動を通じた区民同士の交流や地域コミュニティの形成を進めます。

成果指標 スポーツ活動をする団体数		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
2,929団体 (2020年度)	2,968団体	3,250団体
データ出典	中野区資料	
実績把握頻度	毎年度	

主な取組			
■会員により自主的、自立的に運営される地域スポーツクラブの育成（計画冊子ページ:P71）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
会員が中心となって主体的に運営される総合型地域スポーツクラブを目指し、人材の育成や活動場所の確保、クラブの支援に取り組み、クラブのマネジメント機能を高めていきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 地域スポーツクラブの公認クラブが、令和4年度に2団体増え10団体となり、各クラブが特色を活かした区民向けの教室や大会等を実施した。	自主性を向上、参加へのハードルの高さ、活動場所の拡大が主な課題となる。
■地域スポーツクラブを中心としたコミュニティ形成の推進（計画冊子ページ:P71）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
地域スポーツクラブが、多様な特色や魅力を持ち、幅広い事業を展開できるよう支援を行います。クラブ運営や事業の企画等を通じ、地域交流を活性化させ、新たなコミュニティが形成されることを目指します。	スポーツ振興課	自己評価：○ 地区まつりにおいて、地域スポーツクラブの公認クラブがスポーツ教室等を実施し、スポーツによる地域交流の活性化に取り組んだ。	地域スポーツクラブへの継続的な活動支援と、自立へ向けての支援や取り組みを両立させる必要がある。
■多世代、多種目、多志向に対応したスポーツ・健康づくり活動の機会の提供（計画冊子ページ:P71）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
子どもから高齢者まで幅広い世代が、それぞれの志向やレベルに合わせて、様々なスポーツや健康づくりに参加できる機会を提供します。また、新たな交流をきっかけとして、お互いを認め合う多様性への理解を深めていきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 年齢やレベルに合わせた各種スポーツ教室を実施したほか、小中学生を対象に英語で指導するバスケット教室といった、スポーツを通じた新たなコミュニケーション方法を学ぶ事業を実施した。	運動を行うだけでなく、より参加者同士の交流を促すような取り組みを各事業において検討していく必要がある。

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	3 子どもの運動習慣の定着・体力向上に向けた取組の推進
目指すべき状態	子どもの頃から運動やスポーツに親しむことで、運動習慣や基礎的な体力が身についています。
施策の方向性	子どもたちの運動習慣の定着や体力向上、意欲の向上に取り組めます。

成果指標「中野区体力にかかわる調査」において、目標(中野スタンダード)を7割以上の児童・生徒が達成した項目数

計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
小学校6年生 10/16項目 中学校3年生 11/18項目 (2020年度)	小学校6年生 11/16項目 中学校3年生 12/18項目	小学校6年生 12/16項目 中学校3年生 15/18項目
データ出典	中野区資料	
実績把握頻度	毎年度	

主な取組

■遊びを中心とした身体活動による運動習慣の定着 (計画冊子ページ:P73)

取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区立スポーツ施設の空き時間に、一般開放を実施し、子どもが遊べる環境づくりに取り組んでいきます。	スポーツ振興課	自己評価: ○ 予約が入っていない時間について、区内スポーツ施設の屋外運動広場を、区民に対し無料で開放している。	引き続き施設の空き時間を有効活用し、子どもの居場所の確保に取り組んでいく。
保育施設や幼稚園等において、中野区の子どもの実態調査に基づき独自に策定した「中野区運動遊びプログラム」等の取組を進め、発達に応じた運動を取り入れることで、身体を動かすことが好きな乳幼児を育みます。	指導室	自己評価: ○ 合同研究運動遊び部会を年間5回開催し、さまざまな教育・保育施設から参加した。「中野区運動遊びプログラム」等を基にし、子どもの姿に添った研究を深め、自園の保育に活かすとともに、資料は全園に供覧され保育の参考に使用されている。	身体を動かすことが好きな乳幼児が、小学校へ入学してからも身体を動かす楽しさ・心地よさを味わい引き続き運動が好きな子どもに育っていくため、乳幼児ではどのような取組をすすめ、小学校ではどのような取組が行われているのか具体的に連携して取り組みが進められるよう検討していく。

■子どもの体力を向上させる取組の推進 (計画冊子ページ:P73)

取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区内小・中学校において、体力向上プログラムに基づく指導の充実を図り、運動能力の到達目標(中野スタンダード)の達成を目指します。	指導室	自己評価: ○ 令和3(2021)年度と比べ、小学校6年生が達成した項目数は11で横ばい、中学校3年生は13から12に減少した。 【達成状況】 ・小学校6年生 11/16 ・中学校3年生 12/18	・児童・生徒の運動習慣の状況について、ほとんどの学年の割合が横ばいの状態であるが、新型コロナウイルス感染症拡大以前とも比較しながら、さらに分析していく必要がある。 ・中野スタンダードの目標値を含む体力向上プログラムのあり方について検討する必要がある。

小学校の体育の授業において、保健体育科教員を志望する学生に補助員として参加してもらうなど、運動を身近なものとする取組を進めます。	指導室	自己評価：△	<ul style="list-style-type: none"> ・運動を身近なものとする取組について、体力向上検討委員会で検討していく必要がある。 ・学生などの補助員が児童・生徒と関わることのできる方法を検討していく必要がある。
		<p>学校は、児童・生徒の実態に応じて、朝や休み時間、放課後に外遊びやスポーツ教室の機会を設け、運動時間の確保に取り組んでいる。</p> <p>新型コロナウイルス感染症の影響により、学生を補助員として参加させることができなかった。</p>	
運動が苦手な子どもでも進んで参加できるよう、特定の種目に限定せず、児童・生徒の興味や関心に応じて柔軟に活動できる取組や部活動等を充実していきます。	指導室	自己評価：○	<ul style="list-style-type: none"> ・各学校の体力向上の取組は、学校便りやホームページ等により、保護者・地域にすすんで紹介するよう呼びかけていく。
		<p>小学校では、縦割り班活動において、高学年の児童を中心に、低学年も一緒に遊ぶことのできる種目を考え、楽しく体を動かすことのできる時間を設けている。</p> <p>中学校では、運動会の一部の競技において、生徒が考えた種目やルールを取り入れる学校が増えている。</p>	
■学校運動部活動の活性化（計画冊子ページ:P73）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区内の各種競技団体と協力し、指導者の派遣等により運動部活動の活性化や競技力向上を図ります。	スポーツ振興課	自己評価：○	<ul style="list-style-type: none"> 地域スポーツクラブおよび民間事業者との連携をさらに強め、部活動の活性化等を図っていく必要がある。
		<p>教育委員会や中学校長、部活動を担当する教員と、部活動の地域移行等についての意見交換を行い、区内競技団体の情報共有などを行った。</p>	

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	4 区内スポーツ団体等との連携、支援
目指すべき状態	積極的に運動・スポーツに取り組んでいる区民が主体となって、他の区民を巻き込みながら、地域のスポーツ活動が大きな広がりを見せています。
施策の方向性	区内スポーツ団体や大学等が、お互いの情報を共有し、協力して課題の解決ができる環境を整備し、スポーツに関わる人材の育成や活動環境の改善に取り組み、区民の自発的なスポーツ・健康づくり活動の輪を広げていきます。

成果指標 スポーツを支える活動に関わった区民の割合		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
15% (2020年度)	10.8%	20%
データ出典	中野区区民意識・実態調査	
実績把握頻度	毎年度	

主な取組			
■一般社団法人中野区体育協会との連携、支援（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
多くの競技者が参加する区民大会をはじめ、技術力や指導力を高める教室や研修などが活発に行われ、加盟団体の活動が拡大・発展するよう支援を行います。	スポーツ振興課	自己評価：○ 区内の社会体育団体が区民を対象として開催する体育大会について、一部経費の補助を行っている。	区の補助が高い成果に繋がるよう、連携や支援についての検討を続けていく。
競技者のネットワークを活かした活動や事業等を通じて、区内スポーツ団体の中心的な存在として、効果的な情報発信がなされるよう、連携、支援していきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 生涯学習&スポーツガイドブック、区HP、区内スポーツ施設指定管理者HP等で情報発信に努めた。	今後も紙媒体だけでなく、インターネット等も含めて効果的な情報発信に取り組んでいく。
■中野区スポーツ推進委員との連携、支援（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
中野区スポーツ推進委員が地域のスポーツに関する身近な相談相手として地域に貢献できるよう、区内スポーツ施設や競技団体、地域団体等との連携を支援していきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ スポーツ推進委員会主催の事業の他、「中野区民ふれあい運動会」や教育委員会主催の「中野区立学校フットボール大会」などの事業への協力も行った。	スポーツ推進委員が支援を行った団体等が、主体的、継続的に活動を行えるよう、教室運営のノウハウ等も伝えていく必要がある。
スポーツ推進委員の資質向上のため、指導者研修などへの派遣を積極的に進めていきます。	スポーツ振興課	自己評価：○ 令和4年度に3名が初級障がい者スポーツ指導員の資格を新たに取得し、初級、中級含め14名のスポーツ推進委員が有資格者となった。	各スポーツ推進委員が研修等で習得した知識や経験を、地域の団体や個人とも共有し、区内全体の資質等向上につなげていくことが必要となる。

■地域スポーツクラブとの連携、支援（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
地域スポーツクラブとの情報の交換や共有の場を設け、区のスポーツ施策との連携を深めていきます。また、活動場所の確保や、広報活動への協力を行います。	スポーツ振興課	自己評価：○	理事会や運営委員会のほか、公認クラブの協力や理解を得て、区が目指す、より自主的なクラブ運営を実現できるような支援の方法を検討していく。
		理事会や運営委員会において、活動報告等の定例的な内容以外に、区基本計画における今後の地域スポーツクラブ運営や部活動の地域移行等のテーマについて、情報共有や意見交換を行った。	
■区内大学等との連携（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区内大学や高校等によるスポーツや健康づくりに関する講習会、イベント等を通して、専門的なスキルを区民の健康の維持・増進に役立てます。	スポーツ振興課	自己評価：○	学生と地域の高齢者等との交流など、これまで活動の領域が異なっていた主体相互の交流を促進していき、より多くの区民の健康増進、スキル向上を目指していく必要がある。
		東洋大学との連携事業として、区内小学生に対しての技術指導等を目的とした「少年・少女野球教室」を哲学堂運動施設のイベント事業として行った。	
■スポーツを核とした関係者や団体間の連携（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区内のスポーツ関係者や団体等が相互に連携し、その専門性を活かせる基盤を整備します。	スポーツ振興課	自己評価：○	健康福祉審議会を始め、関係団体等からの意見などを通じ、今後の全体的なスポーツ施策について検討を進めていく。
		健康福祉審議会において、より深い議論を行えるよう、第10期からスポーツ・健康づくり部会を設立するための準備を行った。	
■スポーツを支える人材の育成（計画冊子ページ:P75）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
スポーツ指導、クラブ運営、事業ボランティアなど、スポーツを支える人材を育成するとともに、地域や団体とのマッチングを図り、活動の輪を広げていきます。	スポーツ振興課	自己評価：○	東京2020大会をきっかけにボランティア等を経験した区民が、今後も活動を続けていけるような環境づくりに取り組んでいく。
		オリンピック・パラリンピック推進事業の企画・運営を担った、中野区オリンピック・パラリンピック推進実行委員が、令和4年度から新たに中野区スポーツ推進委員として活動を開始した。	

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	5 健康的な生活習慣の定着支援
目指すべき状態	区民一人ひとりのライフステージやニーズに応じた健康づくりに取り組むことで、栄養・運動・休養の調和がとれた健康的な生活習慣が定着しています。
施策の方向性	健康的な生活習慣の定着に向けて、意識啓発や環境づくりを進めます。また、区民一人ひとりが抱える健康課題について理解促進を図るとともに、心の悩みのある区民に対する相談支援と、メンタルヘルスへの正しい知識を広げる心の健康づくりを推進します。

成果指標 自身の健康状態が「よい」と思う区民の割合		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
85.7% (2020年度)	81.9%	90%
データ出典	健康福祉に関する意識調査	
実績把握頻度	計画策定前年度(3年ごと)	

主な取組			
■精神保健相談（計画冊子ページ:P77）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
受診までには至らない、あるいは受診したいができないなど、心の悩みのある区民、家族及び関係者を対象に専門医師による相談を実施します。また、認知症やアルコール・薬物等の依存症の相談も実施します。	すこやか福祉センター	自己評価：○ 心の悩みのある区民、家族及び支援関係者を対象に専門医師、医療系専門職による精神保健相談を実施している。	区民、家族及び支援関係者にメンタルヘルスに関する相談支援体制の情報提供を行う。また、必要な支援に結びつくよう、支援関係者の連携を進める。
■地域健康活動支援（計画冊子ページ:P77）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
地域における区民への健康思想の普及啓発と健康づくりや人材育成を目的として、医療系専門職による相談、講座、食育活動の支援や講師派遣など地域における健康づくりやグループ活動を支援します。	すこやか福祉センター	自己評価：○ 地域健康学習支援、口腔健康学習支援、地域栄養活動支援、依頼出前講座などの事業を実施し区民の健康づくりを支援した。	区民が健康づくりに関心を持ち、自主的な活動に取り組むなど、地域での健康増進を進められるように、情報発信等の方法を検討していく。
■健康づくり支援（計画冊子ページ:P77）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
世界禁煙デー、世界糖尿病デー等の取組等について、パネル展示などを行い、健康づくりに関する普及啓発を推進します。また、中野区民の健康づくりを推進する会等と連携して、フレイル予防や健康づくりに関する事業などを実施します。	保健企画課	自己評価：○ ・パネル展示による健康づくりに関する普及啓発ができた。 ・休止している中野区民の健康づくりを推進する会について、あり方を検討している。	・健康づくりに関する事業実施について、他自治体や事業者から聞き取りを行い、取組内容を検討する。 ・中野区民の健康づくりを推進する会のあり方について、方向性を決める。

■熱中症対策の普及啓発（計画冊子ページ:P77）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
熱中症を予防するために、暑さを避け、エアコンを適宜使用することや、こまめな水分補給を行うことなど、対応策の普及啓発に努めます。	保健予防課	自己評価：○	新型コロナウイルス感染症の類型移行後も、感染予防と熱中症予防行動の両者に配慮出来るような効果的な情報発信について検討していく。
		ホームページや区報等で啓発を行うとともに、ハイリスク者等を支援する関係部署や防犯パトロールと連携するなど新たな情報発信を行った。	

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	6 データ分析や健診等による健康づくりの支援
目指すべき状態	各種データの収集・分析等に基づく健康づくりを推進することによって、疾病の早期発見・早期治療を行い、区民の健康寿命が延伸しています。
施策の方向性	特定健康診査や診療報酬明細書などのデータの収集・分析に基づき、ターゲットを絞った保健事業の実施など効果的な事業を展開し、あわせて受診動向などを推進しながら、がん等検診の受診率向上に取り組めます。また、パーソナルヘルスレコードの活用やナッジ理論を活用した健康に関心の低い区民へのアプローチにより、生涯を通じた健康づくりの支援を進めます。

成果指標 健康診断を毎年受けている人の割合		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
71.8% (2020年度)	74.5%	75%
データ出典	健康福祉に関する意識調査	
実績把握頻度	計画策定前年度(3年ごと)	

主な取組			
■生活習慣病予防対策事業（計画冊子ページ:P79）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
糖尿病の予防のために、特定健診などの結果、糖尿病予備軍と判定された区民に対して、日常的な運動習慣の定着や食生活を含めた生活習慣を改善できるように支援します。	保健企画課	自己評価：○ スポーツクラブに委託して実施している生活習慣病予防対策事業に32名の参加があり、事業実施の効果があつた。	・生活習慣病予防対策事業の参加者がより増えるよう、事業の普及啓発を図っていく。 ・自主的な改善行動に結びつかない糖尿病予備軍に対するアプローチを検討する。
■受動喫煙防止対策事業・禁煙外来治療費助成事業（計画冊子ページ:P79）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区民や飲食店等に対して、受動喫煙防止に関する制度や受動喫煙が健康に及ぼす悪影響について普及啓発等を行います。	保健企画課	自己評価：○ ・世界禁煙デー(5/31)及び禁煙週間(5/31～6/6)にパネル展示を行い、禁煙に関する普及啓発を行った。 ・29件の飲食店等に指導訪問を行った。	引き続き禁煙及び受動喫煙の被害に関する普及啓発を行い、適宜飲食店等に対して指導訪問を行っていく。
禁煙に取り組む区民を支援し、受動喫煙による健康被害を防止するために、禁煙外来治療費の一部を助成します。	保健企画課	自己評価：○ 禁煙外来治療費助成に対して56名の登録申請があり、4名に交付した(令和5(2023)年3月末日現在)。禁煙治療薬の出荷保留により、例年より実績が少なくなっている。	禁煙治療薬の出荷状況を注視し、出荷再開の際には禁煙外来治療費助成制度の周知をあらためて行う。

■データヘルス事業（計画冊子ページ:P79）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区民の生活の質の向上、健康寿命の延伸及び医療費の適正化のために、医療や健康に関するデータを活用して、疾病の早期発見・早期治療、重症化を予防する取組を推進します。	保健企画課	自己評価：○	より受診行動につながる勧奨の方法や効果的な保健指導について引き続き検討を行う。
		特定健診結果、レセプトデータから対象者を抽出し、医療機関への受診勧奨や重症化予防を目的とした保健指導を実施した。	
■がん等検診の実施及び受診勧奨事業の実施（計画冊子ページ:P79）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
がん等の疾病を早期発見し、早期治療につなげるとともに、健康管理に関する正しい知識を普及するためにがん等検診を実施します。	保健企画課	自己評価：○	新型コロナウイルス感染症の影響による受診者の減少を回復するため、受診につながる勧奨方法について検討する必要がある。
		6月から2月末までがん等検診を実施した。新型コロナウイルス感染症の影響で受診者数が減っていたが、広報等を行い、回復傾向にある。	
がんによる死亡率の減少を目指して、ナッジ理論を活用した受診勧奨を行います。さらに、パーソナルヘルスレコードの活用を推進することにより、区民が、がん検診などのデータを一元的に把握しやすくすることで、一人ひとりの健康増進や生活改善につなげていきます。	保健企画課	自己評価：○	新型コロナウイルス感染症の影響による受診者の減少を回復するため、受診につながる勧奨方法について検討する必要がある。
		・ナッジ理論を活用した子宮頸がん・乳がん検診の受診勧奨を行い、受診に繋げることが出来た。 ・パーソナルヘルスレコード対応を行い、個人のマイナポータルで検診データを把握出来るようになった。	
■客観的データに基づく運動機能向上の推進（計画冊子ページ:P79）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区立スポーツ施設等の利用者や事業参加者の身体能力や健康状態のデータを活用し、区内大学や医療関係者等と連携し、運動やスポーツの効果を科学的に分析し、運動機能を高める取組を推進していきます。	スポーツ振興課	自己評価：○	体力測定の結果を個人に活用してもらおうと共に、区としての活用方法などを検討していく必要がある。
		スポーツ・コミュニティプラザにて、子どもから大人までを対象とした体力測定会を実施した。	

計画進捗管理シート

計画名称	スポーツ・健康づくり推進計画
施策	7 食育の推進
目指すべき状態	食に対する意識や理解を深めるとともに、健全な食生活を身につけることで、区民の健康が維持・増進されています。
施策の方向性	子どもから高齢者まで、ライフステージに合わせて、栄養バランスのとれた食事の大切さや健康的な食習慣、歯と口腔のケア等の普及啓発を進めていきます。

成果指標 食べ物や食生活に関して栄養バランスや規則正しい食生活を心がけている人の割合		
計画策定時	2022年度実績	2025年度目標
58.8% (2020年度)	55.1%	63%
データ出典	健康福祉に関する意識調査	
実績把握頻度	計画策定前年度(3年ごと)	

主な取組			
■各ライフステージに合わせた食育の推進と食生活支援（計画冊子ページ:P81）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
妊娠期からの口腔ケアや健全な食生活の確立を目指す講習会を実施するとともに、栄養相談体制を充実し、安心で健康的な出産に向けた支援を行います。	すこやか福祉センター	自己評価：○ ・妊娠期における口腔ケアや健全な食生活についての普及啓発を図るため、妊婦歯科栄養講習会を実施するとともに食事調査を行い、結果を返却している。 ・妊婦向け食事についての区ホームページは、年間約5000件の閲覧があった。	・妊娠初期からの講習会参加を勧奨していく。なお、令和5(2023)年度は講習会を20分拡大し、内容の充実を図る。
乳幼児健康診査時の月齢に応じた食習慣支援、離乳食や食育等の講習会の実施など、家庭における食育を推進します。	すこやか福祉センター	自己評価：○ 月齢に応じた食習慣を支援するため、離乳食・歯みがきスタート講座、離乳食講習会、食育講習会をすこやか福祉センターや児童館等で実施している。	離乳食・歯みがきスタート講座、離乳食講習会、食育講習会を継続して実施し、区民の需要に応じて完了期コースも新たに実施していく。
保育施設・幼稚園等の給食、行事食や食に関わる体験を通じ、食に対する興味や関心を高める取組を進めます。さらに小・中学校では、給食で食に関する指導を行うとともに、教科や学校行事等の中に食育を位置づけて推進します。	保育園・幼稚園課 指導室	自己評価：○ 【保育園・幼稚園課】 子どもが体験できるクッキング保育や給食の当番活動など、新型コロナウイルス感染症予防のために中止していた活動を、感染対策を施しながら可能な限り実施した。 【指導室】 季節や各月の給食目標に合わせた食育動画を作成し、給食時間に児童・生徒が視聴しながら食事をするなど、黙食の中でも子どもたちがおいしく楽しく食べられる工夫を各校で実施した。	【保育園・幼稚園課】 新型コロナウイルスの影響で、会話をしながら楽しく食事をすることが少なくなっている。今後は以前のように給食を楽しむにできる取り組みを計画していく。 【指導室】 新型コロナウイルス感染症拡大の状況下では、食に関する体験は映像や紙資料が多かった。今後は、野菜の皮むきや畑の見学、スポーツと栄養に関するゲストティーチャーの招聘など、実体験を伴った食育を計画的に実施していくことが必要である。

若い世代や働き盛り世代に向けて、個人の生活環境に合わせた栄養情報の提供や、食生活改善のための取組提案等、生活習慣病予防のための望ましい食生活実現に向けた支援を行います。	保健企画課 すこやか福祉センター	自己評価：○ 【保健企画課】 食育月間(6月)や食生活改善普及月間(9月)の際にパネル展等を実施し、食生活改善の普及啓発を行った。	【保健企画課】 若い世代や働き盛り世代に向けた食生活改善の支援について、関係所管課と連携し、他自治体の取組等について研究し、今後の事業内容を検討する。
高齢者が食を通じた健康づくりに取り組めるよう講習会を実施するほか、地域で食事をする機会や交流を通じて健康的な食生活が維持できるよう支援します。また、食べる機能を維持するための口腔ケアや体操の普及等、低栄養予防の支援も行います。	すこやか福祉センター	自己評価：○ ”・高齢者向けの講習会等や個別の相談支援を行っている。 ・口腔ケアについては、リーフレット等配布対応した。”	高齢者の低栄養を予防する食事、食べる機能を維持するための口腔ケアや体操の普及に努めるとともに、講習会等を実施していく。
各世代の食育推進の支援として、各ライフステージに向けた食育リーフレットを作成します。	保健企画課	自己評価：○ ・帝京平成大学との包括連携事業により、区と大学が連携しながら、食におけるライフステージ毎の課題や摂取のポイント等をまとめたリーフレットの作成を行った。	令和5(2023)年度にリーフレットの発行・配布、リーフレットを活用した健康的な食習慣等の普及に向けて区民向けの講座を実施する予定である。
■健康づくり事業等における食育の普及啓発（計画冊子ページ:P81）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区ホームページ、食育月間や健康づくり事業、講習会等の機会を捉えて、栄養バランスのとれた食事の大切さや健康的な食習慣、栄養成分表示の活用について等、食に関する情報発信をするとともに、健康づくりシンボルマーク・標語や、親しみやすい食育マスコットキャラクター「うさごはん」を活用し、あらゆる世代の区民に対して普及啓発を図っていきます。	保健企画課 保健予防課 すこやか福祉センター	自己評価：○ 【保健企画課】 ・区のホームページやパネル展示により、食育や健康づくりについての普及啓発を行った。 ・区ホームページの食育ポータルサイトをリニューアルし、ライフステージごとの項目分けにして、見やすくした。 【保健予防課】 特定給食施設等の講習会において栄養成分表示の活用についてテーマを設け、理解促進のため情報提供を行った。また、区民への栄養成分表示活用の普及啓発として、すこやか福祉センター・保健企画課において栄養・食育事業にその内容を盛り込むことができるよう、情報提供を行った。 【すこやか福祉センター】 講習会、健康づくり事業等で栄養バランスのとれた食事の大切さや健康的な食習慣等について、普及啓発を図っている。	【保健企画課】 引き続きホームページ等での食育や健康づくりに関する普及啓発を行っていくとともに、健康づくり事業や講習会等の実施について検討を行っていく。 【保健予防課】 引き続き特定給食施設等の相談支援・講習会、栄養関係者会議等の機会を捉え、栄養成分表示の普及啓発のための情報提供を行っていくとともに、すこやか福祉センター・保健企画課の栄養・食育事業における栄養成分表示の普及啓発が充実するよう後方支援に努める。 【すこやか福祉センター】 引き続き効果的な実施方法を検討していく。

■食育推進団体や区内栄養士等との連携と人材育成（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
地域の食育推進団体や栄養士等と連携して、事業等での食育の普及啓発や相談・助言を行います。また、これらの団体等による食育の推進を支援します。	保健企画課	自己評価：○	・今後も地域を巻き込んだ食育活動に対し、補助金交付等を通して支援していく。 ・食育推進団体の新規開拓について、他自治体の取組を参考に検討を進めていく。
		食育推進団体に対して、事業を実施する際の後援や補助金交付等を行い、食育推進を支援した。支援を受けた食育推進団体により、味噌づくり等の食育活動が行われた。	
特定給食施設等の利用者とその家族や地域への健康増進を図るために、給食施設従事者に対して栄養管理等に関する相談支援や講習会等による情報提供を行うほか、「新しい生活様式」を視野に入れ、災害時の食生活について、区内給食施設、行政、地域で活動する管理栄養士・栄養士との協力・連携体制を構築します。	保健予防課	自己評価：○	栄養施策の動向や特定給食施設等における課題を見極めつつ、引き続き相談支援・講習会、栄養関係者会議等を行っていく。
		特定給食施設等に対して、栄養管理に関する相談支援や、コロナ禍の食行動、国の施策から給食に求められる役割等をテーマにオンライン講習会を実施した。また、協力・連携体制構築を目指し地域や行政の管理栄養士・栄養士連絡会議をそれぞれ開催した。	
■食品関連事業者における食育の推進（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
区内飲食店等と連携し、消費者に向けた健康に配慮した食事内容の啓発や選択の推奨など、暮らしの中で自然と健康的な食生活を送りやすい環境づくりを推進します。	保健企画課	自己評価：○	健康的な食事提供に関する検討をした結果、実現可能な方法を検討する必要があるため、引き続き他自治体の取組や食生活関連の事業を行っている事業者への聞き取りを行い、「自然と健康的な食生活を送りやすい環境づくり」の実施方法を検討する。
		先行自治体や健康づくりの取組を行っている事業者から聞き取りを行い、中野区において実施する場合の事業方法等の検討を行った。	
■環境を意識した食育の推進（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
「もったいない」食品ロスを削減するための情報をわかりやすく提供し、区内事業者や大学等と連携した取組を進めて、食品ロス削減意識の浸透と行動変容の促進・定着を図ります。また、仮称中野区食品ロス削減推進計画を策定し、総合的に取組を進めます。	ごみゼロ推進課	自己評価：○	・庁内各部署や関係団体等と連携した各取組の推進 ・動画作成や、広報の電子化・SNSの活用等、効果的な広報の促進
		・区内大学と連携し、大学考案レシピの区情報誌へ掲載したほか、レシピを活用した親子料理教室を実施した。 ・区内飲食事業者考案のレシピを区内大学が調理し、区情報誌へ掲載した。 ・食品ロスの現状や削減のポイントをまとめた電子資料を作成し、区内小学校や町会事業での出前講座等で活用した。 ・区内食品事業者への調査結果等を踏まえ、令和5(2023)年3月に「中野区食品ロス削減推進計画」を策定した。	

■食の安全性の確保（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
毎年度、中野区食品衛生監視指導計画を策定し、食の安全確保に関する事業を実施します。	生活衛生課	自己評価：○	講習会や普及啓発活動に関しては、引き続きWEB等を活用した方法も、必要に応じて検討する。
		「中野区食品衛生監視指導計画」に基づき事業を実施してきた。講習会や普及啓発活動についても、新型コロナウイルス感染症の感染防止対策を講じたうえで実施した。	
消費者、事業者、行政の三者が情報・意見交換を行うリスクコミュニケーションを推進し、食の安全・安心確保に関するさらなる普及啓発に努めます。	生活衛生課	自己評価：○	意見交換の機会については、新型コロナウイルスの感染状況を踏まえて、開催方式を検討していく。
		新型コロナウイルス感染症の影響で、意見交換の機会は設けなかったものの、実施することができた。	
■なかの里・まち連携による農業体験等の実施（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
食に対する感謝を深めていく上で、食を生み出す生産過程を理解することが重要なため、なかの里・まち連携事業の中で、現地に宿泊して農業体験や収穫体験を行うなどの交流事業を実施します。	産業振興課	自己評価：○	今後の感染状況を考慮しながら、区民が求める農業、収穫体験等の実施に努めていく。
		新型コロナウイルス感染症の感染状況を考慮しつつ、交流事業の一環としてツアーを行い、農泊等の農業体験や果物等の収穫体験を実施した。また、連携自治体主催の物産展を区内で実施し、野菜等農産物を販売した。	
■歯と口腔の健康事業（計画冊子ページ:P82）			
取組内容	所管	令和4(2022)年度の取組状況と自己評価	今後の課題
各ライフステージに応じた口腔機能を維持するとともに、自らが歯科疾患予防に取り組むよう、様々な機会を通じて歯科口腔保健の知識を普及します。	すこやか福祉センター	自己評価：○	感染状況を考慮しながら、通いの場や事業を通して各ライフステージに応じた歯科疾患予防法や知識の普及啓発を行い、区民の歯科健康の推進・増進に努める。
		新型コロナウイルス感染症の影響により通いの場や事業開催が厳しい状況であったが、感染状況を考慮しながら、講話中心に媒体等を活用し、各ライフステージに応じた内容で知識の普及啓発を行った。	
むし歯や歯周病の予防方法など、歯や口に関する相談に応じるとともに、自主学習グループなどに、講師を派遣して、歯や口に関する講習会を開催するなど、口腔の健康に関する地域の活動を支援します。	すこやか福祉センター	自己評価：○	引き続き新型コロナウイルス感染症等の感染予防に配慮しながら、効果的な実施方法を検討していく。
		事業の目的・対象者や地域の実情に合わせて、定員や時程等を工夫し、新型コロナウイルス感染症の感染予防に配慮し実施した。	