

## 循環器病対策～未来を育てるベジしゅうかん～の取組について

### 【循環器病における現状と課題】

○岩手県の令和2年脳卒中年齢調整死亡率は男性 147.2（全国 93.8）女性 84.3（全国 56.4）で、都道府県別では男女ともに全国ワースト1

○気仙地域では脳卒中5年平均年齢調整死亡率が（R3：107.2 R4：113.2 R5：117.0）と増加傾向

脳卒中最大の危険因子といわれる血圧リスク保有者\*の割合は男性：67.5%（県66.2%）女性：57.0%（県54.2%）と県平均より高値

\* ①収縮期血圧130mmHg以上 ②拡張期血圧85mmHg以上 ③服薬（血圧）あり いずれかに該当する者

○県が実施した調査結果では、主食・主菜・副菜をそろえて食べる人の割合（H24:68.8 H28:63.4 R4:57.5%）、野菜摂取量の平均値（H24：316g H28：296g R4：280g）は年々減少

○令和6年度に管内市町村が行った野菜摂取量測定会で高校生の野菜不足が顕著

## 1. 事業の概要

### (1) 目的

プレ働き世代の高校生が主体的に健康と向き合い、望ましい生活習慣を身に付ける

### (2) 対象

管内県立高等学校の生徒、地域住民

### (3) 実施主体

岩手県大船渡保健所 / 大船渡市 / 陸前高田市 / 住田町

### (4) 協力機関

管内県立高等学校（大船渡高校 大船渡東高校 高田高校 住田高校）

管内野菜販売店（スーパー、コンビニ、ドラックストア、産直）、自動販売機設置業者、食生活改善推進員、沿岸南部地区学校栄養士協議会、管内事業所

### (5) 実施時期

令和7年7月～12月

## 2. 事業内容

野菜摂取増加の呼びかけを強化する「未来を育てるベジしゅうかん（11/19～30）」期間中、高校生と協働し、学校や地域で野菜摂取増加に向けた普及啓発を展開する。

### (1) 野菜摂取量測定会の実施

・「未来を育てるベジしゅうかん」前後に各高校でベジメータ<sup>®</sup>を活用した野菜摂取量測定会を実施。週間前の測定会では野菜摂取量を増やす方法や健康的な食事のアドバイスを実施し、自分の野菜摂取量レベルの変化を数字で見える化。

### (2) 学校（高校）での普及啓発

- ・野菜摂取を促すキャッチコピーの検討、「ベジしゅうかん」ポスター及びPOPの作成
- ・自動販売機への野菜ジュースの導入と自動販売機へのPOPの掲示
- ・昼休みの校内放送及びTeamsによるベジしゅうかんの周知と野菜摂取増加の呼びかけ

### (3) 地域での普及啓発

- ・スーパーやコンビニの野菜・サラダ売り場へ野菜摂取を促すPOPの掲示
- ・簡単に作れる野菜料理レシピの配架
- ・街頭キャンペーンによる野菜摂取の呼びかけ

- ・事業所内に野菜摂取を促すPOPの掲示
- ・地元新聞社でのベジしゅうかんの取組周知

### 3. 取組による効果

- ・野菜ジュースを試してみるなどの行動変容が見られた
- ・野菜摂取レベルは相対的に増加傾向が見られた
- ・ベジしゅうかんに併せて、規格外野菜を活用したベジスープを全校に提供するなど各学校の特色を生かした独自の取組が見られた
- ・高校生に公衆衛生分野の管理栄養士や保健師の仕事について理解してもらう機会となった
- ・相互協力による取り組みで実施できる内容が広がり、従事者のモチベーションが向上。

### 4. 今後の方向性

- ・今年度の結果を検証しながら連携を強化し、地域の事業所の協力と高校生の視点・アイデアにより事業を継続して展開していく。

【ベジしゅうかんポスター：大船渡東高校作成】



【野菜摂取促進POP：高校生（大船渡東高校・高田高校）作成】



【野菜摂取量測定会】

写真省略