

日食協発 274号  
平成19年3月20日

各県（市）衛生主管課長 様

財団法人 日本食生活協会  
会長 松谷満子

## 食生活改善推進員の養成時間について

早春の候、ますますご清栄のこととお慶び申し上げます。

日頃より当協会の諸事業につきまして、ご理解、ご協力を賜りまして厚くお礼申し上げます。

食生活改善推進員の養成につきましてもご理解を頂き、市町村単位で開催されております養成にも、県ならびに保健所等にご支援を頂いているところであります。

かねてより標記養成につきまして、養成時間が長いのではないかと等、県・市町村協議会よりご質問を頂いていたところであります。

この度厚生労働省よりご指導を頂き、厚生省保健医療局地域保健・健康増進栄養課長通知第53号（「国民の健康づくり地方推進事業の推進について」）「食生活改善推進員の養成について」の通達による「40時間程度」の養成時間を、講義の内容を見直し「20時間程度に認める」との了解を得ました。

このことから別紙カリキュラムによりご指導頂きますようお願いいたします。

なお、本事業はすでに地方交付税の対象事業となっていることから、変更について厚生労働省より改めて文書で通知することはありませんので申し添えます。

〈食生活改善推進員養成カリキュラム・20時間〉

項 目	実 施 概 要																												
教 育 時 間	10単位／20時間（1単位は概ね2時間とする） 1日2単位／計5日とする（開催日時、間隔等については地域の状況により設定する）																												
教 育 方 法	講義、実習共、1教室20～30人程度とする																												
講 師	医師、管理栄養士、保健師、運動指導士（管理栄養士有資格）等健康づくりのための専門知識を有するものとする																												
教 育 場 所	市町村保健センター、保健所、公民館、その他企業内研修室等適当な場所で開催する																												
カリキュラム	<table border="0"> <tr> <td>①食生活改善推進員と地区組織活動</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> <tr> <td>②国民の健康状況と生活習慣病予防</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> <tr> <td>③健康日本21</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> <tr> <td>④食育（食事バランスガイドを使って）</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> <tr> <td>⑤食品衛生と食環境保全</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> <tr> <td>⑥調理（理論と実習）</td> <td>.....</td> <td>4単位</td> <td>8時間</td> </tr> <tr> <td>⑦身体活動・運動（理論と実技）</td> <td>.....</td> <td>1単位</td> <td>2時間</td> </tr> </table>	①食生活改善推進員と地区組織活動	.....	1単位	2時間	②国民の健康状況と生活習慣病予防	.....	1単位	2時間	③健康日本21	.....	1単位	2時間	④食育（食事バランスガイドを使って）	.....	1単位	2時間	⑤食品衛生と食環境保全	.....	1単位	2時間	⑥調理（理論と実習）	.....	4単位	8時間	⑦身体活動・運動（理論と実技）	.....	1単位	2時間
①食生活改善推進員と地区組織活動	.....	1単位	2時間																										
②国民の健康状況と生活習慣病予防	.....	1単位	2時間																										
③健康日本21	.....	1単位	2時間																										
④食育（食事バランスガイドを使って）	.....	1単位	2時間																										
⑤食品衛生と食環境保全	.....	1単位	2時間																										
⑥調理（理論と実習）	.....	4単位	8時間																										
⑦身体活動・運動（理論と実技）	.....	1単位	2時間																										

〈各カリキュラム内容〉

カリキュラム			講 習 内 容
項 目	単 位	時 間	
①食生活改善推進員と地区組織活動	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○期待される食生活改善推進員</li> <li>○食生活改善推進員と地区組織活動</li> <li>○市町村・県・全国食生活改善推進員団体連絡協議会の概要</li> <li>○あなたも地区組織活動に参加しましょう               <ul style="list-style-type: none"> <li>・食生活改善推進員は地域における健康づくりの担い手</li> <li>・実践活動のすすめ方</li> </ul> </li> </ul>
②国民の健康状況と生活習慣病予防	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○国民・県民の健康の現状（国民・県民栄養調査、生活基礎調査等から健康状態、少子高齢社会、平均寿命・健康寿命、医療費、要介護支援状況等）</li> <li>○生活習慣病の概要と予防のポイント               <ul style="list-style-type: none"> <li>・メタボリック症候群他主な生活習慣病</li> <li>・腹囲サイズをチェック／BMIと適正体重</li> </ul> </li> </ul>
③健康日本21	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○これからの健康づくりの課題</li> <li>○「健康日本21」（9つの分野）理解と啓発・普及               <ul style="list-style-type: none"> <li>・栄養・食生活、身体活動・運動、休養・心の健康、たばこ、アルコール、歯の健康、糖尿病、循環器病、がん（参考：中間評価結果）</li> </ul> </li> </ul>
④食育（食事バランスガイドを使って）	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食育推進と食生活改善推進員の役割</li> <li>○年代別食育               <ul style="list-style-type: none"> <li>・乳幼児期、学童期、思春期、青年期、壮年期、高齢期の食育</li> </ul> </li> <li>○食事バランスガイドの活用</li> </ul>
⑤食品衛生と食環境保全	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○食品衛生と食中毒予防</li> <li>○食品表示               <ul style="list-style-type: none"> <li>・加工食品等の期限表示、栄養成分表示他</li> <li>・食品添加物</li> <li>・遺伝子組換え食品</li> </ul> </li> <li>○環境ホルモン</li> <li>○資源のリサイクル</li> </ul>

⑥調理（理論と実習）	4 単位	8 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○おいしくバランスの取れた食事</li> <li>○献立の立て方</li> <li>○食品成分表の使い方</li> <li>○調理実習 <ul style="list-style-type: none"> <li>・肥満が気になる人（生活習慣病予防含）の食事（エネルギー・脂質・食塩控）</li> <li>・単身者（若い女性含）のバランスの取れた食事</li> <li>・子育て世代（幼・学童期含）のバランスの取れた食事</li> <li>・高齢者の低栄養を防ぐ食事</li> </ul> </li> </ul>
⑦身体活動・運動（理論と実技）	1 単位	2 時間	<ul style="list-style-type: none"> <li>○身体活動・運動習慣のある生活</li> <li>○身体活動・運動実技 <ul style="list-style-type: none"> <li>・1週間に23エクササイズの身体活動を</li> </ul> </li> </ul>
合 計	10単位	20時間	