

平成30年2月21日  
熊本県宇城市

## 「さしより野菜・たっぷり野菜」事業の取組 ～血糖値の上昇をゆるやかに！～

宇城市で実施している特定健診結果では、メタボリックシンドロームと糖尿病の該当者の割合（メタボ16.6%、糖尿病9.8%）が年々増加傾向にあります。また、今年度、県が調査した健康・食生活に関する調査によると、宇城市民の野菜の食べる量が県平均を大きく下回ることが分かりました。

これらのことから、食事において「まず野菜から食べる」といった簡単な手法により満腹感を与え、血糖値の急上昇を防ぎ、動脈硬化や糖尿病などの予防につながる点に着目し、市民の健康的な生活習慣の改善に向け、3月から「さしより野菜・たっぷり野菜」事業をスタートします。

### 1 事業のねらい

- (1) 「さしより野菜」「血糖値の上昇をゆるやかに！」をキャッチフレーズに推進体制づくり（庁内関係各課・食育関係団体を巻き込んだ野菜・食に関する事業の共有展開）、野菜を食べる環境づくり、普及・啓発を三本の柱として事業推進を図る。
- (2) 市民一人一人が、食習慣の改善の一つとして取り組んでいただくことにより、健康寿命の延伸・重症化予防及び安心して暮らせる健康なまちの実現に向け、『周知』、『実践』、『継続』のサークルを確立する。

### 2 事業の概要

- (1) さしより野菜協力店（モデル店舗募集）  
モデル店を広報紙やHP等で募集し、「うきうきベジスポット」として認定します。
- (2) さしより野菜キャンペーン実施  
野菜の日（8月31日）から1か月間、協力店で飲食あるいは野菜を購入された方に抽選で野菜にちなんだ商品をプレゼントします。
- (3) ベジ1（ワン）コンテストinうき開催  
各世代に併せたレシピ（財布にやさしい・野菜おつまみ等3部門程度）を募集し、市の食に関するイベントに併せ表彰します。

#### (4) うきし健康マイレージ事業実施

食事や運動等、日々の生活習慣の改善につながる取組や、各種健診受診・健康講座等取組まれた方を対象にポイントを付与し、一定以上のマイレージ対象者にサービス（特典）が受けられるような取り組みを今後、計画しています。



##### 【問い合わせ先】

健康福祉部健康づくり推進課

園田課長、岩竹係長（担当：健康企画係）

〒869-0592 熊本県宇城市松橋町松橋 396-1

TEL : 0964-32-7100（直通）

FAX : 0964-32-6688

宇城市オリジナル「さしより野菜キャンペーン」の統一ロゴマーク。  
このロゴマークを用いたグッズ（のぼり等）も作成します。