

平成28年度 ウェルネス・チャレンジ事業

目的

平成25年3月に策定した「東京都健康推進プラン21(第二次)」で目指している、都民一人ひとりが望ましい生活習慣を継続して実践し、生活習慣病の発症・重症化予防を図るため、都民自らが負担感のない生活習慣の改善を実践できるよう、区市町村や民間団体等と連携して普及啓発及び環境整備を行う。

基本的な考え方

地域における食生活改善の普及啓発を行うため、野菜メニュー店の食環境を整備するための情報誌の発行を行う。また、関係団体と連携して、野菜メニューの摂取や身体活動・運動の増加を促すキャンペーンを行うとともに、中小企業の健康づくりや地域とのつながりを醸成する取組を支援する。

取組内容

	①地域における食生活改善普及事業	②あと10分歩こうキャンペーン	③野菜を食べる！習慣づくり	④中小企業の健康づくり支援事業
時期	通年	平成28年10～11月頃	平成28年10～11月頃	平成28年10～11月頃
内容	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜摂取の増加に向けた食環境整備の推進に向け「野菜メニュー店」の増加を図るため、取組内容を盛り込んだガイドブックを作成し配布し、普及を図る。 ○「野菜メニュー店」の普及を図り、都民の利用を推進するため、とうきょう健康ステーションにおいて「野菜メニュー店」を紹介するなど幅広く情報提供を行う。 	<ul style="list-style-type: none"> ○区市町村が作成している「ウォーキングマップ」を取りまとめるとともに、ウォーキングの効果等の情報を掲載した活用しやすいサイトを作成する。 ○階段の昇降など、日常生活の中で負担感なく実行できる簡単に運動量を確保できるメッセージを入れた駅階段広告を実施する。 	<ul style="list-style-type: none"> ○野菜摂取の増加に向け、調理師団体等と連携して「野菜たっぷり簡単レシピ」を作成し、ホームページ等を通じて普及啓発する。 ○野菜摂取量増加を呼びかけるメッセージの卓上のぼりを作成し、中央卸売市場との連携により都内青果店等に設置し、意識の醸成を図る。 	<ul style="list-style-type: none"> ○健康診断結果の有所見率の高い業種の中小企業の経営者等に対し、従業員の健康づくりに関する重要性や正しい知識を提供する講演会を実施する。

事項	4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
スケジュール	【①地域における食生活改善普及事業】	「野菜あとい皿」ガイドブックの印刷		店舗向けガイドブックの作成・印刷		【店舗募集】チェーン店への働きかけ		野菜メニュー店ホームページの更新(とうきょう健康ステーション内)				
	【②あと10分歩こうキャンペーン】	交通局との打合せ	駅階段広告契約	マップ掲載サイト契約	○第1回検討会(身体活動・野菜合同)	○第2回検討会(合同)	実施	公開	区市町村作成の「ウォーキングマップ」の掲載等(随時)			
	【③野菜を食べる！習慣づくり】	中央卸売市場との打合せ	調理師団体との打合せ	○卓上のぼり作成契約	○第1回検討会(身体活動・野菜合同)	野菜たっぷり簡単レシピ作成依頼	配布・掲示等	○講演会	配布・とうきょう健康ステーション掲載等			
	【④中小企業健康づくり支援】											