

## 就労継続支援A型事業所における利用者の知識・能力向上に係る実施状況報告書

事業所名	めぐる	事業所番号	2110102767
住所	岐阜市神田町8丁目2番地	管理者名	辻 春子
電話番号	058-267-1595	対象年度	令和5年度

### 利用者の知識・能力向上に係る実施概要

<p>&lt;活動内容&gt;</p> <p>活動場所：オンライン講習                  実施日程：令和5年6月3日                  実施の概要：食生活のポイントについて                  （・野菜の摂取量 ・メタボリックシンドローム等）                  参加利用者数：25人</p> <p>&lt;目的&gt;</p> <p>健康と食生活が深く関わっていることを再認識し、自身の普段の食生活を振り返るきっかけとする。健康で、元気に生活するために必要な食生活の知識を習得することで、一般就労に向けた生活の向上を目指す。</p> <p>&lt;成果&gt;</p> <p>1日に摂りたい野菜量や、減塩について学び、具体的に食生活に取り入れられそうな方法を知ってもらうことができた。朝食を摂ることや、食生活を見直すことが、自立し安定した日常生活を送ることに繋がると意識してもらえた。</p>	<p>&lt;活動の様子&gt;</p> <p>メタボリックシンドローム予備群と該当者の割合の推移（岐阜市）</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>年度</th> <th>男性 (%)</th> <th>女性 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>H28</td> <td>47.3%</td> <td>14.9%</td> </tr> <tr> <td>H29</td> <td>48.2%</td> <td>14.9%</td> </tr> <tr> <td>H30</td> <td>52.0%</td> <td>17.2%</td> </tr> <tr> <td>R1</td> <td>53.1%</td> <td>17.4%</td> </tr> <tr> <td>R2</td> <td>54.4%</td> <td>18.5%</td> </tr> <tr> <td>R3</td> <td>54.6%</td> <td>17.8%</td> </tr> </tbody> </table> <p>令和3年度メタボリックシンドローム予備群と該当者の年代別割合</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th rowspan="2">年齢</th> <th colspan="2">【男性】</th> <th colspan="2">【女性】</th> </tr> <tr> <th>予備群 (%)</th> <th>該当者 (%)</th> <th>予備群 (%)</th> <th>該当者 (%)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>40～49歳</td> <td>19.5%</td> <td>22.3%</td> <td>5.4%</td> <td>6.2%</td> </tr> <tr> <td>50～59歳</td> <td>22.1%</td> <td>39.2%</td> <td>6.6%</td> <td>12.1%</td> </tr> <tr> <td>60～69歳</td> <td>17.2%</td> <td>39.0%</td> <td>6.1%</td> <td>14.4%</td> </tr> <tr> <td>70～74歳</td> <td>18.2%</td> <td>40.2%</td> <td>5.3%</td> <td>14.4%</td> </tr> </tbody> </table> <p>出典：岐阜市特定健診・特定保健指導実施結果報告書</p> <p><b>毎日食べたい10種類の食品</b></p> <p>最近の1週間のうち、「ほぼ毎日食べる」食品に「○」をつけましょう!</p> <table border="1"> <tr> <td>さ 魚介類</td> <td>あ 油脂</td> <td>に 肉</td> <td>ぎ 牛乳・乳製品</td> <td>や 緑黄色野菜</td> <td>か 海藻類</td> <td>い 芋類</td> <td>た 卵</td> <td>だ 大豆・大豆製品</td> <td>く 果物</td> </tr> <tr> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> <td><input type="checkbox"/></td> </tr> </table>	年度	男性 (%)	女性 (%)	H28	47.3%	14.9%	H29	48.2%	14.9%	H30	52.0%	17.2%	R1	53.1%	17.4%	R2	54.4%	18.5%	R3	54.6%	17.8%	年齢	【男性】		【女性】		予備群 (%)	該当者 (%)	予備群 (%)	該当者 (%)	40～49歳	19.5%	22.3%	5.4%	6.2%	50～59歳	22.1%	39.2%	6.6%	12.1%	60～69歳	17.2%	39.0%	6.1%	14.4%	70～74歳	18.2%	40.2%	5.3%	14.4%	さ 魚介類	あ 油脂	に 肉	ぎ 牛乳・乳製品	や 緑黄色野菜	か 海藻類	い 芋類	た 卵	だ 大豆・大豆製品	く 果物	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
年度	男性 (%)	女性 (%)																																																																					
H28	47.3%	14.9%																																																																					
H29	48.2%	14.9%																																																																					
H30	52.0%	17.2%																																																																					
R1	53.1%	17.4%																																																																					
R2	54.4%	18.5%																																																																					
R3	54.6%	17.8%																																																																					
年齢	【男性】		【女性】																																																																				
	予備群 (%)	該当者 (%)	予備群 (%)	該当者 (%)																																																																			
40～49歳	19.5%	22.3%	5.4%	6.2%																																																																			
50～59歳	22.1%	39.2%	6.6%	12.1%																																																																			
60～69歳	17.2%	39.0%	6.1%	14.4%																																																																			
70～74歳	18.2%	40.2%	5.3%	14.4%																																																																			
さ 魚介類	あ 油脂	に 肉	ぎ 牛乳・乳製品	や 緑黄色野菜	か 海藻類	い 芋類	た 卵	だ 大豆・大豆製品	く 果物																																																														
<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>																																																														

### 連携先の企業や事業所等の意見または評価

- ・zoomでの講義が初めてだったので、資料作りが大変でしたが、幅広い年齢の多くの人に聞いてもらえて良かったです。皆さん真剣に、興味深く聞いていただいたのが伝わりました。（渡邊さん）
- ・講習会が初めてだったので緊張しましたが、今回の講習で歯医者への不安や恐怖が少なくなると嬉しいです。歯も身だしなみの一部なので、仕事をする上でも歯を大切に手入れすることは重要だと伝えられて良かったです。（水谷さん）

連携先企業（担当者） 岐阜市保健所 健康増進課 渡邊 菜月さん ・ 歯科衛生士 水谷さん

### 利用者からの意見・評価

- ・健康や体調に対しての意識を変えていきたいと思った。
- ・食生活を見直すきっかけになった。
- ・毎日の食生活と歯の健康に気をつけて、元気に働ける体作りを頑張ろうと思った。