



問健康増進課健康長寿担当
(内線 182・183)

昨年からはまった3年計画の「みよし野菜 食べて！歩いて！健康長寿」事業。昨年度は1,000人が参加し、今年度は新たに500人を募集します。新たに食を健康と絡めた「SMILE プロジェクト」も始動。三芳町の美味しい野菜を食べながら健康になる取り組みをご紹介します。



三芳町で収穫された野菜は「みよし野菜」としてブランド展開をしています。夏野菜の代表格きゅうりやトマト、トウモロコシなど、夏に皆さんがおいしく食べることができるように農家の皆さんが丹精込めて育てています。右のカレーは、福祉喫茶ハーモニーで曜日限定販売している「みよしっ子カレー」。みよし野菜を存分に使用した、地産地消で作られたものです。

年々増加する医療費

医療費が年々増加し、埼玉県では毎年約800億円ずつ増加することが見込まれています。三芳町も他人事ではありません。厳しい財政状況が続き、平成26年度は2億3千万円を一般会計から健康保険に補てんしました。今後も更なる赤字財政が予想され、ほかの行政サービスに支障をきたす恐れがあり、平成28年度から、国民健康保険税

県内トップ3平均寿命

健康上の問題がなく、日常生活を普通に送ることができる状態のことを「健康寿命」といいます。埼玉県内の三芳町の平均寿命は男性が80.6歳（県内2位）、女性が86.9歳（県内3位）と男女ともにトップ3に入っています。しかし、健康寿

命は男性78.94歳（県内14位）、女性が83.65歳（県内20位）でした。また、平成26年に実施した「三芳町日常生活圏域ニーズ調査結果」で、要介護（要支援）認定者が介護・介助が必要となった主な原因は「認知症」「高齢による衰弱」「脳卒中」の順で多く、さらに糖尿病や心臓病といった『生活習慣病』に起因することが多いとの結果となりました。年齢を重ねてからも生き生き

↓3月27日に行われた「ヘルシー三芳 ふるさとウォーキング大会」に参加した皆さん。



と暮らしたい思いは、住民全体の願いで、その実現に向けて行政への期待は大きいものとなっています。

味良しの味力を健康づくりに役立てる

一方、野菜を食べることは、肥満症や高血圧症、糖尿病、がんの予防効果に高いとされています。三芳町は、武蔵野の平地林からの恵みを農業に活かして、川越いもや新鮮野菜、そばや狭山茶などを栽培しています。それらは「みよし野菜」としてブランド化し、味と品質を広める取り組みを行い、町内外にみよし野菜の「味良しの味力」をPR

SMILE プロジェクト

そして今年度は、新しい試みとして「SMILEプロジェクト」を実施。これは健康的なお弁当を開発・販売することで、食に対する意識改善をし、体重コントロールを可能にするこ



①夏野菜と言えばトマト・きゅうり・トウモロコシ。②みよし野菜のロゴ。ロゴを使用し、ブランド化を推進中。

と、食材にみよし野菜を使用しPRすることを目的とし、10月に福祉喫茶ハーモニーでの販売をめざして始めました。

開発チームを設置し、淑徳大学学生や福祉喫茶ハーモニーと協力しながら、三芳町のおいしさ健康がギュッと詰まったお弁当を開発していきます。

500人を新募集

次頁では、昨年広報みよし7月号で紹介した健康長寿事業を振り返りながら、事業に新しく参加する500人を募集します。

SMILE プロジェクト

「食生活（S）を見直すため、みよし野菜（M）を使ったアイデア（I）弁当（L）を食べて十分（E）満足」という意味が由来のこのプロジェクト。5月からは、健康長寿事業参加者らと試食しながら試作品を考案し、試食会や啓発講座を行います。味付けは健康にいいからだけでなく、おいしさも追求。10月1日から三芳町に隣接するコピスみよし内の福祉喫茶ハーモニーでの販売をめざします。容器用のラベルシールを作成して、食育ワ



福祉喫茶ハーモニー店長 相澤 美穂さん

健康長寿事業がなぜ必要なのか

<p>現状</p> <p>埼玉県の医療費 1兆6,393億円（平成20年度）</p> <p>埼玉県の高齢化率 23.0%（平成25年）</p> <p>健康だと感じる人の割合 73.5%（平成21年） （平成16年調査から6.2ポイント低下）</p>	<p>課題</p> <p>医療費の急増 2兆3,700億円（平成29年度）</p> <p>急速な高齢化 23.0%（平成27年）▶31.8%（平成47年）</p> <p>健康不安の拡大 高齢化の進展で、健康だと感じる人の割合低下が懸念される。</p>	<p>目標</p> <p>健康長寿社会の実現</p> <ul style="list-style-type: none"> ■毎日を健康で生き生きと暮らせる ■健康寿命の延伸 ■医療費の抑制 <p>一石三鳥の取り組み</p>
--	---	---