

平成27年度生活習慣病予防対策関係者研修会実施要項

1 目的

本県では、「第3次くまもと21ヘルスプラン（熊本県健康増進計画）」に基づき、県民の健康寿命の延伸を目指し、子どもの頃からの生涯を通じたより良い生活習慣の形成及び健康づくりの推進を重点施策として、生活習慣病の発症予防と重症化予防、ライフステージ特有の健康課題に応じた施策の推進、健康を支え、守るための社会環境の整備に取り組んでいる。

本研修会は、循環器疾患、糖尿病及びCOPD（慢性閉塞性肺疾患）等の生活習慣病のメカニズムとその有効な改善方法及びヘルスプロモーションの理念に基づいたアプローチの方法について学ぶことにより、特定保健指導等の具体的な助言、指導や健康づくりに取り組みやすい体制整備に活かし、疾病の発症、重症化・合併症予防に寄与することを目的とする。

2 実施主体

熊本県健康づくり推進課

3 日時

平成27年11月6日（金） 午前10時00分から午後4時10分

4 場所

県庁地下大会議室

5 対象

市町村や医療保険者、健診機関、がん予防対策連携企業、保健所、健康づくり県民会議構成団体等県民の健康づくりに携わる関係者

6 内容

①事例報告「玉名市三ツ川校区の健康なまちづくりの取り組み
～誰もが楽しく気軽に健康ウォーキング～」
報告者 藤森 由美 氏
玉名市保健予防課

②講演「運動に取り組みやすい運動指導と社会環境整備」
～住民をその気にさせるアプローチとは～
講師 松尾 洋 氏
株式会社 くまもと健康支援研究所 代表

③基調報告「COPDに関する最新情報とCOPDと労働生産性等との関連について」
講師 大森 久光 氏
熊本大学大学院 生命科学研究部 生体情報解析学分野 教授

④講演「健康寿命延伸のための生活習慣病対策 ―脳卒中・認知症予防を中心に―」
講師 橋本洋一郎 氏
熊本市民病院 首席診療部長・神経内科部長

※昼食を希望される方は、ブルーサークルメニューのお弁当を準備する。

生活習慣病予防対策関係者研修会

時間	内容
9:30～	開場
10:00～10:10 (10分)	開会 挨拶（健康づくり推進課長）
10:10～10:30 (20分)	事例報告 「玉名市三ツ川校区の健康なまちづくりの取組み ～誰もが楽しく気軽に健康ウォーキング～」 報告者 藤森 由美 氏 玉名市保健予防課
10:30～12:00 (1時間30分)	講演「住民が本気になる運動指導と取り組みやすい体制整備」 ～住民をその気にさせるアプローチとは～ 講師 松尾 洋 氏 株式会社 くまもと健康支援研究所 代表
12:00～13:00 (1時間)	休憩
13:00～14:30 (1時間30分)	基調報告「COPDに関する最新情報と COPD と労働生産性等との 関連について」 講師 大森 久光 氏 熊本大学大学院 生命科学研究部 生体情報解析学分野 教授
14:30～14:40	休 憩
14:40～16:10 (1時間30分)	講演「健康寿命延伸のための生活習慣病対策 ―脳卒中・ 認知症予防を中心に―」 講師 橋本洋一郎 氏 熊本市市民病院 首席診療部長・神経内科部長
16:10	閉会

【平成27年度生活習慣病予防対策関係者研修会出席申込書】

FAX送信先: 熊本県健康づくり推進課 吉村宛

(FAX番号: 096-383-0498)

今回は、「健康黒米ごはん弁当」(株式会社 ヒライ)の注文を行います。
ブルーサークルメニューとお弁当については、別添資料をご覧ください。
お弁当とお茶: 500円(当日、受付で徴収いたします。)

所属	職種	氏名	500円
			弁当希望

お弁当の合計注文数 個



すこやか生活習慣くまもと県民運動
キャラクター ASO坊健太くん

(送信者)

平成 年 月 日

(所属)

(氏名)

(電話番号)

申込切期限は、10月21日(水)です。

47

健康黒米ごはん弁当



メニューの料金/ 399円(税込)

エネルギー	539 kcal	脂質	12.3 g	炭水化物 エネルギー比	60.0 %
たんぱく質	18.6 g	炭水化物	81.1 g	塩分	2.6 g

○考案シェフによる作品の紹介

シェフ名 山瀬 浩敬

小松菜煮、卵の花、鯖の照焼など家庭的な料理をいれました。
食事に配慮が必要な方でも安心してお召し上がりいただけるお弁当です。

○栄養士による本作品の全体的評価・作品の特徴についての紹介

担当管理栄養士名 中川 夏美

低カロリーで塩分3g未満のお弁当です。御飯は黒米を使用しています。黒米は白米と比べてビタミン、ミネラルが多く含まれており、お弁当全体を色鮮やかにし、もちもちとした食感です。煮物や煮びたし、卵の花はだしを効かせており、薄味でも美味しく頂けます。そしてしっかりと味付けしてある鯖の照焼を入れることで全体的に味にメリハリの付いたお弁当になっています。

提供店舗についての情報

株式会社
ヒライ

住所:熊本市西区春日7丁目
26-70
TEL:096-324-3666(代)



美味しいヘルシーな外食メニュー “ブルーサークルメニュー” はじめてます!

ブルーサークルメニューとは、糖尿病やメタボリックシンドロームなどの持病を持った患者さんや健康に気をつけたい方に、安心して外食を楽しんで頂けるように開発したオリジナル外食メニューです。



60店舗・
94メニューを掲載



《1食あたり》
総エネルギー
600kcal未満
かつ
塩分3g未満の
ランチメニュー
もしくは
コースメニュー

栄養士による
厳正なエネルギー計算。
複数の糖尿病専門家が
認証しています。

熊本県内の
シェフが
知恵と腕を
ふるいました



美味しく
糖尿病予防!

2013年11月
くまもと
ブルーサークルメニュー
ガイドブック
第2版 発行



詳しくは
Webで公開中!

《熊本県糖尿病医療スタッフ養成支援事業HP》<http://kumamoto-dmstaff.org/>
《熊本県栄養士会》<http://www.kuma-eiyoushikai.com/index.php/ja/>

ブルーサークルメニュー

企画：熊本大学大学院生命科学研究部代謝内科学、熊本県健康福祉部健康局健康づくり推進課、熊本県栄養士会、熊本県糖尿病対策推進会議 くまもと健康づくり応援店

ブルーサークルメニュー提供店

提供店は熊本県が「健康づくり応援店」(県事業)として指定します

2013年11月現在 (順不同)

- ティアのもったいない食堂 IKOI CAFE
- 熊本交通センターホテル ダイニングバー桜
- ホテル日航熊本 ティー&カクテルラウンジ ファウンテン
- ホテル日航熊本 中国料理 桃李
- ホテル日航熊本 日本料理 弁慶
- ホテル日航熊本 グリルレストラン エル フェゴ
- あまみや
- 徳一・坪井庭
- 自然食の店(ナチュラル) (福田病院内)
- 一般財団法人 恵和会 レストラン権の樹 (熊本病院内)
- 一般財団法人 恵和会 花みずき食堂 (熊本病院内)
- 一般財団法人 恵和会 東病棟売店ねむのき 外来売店 (熊本病院内)
- とうふ・肥後郷土料理 鈴の家
- BIO SALUTE (ピオサルテー)
- 土に命と愛ありて ティア
- 熊本ホテルキャッスル 九曜杏
- 熊本ホテルキャッスル トゥールドシャトー
- 熊本ホテルキャッスル 桃花源
- 日本料理 はらぐち
- 熊本全日空ホテルニュースカイ サンシエロ

- 寿司華
- ファミリーレストラン ボンシェール
- 鼎泰豊 (ディンタイフォン)
- 麦菜館
- 駿河屋茶寮花洛
- サロンドシャトー
- 信濃路
- かつくら
- レイクサイドオープンカフェ BOAT HOUSE
- ホテルニューオータニ熊本 日本料理 千羽鶴
- ホテルニューオータニ熊本 プライベートレストラン四季
- ホテルニューオータニ熊本 鉄板焼 りんどう
- 株式会社 ヒライ
- 熊本ラーメン 黒龍紅
- レストラン クラベル (済生会熊本病院内)
- 株式会社 亀井ランチ
- レストラン ひまわり (熊本中央病院内)
- レストラン 宴の家 (熊本機能病院内)
- フランポワーズ
- ファミリーレストラン大門

- シェ・ホンダ
- 花さと
- 火の国 ゆるり庵
- 幸の国健康館ゆ〜かむ 里山料理 山桜
- 医療法人山鹿回生病院 職員食堂
- パセリ
- 石段の郷中央 佐侯の湯
- お弁当のふあんたじい
- 茶房 もみじ庵
- カフェ レスト ポケット
- 有限会社 そよ風遊学協会 そよ風パーク
- 阿蘇熊本空港ホテル エミナース
- オアシスMSC (熊本労災病院内)
- ふれあいセンター いずみ
- 中華菜館 蒲公英
- レストラン ビスタ (熊本総合病院内)
- 生活協同組合 水光社 エムズシティ5F スカイレストラン えむす
- 郷土の家庭料理 ひまわり亭
- 旅館 翠嵐楼
- ホテル日航熊本 ケーキショップ ラ・パティシエール