

## 健康長寿に係る先進的な取組事例(概要版)

## 野菜プロジェクト～野菜を3倍食べて、延ばそう健康寿命！～

運動

食

団地まるごと

その他

## 事業概要

飯能市の食の取り組みの柱である“野菜”について、「野菜を3倍食べて、延ばそう健康寿命！」をスローガンに掲げ、関係機関や団体との連携・協働により総合的に「野菜プロジェクト」を推進し、「野菜摂取量日本一のまち」を目指します。

## 事業内容(参加者数・予算等)

- 野菜プロジェクト事業
  - ①自産自消の推進、耕作放棄地の活用 ②飯能野菜ショップ・レストランの普及 ③飯能野菜ブランドメニューづくり ④飯能野菜ドレッシングづくり ⑤地域野菜グルメづくり ⑥野菜3倍レストランの普及 ⑦野菜3倍の総合的な推進 ⑧野菜キャンペーンの開催 ⑨野菜3倍地域環境づくり
- 予算(予定額)平成 26 年度スタート事業。
  - 平成 26 年度 225 万円
  - 平成 27 年度 177 万円
  - 平成 28 年度 122 万円

## 事業効果

- 市民の野菜摂取量の増加、生活習慣病の予防、健康寿命の延伸
    - ①野菜摂取量の増加 平成 28 年度に検証
      - ・野菜を1日 350g以上食べている市民の割合(18.7%)の増加
      - ・野菜摂取量が1日 350gに満たない市民の野菜摂取量(平均 123.7g)を3倍に増やすことによる野菜摂取量日本一のまち
    - ②健康寿命の延伸 平成 28 年度に検証
      - ・男性 16.81 年、女性 19.46 年の延伸
- ※医療費に関する検証も平成 28 年度に実施予定

## その他

- 平成 25 年度を検討・準備期間とし、主要な事業については平成 26 年度から継続事業として実施します。
- 本プロジェクトは、健康な地域づくり(仕組みづくり)を目指しています。