

## 令和5年度一関市食育推進協議会 会議録

- 1 会議名 令和5年度一関市食育推進協議会
- 2 開催日時 令和5年10月17日（火）午後2時から午後3時30分まで
- 3 開催場所 一関保健センター 多目的ホール
- 4 出席者
  - (1) 委員 小野寺拓也委員（会長）、佐藤律子委員（副会長）、齋藤正則委員、千葉幸恵委員、阿部政勝委員、大鷹真委員、滝田直子委員、小山祐二委員、伊藤瑠梨委員、岩渕克浩委員、坂下藤子委員、千葉京子委員、石田かつこ委員  
※欠席 伊東陸子委員、佐藤一則委員、齋藤賢委員、佐藤千代委員、高橋京子委員
  - (2) 事務局 石川隆明副市長、鈴木伸一健康こども部長、松田京士健康こども部次長兼健康づくり課長、佐藤恵美健康づくり課長補佐兼健康増進係長、伊東ゆり健康づくり課長補佐兼栄養主任主査、小野寺健健康づくり課主査、佐藤千尋健康づくり課栄養士、木村幸子こども家庭課栄養主任主査、宮野剛輔児童保育課長、金野幸学校教育課長補佐兼保健係長、岩渕芳枝学校教育課栄養主査
- 5 議題
  - (1) 説明 第4次一関市食育推進計画について
  - (2) 報告
    - ア 令和4年度の食育の取組状況について
    - イ 令和5年度の食育の取組状況について
  - (3) 情報交換
- 6 公開、非公開の別 公開
- 7 傍聴者 なし
- 8 石川隆明副市長挨拶

皆様、お忙しいところ本日はご参加いただき御礼を申し上げます。またこの度は18名の皆様方に一関市食育推進協議会の委員をお願いいたしましたところ、ご承諾いただ

いたところでございます。誠にありがとうございます。今後、2年間の任期となりますが、よろしくお願いいたします。

さて、この一関市食育推進協議会でありますけれども、本市では、平成17年から協議会を設けて市民の健康づくりの中で食に関する部分を推進していくために、皆様方から様々なご意見をいただきながら計画を作り、計画に沿って様々な事業に取り組んでいるところあります。食育推進計画は、現在は第4次の計画になります。この計画の趣旨に書き出しとして、「食は命を支え心身ともに健康で豊かに生活をしていく上で欠かせないもの」となっています。そのとおり誰もが「食」がなければ生きていけない、健康に過ごせないというのは言うまでもない話であり、そのような面からも本日の皆様方には、健康推進をお願いしている各団体の皆様方であったり、ボランティアの方であったり、食に普段から関わっている専門的知識をお持ちの皆様方、そして食の材料として供給されている方、加工する方、教育面で食育の大切さを子ども達に教えていただいている方など、広い範囲で皆様方をお願いしております。

市民の意識とすれば、「健康」という2文字は誰もが言うまでもなく意識レベルは高くなっているだろうと思いますが、具体的にどのように取り組み、自分の健康を守っていくかとなれば、様々な考え方があるかと思しますので、本日の会議は「食」という面から市民の健康を維持増進していくために、皆様のお力を拝借したいというところでございます。

本来であれば、市長が参りまして皆様をお願いを申し上げるところでございますが、本日は福島へ出張しておりましたので、私が代わって挨拶を申し上げさせていただきました。改めましてよろしくお願い申し上げます、挨拶といたします。

## 9 説明

第4次一関市食育推進計画について

資料に基づき事務局から説明を行った。質疑等なし。

## 10 報告

令和4年度の食育の取組状況について

令和5年度の食育の取組状況について

資料に基づき事務局から説明を行った。質疑等なし。

## 11 情報交換

委員一人ひとりから、所属団体等での食育の取組について情報交換を行った。

委員 西部学校給食センター、西部第二学校給食センター、真滝学校給食センターの3か所に食材を納品させていただいている。そうした中で、給食センター栄養士と一緒に学校を訪問し、交流給食などにも参加をさせていただいて、子ども達と野菜について話をしたり、食べている様子を見て、私たち生産者としても力をもらっている。

私個人としては、自宅に地元の中学校の職場体験、地域体験学習ということで、農作業の体験学習を、20年くらい連続して、年1回ではあるが参加を受け入れている。生徒たちも、普段家でおじいちゃんおばあちゃんが野菜などを作っている家庭もあると思うがあまり畑に行ったことはないようで、野菜に対する関心が今までなかったものが、自分で収穫したり手をかけたりすることで興味を持ち、「少しこの野菜苦手だったけど挑戦してみる」とか、給食では「生産者のところで採れたナスだから残さないように」などと友達に言っていると聞き、食の取組というのは本当に大事と思っている。

委員 両磐地区の保育園で給食に携わっている栄養士や調理員が集まる会の中で、食育の取組について何園か報告が挙がっている。保育園は、0歳児から6歳児までの小さい子どもたちが集団で初めて給食を体験する場になっている。この会では新型コロナウイルス感染症の関係で何年か研修ができなかったが、今年度から少しずつ研修することができているため、様々な園と情報交換などをし、子ども達のための食育をいいものにするようにしていきたいと思う。

委員 市PTA連合会では、特に食育の議題は挙がっていないが、見たところ、この協議会の委員で普通の企業に勤めているのは私だけかと思う。資料を見ると20代、30代、40代の食に対する取組が少ないように感じたので、そういったところも踏まえてお話できればと思う。

食育と言われて何かというところで、会社の先輩に話をしたところ、「食育は大事」という話をされた。先輩は家庭内での教育に関しても詳しい方であり、私もその方を参考に娘の教育をしてきた。「食」は勉強にも運動にも全ての基本となるのかと思い、私の家でも朝は必ず食べていくように指導している。

企業では、若い世代はそういったところをやらないで、朝ギリギリに起きてそ

のまま出勤するという方が多いのではと考えている。そういった中で、食が大事であること、特に朝食べて仕事や勉強のピークに差し掛かる9時、10時頃から糖分が活発に脳みそを動かすためには、朝食は避けられない行動と私個人も思っている。私も昔から朝食は必ず食べるようにしている。企業に対しても、ぱつと見て分かるようなポスターを配布すると、若い世代にも必要性を伝えることができるのではと個人的には思っている。

余談だが、先ほどのパワーポイントの資料で食育講話が紹介されていたが、私の娘も保育園で同じようなボードを使って貼っているのを見たので、懐かしく感じた。当時、まだ保育園の子どもがそれに対してだいぶ執着していたことを思い出した。小さいころからの食育が本当に大事とつくづく思った次第である。

委員 学校では、食に関わる一番の部分として家庭科の授業が挙げられると思う。5年生、6年生の2年間の中で栄養、調理の学習をしているので、小学校を卒業するまでに、一般的な知識は身につけるようにと考えている。これに加えて、地域などとの関連で食育については様々学習をしているが、5年生の社会の学習では米作りをしている。地域の方々に教わりながら米作りを体験して食品の大切さについて学習している。

最近、学校の中で一番助かっているのが、給食センターとの連携である。栄養教諭の先生方に来ていただき、先ほどの食育推進計画の中にもあったが、ライフステージ別の中で紹介をしている。小学校1年生から6年生までそれぞれの学年に合わせた食育の学習をしており、1年生では給食センターの仕事を教わったりする。4年生では体に必要な学習、おやつの取り方などを学びながら、どのような食事をとっていったらよいか、段階的に教わっている。

本校では生活習慣作りとして、岩手県で行われている<sup>ログマル</sup>60プラスプロジェクトというものがあるが、本年度、指導いただいております。朝食をしっかりとっているかなどを確認している。また、朝の健康観察として、熱、体調の変化、朝食を食べたかなどを各学年で確かめている。本校の児童は、ほとんど朝食をとっていると捉えている。ほかの学校でも、子ども達の朝食の摂取について確認しているのではと思っている。地域からも支えられており、本校では地域の方に声をかけていただき、大根作りを体験させていただいている。新型コロナウイルス感染症の

ため、少し変わったが、以前は講師の方に試食品を作っていただき、試食しながら地域の食材を紹介していただいた。別の学校に勤務していたときはレシピコンテストへの応募やバケツ稲も育てた。地域の食生活改善推進員に来ていただき、食事作りを教えていただくなどを行った。

個人的に最近小学生でも、エナジー系のカフェインが入ったドリンクを摂って、「すごくおいしい」、「力が出る」などと話している子もいる。そのようなものが本当にいいのかどうかということも教えていければいいと思っている。

委員 昨年度の入学生より、本校では教育課程が変更となり、家庭基礎という学習が開始され内容も目まぐるしく変わっている。

生徒たちには毎朝、学習と生活の記録として昨日食べたもの、寝た時間、起きた時間、学習時間を聞くが、今朝、「朝ごはんを食べ忘れた、今朝のごはんはブドウガムだった」という生徒が1人おり、がっかりして今日の会議に参加した。だが、その子はその日だけで、本校では、朝食摂取率は高いと思う。忙しさのあまり時々そういうことがあるので、そういうのも含めて生活習慣の見直しとともに、朝ご飯、3食のご飯ということも健康維持、栄養面の点から教えていこうと思っている。

多くの子ども達が高校を卒業し、それぞれの進路を進む。そのまま社会人として就職する者、進学する者様々なので、食や健康について一同に考えさせる最後の時が高校だと私としては考えて、それを常に気を付けている。

最初に、教育課程の変更についてお話ししたが、家庭基礎という勉強のほかに、専門科目として、保育、フードデザインという教科書の名前だが、調理と栄養というところを大切な科目と思い、本校では2年生、3年生の卒業直前の時期に取り入れて学習すると、少し教育課程を変えて進めていくこととした。昨年も給食センター、地元の社会福祉協議会の方を先生としてお迎えするなど、様々な体験や講演などをいただきながら進めている。今後も、本校にお越しいいただき、コロナ禍のピークが過ぎたということで、積極的に生徒を外に出して様々な体験を専門の方から学んで、今後の生活に活かしていくという形で進めていきたいと思う。

委員 幼児教育学科の講義の中で食育についてがあり、食育について勉強し、実習は2年間で少なくとも4回現場に行き、学んで帰ってきてまた学ぶという繰り返し

になっている。幼児教育学科では当たり前だが、幼児期は人間の基礎を学ぶ非常に大事な時期であると、繰り返し私の講義で話をしている。学生自身も一人ひとりの食生活については詳しく聞いたことはないが、講義や実習を通して食育の大事さは身をもって感じながら講義を受けていると思う。食育は本当に大事と思うので、様々な場面を通して学生に話していきたいと思う。

委員 食育がクローズアップされる現代だが、おいしく食べられる口を守るのは、歯科衛生士の役割である。食べ物の正しい選択は、体の健康だけではなく、健康なところを作ることにもつながり、食物が体内に取り込まれる入口は口であり、口の健常が保たれていなければ正しい食生活を維持することはできない。そのためには、ショ糖の取りすぎを警告する歯の健康指導だけではなく、全身の免疫機能を支える栄養バランスの指導、軟食傾向が強まる現代では噛む能力を維持するための献立指導など、歯科ならではの様々な食事指導が求められていると思う。

そして、歯科からの食育は、歯や口の発達に応じて「食べる」という機能の発達を促し、よく噛んで食べる習慣を身に付け、歯や口の健康を守ることで、食べる働きを維持して、生涯を通じて安全で快適な食生活を送るための支援である。歯科衛生士は食育の実践者として、それぞれのライフステージに合わせた食べ方と、口と体の健康のアドバイスをしている。県の歯科衛生士会の取組として、令和4年度から3年計画で「子どもの食べる力をはぐくむ口腔機能向上普及啓発事業」を実施している。来年度は、場所は決まっていないが、一関市内の保育園で実施予定である。歯科医師会の先生方のご協力もあつてのことである。私たち一関支部では、一関市の乳幼児健診の方にも出させていただいているので、その中で、生活の中での口の働きを上げる取組として、例えば、熱い味噌汁やおかずをフーフーとふく、味見をする、お汁はズズズ、舌見をするぺろぺろ、歯磨きや洗面で口周りに触れる、笛やラッパを吹く、シャボン玉遊びなど生活の中での遊びで口の周りの機能を高めるような生活を提案している。それを乳幼児健診の場で、指導させていただいている。

委員 私たちは、まずは健診を勧めている。保健推進委員も食育推進委員の活動というのは、同じように大事な活動ではないかと思う。健診で異常があった時などは病院で再度調べるわけだが、受診によって今度は食事も気を付けなければいけな

いということになるので、そちらの指導も保健師などの方で行っていただいている。食育の実施によって、健康づくり、食事のことや医療の関係にも大事なことである。食育のところで皆さんと連携しながら取り組んでいきたいと思う。

委員 市で準備いただいた資料の中にも載っているが、専門職を対象とした研修会として給食施設を対象にした食育研修会などを行っている。また、食育を推進する食生活改善推進員を対象とした研修会など、食育に携わる方々の資質の向上というところで様々な研修を開催している。

保健所の役割としては、給食施設における適切な栄養管理を推進していくというところがあり、給食施設から計画書などを保健所へ提出いただき、適切な栄養管理、巡回指導を実施している。今後とも皆様方のご協力をいただきながら推進していきたいと思う。

委員 私どもは、資料1の中にあるとおり、国の第4次食育推進計画の推進に向けて取り組んでいる。具体的には、全国の食育に関する取組や東北管内の取組の情報発信、消費者の方々に向けての情報提供という部分を主にやっている。例えば、6月の食育月間には取組の一環として、食育セミナーを開催している。今年度は、6月25日に開催しSDGsと食育の関わりについて行っている。セミナーは以前だと会場のみで行っていたが、時代に合わせてオンラインで開催し、全国からセミナー受講者が来ている。今では、100名前後の中でセミナーなどを行っている。そのほかにも、主なものとして食育推進全国大会に取り組んでおり、全国の食育の取組を紹介していく、またその中で優れた活動を表彰させていただいており、今回、第7回に関しては、先ほどの食育活動事例集の中にも掲載していた一関市のある自治会が、今回、消費安全局長賞を受賞している。これについては、郷土料理の伝承という活動が評価されている。もう1つ、食育ブログの資料が皆様のお手元にあるかと思うが、毎月、私たちが情報発信のために作らせていただいている。こちらでも、今回の全国大会の部分について記載させていただいており、自治会の会長が表彰を受けたところの画像を載せさせていただいた。このような形で全国各地の活動を紹介させていただいており、インデックスにあるように、伝統食や季節の料理など食に関することを紹介している。

もう1つお話をさせていただくが、皆様のお手元に「みどり戦略」に基づく農

産物の温室効果ガス削減の「見える化」のチラシが入っていると思う。農林水産省で、みどりの食料システム戦略というものを進めている。食と環境を未来へ継承していくために持続可能な食料システムを実現していく、循環型農業を構築していくという取組を進めている。特にお話しさせていただきたい部分が、チラシにある部分になる。温室効果ガスの削減の見える化については、農産物の栽培方法によって、環境にやさしい生産をしていくというものになっており、例えば、有機栽培や水管理といった生産方法で二酸化炭素等を削減していくというふうになっている。また、その取組に関して、消費者の皆様方に目に見える形でお知らせしてくという部分で、温室効果ガスの見える化のラベルで「この農産物はこういった取組をしている」ということを、目に見える形で表していく形にさせていただいている。残念ながら現在、岩手県内では取組をしている店舗がない。東北管内でもまだ始まったばかりであり、今行っているのは山形、福島、青森の一部の店舗で、岩手県内はまだである。ただ、岩手県内でもこういった取組は今後進めていくこととなっているので、皆様方目に触れるときも今後出てくると思う。その時はそういうものだとみていただければと思う。

委員 私からは学校給食部会について紹介させていただく。それぞれの栄養教諭は各学校に訪問しながら、直接食育指導を行っているところだが、コロナ禍の時には給食時間の指導等の制限があり、部会としてもそのような状況でも大切な食について伝えたいということで食育動画を作成している。今まで、間食・おやつについて、朝ごはんについての2枚の動画を各学校にお渡ししている。給食時間に流していただいたり、また、個別指導の場で活用していただいている。今年度もまた新たな食事量についてという動画を作成中である。

子ども達には直接指導する機会はあるが、子ども達は自分自身で食事を整えられる時期ではないので、保護者の方にも給食だよりもコラムという形で、部会で共通したものを作成し載せて発信している。コラムの内容については、一昨年度、保護者にアンケートを取り、そこから内容を決めて取り組んでいる。おうちの方から出るのは、子ども達がよく食べる野菜のレシピが知りたい、お弁当に入れられる簡単なレシピが知りたいというところがあったのでそのような内容をまとめたり、スポーツと食事というところもコラムにして発信している。子ども達に一



齊に食について伝えられる場合は小学校中学校時代で、とても大事な時期になる。そのことを再認識しながら、食に力を入れて発信していきたいと思う。日々の給食が、子ども達が生涯健康に過ごせる食事のモデルとなれるように、生産者の方々をはじめ皆さんの力を借りながらよりよい給食づくりに励んでまいりたい。

委員 今、岩手県は塩分の摂りすぎなどでワーストと言われているので、食生活改善では3年計画で野菜の摂取量を70gアップしようという事業が今進められている。指を置いてもらうと10秒から15秒くらいでどれくらい野菜が摂れているかというのを調べる機械がある。野菜は1日350gと言われているが、実際に自分がどれくらい食べているか分からないわけであり、緑黄色野菜、色の濃い野菜を70g摂ってほしいというところで実際やったが、春先で野菜のない時期だったので結果的には少し不足しているということだった。来年度、一関市で実施する予定だが、高価な機械なので1週間の貸し出しで180人以上を対象にしてほしいということ言われている。今年、やっている県内の市町村では、学校や市の関係機関、道の駅などで様々な人を対象にしているようである。やった人の話を聞くと、私は野菜が不足しているから低かったというように、指を置くだけで野菜が摂れているかということが分かるのでいいということで、来年やりたいというところがあれば協力していただければありがたいと思う。

委員 道の駅巖美溪では、地産地消を主とした産直、観光のお客様向けのお土産品の販売、一関の郷土料理であるもち料理の提供、この3つを柱にして日々運営をしている。地産地消の産直については、地域で彩れた野菜などをお客様と対話しながら「こういった食べ方がある、こういった栄養素がある」といったコミュニケーションをとりながらやっている。食育とは言っているが、先輩のお客様からは自分が知らないような食べ方を教わりながら、食育を施されながら毎日勉強しているような状況である。自分よりも下の世代に先輩方の知恵や工夫を伝えていかなければいけないと日々思っている。

もち食の推進に関しても、もちつき体験を随時行っている。こちらは一関市教育委員会の事業だが、地域の小学生や支援学校の子ども達に実際にもちつきをし、どのようにしてもちが出来上がっていくのか見てもらっている。実際に子ども達に食べてもらって、次の世代に食育というのを伝える事業をしている。

もう1つは観光のお客様に向けての地場製品の紹介になるので、直接食育とは関係がないが、先ほど副会長からもお話があったように、ベジチェックや血管年齢の測定、健康増進のお祭りなどもここ1、2年の間行っている。そういったところをもう少し強くして、市民の皆様に食育に関係するイベントを開催していくというのが今後の課題と思っている。

委員 皆様のお話を聞いて印象に残っているのが、昨年までコロナ禍ということもあり、非常に制限のある中で皆様それぞれ活躍されていたと感じている。それぞれ創意工夫をして、食育に取り組んでいる様子をお伺いすることができ、これからの食育推進協議会の活動について大変参考になっている。食育の推進については、私たち食育にかかわる関係機関や団体が、それぞれの団体のアプローチ、それぞれの立場に合った、ライフステージに応じた取組を行っていくことが大切であると改めて感じている。今後も、関係機関や団体が連携を深めながら取り組んでいくことが非常に大事と感じているので、引き続き、どうぞよろしくお願ひしたい。

## 12 その他

委員 説明のところであった両親学級について、今、産まれてすぐに亡くなってしまふというようなことがテレビなどである。両親学級などがあるので、両親が小さい子どもを連れてきて参加し、保健師や栄養士の話をお父さんも一緒に聞いていただくことが、女性だけでなく父親としてもこういうことをやっていくと認識するにはとてもいいのではないかと思うのでお話しした。

## 13 担当課 健康こども部健康づくり課