

令和6年度 甲府市食育推進計画協議会 議事録

- 1 日 時：令和6年11月25日（月） 午後7：00～午後8：30
場 所：甲府市役所本庁舎6階大会議室
- 2 出席委員：13名
浅川委員、梅本委員、古閑委員、小島委員、瀬田委員、高野委員、武井委員、服部委員、
平井委員、深沢委員、松田委員、三宅委員、渡邊委員（50音順）
- 3 欠席委員：3名
志田委員、鶴田委員、藤巻委員（50音順）
- 4 傍聴
0名
- 5 議事
(1) 第4次甲府市食育推進計画 令和6年度の取組について
(2) 自然に健康になれる食環境づくりの推進について
(3) その他

■議事内容

(1)第4次甲府市食育推進計画 令和6年度の取組について

議 長：	議事（1）第4次甲府市食育推進計画 令和6年度の取組について 事務局より説明をお願いします。
《事務局説明》	
議 長：	事務局からの説明が終わりました。 目標指標の改善に向けての効果的な方法や働きかけへの助言があればとの話もありましたが、いかがでしょうか。
委 員：	小学生の朝食欠食には、運動習慣や夜更かしも関係すると思います。また、親の欠食が影響していることも多いため、保護者へのアプローチも重要です。朝食を食べる習慣をつけるためには、簡単に用意でき、食べやすい、飲み物からはじめ、徐々に食事へと移行するというように働きかけることも良いのではないかと思います。最近、メディアで「完全飯」が取り上げられたりもしています。朝食を食べる習慣をつけるため、手軽に取り入れやすいもののひとつではないでしょうか。
委 員：	子どもに対して、スモールステップで少しずつ目標を与えていくという養護教諭の先生の研究発表を伺いました。朝食を食べる習慣については、飲み物やおにぎりなどから食べるという、ちょっとした目標をたてて、子どもから保護者に朝食を食べたいという意思を伝える方法もあるとのことでした。子どもへの食育は、やはり重要だと考えております。

委 員：	朝食を食べる習慣のはじめは、飲み物などからはじめても良いかと思いますが、最終目標としては、生涯にわたって、食べ物をよくかんで、おいしく、楽しく食べてもらいたいです。 また、最近では、食べ物での窒息が問題になっています。子どもの月齢などに合った離乳食や気道の大きさについてなど、正しい知識を持つことが重要です。小学生でも、窒息が起こりますので、このような問題を起こさないためにも、食の問題を教えていかなければと思っています。 「よくかむ」ことは、おいしさを味わうだけでなく、窒息の問題とも結びつきますし、疾病予防、肥満防止にもつながるので、「よくかむ」ことを理解してもらえよう食育も必要かと思っています。
委 員：	乳児健診の時に、これらのことについては伝えています。 保護者の方が理解していても、帰郷先で窒息が起こったりすることもあるので、周りの大人と情報を共有するよう伝えています。 「よくかむ」ことは、子どもたちの身を守るために重要です。いろいろな立場の方と協力しながら啓発をお願いします。
委 員：	子どもたちが朝食を食べてくることの大切さを感じています。学校において、家庭科の授業はもちろんですが、保護者の方が集まる様々な機会を捉え、啓発活動に取り組んでいるところですが、家庭の状況や保護者の生活習慣といったことの影響は非常に大きく、全員が朝食を摂取することは難しいところもあります。
委 員：	市立小学校では、1人1台端末で「きもちメーター」という機能を活用し、毎朝、朝食を食べてきたかを確認しています。強制ではないため、7割程度の回答とはなりますが、入力を行うことで、子ども自身が朝食を食べた方が良く感じていると思います。また、就寝時間の問いもあるため、早く寝ることが良いという啓発にもつながると思います。朝食を欠食している期間が長い場合は、保護者にも声かけをしています。
委 員：	成人している子どもたちの幼かった時の様子を思い出すと、食が細く、野菜がとにかく嫌い、いろいろな工夫をしても食べるのが難しかったです。嫌いな食材は、いつまでも口の中に残っていて、飲み込めなかったため、食べやすいように、軟らかいく、飲み込みやすくなるように調理していました。かまないことで顎が小さく、歯並びが悪くなってしまったのかもしれません。
委 員：	私たちの園では、生後10か月児からお預かりしています。 先ほどのお話にもありましたように、咀嚼に課題があると思います。 家庭での離乳食の進め方が全体的に遅くなっていて、かむ力もですが、飲み込むタイミングがわからないお子さんもいらっしゃいます。 月齢に合わせた給食では、食べられないお子さんがいらっしゃるため、歯の本数にあった食材の大きさや固さを保護者の方にお伝えしています。共働きによる忙しさも影響しているかなと感じております。
議 長：	様々なお立場からの、貴重なご意見、参考になりました。

(2)自然に健康になれる食環境づくりの推進について

議 長：	次に議事（２）自然に健康になれる食環境づくりの推進について事務局より説明をお願いします。
《事務局説明》	
議 長：	事務局からの説明が終わりました。 野菜の摂取頻度の向上に家庭で作る食事へのアプローチからという方向性の説明でしたが、アプローチの方向性につきまして、ご意見、ご質問がございましたらお願いします。
委 員：	足立区の実践の紹介で、ベジファーストのお話がありました。給食を子どもたちが食べるとき、三角食について声かけをしています。子どもたちがどの様に選択するかは分かりませんが、ベジファーストの実践に子どもたちも興味をもつとも思います。市の食育推進計画には入っていませんけれども、この実践の推奨は時期尚早となるのでしょうか。
事務局：	ご意見ありがとうございます。 まずは、野菜を食べることに興味を持ってもらう実践からはじめていきたいと考えています。ベジファーストは、今後、専門職の先生方にもご相談をさせていただきながら実践の推進を考えていきたいと思っています。
委 員：	私たちは、子どもたちが野菜を好きになるためには、子どもたちの集団の生活の場を使って、遊びの要素を取り入れながらの教育が必要だと考え、10年前から味覚教育に取り組んでいます。今年度は、放課後児童クラブ3か所、保育園、認定子ども園6か所に出向いて実施しています。 目標は全園で実施できるようになることです。まずは、子どもたちにしっかり教育して、家庭にその知識を持って帰ることが早いのではと考えています。子どもたちが野菜を好きになる実践を今後も行っていきます。
委 員：	ベジファーストの実践について、補足をさせていただきます。 ベジファーストに関しては糖尿病予防の視点となりますので、どちらかというと大人向けの実践だと考えております。足立区での子どもへの実践も子どもから家庭への波及効果がある実践だと伺っております。先ほどの味覚教育の実践もですが、野菜摂取向上の実践はいろいろな方法があると思います。
議 長：	ありがとうございます。 野菜摂取の現状について、他にありますでしょうか。
委 員：	2校の小学校2年生の児童が町探検で直売所に来ました。自作のイラストを使って四季の野菜について話しをしました。旬の野菜のおいしさについて感じている児童が少ない印象を受けました。野菜に興味を持つ実践とともに、地元野菜の一番おいしい時期を子どもたちに知ってもらえると嬉しいです。
委 員：	学校では、給食委員からお昼の放送で、給食で使用している旬の食材などについての放送が流れます。また、小学校2年生は、教育課程の生活科の中で、農園で野菜を栽培します。すごく大事に育て、ピーマンやトマト、スイカ、トウモロコシなど、自分たちで育てた野菜はよく食べ、大好きです。

委 員：	子どもたちは、離乳食で初めて野菜にふれるので、そこが好き嫌いの分かれ目になるタイミングのひとつと考えられます。離乳食の中で、いろいろな野菜の香りや味に慣れていくことが重要です。 また、畑がない環境の子どもたちにとっては、学校に入ってから学校や農場で実際に野菜を作って収穫するような機会が少しでも増えることはとても良いと思います。そのような体験が広がり、その後、調理などの経験で少しでも野菜が食べやすくなればと思います。
議 長：	その他、このような機会があれば、家庭での野菜摂取量が増えるというような考えなどがありますでしょうか。
委 員：	家庭での取組とは違いますが、私は夫婦でパン屋を営んでいます。皆さんに朝食としてパンを提供したいという思いから、朝6時半からお店を開けています。また、季節の野菜やフルーツを食べてもらいたいと思い、そのような食材を使用したパンを作っています。 夏休みには、子どもたちを対象にピザをつくる体験教室も開催しています。季節の野菜を自分の好きなようにたっぷり並べて作ったピザの野菜は、子どもたちがたくさん食べます。野菜をたくさん食べることへのアプローチは、子どもたちが自分で作る取組が早道になると思います。
委 員：	子どもたちにとっていろいろな野菜を食べることが大切なのはわかっているのですが、今、野菜が高騰していて、食費にかけられる金額は決まっているので、どうすれば良いかと悩むところです。保護者同士で話す機会も多いのですが、値段も含めて買いやすい環境になることが、食卓に野菜がのぼることにつながると思います。 また、キャベツなど、大きな食材を1個買っても消費しきれないという現状もあります。
委 員：	確かに野菜が高騰し、給食でも苦労しているところです。 カット野菜は料理が得意ではない方などにとって、とても便利な商品ですが、カットしていない食材に比べて値段は高くなってしまいます。キャベツなどを丸ごとひとつ購入すると使いきれないという課題に対しては、一度に料理を作ってストックしておく工夫などでもできるのではないかと思いますので、このような情報を届けることも対策の一つになるのではないのでしょうか。
議 長：	今、実施していることなどありましてお願いします。
委 員：	全国に比べて塩分の摂取量が多いこと、働き盛り世代はカリウム摂取量が少ないということで、私どもの団体では、今年度は減塩に関する広報を計画しております。次年度以降、野菜摂取等の情報発信も検討していきたいと考えております。
委 員：	今お話があった通り、減塩もすごく重要です。 カリウムの話もありましたが、ナトカリ比が重要となりますので、果物の摂取や今回の野菜摂取頻度の向上も併せて情報を発信できると良いのではないかと考えます。
議 長：	野菜を摂取するとどうしても食塩も一緒に摂取してしまうというふうなことが実際にはありますので、このような情報発信も重要ではないかと思えます。多くのご意見をありがとうございました。 ここまでの議事を受けて事務局から何かございますか。

事務局： 第4次計画につきましては、大きく2点、1点目は朝食の欠食について、2点目は子どもの咀嚼や嚥下といった問題について、主にご議論いただいたと思っています。朝食については、おいしさを味わって楽しんで食べるということも重視をしつつも、朝食を食べる習慣がない方々には、食べやすいものから習慣化していってもらうことも重要ではないかといったご意見をいただきました。かむことについては、その重要性や正しい知識を子どもたちにもきちんと教えることが重要ではないかといったご意見を多くいただいたかと思います。ご意見を踏まえまして、引き続き、食育推進基本計画に基づいて取組を推進して参りたいと考えております。

また、2つ目の議事の自然に健康になれる環境づくりにつきましては、特に子どもに野菜をどう好きになってもらうかといったご意見を多くいただきました。ゲーム感覚で楽しみながら野菜に親しんでもらう方法や、地元の野菜が「いつ」おいしいのかを知ってもらうことが必要なのではないか、さらには、野菜を食べやすくする工夫についてなど、多くのご意見をいただいたかと思います。

本日、ご協議いただいた内容も踏まえまして、今回お示しさせていただいた取組を基本に、令和7年度、令和8年度以降と取組を進めていきたいと考えております。

今後、多くの皆様と連携して取組を実施していくことが必要になるかと思っておりますので、引き続き、委員の皆様からもご意見を頂戴しながら進めて参りたいと考えておりますので、ご協力のほどよろしくお願いいたします。ありがとうございました。

(3)その他

議長： 議事3のその他ですが、特にないようですので、以上で議事を終了させていただきます。引き続き食育の推進にご協力をお願いいたします。