

令和5年度 第2回甲府市食育推進計画協議会 議事録

- 1 日 時：令和5年10月17日(火) 午後7：00～午後8：40
場 所：甲府市役所本庁舎6階大会議室
- 2 出席委員：12名
浅川委員、江頭委員、遠藤委員、古閑委員、志田委員、集堂委員、高野委員、武井委員、服部委員、平井委員、松田委員、望月委員、山縣委員（50音順）
- 3 欠席委員：2名
中澤委員、深沢委員、藤巻委員（50音順）
- 4 傍聴
0名
- 5 議事
（1）「食育」に関するアンケート調査結果について
（2）第3次甲府市食育推進計画の目標値の実績について
（3）第4次甲府市食育推進計画骨子案について

■議事内容

(1)「食育」に関するアンケート調査結果について

(2)第3次甲府市食育推進計画の目標値の実績について

議 長： 議事（1）「食育」に関するアンケート調査結果、議事（2）第3次甲府市食育推進計画の目標値の実績について、続け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。ご質問ございますか。

委 員： 食事をよく噛んで食べているという数値がかなり上がっていて驚きました。非常に良い方向に行っていると思います。

小学生にも調査していますが、小学生は、甲府の水がおいしいことは当然のこととして受け止めているため、満足度をあげる施策は難しいと感じます。食育フェスタで行っている「きき水」のイベントでも同様の結果だったと思います。

また、「1食分の食事を作れる男性の割合」については、独居高齢者が増えると言われている中、自分で食事が作れるということは男性にとって必要なことです。ネットで手軽にレシピは手に入りますが、この割合を増やしていけるよう行政としてぜひサポートしてもらいたいです。

- 事務局： 子どもの頃から水がおいしい、それを大切にしていくという教育が大事だという視点で取り組んでいますが、指標については、大人のみの数値で設定しています。
- 2点目の1食分の食事を作れる割合については、今回の調査結果では、男性だけでなく女性の割合も低くなっており、年代では、若い世代と高齢世代で低い傾向がみられます。ご指摘のように、男性はもちろん、女性も1食分の料理が作れるような普及啓発に努めていきたいと考えています。
- 委員： 「よく噛んでいる」が20ポイント以上良くなっているのが素晴らしいと思います。取組の効果なのではないかと思います。
- 小・中学生の体形の問題は大きいです。男女別のデータがないのでわかりませんが、標準的な体重であるにも関わらず痩せたいという願望が低年齢化している傾向があると感じますので、何か対策をしなければいけないと思います。プレコンセプションケアがこれから大事なキーワードになってきますし、標準的な体重であることが重要な指標になってくると思います。
- 料理作りについては、今は、高校生まで男女ともに家庭科を学ぶ機会があるため、作れる人は年々増えてくると思います。一方、作らずに買ってきてそのまま食べられる中食が浸透してきています。自分で栄養バランスを考えながら作れることはこれから課題になると感じています。
- 議長： ありがとうございます。

(3)第4次甲府市食育推進計画骨子案について

- 議長： 次に議事（3）第4次甲府市食育推進計画骨子案について、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。ご意見などございましたらお願いします。
- 委員： ライフステージごとの特徴と課題についてですが、後期高齢者になると食の楽しみが減少するとなっています。脳の現象とすると、高齢になるとさまざまな欲が減退しますが、最後に食欲が残ると言われています。食の楽しみが減少しているから食べられなくなって痩せていく、と結論づけられると困ります。口腔機能が衰えることによって食べられなくなったと理解した方が良くないかと思います。
- 事務局： 市民アンケート調査から、食事が楽しいという数値が高齢の方で低くなっているという結果が出ています。表現方法を考えたいと思います。
- 委員： 体形については、小学校、中学校と幼稚園でも、指標の評価をフィードバックすべきなのかと感じました。
- また、運動しているアスリート系の子どもたちの栄養評価について、貧血等も含めて今後アプローチしても良いと思います。
- 口腔関係ではよく噛むということが推進されていますが、快便行動についても指標として出てくるとよいかと思いました。
- 料理作りについては、みんな作って食べる機会が家族以外でもできると良いと思いました。
- 議長： ありがとうございます。子どもの食に関するご意見などございましたらお願いします。
- 委員： 骨子案のライフステージごとの課題を大変興味深く見ました。中学生・高

校生は自立し、生活習慣を自分でコントロールしていく時期のため、家庭だけではなく学校で食育に関する指導をすることがとても重要で、生涯に大きな影響を与えると改めて感じました。

委員： 小学校では食に関することを、栄養教諭が「給食だより」などで、健康に関することは養護教諭が中心になって、月の目標を決めて取り組んでいます。

また、小学4年生の社会科見学で平瀬の浄水場に行き、自然の大切さを学びながら、実際に水を飲んで、甲府の水がおいしいと納得して帰るという体験をしています。

また、子ども達は食の大切さは理解していますが、朝食欠食については家庭環境の問題もあります。園・小中学校の連携及び保護者の方を含めて、食育を進めてはと思います。

議長： ありがとうございます。野菜・果物などの摂取についてもご意見をお願いします。

委員： 中学生になって、食や体重を気にしだすことがあります。食生活は、家庭環境がとても大事だと感じます。

野菜、果物については、旬のものは生産量が多いので、目に留まる場所に置き販売します。最近の消費者は健康志向が強いので、例えば、ビタミンやリコピンが豊富に含まれているといったPRをし、また、感染症に関する免疫力について、食に関連することも伝えていきたいと思っています。

委員： 調査結果で、直売所の利用者の年齢層が高いということがありましたが、実感としてもその通りだと思います。

また、SNSの活用については、直売所でも情報を発信し、少しずつフォロワーが増えてきている状況です。以前、芸能人の方が買い物に来られた時は、とても反響がありました。SNSをうまく活用していくとよいと思っています。

昨年までは、近隣の小学生と種まき・収穫体験していたのですが、畑を返却してしまい、今はできなくなってしまいました。今年は、小学2、3年生が授業の一環で直売所を訪れた時に、地区で栽培されている野菜について説明したところ、食いつくように目を輝かせて話を聞いてくれ、質問攻めにあつたことがありました。学んだ子どもたちが家庭内で地元の野菜を話題にしてくれ、消費につながることを期待しています。

議長： ありがとうございます。

委員： 思春期は、格好いい体形が気になる世代です。ネットなどで、日常的に目にする格好いいと感じる体形がBMI 18くらいなので、それに比べると自分は太っていると感じてしまうのではないのでしょうか。これからは健康的な正しい体形という観点から、健康が格好いいというイメージを訴求していくことも重要ではないかと思っています。

料理ができるという話については、男女合同で家庭科を学ぶようになり随分経ちますが、今回の調査結果をみてもまだ定着していない現実があります。現代は、作らなくても、食べることが簡単にできます。作らない要因として、時間がない、作るのが面倒ということが上位にあがっていて、3番目に費用の問題がでてきます。特に、高齢で一人きりになると、料理をする機会が少なくなるため、安くて便利な道具を活用しながら、簡単なものを作って、みんなで食べられる機会があるとよいのではないのでしょうか。

最後に災害の食についてですが、栄養士会と県とが契約し、これから細かく詰めていく段階です。避難所ですべての人の食料を用意するのは難しいので、ローリングストックという形で、ご家庭の方で災害時の食べものを準備しておく必要があります。

議長：ありがとうございます。働き世代の方の健康管理などについて、ご意見いただけたらと思います。

委員：今回の調査で、壮年期の朝食の欠食割合がかなり高いという課題を改めて認識できました。食生活の改善について、毎月メールマガジンで大学と連携し、レシピを発信しています。また、生活習慣リスクが高い方に対しては、特定保健指導を行っています。

議長：ありがとうございます。

委員：調査結果で、食生活改善推進員を知らないという人が多くいることを残念に思っています。世代に合わせて様々なアプローチを実施しているので、地域の方とともに、さらに広めていきたいと思っています。

甲府の水のボトルに「あたりまえの、裏にあるもの」と書いてありますように、全国的に美味しいと言われる水が水道水として当たり前に出てくるという背景を、大人も気づく必要があると感じました。

議長：ありがとうございます。全体を通してご感想、ご意見ありましたらお願いいたします。

委員：中学生の朝食欠食の割合に驚きました。子どもの頃の習慣が、大人になっても継続される方は多いため、どのように中学生、その保護者が朝食を食べる方向に持っていくのか難しいと感じます。

また、調査結果で、幼児が嫌いなものを残すという割合が半数以上となっています。親が嫌いなものは子ども嫌いというデータもあるようですが、食材は万遍なく食べられるようになって欲しいものです。こうした問題は離乳食から始まるのかもしれませんが、離乳期からの食習慣、教育が必要と感じます。

男性の野菜の摂取量が少ないという点についてですが、お弁当などでは、野菜が不足してしまいます。物価高の中、食材を全て購入して作るより、お弁当などを購入した方が安いということもありますので、そういう観点も必要ではないかと思えます。

また、以前に比べ、調理体験をする機会が少なくなったのではないかと感じます。今の広報誌を見ると、料理教室のイベントがほとんど載っていません。せっかく公民館があるので、市として活用する機会をつくってほしいと思います。

最後に、骨子案の基本施策について、抽象的なことが書かれていますが、具体案があれば、教えてほしいです。例えば、高齢期の食育を進めるとありますが、具体的に何をやるのか知りたいです。

事務局：今回は骨子案ということで、このような柱でよいかという点をお諮りしています。次回はより詳細な内容をご審議いただく予定です。

委員：甲府の水はおいしいということですが、水源は同じなのでしょうか。地域による違いというより、水源で味の違いがあるのではと感じました。

また、摂食障害のケースでは、SNSで痩せている人の投稿をみたことが要因となることがあるそうなので、間違った捉え方をしないように積極的に啓蒙していただきたいと思っています。女性の体型についてですが、中年期になるといろいろな要因が関係しているので、生活習慣病予防をBMIだ

けでは判断できないのではないかと考えています。

男性の料理についてですが、50歳以上の独身男性などにアプローチできるような料理教室の推進もお願いしたいです。朝食については、習慣が大きいので、家庭での食文化の継承は大事だと感じています。物価高の影響については、代わりになるような食材のアドバイスが店頭にあると良いと思います。

J Aでの食材購入については、働く女性が購入しやすい方法も考えていただければと思っています。

事務局： 多くのご意見をいただきまして、ありがとうございます。アスリートの貧血予防の取組については、今後の課題と考えております。現在、新人戦等体育大会の前に学校に出向いて講座を行っています。このようなタイミングで実施することで、食に関心を持ってもらっていますが、希望校が少ないので、各学校と相談しながら取組をさらに進めたいと思います。

快便については重要なことであると承知しています。乳幼児の健康診査の場では食べたら出すということについて専門職で話をすることも多いのですが、小学校以上の取り組みについては現状把握していない部分もあるので、取組の把握に努めたいと考えております。

事務局： 今回いただいたご意見を事務局で整理し、骨子にのっとった具体的な施策・事業や指標をどうしていくのかについて、今後ご協議いただきたいと思っています。

議長： よろしいでしょうか。それでは、以上で議事を終了させていただきます。ありがとうございました。