

平成 25 年度 第 1 回 奈良県食育推進会議 議事概要

開会

副知事挨拶

- ・食育については、第 2 期奈良県食育推進計画を平成 24 年 3 月に作成し推進しているところ。
第 2 期計画では、健康のための食育をすることとした。
- ・奈良県では、7 月に「なら健康長寿基本計画」を作成し、介護、医療、がん、歯科など健康に関するすべての計画をこの基本計画の元、健康長寿という大きな目標に向かって推進する。
- ・「なら健康長寿基本計画」では健康寿命日本一という目標を掲げている。
日本で今一番は長野であるが、それには食生活の改善が重要であり、食生活改善推進員さんの地道な努力によって健康長寿を実現したということである。奈良県でも食育は健康寿命の推進に大きな役割を担うものである。
- ・私事であるが、第 2 期食育推進計画作成時の健康福祉部長で策定に関わり、思い入れ深い計画であり、関心を持ってフォローさせていただく。
今後とも、食育の推進についてご支援ご協力宜しく願います。

委員紹介

奈良県食育推進会議条例第 4 条の 3 に基づき、尾川委員を会長代理として指名し議長をお願いする。

尾川会長代理挨拶

- ・新しい委員の方もおられるので、食育のこれまでの経緯や、今後この会で食育とはどのようにとらえ、考えていくかを少しお話させていただく。
- ・国では平成 18 年から 5 年間の 22 年までを第 1 期食育推進基本計画とし、県は 1 年遅れて平成 19 年から 23 年までの 5 年を第 1 期とした。昨年からは第 2 期を開始し今年で 2 年目となる。本来であれば昨年からは新しい委員の方で進めるべきだが、任期が 2 年でずれてくるため、1 年過ぎてから委員をお願いすることとなった。ご理解いただきたい。
- ・私の本職はフランス料理のシェフであるが、食育とは昔から関わりがあり、この会には、スローフードの関係から出させてもらっている。
スローフードは、日本には 2000 年ぐらいからイタリアから入ってきて、その時委員長をさせていただいた。毎年会議をしながら 2004 年に会としてまとまったが、その時にイタリアでは 3 つのことを掲げていた。一つは伝統のある料理、伝統の野菜、伝統のある食材を残していくことであり、これが奈良のうまいものにつながっている。二つめは小規模生産者をサポートしようということである。小規模生産者がこつこつ作ったものを大事にしていく、それは最小限の農薬等しか使っていないという事であり、これが食育にもつながっていく。三つ目は食農育ということで、イタリアではこれで進めていくが、日本では当分「食育」でいくこととした。

食育ですぐに成果が出ないかもしれないが、先程のご挨拶にもあったように健康寿命を一番にするということであるが、それは数字を求めるのではなく、そこまでの過程、努力が大事である。健康度が高い地域は、子どもたち模擬テストの成績がよいなどすべてが繋がっている。食べる事が一番大事な気がする。

- ・今回は 15 名の委員の方に参加いただき、その半数は新しい方であるが、新しい意見をいろいろ出していただき進めて行きたい。国は市町村の食育推進計画作成率を 100%にするといっている。奈良県の場合 39 市町村の内 18 市町村が作成し、まだ半分ぐらいである。各首長さんや、栄養士さん保健師さんに頑張ってもらい、その地域の食育を進めていただきたいと思います。それでは、皆さんのお知恵を拝借しながら進めて参りたい。

<議題 1 - (1)> 平成 25・26 年度食育推進会議の進め方について

○資料 1 により事務局説明

- ・10年後の県民健康長寿の日本一をめざし、そのための施策を総合的・統一的に進めるための県の基本計画であり、保健・医療・福祉・会議に係る分野横断的な計画として、県の食育推進計画をはじめとする7つの関連計画の上位計画と位置づけ、効果的な推進を図る。

食育推進計画も重要な関連計画の一つで、食育推進計画策定市町村数と日本型食生活の実施率を基本計画の重点指標として上げている。

今期の食育推進会議では大人を対象とし、食塩、砂糖、脂肪の摂取量を減らす介入方法や普及のための施策を検討する。

各委員の担当分野と検討事項の説明。

<議題 1 - (2)> 県民の栄養・食生活の課題について

○資料 2 により事務局説明

- ・会議の検討事項である県民の食塩、脂肪、砂糖の摂取状況および課題について説明。

○藤岡委員より

- ・一番を目指すのであれば、健康寿命が一番である長野県のデータを加えてもらったら、奈良県がどうなのか分かり易いのではないかと。

<議題 1 - (3)> 平成 25 年度奈良県の食育推進事業の概要

○資料 3 により主に次の 3 事業について事務局より説明

- ・「父と子の料理教室の開催

働き盛り世代の男性に調理に興味をもってもらうため、子どもとの料理教室をとおしてその推進を図るため食生活改善推進さんに委託して実施。

- ・「食育マスター」養成講座の開催

食育に関心を持ってもらう人を増やし、食育への気運を高めるため、今年度は食育の講座を開催する。開催については県内の栄養士養成校などと連携して実施する予定。

- ・食育に関するアンケート調査

計画でまだ未設定の指標の現状把握と目標値設定のためと、少年期の効果的な食育の推進を図るための資料とするために実施する。結果の概要は次回の会議で報告予定。

<議題 4 - (4)> 平成 26 年度の食育推進事業としての取り組むべき事項等について

○各委員より事前に提出いただいた資料4に基づき、自己紹介も兼ねた食育との関わりおよび今後の食育の施策のあり方について意見交換。

柿本委員

- ・食生活改善推進員となって30年。自分たちの健康はじぶんたちでをモットーに活動。
- ・活動しているの課題は、様々な教室を開催しても、なかなか人が集まってこないことである。伝達したくても伝達にのってくれる人が少ない。どうしたらいいのか、すぐく頭をいためている。来られたら良かったと言って帰っていかれるのだが。
- ・今後のことでは、働いている方が多いので、手作りがよいと分かっている、なかなか手作りのものを家族に食べてもらうのが難しくなっている。スーパーに行けばなんでも売っている。どのようにしたらよいかかが課題である。私たちも地元でとれた豆で味噌作りをしているが、関心のある人は60歳を越えた人が多く、若い人は関心があってもなかなか来ない。しかしこの2、3年コープで開催したところ、定員30名のところ40名応募があり、今年は人数が多いので2回に分けて実施する。少しは皆さん食に関心があるようになったのかなあと感じているところである。自分たちの手で作った安全な物を食べたいという意識が高くなってきたのでは。
- ・この頃美味しいものが何時でも何処でも食べられるので、何がご馳走か分からなくなってきている。何を食べたいかが分からない。美味しい物が分からなくなってきていることが問題だと思う。どれだけ防腐剤などの入った食料品に慣れてしまっているか。私は味噌・こんにゃくなど殆ど自分の家のものは、自分でも作っている。子供は私の作ったものを食べているから、外食したら味が違うとあって、忙しくて出来合いのものを買ってきてもあまり食べてくれず、嬉しいような、困ったようなところがある。郷土料理やいろいろな食べ物を皆さんに伝え、食べていけたらと思っている。

議 長 今、食生活改善推進員さんの数はどれくらいですか。

柿本委員 1000人ちょっとです。

議 長 一番ピークの時はどれくらいおられたのか。

柿本委員 1700人ほどです。

議 長 大変失礼ですが、みなさんご高齢になってるんですね。

柿本委員 それが問題です。

議 長 若い人にバトンタッチしていかないといと困りますよね。

北野委員

- ・県のPTA協議会から参加。資料にも書いたように幼稚園や小学校の子供たちと一緒に野菜や果物を作り、収穫し料理をして食べてというようなこと通して、子供たちに食への関心や、環境、感謝の心を育てることをPTAとして活動している。衣食住の中で食べ物は地域や家庭などの味がつながっていく唯一のものと思い、それをきっちり伝える中で子供たちにも食の大切さとか、怖さを伝えていくことができている。今年の県の事業の中で父と子の料理教室をされているが、まさに我々PTAとしては親子で、父に限らずお父さん、お母さん親子で作るところから、実際に野菜を作るところからの関わりの中で大切にしていきたい。
- ・幼稚園児では、まだまだ何が好きか嫌いかということではなく、与えられるものを口にします。園で

は遊び・ゲーム感覚で子供たちが食について楽しく学べるよう、またがんばって食べることもしている。是非、将来大人になったときに自然と身につけている食生活、食を大切にすること、を小さいうちから進めていきたいと思っている。

議 長

前回の会議では学校給食のご代表の先生方がきておられたが、PTAからも、学校給食を踏まえながら色々なご意見やご質問とあったらお教えいただきたい。

北野委員

大和郡山市では郡山の野菜を学校給食に取り入れていただいて、月1回位は郡山の農家さんの畑でできた郡山特産の野菜のカレーなどしてくれていますので、日に日に広がると思っている。

小瀬委員

- ・私は、以前食品メーカーに勤めており、マーケティングやプロモーションをやっていた。みなさんもお存知だと思うがスーパーなどの試食販売にチームを立ち上げて指導したり、経済連や企業とのコラボの経験もある。料理教室や親子料理教室もやってきたが、なかなか人を集めるのも、また運営するのも大変で、それをやっていただいているということは非常にありがたいことである。今食品メーカーは生き残りのためにも、食育を意識して商品作りをしている。ただ一般の方との認識にまだずれがある。
- ・今は元気であるが、食育をやっている人間が一番なつてはならない病気になった私が、働き盛り世代の食育が担当分野ということですが、働き盛り世代に食育に対する考え方とか健康に対する考え方を変えるには、やっぱり自分で守らないとという意識に変えていかないと、なかなか変わらないと自分の事を考えてそう思う。この資料にも書いたが、都道府県別の死因などを、その働き盛り世代に伝えて認識を変えていかなきゃいけない。男性って結構数字が好きなので、そういう形で訴えていくと、あそこの県には負けたくないと効果的に訴えられると思う。
- ・減塩の対策として柿酢なんかを使ってドレッシングを作り、県産品の柿の売り込みとさらに健康アピールを8月31日の野菜の日などにやっていけばどうかと考えている。

議 長

食品メーカーにおられた方は、今まで委員にはおられませんでしたので、また色々お話をお伺いしたい。今1543種の食品添加物が厚生省で認められているが、TPPになれば、早々にこれについて、どう対処するのかを考えていかないといけない。またいろいろ教えていただきたい。

杉岡委員

昭和59年に農協に入り、当時経済畑でいたが、当時米があまっているということで米の消費拡大運動を展開していた。いろんなイベントで配ったりしていたが、農協では食農ということを通して小学生対象に育てていこうということで進めている。

- ・小学校5年生対象に学区で1つの学校を選び、お米の出前授業をしている。近隣の農地を借りて補助で田植えをし、夏場にはどういう生態、生育状況かを観察しながら収穫、出荷を体験することで米の大切さを学んでいくことをメインでやっていた。
- ・これを発展させ地区ごとにアグリスクールというのを設けて、作付けから刈り入れまで米を中心に一連の流れの中で、育てる側からの取り組みを行う。対象にならない学校には、バケツ稲といい粃

や肥料を農協から提供し、稲作りの体験をしてもらっている。学校への教材の提供、また料理本、各地区で料理コンテストなどで地産地消をやっている。

- ・アフリカの後進国に県とも協力いただきながら米を作って支援を行っている。
- 食べることがメインの食育もあるが、育てる側からの食育の活動を行っている。
- 今後も発展させていきたいと思っており、皆様の協力をお願いしたい。

議 長

今日初めてJAさんが「食農」という言葉を使っておられることを知った。イタリアからきた食農育が最初で、今まで使っていなかったがJAさんが初めて使われたのですね。

JAさんをお願いですが、奈良県のお米が全国で上位にきているのを知らない県民がたくさんおられるので、もっとPRしてもらったらいかがか。また文科省も学校給食の地産地消を進めているが、まだ奈良県は少ないので、これからもっと進めてもらいたい。

鈴木委員

奈良教育大学で家庭科教育学を担当している。

- ・私の担当分野は学校教育における子どもへの健康食生活教育となっているが、資料4の課題に書かせていただいたように、小学校の食育は推進されており、これからいかに充実させていくかということが課題。問題は中学校、高等学校での食育である。中学校や高等学校では学習指導が単科中心であり学校全体で食育を取り組む機会が小学校よりも少ない。また家庭科の授業が大変少ない。中学校1、2年で週1時間程度。3年では年間18時間。学校にもよるが調理実習は3年間で4回程度。これではまともな調理技術は身につかない。高校も同様に、多くの学校では1年生の時しか学ばない。このような状況で食育をどうするかが課題である。行政サイドからの後押しが重要と考える。
- ・父と子の料理教室であるが、自分達が作ったものは、どんなものでも美味しい。そこで食生活改善推進員の皆様をお願いしたいのが、料理教室で味の濃さについての指導も行ってもらいたい。できあがった料理の甘みや塩味の確認をやってもらいたい。
- ・資料にあるように、高校生対象の料理教室も取り入れていただいているので評価させていただいている。

議 長

確かに自分で作ったものはおいしい。

家庭科の授業が減っているが、これではないに等しい。内閣府と文科省との横のつながりが大事だと思っている。先生が言われるように文科省など行政側からの働き掛けをしないと、このまま大学生になってしまう。

今、家庭のなかでの味覚や味の食育をしなくなっている。味のついたものや、できあがった調味料などがあるので、味見をしなくなっている。

田中賀洋子委員

私どもの学校では、プロの調理師を育てる短期大学校と一般の方に家庭料理を教える調理専門学校がある。家庭料理では「明るい家庭は楽しく食卓から」をモットーに、様々な教室を開催している。

- ・最近では退職後の男性が必要に駆られてもあり参加が増えているが、若い女性の食への関心が薄れているようで、参加者が少ない。健康には家庭料理が第一であることを、是非若い人達に知ってもら

い、まず作ってもらうことが第一と考える。

- ・私の担当分野は健康食生活普及であるが、日本一の長寿県をめざすためには減塩が一番に取り上げるべきだと考えている。減塩でも美味しく食べられる調理法として、一番目はきのこやミョウガ、わかめなどの季節感を出すこと。2番目はこしょう、マスタードなどの辛み、また柑橘系などの酸味を利用して塩味を抑える、3番目は香ばしさやコクを利用すること、油であげても香ばしさが出る、うまく利用すること、4番目は濃いだし汁でうま味を十分に活かしながら、出来るだけ新鮮な食材を選び、そのものの味を活かすことだと考えている。

田中 博委員

地域医療連携に取り組んでいるが、経済的な理由など色々なことが絡んで今地域医療の崩壊が言われている。地方では大変な状況となっている。医療者の責任として国民の健康を守るためにどうリスボンができるかどうかである。各地域での地域医療ネットワークを作ればよいということである。

その場合、県の一番の健康長寿の問題に関する事として、例えば北部は脳卒中が高いとか、南部地域は糖尿病の有病率が高いとか、血糖コントロールの悪い人が多いとか、また糖尿病性腎症からの透析導入者数など様々なデータが奈良県は全国でどの位置にあるのか、それを課題として計画を作っていく。何をアウトカム、結果として、県の健康施策を決めるかであり、数値的な目標をある程度考えないといけない。

慢性疾患予防には結局は食事などが非常に大きい影響がある。これは子どもの時からの教育とか家庭における指導があった場合であり、突然大きくなったから始めるのではなく幼少期からの教育が重要である。

東北の大震災で、最初の1週間は急性期の医療対応であったが、その後慢性疾患を持った人、高齢者を仮説住宅でどう対応していくかが問題であった。そこで、これから10年間の血液などの検査と特定健診に来られたときに21ページもの細かいアンケート調査を計17万人を対象に行う。

環境や食事の影響についての明確な根拠がないが、今回の調査で明らかになるのではないかと考えている。遺伝的素因と環境について調べていく。

一般的に病気と食事の関係が言われているが、同じ食塩を摂っていても高血圧になる人とそうでない人がいるのは、遺伝的素因と環境との相互作用である。個別化をはかり食事がどう影響するかをみていく。環境因子として食事などの寄与は大きい。これまでの話にもあったように、子どもからの様々な取り組みが必要ではないか。

議 長

先生は統計のご専門ですが、奈良県も指標のためデータをきちっとされるということだが。

事務局

これからは、データを集めないといけないということで、まず調査をきっちりすることからで、これからである。

議 長

これからきっちりやっていきましょう。

辻本委員

最初生駒市学校給食の栄養士をしていたが、結婚後、五條より南の吉野地域で、栄養士さんも不足し

ていることから、保健センターなどで非常勤としてお手伝いをしている。今年から十津川村も関わっている。遠くて大変だが、栄養士が求められており、ありがたく栄養指導等に行かせていただいている。乳児健診、特定保健指導、介護予防教室、市町村実施の各種教室、また食推さんとも一緒に活動をさせていただいている。

- ・皆さんも言われているとおり、いざ教室を募集すると集まらない。特に若い人が来ない傾向がある。乳児健診は非常に熱心だが、教室にはなかなか来ない。
- ・吉野青年会議所の若い人が食育の教室をしたいので栄養士に来てほしいということで、若いお父さんお母さん対象に料理教室行った。その時に健診後の指導もしてもらいたいという要望があった。課題である働き盛り世代の30才代から40歳代ぐらいの方対象で、うれしく思っている。野迫川村では毎年働き盛り世代の食事指導を役場の職員から建設会社、去年は工務店など男性の職場に講義や調理実習などを行っている。その時に健診結果も持ってこられ説明させてもらったりしている。なかなか忙しい中、このような形で、広がっていくことはうれしく思っている。

野村委員

組合理事をしている。私たちは協同組合員が理事者として、生協の組合員の活動に関わっている。このように行政の集まりに読んでいただく場合、消費者団体としての立場と流通業者として呼ばれる場合がある。ならコープとして奈良県でしかできない活動をどのように行うかを考えている。25万人の組合員がいるので、消費者の現場のニーズに携わり、食育についても皆様に提供している。私には健康的な食品の提供をテーマとしていただいているが、組合員への食の安全の学習や食べ方を学ぶ場を提供している。その時、この場での皆様の話が大変勉強になっている。

- ・食育は非常にプライベートであり、子どもでも大人でも結局は一人一人が気付き実践することである。一昔前、生協に食育を勉強したいという奥さんたちがたくさん集まってこられ、調理教室などを開催していた。今、そのような方が減り、一方、皆さん職を持たれ忙しい中家事をされている。その人達が家庭の食を担ってきている。その場合、理想ばかりを言っておられず、現実的には価格や買いやすさ、調理の簡便さを主体に選んでおられる。昼間の料理教室などによる普及は難しいので、買い物をする場所で実際に気付いてもらうことが大事だと思っている。コープは店を持ち事業も行っているので、それを活かし食育を担っていかれたらと考えている。今後組合員さんへの情報発信を精査して行く必要があると思っている。
- ・県でも高齢化が進んでいるので、買い物に行けない高齢者への対応やこの方への食育などにも取り組んでいきたい。奈良県のライフステージごとに進められる食育に期待をしているし、またお手伝いしていきたい。

藤岡委員

奈良県歯科医師会理事であり、学校医部会に所属し学校医している。この奈良県食育推進会議には最初から関わり、皆さんの議論に触れ一層食育の取組が必要と感じていた。

- ・学校医部会では、毎年、教育委員会や学校保健会と協力して食育の講演会を開催している。今後、さらなる食育推進向け、学校医や養護教諭への食育を進めて行くつもりであるが、皆さんなかなか忙しいのが現状。養護教諭と連携し現場で活かせる活動をしていきたい。先日の学校現場でのアナフラキシーショックの事件で、残念ながら学校での食育が低迷していると感じている。最近学校保健会の研修でもこのことばかりである。

山下委員

弊社タウン情報誌ぱーぷるは、グルメ情報を中心として奈良の情報発信をしている。それ以外、イベントやエンタメ情報などトータル的に記事にしている月刊誌である。今年で15年目を迎えたが、発刊当時の読者層、ターゲット層は、若年層といわれる10代20代30代位までで、今まではこの層をターゲットとしていたが15年経ち、読者も年齢を重ねていくということで、まさに子育てされているファミリー世代、働き世代の方々、20歳代から40歳代のあたりまでをメインターゲットとして情報発信している。

- ・日々、飲食店等に編集部スタッフが取材に行くが、編集部スタッフ自身も味付け、ビジュアル面の方に非常に目がいき、健康という面で実際お客さんとコミュニケーション、取材等ができていくかというところと少ないと感じている。食育についても我々媒体を持っているので、より分かり易く理解、そして興味を持っていただきやすいような研修や、企画・立案等の情報発信が必要ではないかと思っている。
- ・今回委員をさせていただき、私に与えていただいた役割では、情報の収集・提供であり、弊社の強みからすると媒体を通して広報活動・情報発信、そのあたりが我々としては得意とし、推進会議でできることである。
- ・先生方のお話を聞いていると、イベント、講演会、教室等で、なかなか若い人に集まっていたくないという課題を皆さんお持ちである。我々は読者や子育て世代に対し県内のマザーサークルとのネットワークを構築しており、その読者・マザーサークルのメンバーなどのネットワークを活用し、イベント、講演会等の手伝い、県民に対しての食育の重要性というものの広報活動・促進も含めお手伝いが出来ればと思っている。地元メディアとして情報発信のお手伝いが出来ればと思っている。

議長 是非ひとつ広報のほうお願いしたいなあと、来月号くらいからでも。

県でも奈良養生訓を書いてもらっているが、これも目につくコーナである。

これまでの皆さんの御意見に何か質問とか、提案などあればお願いしたい。

ないようですが、来年度事業について事務局からなにかありますか。

事務局 事務局より、来年度の事業について案をださせていただくところですが、用意することができなかった。この会議は今年度もう一度開催予定であるが、予算の時期が終わっているので、そこまでに情報交換させていただきたいと思っている。会議は開けないが、それぞれの先生方に個別にお願いしたい案件等もあるかと思うので、その時はよろしくをお願いしたい。

議長 委員の皆さんからの意見は、予算に反映していただけるのか。

事務局 委員様からはいろいろ意見をいただいたので、検討させていただき、案を作成した後、ご相談させていただきたいと考えている。

議長 時間があれば、もっと議論していただきたいところだが、時間がきたのでたのでこれで修了します。新しい委員の先生方はこの会議がどのような会議かを少しでも分かっていただけと思っている。今後ともよろしく願います。