

令和4年度 第1回奈良県食育推進会議 議事要旨

日 時: 令和4年8月3日(水) 14:00~16:00

場 所: 奈良県文化会館集会室 AB

出席者: 足利委員、稲野委員、尾川委員、白樫委員、富岡委員、仲浦委員、中和田委員、野阪委員、
前田委員、松田委員、森本委員、

報 道: 奈良新聞社

議 題

- (1) 第3期奈良県食育推進計画の評価と課題及び対策について
- (2) 令和3年度県民健康・食生活実態調査の結果概要について
- (3) 今後の対策について
- (4) その他

概 要

- 医療政策局 平局長より挨拶
- 尾川委員を議長として指名

- 議題(1) 第3期奈良県食育推進計画の評価と課題及び対策について
事務局より、資料1について説明

- 議題(2) 令和3年度県民健康・食生活実態調査の結果概要について
事務局より、資料2について説明

(尾川議長)

事務局の説明について、調査を指導された富岡委員に追加説明をお願いする。

(富岡委員)

市町村比較の散布図で見ることで、野菜や食塩の摂取量の状況が、継続的にいい市町村と継続的によくない市町村が見えてくる。また、前回と今回調査で変化があった市町村について、例えば、いい変化があった場合、何か取り組みがあり、その成果であれば大いに評価できる。散布図と市町村の取り組みの成果を併せて見ることで、その市町村では取り組み成果があったのか、あるいは何も変化がなかった場合、取り組みがなされていないのか等、リンクするとさらに深めることができるのではないかと思う。

(尾川議長)

野菜の摂取量等と地域関係は、本当に面白いデータである。これを突き止めていけば、何かが見え

てくるかもしれない。よろしく願います。

○ 議題(3) 今後の対策について

(尾川議長)

第3期計画の目標達成、食育推進計画の趣旨である健康寿命日本一を目指すにあたっては、県民の食生活改善、野菜摂取の増加や減塩の取組が重要になってくる。事務局から説明もあったが、県のほか、市町村、保育所、学校、職域等の関係機関や団体民間事業者と、目的を共有して、取り組みを実施することが必要に思う。そこで、特に重点的に取り組みたい対象である20から50歳代に対して、各委員で取り組んでおられる、またこれから取り組んでいかなければならないと考えておられること等を発言いただき、他の委員の方と共有をしたい。

(前田委員)

協会けんぽ奈良支部では、民間会社が加入する健康保険を運営している。

健康保険として医療費を支払うので、病にならない、防ぐという観点から、健診をしっかり受けて、健診結果から、健康づくりをしっかりしましょうと、進めている。

経済産業省がすすめる健康経営優良法人というのがあり、会社ごと健康づくりに取り組むことを推進している。一般的に企業の財産というのはヒトモノカネということで、今までのヒトというのは、能力とされてたが、その能力も健康でないとつけれない、健康あってこそヒトである。従業員みんなが健康であれば、生産性も上がり、利益も上がることから、健康経営、会社ごと、健康に取り組んでいくことを進めている。

そのため、まず会社の中で推進していただく健康保険委員を設置する。そして、健康経営に向けた健康宣言を会社として宣言していただくのが健康宣言事業所、そこから、会社が申請し、国から認定を受けた会社が健康経営優良法人。

健康宣言事業所は、今年度の6月末で702人と、2年前の2020年の270から一挙に増えて、それに伴って、健康経営優良法人も増えている。健康経営に取り組む事業所の健康度検証を行っているが、圧倒的に健康宣言事業所、健康経営優良法人とも、健診の受診率が高い。

奈良全体での受診率は55.5%であるが、労働安全衛生法で、毎年全員受ける義務があるものだが、50人未満の会社では義務化になっていることも知らないという状況がある。

医療費についても、健診意識が高いところは、医療費も低い。健康宣言事業所では8%ぐらい、優良法人でいくと15%ぐらい低い。

健診結果についても、検査項目のうちの血圧リスク、脂質リスク、血糖値リスクのある方が、全体と比べて健康宣言事業所、優良法人は平均よりは低い。

こういうデータを活用しながら、健康経営に取り組んでいただく事業所を増やしていく。

(白樫委員)

日本保育協会奈良県支部は、奈良県下の保育所、認定子ども園が加入する。

私の園の話が中心になるが、子どもたちに提供している給食、おやつについては、多分、皆さんが食べていただくと、味が無いのかなというぐらいの、うす味になっている。

年に何回か保護者の方に、一緒に食べてもらう機会を作り、こういう食事提供してますよということをしていたが、コロナの関係で、その取り組みができない。

子どもたちに対しては、野菜の大切さ、面白さ、興味を持たせるため、野菜を調理する前の段階で紹介し、描いたり、重さを計ったり、実際に皮むきしたりといった取り組みをして、野菜に対する楽しさが伝わっていると思うが、家庭の朝食、夕食を考えると、保護者にどれだけ周知できているかということが問題だと思っている。

今は直接の働きかけできないので、毎月の給食だよりで、お子さんとこんな取り組みをしたよという、家に帰って大人と情報が共有できるような内容を情報発信したり、健康の取り組みや、だしの取り方など、一緒に家でもできるような体験を啓発していきたいと考えている。今日の献立についてもリアルタイムで発信できるよう、QRコードを利用していくなど、保護者に対して工夫して情報発信をしていきたいと思う。

子どもたちから聞くと、お休みのときには、外食やファストフードが多いという話をよく聞くので、ゆっくり食べていただくような環境を整えられないかなということも情報発信したいと考えている。

(仲浦委員)

食生活改善推進協議会は、今、コロナの関係で、調理がほとんどできなくなっている。

「やさしおベジ増し宣言」など、皆様の工夫を紹介したり、冊子等をしっかり使って、地域で啓発を頑張っている。

宇陀市では、ケーブルテレビがあり、減塩や野菜摂取について、調理できないことの代わりにテレビを通して勉強していただいている。また、全国協議会から、いろいろな啓発用冊子が配布されるので、その冊子を地域の人に配布している。

このように啓発を続けることで、効果が上がってきているように感じている。各家庭の声が入ってくる。コロナで、食生活改善推進の活動がどうなるのか心配していたが、逆に、家庭での家族と関わりがうまくいった、夕食はしっかりみんなと食べた等、かえって、家族のきずなで野菜をしっかり食べたという声を耳にしている。その声を聞くことで、コロナが落ち着いたら、みんなで黄色エプロンをかけて、みんなに元気発信していこうと、今すごく熱意をもっている。

保健所や県の先生方のご指導があつての私たちなので、この委員さんの方でも、いいことがこんなにあるよってということがありましたら、教えていただき、みんなが元気な笑顔で、コロナが開けたら活動再開できることを希望している。

(足利委員)

こども食堂の最近の状況について、県内の39の市町村のうち、こども食堂が実際に展開活動しているのは25の市町村である。

こども食堂は、お子さんが直接足を運ぶということで、活動展開されるので、1小学校区に1ヶ所を目指していて、まだまだ目標半ばという状況。

こども食堂の活動も、当初は皆さんが集まって、楽しくご飯を食べて、その中で食育、食べる前に野菜を見て、こういう野菜だよとか、一緒に調理をするというような機会含めて、関わりを持ち、体験をつむことも目標にしているが、コロナという状況で、直接、皆さんで食事することが、厳しくなっている。

今は少し我慢しながら、会って食べるんじゃなくて、こども食堂の活動者の皆様がお弁当とか作って、持って帰っていただいたり、食材を、ご家庭の方にお届けして、様子を伺って、こういう野菜やから食べてねっていうお渡しをする活動、宅配という形で、当初とは姿が変わってきている。

その中で、食育や減塩の取り組みができるかといえば、最近、企業からもこども食堂を応援いただく機会も増えてきて、必ずしも外食が悪ではないし、塩分高めだと思うが、こども食堂を利用いただく皆様に関しては、体験を積むことも目的のひとつだと思うので、外食がしづらいご家庭の方や、みんな食べる機会が少ない方もおられるので、外食チェーン含めて、たくさんいろんな経験をしていただくということで、必ずしも減塩の活動に積極的にアプローチができるのかというと難しい点もあると思っている。が、会食という形とか、食材を渡すという形とかに加えて、体験をしていただくことで、子供のプログラミングを学ぼうとか、何かしらちょっとした学びということを、こども食堂の中でセットすることもある。その中で、健康推進課さんから、出前講座の案内をいただき、県内のこども食堂の皆様にも、勉強という形での食育の活動にも関わりをもつことになり、子どもだけでなく、活動いただく方にも、メッセージとして伝えることで、基本方針2のところでも挙げてある地域食育講座に協力、関わりを持ってたらいいなと思っている。

(野阪委員)

奈良県歯科医師会は、食べることにについて関わっていく団体だと思っている。

調査結果報告書に、歯と口腔の状態がいい方ほど、野菜摂取量が多いということがあり、当然と言えば当然だが、しっかり噛めない、特に野菜のような、繊維性のものは処理しづらい。

これに関しては、国保で節目検診というのがあり、そのアンケート項目の「噛みにくい」という項目にチェックされた方に、今年度より、全市町村に協力いただき、治療勧告のはがきを出す体制ができた。国でも、国民皆歯科検診を打ち出し、とにかく歯科医院に出向き、健診をしっかり進めて、改善できることを改善していかないといけない。

また、報告書の中で、フレイルの認知度別の野菜摂取量があり、歯科医師会として8020運動を進めているが、これが50%を超えるという数字になってきた。今後、このフレイル、要するに虚弱という、前段階として、オーラルフレイルという言葉を挙げ、口の中の虚弱が、身体の虚弱につながっていくことから、フレイル対策をしっかり進める。オーラルフレイルを知っていただく、興味を持っていただくということが非常に大事である。

フレイルという言葉の認知度と野菜摂取量と多少リンクしてるということを考えると、面白い結果だと思う。

第3期計画の評価の課題でもある、妊婦に対する歯科口腔保健指導を行ってる市町村の数についてC評価であるが、歯科医師会しても、産科の協力をいただき、妊婦を対象にした講座を開催している。

そして、「早食い」についてはメタボであったり、こどもの健康に良くないことはよく言われているが、これについても啓発活動ができるように活動を進めることを予定している。

(稲野委員)

ならコープでは、県を三つのエリアに分けて、それぞれ、理事を選出して、年間を通じて「食べる大切」

をテーマに活動している。

目指しているところは、誰もが、安全で健康な食生活を送るための環境作りをしよう、ということを経合員の方にお知らせをしている。

塩分に関しては、チラシの中に、体に思いやりになる、塩分が気になるコーナーを作り、ここに載せることによって、見やすくしている。

組合員も、高齢化しており、健康に関する要望もたくさんいただいている。

夕食宅配もさせていたいただいている。

地産地消を進める会は、JA ならけんさんと取り組んでいるが、8 月 31 日は、語呂合わせて野菜の日ということで、なすとキュウリを提供していただき、店舗で配布している。

また、さきほど県の取組であった「やさしおベジ増しプロジェクト」に、奈良コープ産業というグループ会社が、減塩のお弁当の取組を予定している。

(松田委員)

今年度、栄養士会では、資料 1 にある奈良県からの委託事業として「配食を通じた高齢者の健康支援事業」を実施しているところ。

県民の健康支援を図るため、利用が増えているお弁当、宅配や持ち帰りも含めて、栄養のバランスがとれた野菜を増やした弁当を販売する店舗をふやすことを目的に、献立の内容や、栄養バランスについての調査と、実際に販売するために栄養士会として技術支援をしていく。

これまでの栄養士会の事業としては、直接、県民の食生活をサポートする栄養ケアステーションや、団体、自治体などから依頼を受けての栄養指導や特定保健指導、食育の講演会、介護予防、市町村等のイベントなどに参加する等している。また、ホームページに、年代別、疾病別のレシピや乳幼児の食事や食物アレルギーのリーフレット、他、指導者や関係者のお役立ち情報を載せている。今年度は、妊婦や幼児のリーフレットを作り直す予定で、幼児の保護者が、優先的な対象者にあたるので、親子を含めた適切な食生活の啓発ができると考えている。

しかし、情報の発信方法や情報提供の場について、これまで同じようなことでやってきているが、検討しないといけないと思っている。

20~50 代の世代に食生活に問題があるのは、ずっと指摘されており、栄養士会でも様々な取組を行っているが、改善していない。

ホームページは一般の方が見ていないし、イベントや講座も関心のある人しかこない。これは状況が、やはり社会生活が多様化し、食環境もかわってきているなかで、同じような発信をしても駄目。この対象世代の方、減塩や野菜摂取についても、わかっている方は多く、もともと知らない方は少ない。なぜ取り組めていないのか、関心のない方にどう伝えたらいいのか、同じような発信方法では伝わらない。と思っているところ。今回の調査結果も踏まえて、大学の先生とかと相談してやっていこうと考えている。

(中和田委員)

学校給食会の取り組みとして、地場産物を活用した食材を増やす取り組みをしている。

JA 等と連携を図りながら、新たな地場産の商品開発をしている。現在は 31 品目があり、大和まな

等、学校給食に使用しやすい加工食品などを開発、新規商品として販売し、人気商品になっている。また、地場産物の使用割合を向上させる取り組みとして、1日の地場産の使用割合を、学校給食の中で50%以上を目標とした「大和の学校給食週間事業」をしているところ。

減塩については、食パンに関して、元年度が塩分量2%だったところ、今は1.7%というところで、継続をしている。

そして、県内の栄養教諭研究会と一緒に、地場産物の活用促進や郷土食、伝統食について、研修会を実施しているところ。

今後の取り組みについては、やはり、地場産物を活用した商品、野菜の新規商品を開発して、多く利用していただきたい。大和まなやほうれん草等、冷凍野菜という形にできないか検討しているところ。

20~50代についてのアプローチは、学校給食、その保護者の方の年齢かと思うが、

この年代の方達に私たち給食会が直接アプローチをするということができないが、給食を減塩することによって、食生活習慣が身につくことを、学校を通じて、一緒にやれると考えているところ。

(森本委員)

JAでは、食育についていろいろなアプローチしている。

20代~50代へのアプローチでは、昨年度にSNSを活用し、奈良県でとれた野菜の紹介をしている。毎週、食べ方を発信して、奈良の食の魅力、安全安心な野菜を発信し、健康促進もアピールしている。まだ始めたばかりで、フォロワー数が1000件もないが、8月の半ばからは、ちょうど旬になる茄子を使った料理をフォトグランプリということで投稿していただき、奈良県産野菜を盛り上げていくところ。また、安全安心な日本の食を守るということで、地産地消、国産国産のPRにも力を注いでいる。

子育て世代の女性については、女性大学として講義形式で農についての学びと農業体験、野菜の食べ方や土づくりを年間を通じて実施し、これまで6年で300名程度卒業している。農業については生産サイドのイメージがあるが、食育について理解を深めていただくということに、今大きく舵を切ってPRをしている。

子供たちについては、県の食と農の振興部に監修いただき「奈良の畑で生まれたなかまたち」という教材を作り、小学校5年生に、毎年配布し、食育、食農の啓発をしている。

JAでは、いろいろな方面から安全安心な食のサポート、健康生活の情報発信について、今後も力をいれていきたい。

(尾川議長)

各種団体の皆様方のご意見を伺い共有できた。引き続きの取組をお願いする。

○ 議題(4)その他

事務局より、資料3 第4期奈良県食育推進計画策定スケジュール(予定)について説明

(尾川議長)

皆様方の各種団体の取組もちろん大切だが、市町村での食育の取り組みも大事である。
冒頭に話したように、市町村の計画策定を100%にするまでに時間がかかったが、今後も事務局から保健所を通じまして、ご指導をしていただき、全員が一致して食育に向かえる形にできればと思う。