

令和5年度 第2回奈良県食育推進会議 概要

日時:令和5年11月22日(水) 14:00~15:45

場所:リガーレ春日野 1階天平の間

出席者

足利委員、板澤委員、尾川委員、白樫委員、富岡委員、中和田委員、野阪委員、松井委員、松田委員、森本委員(10名)

議 題

- (1)第4期奈良県食育推進計画(素案)について
- (2)その他

内 容

- 医療政策局 筒井局長挨拶
- 尾川委員を議長に指名
- 議事(以下「議事要旨」参照)
- 事務連絡(計画策定のスケジュール・委員の委嘱替え)

議事要旨

【尾川議長】

本日のテーマは、来年度から始まる第4期計画の素案について、皆様方に御審議を賜りたいと思います。

議題(1)として、第4期奈良県食育推進計画(素案)について事務局より説明をお願いいたします。

【事務局】

- ・前回の振り返り
- ・資料1の説明
- ・資料2「第4期奈良県食育推進計画(素案)」第1章～第2章について説明

【富岡委員】

提案になりますが、健康推進課が実施した「県民健康・食生活実態調査」は、奈良県から報告書を各市町村に配布し、管轄の保健所の栄養士が市町村支援でかなり丁寧に説明や指導をしておられていて、市町村で活用されていると思います。

実際に、食塩・野菜の摂取状況として、市町村別に集計した値としては、奈良県のこの調査しかないということがあり、使われているところですが、果物の摂取状況も、県の調査で相対値は出せるので、市町村が計画に、我が町の果物の摂取状況が奈良県平均よりも多いのか少ないのかの目安になるので、食塩・野菜だけでなく、果物も市町村別評価を行われたら良いと思います。

また、低栄養傾向については、高齢者で問題になるので、65歳以上に注目しないといけな
いのでこのまとめ方でも問題はないのですが、年代別の割合を見ると、後期高齢者になると
男性でも低栄養の方が増加している。65歳以上でくっつてしまうと後期高齢者が多い県だと、
全国と比較する上では少し問題があるのではないのでしょうか。もし可能であれば全国値を前
期高齢者と後期高齢者で低栄養傾向の方の割合を見て、それに対して奈良県の前期高齢者、
後期高齢者の低栄養傾向の割合を見てみると、例えば奈良県では後期高齢者が多く、低栄
養傾向の方の割合が高いのであれば、それは全国並みということになるので、これも良けれ
ば参考にしてください。

【尾川議長】

資料2の図21に単身世帯、2人以上世帯の夕食、加工食品、生鮮の支出割合がありますが、
加工食品が増加している。加工食品が増えると、減塩が難しい。今まで1日あたりの食塩摂取
量を8gと言っていたのが、今回7gになっていますが、6g位が限度だと思います。

私達の業界でこの話をしていたのですが、京都の料理屋の「薄味です」というのも6gよりも
高い。それを数字の上で6gとか7gは果たしてできるのかどうかということですが、これは各
自御努力いただいたら良いと思うのですが、この加工食品が少しずつ増加しているというこ
とが足かせになっているのではないかという気がします。

野阪委員にお伺いしたいのですが、高齢者において歯が24本以上の人の割合が若干伸
びていますが、これは治療されているからでしょうか。

【野阪委員】

現在、全国的に健康な歯を持っている方が増加しています。歯科で実施されているインプラ
ントなど、噛むことでいうと天然の歯だけではなく、きちんと入れ歯を入れているかどうか
が大きな要素になるのではないのでしょうか。この数値は、インプラントは入っていない数値だと認識
しているのですが、欠損したまま放置されている割合と入れ歯やインプラントを含めて治療さ
れた状態で、きちんとかみしめ、かみ砕きができる状態での推移ということが実は大事な
のではないかと考えています。特に、ここ10年ほどの間に、歯科でもインプラントを含めた人工物
による咀嚼回復が目覚ましく進歩をしており、そういったことを治療の中に組み込まれる
歯科医師も非常に多くなっています。天然の歯を持っているのが一番大事ですが、人工的な
もので補ってしっかり咀嚼していくという数値が非常に重要ではないかと考えています。

歯科医師会でも、今までの8020ではなく、9028、90歳で28本、この28本というのは天
然の歯が28本という意味ではなく、さきほど申し上げたようなインプラントや、適切な義歯、
入れ歯といったものを使ってしっかりと28本。人間の歯は28本が基準ですから、それを保つ
ことを奈良県として目標にしたいというのが今の歯科医師会の意向です。そういったこと
から、数値は確かに全国的に伸びてきてはいますが、その数値はその後のこととして考
える必要があると考えます。

【尾川議長】

第4期計画の素案の第3章の説明をお願いします。

【事務局】

「第4期奈良県食育推進計画(素案)」第3章及び第4章基本方針1について説明

【松井委員】

さきほどの説明の中で、全国健康保険協会の名前がありました。25 ページ「職場における食育の推進」に「新規」ということで入れていただいています。

私どもは医療保険者の立場ですので、現役世代の健康づくり、生活習慣病予防に取り組んでいます。昨今、従業員も高齢化しており、従業員の健康づくりが大事なことになっていますので、ここに記載がある「健康経営」ということで、「職場まるごと健康宣言」を事業主の方に取り組んでいただいています。この数として、令和5年3月、令和4年度末で904社、令和5年の10月で1,030社位です。令和2年の当初は200社位だったのですが、ここ最近で「健康経営」という言葉が浸透し、令和2年の200社から令和3年に500社、令和4年が900社で、現在1,030社位となっており、今年度末には1,100社位行くかと思っています。私どもも含めて増やしていけたらと思います。健康というのは最終的にこの奈良県の大きい目標としては健康長寿の話がありますし、そこに向けての一つとしての「食」ということで、今回の会議があると思います。一つの歯車として、私どもも一緒に進めていきたいと思っています。

【富岡委員】

松井委員の発言に続けて、働き盛り世代の箇所も提案させていただきます。

「人と比較して食べる速度が速い人の割合」について、NDBオープンデータを使ったらどうかと提案させていただいたのですが、20歳以上を評価されるということであれば、特定検診は40歳から74歳で、年齢が限られてしまうという点では限界があると思います。一方で、保険に加入されている方全員なので、規模としては10万人規模のビックデータになるので、県民の代表性はあります。やせの問題は、20歳から30歳代の女性が一番問題ですので、対象は20歳以上にしなければいけないと思います。一方で、食べる速度の問題は働き盛り世代が一番のターゲットになるので、20歳から30歳代を含める必要性は、やせの問題よりも低くなります。

NDBデータの一番の強みはビックデータということと、協会けんぽのデータ集計があり、働き盛り世代の値が把握できることです。NDB データを利用すれば、働き盛り世代と国保の方を比較することや、年代別の比較ができます。NDB オープンデータを活用されることもご検討ください。

また、資料1の9番の「人と比較する」という表現が適当でないというのは、おっしゃるとおりだと思います。少し不思議な評価指標ですが、これは自己評価で、主観的に評価していただくしか方法はなく、これが限界だと思います。NDBオープンデータを見ると、奈良県では「人と比較して食べる速度が速い」と答えた方が3分の1おられる。この評価は、「速い」、「普通」、「遅い」を選択させて食べる速度を3分位したいのですが、主観的でありながら3分位評価できているという点では、良い評価指標だと思います。

さきほど「低栄養傾向の高齢者の割合」について、年齢調整は必要だという提案をさせていただいたのですが、それは奈良県が全国平均よりも高いのか、低いのを評価する際には、年

年齢調整をしないと意味がないということで、この数値自体は低栄養傾向の方の割合を下げないといけないということなので、目標値が16.8%でも特に問題はないと思いました。

【尾川議長】

前回の会議で、果物について富岡委員から「200gは難しい」という話から、この指標に変更になったと思います。奈良県の食育ですから、国の指標に合わせる必要はないと思いますので、奈良県としての数値を、全国と比較しながら近づけていくことも大事ではないかと個人的に思っています。

続きまして基本方針2の説明をお願いします。

【事務局】

「第4期奈良県食育推進計画(素案)」の第4章基本方針2説明

「第4期奈良県食育推進計画(素案)」の第4章基本方針3について説明

【板澤委員】

ならコープもしっかりこの計画と一緒に取り組めたらと思います。

「共食」ということで、友達と一緒に食べる喜びや楽しさであるとか、そういった文言が増えたという説明がり、家族の形が変わっていく中で、誰かと一緒に食べることがすごく大事だなと思っています。基本方針2の「高齢者の健康づくり」でも「地域で共食している人の割合」が評価指標で出ていますが、一人で食べている人の割合や指標で何かわかるものはあるのでしょうか。

私たちならコープも、様々な地域の場づくりに取り組んでいます。一緒に食べるということはとても大事だと思っていて、一人で食べないように勧める。私も一人で食べないように変えたら、健康に気をつけるようになり、楽しくなりましたので、一人で食べないということの指標や目指す方法はあるのでしょうか。

【尾川議長】

共食は大事で、我が身に覚えがあると思うのですが、一人で食べていると適当な食べ方をしてしまう。誰か第三者の方がいると、礼儀もマナーもあり、気持ちよく弾んだ話題で食べることができる。私はよく言うのですが、食というのはありがたいもので、涙を流しながらお酒を飲む場合、やけ酒とか悲しいとき等あるかと思いますが、御飯を食べながら嫌な話をするとするのは本来あんまりない。法事的时候も、寂しいと言いつながらでも「いや、おじいちゃんはどうだった、おばあちゃんはどうだった」という話の中での食事になりますので、食というのは基本的には楽しく食べるものだとも思っています。委員がおっしゃったように一人で食べるよりもたくさんで食べるという雰囲気づくりが大事だと思っています。

【事務局】

さきほど御質問をいただきました「地域等で共食している人の割合」について、この計画では評価指標として入れています。これまでに調査したことがないので、現状値は分からないのですが、現在、なら健康長寿基礎調査を行っており、その質問項目に入れています。今年度

末には結果が出る予定です

【板澤委員】

高齢の方ではなく、全体ではどうですか。

【事務局】

調査規模としては、県民1万3,200人で、例年であれば50%ほどの回収率があります。

いろいろな性・年齢別の方の回答を頂きますので、その全体集計と年齢別等の集計もできますので、併せて見ていきたいと思っています。

【板澤委員】

高齢の方ばかりだと思いました。参考にさせていただきます。

【尾川議長】

続きまして、基本方針4の説明をお願いします。

【事務局】

「第4期奈良県食育推進計画(素案)」の第4章基本方針4について説明

【尾川議長】

ご意見等、ないようであれば、

各委員の皆様方に、事務局から説明をいただきました第4期奈良県食育推進計画(素案)について、案としてよいかの承認を採りたいと思います。

御承認いただける方は挙手をしていただければと思います。

(全員挙手)

ありがとうございます。

これで、素案の承認ということにしたいと思います。

最後に追加の御意見がありましたら、お伺いしたいと思います。

【松田委員】

若い世代に対する食育の取組について、小・中学校までは栄養教諭がおられ、学校給食で食育も推進されているのですが、高校生への食育について、聞くところによると家庭科の授業がとても減っている。またその後、卒業後に大学に行ったり、就職したり、一人暮らしをされる方も多く、高校生は非常に大事な時期だと思っています。現在、高校生に対する食育の推進、アピールがなかなかできていないと個人的に感じており、若い世代に対する取組の一つに、「大学生による食育活動の支援」ということで、大学生が「ヘルスチーム菜良」でいろいろな活動をしていると聞いているのですが、そういった方々を通じて、今後高校生に何か働きかけを考えてくれればと思っています。栄養士会でも何かありましたら協力させていただきますので、よろしくをお願いします。

【事務局】

高校生については、資料2の18ページに「食育推進委員会」の開催ということで、こちらの働きかけもあり高校の開催率は増加しています。ただ、実際のところ、そのような委員会を持っているとはいえ、おっしゃるように十分ではないところもありますので、今の御意見も参考にさせていただきながら、高校につきましても進めていきたいと考えています。

【足利委員】

今回、御説明をいただき、いろいろと活動を振り返りながら計画書(案)を拝見させていただきました。

18ページにある「朝食」をどのように摂っていくのか、ということがすごく大きな課題だと思いました。図22を見ても、小学生までは微増ですが、中学生以上、高校生だとか、34ページの「朝食を「ほとんど食べない」若い世代の割合」が17.1%ということも含めて、中学生以降の悪い意味の伸び率がすごいというのを改めて感じました。

私は、こども食堂のネットワークという形で関わり、この委員会も参加させていただいていますが、こども食堂の活動を利用する方は主に小学校や若い方が多いと思っています。小学校を卒業して中学生になり、中学生になったらクラブに入って等で継続利用する方が少し減ると聞いています。

現時点での数字ということでは、即座に数字改善ができませんと思っていますが、こども食堂の関わりで幾つか挙げていただきましたが、このような食育ということ等を中心に、楽しくということを含めて関わりを持てると思っています。

今回のような食育をどのような形で発展できるのか考えていきたいと思っており、さきほどの孤食の話もありましたが、こども食堂という名称ですが、高齢者の方もひっくるめて楽しく活動しましょうというのが、こども食堂の本来の目的です。この1年でも20か所程度伸びており、現在県内でも120の団体を超えている状況で、どんどん活動が広がっていくと思っています。そのような中、この食育ということも、「楽しく」というようなことも含めて、改めて今回の計画が出来上がった段階で各団体と共有したいと思いました。

【中和田委員】

前回の会議で、私たち学校給食会の栄養研究会と指導研究会とで、奈良県の児童生徒の食生活等の実態調査についてアンケート調査をすると発言させていただき、10月に予定どおり実施させていただきました。小学校5年生と中学校2年生約2万人を対象者にアンケート調査を実施し、1万7,000人ほどの回答をいただきました。現在、栄養研究会の栄養教諭や栄養職員等で集計と分析をしているところです。令和5年度中には、結果を各学校に戻させていただき、令和6年度には市町村など学校と学校給食関係者に分析した結果等をお返りする予定です。今後、少しでも朝食を食べない生徒の割合が減少するよう指導に役立てていただければと考えています。

【尾川議長】

私ごとですが、大学3回生の孫がいるのですが、3年前から東京の大学に入り、寮に入っています。寮に入れば食事が付くので、当初大変喜んでいたのが、1年位経ったら1人で下宿を

したいと言ってきて、その理由を聞くと、「料理に心がない」と言いました。結果的に寮から出て、自炊しないといけなくなったのですが、まめに朝と、帰ってからの食事は作っている様子です。母親が頻繁にメールで献立を送ったり、残った物を冷凍便で送ったりしていて、それで出来上がった料理を写真で送り返してくる。自炊ができるということは、これまでに、家の中でお手伝いしていて、多少なりとも料理ができるということだと思います。料理の経験がない子に「自炊しろ」と言ってもできなくて、結局、外で買って食べることにつながっていく。

ということは、家庭の中でできるだけ時間があれば子どもと一緒に食事を作ってあげること、世の中にはいろいろな方がおられるので、贅沢なことかもしれませんが、その家庭内で子どもと一緒に御飯を作る時間という楽しみは、ひいてはこういうところに繋がってくると思います。

以上で、議事を終了します。