平成 29 年度第１回広島県食育推進会議　議事要旨

日　時　平成 29 年７月４日（火）15：00～16：40
場　所　県庁北館２階　第１会議室
出席者　烏帽子田委員（会長），田川委員，上川委員，小田委員，岡田委員，清川委員，二宮委員，三好委員，横山委員（代理：慶徳氏），鈴木委員，門田委員，前垣委員，堂本委員，小村委員（代理：倉本氏），小坂委員（代理：伊藤氏）［以上 15 名］

＜議事＞

議事：次期広島県食育推進計画の作成について

事務局：次の資料に基づき説明
資料１「広島県食育推進計画（第２次）進捗状況」
資料２「次期広島県食育推進計画の作成について（ポイント整理）」
資料３「国及び広島県食育推進計画の構成対比表」

（要旨）

○　現在の第２次計画の目標指標の進捗状況は資料１のとおり。現状値の時期が「平成 24 年」又は「平成 25 年」となっている指標は，今年度実施の県民健康意識調査又は昨年厚生労働省が実施した国民健康・栄養調査の結果に基づき最終評価を行う予定である。いずれの結果も今年秋以降に公表される予定である。

○　資料２は，本日御協議いただくポイントを整理したものである。
・左半分には，現在の計画の主な内容，昨年度の当会議における委員からの意見の主なもの，国の第３次計画の概要の抜粋を記載している。
・右半分には，委員の意見も踏まえて事務局で作成した「作成のポイント」及び具体的な基本理念をはじめとする次期計画の内容の案を記載している。
・基本理念は，県食育基本条例をベースとし，新たな課題を踏まえて案を作成した。
・目指す姿は，基本理念をさらに具体化したものとして，５つの案を作成した。資料３の表面では，５つの目指す姿について，それぞれどのような要素を含んでいるのか分かるよう，キーワードとして示すとともに，国の第３次計画の重点課題のどの部分に対応しているのかを記載している。
・重点目標の決定は第２次計画の最終評価を行った後になるため，資料２では検討案を記載している。現行の３指標のほか，「朝食を欠食する県民の割合の減少」及び「栄養バランスに配慮した食生活を送っている人の割合の増加」の２指標，その他の指標も含めて調整し，次期計画の重点目標として３指標程度設定する。
・重点目標以外の指標，食育推進の基本的施策については，色々な指標や施策があるが，主に食育の「実践」につながるものを基本に設定する。

○　資料３の裏面について
・「ライフステージに応じた食育の推進」では，第２次計画ではライフステージを４つの区分に分けてそれぞれの区分の「食生活をめぐる特徴」「食育のポイント」及び「取組事例等」を記載している。次期計画においても，基本理念に基づきあらゆるライフステージの県民が食育を実践できるよう，引き続きこの項目を設定する。
・次の「食育推進の基本的施策」の分類は，県の第２次計画と同じものを案としている。次期計画では「貧困」「食品ロス」「高齢者の低栄養」といった新たな要素を位置づけることになるが，第２次計画と同じ分類の中で位置づけ可能と考え，この案としている。
・最後の「計画の推進にあたって」は，第２次計画から特に変更すべき理由もないと考え同じ構成の案としている。

【全体について】
会長：　事務局からの説明を踏まえ，まず全体的に質問や御意見があれば伺う。

委員：　私達はボランティア団体ということで，県の食育推進計画を基に活動をしている。減塩や，これからは地産地消や郷土料理，また高齢者だけでなく若者世代に目を向けて食育活動をしていかないといけないと考えているので，この案でよいと思う。

委員：　重点目標に新たな指標として「朝食欠食率（20～30 歳代）の減少」と「栄養バランス等に配慮した食事をする人の増加」の２つ案が掲げられている。これは非常によいと思う。というのも，国民健康・栄養調査の結果をみると，20～30 歳代の朝食欠食の割合が他の年代と比較し非常に悪い状況であること，また，この調査で１日２食以上の栄養バランスに配慮した食事の摂取状況についても，若い世代で悪い状況となっていることを取り上げており，若い世代や高齢者の低栄養を予防する上で毎食の栄養バランスは食育において大変重要だと思うので，今回の案はよいと思う。

【作成のポイントについて】
会長：　それでは，項目別に御意見を伺う。まず資料２の「作成のポイント」についてはいかがか。

委員：　資料１の進捗状況のうち，「適正体重を維持している人の割合の増加」で 20 歳代女性のやせの割合が悪くなっている。これは，本人だけでなく次世代の健康にもつながるものであるため，引き続きある程度取り組んでいかないといけないと思う。
　私の勤める大学の学生と話していると，普通の体型なのに太っていると認識し，やせたいという認識を持っている。管理栄養士の養成施設なのにこのような学生がいることが悲しいが，管理栄養士養成施設以外はもっとひどいのではないかと考えているので，ぜひ取り上げていただきたいと思う。

会長：　長年の懸案で，細くて痩せていれば素敵だということで炭水化物を抜くなど色々やっているが，一般的には朝にある程度の糖分がないと脳にエネルギーが行かないので，朝にあえて糖分を摂って脳を活性化することが栄養学的に大切だと言われている。また，欧米の“いわゆる美人コンテスト”では，ヨーロッパではＢＭＩ20 以下は最初から予選落ちになるが，日本ではＢＭＩ16～18 の人が出ている。健康美が大事でその次にボディイメージや必要レベルのシェイプアップだと言われていると思う。

委員：　資料１の進捗状況で「朝食又は夕食を家族と一緒に食べる「共食」の割合」が悪くなっている。子供たちの実態と合わせて見てなるほどなと感じている。
　「貧困の状況にある子供に対する食育の推進」について入れていただいたが，子供の貧困は本当に深刻な問題がある。貧しいが故に食事の時間も保護者が別のパートに出て，いくつも掛け持ちで働かないといけない状況の家庭の子供は，当然保護者と一緒に食べることが難しい状況にある。
　そうではなく，割と恵まれている家庭の子供であっても塾通いとか，兄弟がいても遅く帰ってくる，自分は夕方塾があるため一人で買い置きしてあるものを食べる，保護者は遅くまで働くという家庭も結構ある。社会の働き方改革とか言われているが，社会の問題と食の問題はすごく関係していると感じているので，「貧困の状況にある子供」ということを入れていただいたことはありがたい。
　また，意識をすればできるのだけれども，「これでも食べておきなさい」と放っておいて

仕事の方を優先する家庭への働きかけも何とかできないものかと考えている。

余談かもしれないが，前任校で一生懸命食育をされていて，朝食の色のバランスを教えようとしてもなかなかうまくいかなかった。そこで，子供に共通のノートを持たせることにした。小・中合同で一緒のノートである。そのノートには，「朝食を食べたか」だけでなく，食事の色を書くようにした。それを毎日先生に出さないといけないので，そのノートを使い始めてから急に朝食の色のバランスがよくなった。

保護者もやればできるが手を抜いている状況が，もしかしたらあるのかもしれない。そういう保護者の意識づけを，子供を通してできたらよいと考えている。

会長：　貧困の問題は，この会議での意見と他分野でも課題になっている。ただ今の「色」についての取組は全県でのものではなく，取組をされていたところの例示か。

委員：　全県的にはしていないと思う。特に食育に力を入れている栄養教諭がおり，食事の色のことを入れてほしいということだったので入れたところ，大きな変化があったということで，ヒントになるのではないかと思い紹介した。

会長：　この会議では，このことを今後の参考によい方向に持っていくための事例として提案いただいたということでよろしいか。

【基本理念・目指す姿について】

会長：　次に，次期計画としての基本理念と目指す姿の案であるが，全体的な大事な問題でもあるため，御議論をお願いする。

委員：　最近，子供達の食で気になるのは，噛めない子が増えていることである。家で出されるものが最初から小さく切られていたりして，柔らかいものしか食べていないのか，顎が発達しておらず，噛む力がなく飲み込めないため，食事にかなり時間がかかっている。お弁当や給食を食べる時間が長くなっている。

お弁当の場合，残さないように食べられるものしか入れない保護者が増えている実態がある。昔は色もよく栄養もあるものを子供のために入れていたと思うが，最近は子供の好きなものしか食べないので偏食が気になっている幼稚園の現状がある。

「家庭における共食を通じた子供への食育の推進」のところで，子供達が決まった食材しか食べていないので，保護者は意識が低いのだと思うが，色々な食材を出されていないがために幼稚園の給食に手を付けられないということがあるので，保護者への食育についても入れていただけたらと思う。

委員：　目標指標の進捗状況において，「よくかんで味わって食べるなどの食べ方に関心のある人の割合」が 63.4％と結構増えている。実際によく噛んで食事をするようにしている人は，平成 28 年度に実施した歯科保健実態調査では 30％くらいしかいない。後は気にしていない人が 20 数％，よく噛んでいるのかわからないという人が 40％であった。では，どれくらい噛めばよく噛んで食べていることになるのかというと，保護者もわからない。

日本歯科医師会が提唱しているのが「噛ミング 30」，まだなかなか認知されていないが，一口 30 回噛むという運動をしている。食材によっては 30 回も噛むと溶けてしまうものもあるので，個人的には一口 20～30 回位噛むように話している。子供は甘いものも柔らかいものも好きである。そういうものばかり小さい頃から食べていると大人になっても早食いの習慣がついてしまうので，小さい頃から噛むことや薄味の指導は大切である。

噛む効果としては，肥満防止や味覚の発達につながり，また脳の血流もよくなり，子供の学力との関係についての研究結果もある。県歯科医師会のホームページを見ていただくと，噛む８大効用という情報が掲載されている。

会長：　高齢者もよく噛むと認知症の悪化がゆるやかになることがスウェーデンの取組で知られている。歩くことでも考えることもでも刺激にはなるが，脳に直接振動が行くことで効果的である。またよく噛むことで内科的に消化にもよい。
　ただ今後，30 回噛めるだけの食事を提供しないといけないという課題もある。

委員：　資料３の「目指す姿」のキーワードに「生活習慣病の予防・改善，栄養，減塩，低栄養」とあるが，生活習慣病には肥満もあると思う。肥満も低栄養も「栄養不良」であるから，「栄養不良」としてまとめ，括弧書きで肥満と低栄養を記載すればどちらも含められるのではないかと思う。
　また，目指す姿（３）の「体験」とはどのようなものをイメージされているのか，もう少し具体的に書いたらどうか。

会長：　従来から，そして今回も御意見いただいているが，なぜ体験が必要なのか，どういう効果があるのか，今後どうすればよいかという点を少しでも加えていただきたい。
　「目指す姿」について，もう少し御意見を伺いたい。

委員：　「目指す姿」は，それが示されているだけではなく実践されるべきものだと思う。その中で，資料１の「食育の推進に関わるボランティアの増加」のうち食生活改善推進員の人数が減って，食生活改善推進員以外の人数が増えているという点が気になった。食生活改善推進員以外が増えているということは価値があると思う。実践の場面で動いている人が増えたという意味だと思うので，目指す姿で「実践の場面が増え，実践している人を増えている形に持っていきたい」ということが見えるとよいと思う。

代理：　「関係者の連携による体験」に関して，ＪＡグループでは，地産地消の中で，米の消費量の拡大等色々な取組を行っている。栄養教諭と連携した取組を全国的に昨年度から始め，今年度もお話をいただいている。様々なところで食育の取組をされていると思うが，連携をより緊密に取れるような方法があれば教えていただければと考えている。

委員：　６月は牛乳月間，６月１日は国際的な牛乳の日になっている。知事訪問，県教委訪問などでアピールさせていただきながらマスコミ等々も含めて取組を展開している。「乳和食」という新しい形の中で全国的な展開を行っており，乳和食によって減塩が進むということにも触れている。学校の子供達には，出前講座で生産から実際に飲むところまでの流れや，栄養的なことや衛生的な管理がされた中で生産されていること等を知っていただきながら，牛乳を捨てることなく飲んでいただきたいと考えている。教育現場でも普及しつつあると感じている。
　この夏は，熱中症との関係で，牛乳の持つ力がたんぱく質のことも含めてあると思うので，ＪＡさんと一緒にやっていけたらと考えている。

委員：　作る人への啓発が重要であると日々感じている。自分の子が保育士をしており，時々保育所での様子を話してくれる。食事を作る人がものを知らないということでいえば，「（離乳食で）お魚を食べさせてください」と０歳児の保護者とのやり取りの中で書いていたところ，

後日何を食べさせたか聞くと「サバ」と答えられた。どうやって食べたのか聞くと，「缶詰を食べさせた」と答えられたとのことであった。

別の時の話で，「肉じゃが」を食べさせた方にどうやって食べさせたのか聞くと，「保護者の肉じゃがを水で洗って食べさせた」と答えられたとのことである。

子供から保護者へという話もあったが，作る人の教育が何とかできないものかと思っている。

また，食に関する学びという括りとは違うかもしれないが，間違った情報がマスコミ等でよくあるので，正しい知識が非常に大切だと感じている。「これは間違っている」ということを誰かが言わないと，正しい情報と信じて高い健康補助食品を飲まれている方もおられるし，正しい知識を提供しないといけないと日々感じている。

会長：　サバを食べさせたというのはそのまま食べさせたのか。正しい出し方とかタイミングを分からずに出したということか。

委員：　離乳食で「魚を食べさせてください」といえば，最初は普通白身の魚なのに，いきなりサバを出されたということである。

【重点目標について】

会長：　それでは続いて重点目標について伺う。事務局説明でもあったが，２次計画の重点目標の最終評価と次期計画の指標は，秋頃に公表される県民健康意識調査と国民健康・栄養調査の結果をもって皆さんに議論いただくことになる。

本日ここで議論いただきたいのは，基本理念や目指す姿などを踏まえて，具体的に重点目標についていかがかということである。

委員：　５月頃の中国新聞の広告で知事が広島県の健康寿命について触れられていた。食育は結果的にそこに行きつくと思う。年を取った時にどれだけの健康寿命でいられるかが大事であって，小さい頃からきちんとした食生活を含めて取り組んだ集大成がそこにつながるのだと思う。資料に記載されているすべてのことについて，小さい頃から真面目にやっていかないといけないのだと思う。

会長：　広島県の健康寿命のためには，若い頃からの食事や健康づくりもあるが，一定の年齢になると，人と交流して社会に出掛けて行くことで生活習慣病になりにくくなるとの研究結果があり，学問的にも支持されていると思う。栄養と人と交わること，コミュニケーションの両方の問題がある。食育とイコールという訳ではないが，大切なことである。

委員：　食育は，本来家庭教育であり，家庭で３世代が毎日でなくても一緒に食事をすることがあればできることだと思う。１年に１回でもあるとよい。家庭での会話で，食べ方や食べ物を作った人の話も広がっていくのだと思う。親子だけでなく，家族の中で話をすべきである。孫の食べ方というのは見ればわかる。大人が子供に教えるという社会勉強がなぜなくなったのか。色々なものを食べるシーンを用意することが必要。食べ方がおかしかったらそれを言う人がいないといけない。親子１家庭だけでなく，楽しい食の機会があると色々な話もできるのではないかと思う。楽しい食生活を前面にして投げかけるとよいのではないか。

【ライフステージに応じた食育の推進】

会長：　次の資料３裏面の「ライフステージに応じた食育の推進」について御意見を伺う。

委員：　ずっと議論に参加してきたが，食育はライフステージに応じた推進が必要だと思っているので，区分をされるのはよいと思う。

特に，その中で取組を重点化することも必要だと思う。子供の頃から食育にスポットライトを当てていかないと，減塩生活も栄養を摂る生活もできない。乳幼児期は保護者を対象にしても，学齢期は子供と保護者を対象としたものを，重点的に取り組んでいくことが必要ではないかと思う。

委員：　幼稚園なので，３歳以上で既に偏食が作られた状態で入ってくる。保護者は幼稚園で偏食が治ると期待して入れられるが，２～３年かけて作られた偏食は治すのに相当かかることをまず説明している。そこからは嫌いでも食べなくても料理を作ること，父親など家族もおいしいと言って食べるなど協力が必要である。

家族みんなの力を借りておいしいと言って食べることが徹底できていくとよいと思う。

委員：　小・中学生を見ている中で，食生活に関しては保護者の影響を非常に大きく受けていると感じる。朝食を食べて来ない小学生は，「親が起こしてくれないからぎりぎりまで寝ている」とか「お母さんが寝ているから（朝食が食べられない）」と言っている。保護者が保護者として機能していない，食育までいかない保護者も散見される。そのような子供には，家庭での食育が期待できないため，学校教育の中で少なくとも義務教育の中で，何が望ましいのか教えていかないと，負の連鎖というか，その子供が親になった時に同じようになってしまう。こういう朝食が望ましい，こういう風にすれば健康に過ごせるという基本的なものは示した方がよいと思う。

中学生になると，今度は保護者頼りではなく自分自身でできるので，保護者がしない子供については「このようにしたら朝食で目玉焼きができるよ」とか「こうして野菜を添えたら色がつくよ」とか，何を食べたら自分の学習にプラスになるのかきちんと教えて，簡単でも自分でもできる食育がポイントとして盛り込まれたらありがたいと思う。

会長：　ライフステージだけでなく次の基本的施策にも関わることだと思う。これらは縦糸と横糸で絡んでくることなので，特に限定せず意見をいただきたい。

委員：　ライフステージが４つに分かれているが，実際一番問題なのは，国民健康・栄養調査の結果から見ても 20～30 歳代である。従って，19～64 歳をひとくくりにするのはどうか。もう少し細かくすべきで，例えば「青年期」を入れるなどといった分け方をしたらよい。

委員：　子供の味覚は 18 歳までに決まると言われている。20 歳までに教える体制を考えることは必要。「おいしい」と「まずい」を知らないといけない。ただ食べられるだけではいけない。その子供にとって酢の味がいいのか，塩味がいいのか，学校ではチェックできない，家庭でないとできないこと。家庭教育の中にどう持ち込むかが基本である。飲食店でも難しい。だから料理教室が必要。

委員：　朝食欠食の割合について，小・中学生から 20～30 歳代でいきなり高くなっているが，その間の高校生のデータが取れないか。20～30 歳代の欠食率がなぜ高くなるのか。自分で自由に食事できるようになって食べないのかもしれないが。

キーワードになるかはわからないが，間食についても考えた方がよい。子供にはもちろん間食が必要だが，際限なく与えるのはよくない。肥満の要因にもなるし，夕食後の夜の間食は朝食欠食にもつながる。間食について食育の中で項目として挙げられないか。

会長：　大学に入ったり社会人になったりすると夜も楽しくて遅くなるし，レトルト食品やコンビニ食，ファストフード等を利用して結果的に栄養バランスが悪くなってしまう。夜も遅くまで起きていて，朝お腹が空かない。

整理すると，成人期の分け方は，その中でも朝食欠食率の悪い年代に特に重点を置く，あるいは成人期をある年齢で２つに分けるか，どちらかで整理できると思うが，その方法は今後の議論に任せていただいてよろしいか。いずれにしても 20～30 歳代の中で具体的な年代を示して朝食欠食や栄養バランス等について提案をしていければよいのではないかと考えられる。

委員：　私達が住民に密着して料理教室を実施している，スキルアップ事業に関しての年齢の分け方は，子供の料理教室は学齢期に入ると思うが，高校生から 30 歳代までを対象に料理教室を行うものもある。また，40～64 歳まで，65 歳以上という分け方で実施している。若い方に食育をするのは重要だと言われているが，なかなか高校生を対象に料理教室を行うのは難しい。学校に入っていくことしかできないのだが，学校に入るには前年度に計画を入れていただかないと実施できない。高校生から 30 歳代までを非常に重要視しているとは感じているので，年齢の分け方も大切だと思う。

会長：　高校において，地域連携による生活や健康に関する教室等のための時間をあらかじめ確保しておき，後から実施計画が入れられるようなことが今後可能になるとよいと思う。確かに，高校生対象に料理教室を実施しようと思っても，学校にも色々なルールもあり難しいと思う。今後の可能性について，関係者にまず検討いただきたいという要望を本日は出させていただく。

【計画の推進にあたって】

会長：　基本的には県の第２次計画と同じ案であるが，御意見いかがか。分担するのか，連携するのか，あるいは私達の関係する部署でできること，他と連携してできること，完全にできないことはお願いして理解を求めていくことになると思う。

代理：　本市も今年度次期食育推進計画の策定の年で，次期計画は平成 30～34 年度を予定している。県の計画とも整合性を図っていきたいと考えており，市と県と協働してやっていかないといけないものだと思っている。

推進とは違う話になるが，資料１に記載されている食生活改善推進員は，本市では合併町で構成されている。人数的には減っておらず活動も活発なのだが，高齢化が進んでおり，人材育成という面も考えていく必要があると考えている。

また，県では啓発をいかに実践に結び付けていくか考えておられると思うので，そこは市町の計画でもぜひ参考にしていきたい。

代理：　本日色々御意見伺って参考になり，県の計画を参考にして町の計画に盛り込んでいきたいと思う。20～30 歳代の朝食の欠食が多いことと，作る世代への啓発は大切だと感じた。また，本町でも食生活改善推進員の協力で色々な取組を行っているが，地道な取組が一番だと思い取り組んでまいりたい。

【全体的に】

委員：　この食育推進会議で議論をしてきて，それが色々成果に表れてきている。例えば，栄養教諭についての議論の中で「広島県ではもっと増やすべきだ」という議論がなされて，実際に

増えた。他県より増えた状況にある。

ここでの議論は非常に大事だと思う。食育推進会議の内容は確かに計画を作るということではあるが，特に最後の部分の「関係機関の連携」というのは非常に大事である。食育推進計画に基づいて，例えば教育委員会は教育委員会として取組をきちんとやっていただき，計画に基づき連携をしていただく。この計画は県の総合計画「ひろしま未来チャレンジビジョン」と合わせて作っていくということで，それは他の計画とも全部連動していくということなので，当然取組もしっかり連携して行い，そして成果が出るようにしてほしい。

県の取組として努力してほしいので，よろしくお願いする。

議事：ワーキング会議の設置について

事務局：次の資料に基づき説明

資料４「次期広島県食育推進計画の作成スケジュール（案）」

（要旨）

○　本日の協議内容を踏まえ，これから具体的な次期計画作成作業を行うが，さらに具体的な検討が必要なため，ワーキング会議を設置して検討していきたい。

○　ワーキング会議の設置については，広島県食育基本条例に設置規定がないため，この会議で設置について承認をお願いしたい。

○　承認いただいた場合は，併せて，ワーキング会議委員選出については会長指名とすることをお願いしたい。

（協議結果）

○ワーキング会議の設置：承認

○ワーキング会議委員指名：承認

烏帽子田委員（会長），渡邊委員，上川委員，小田委員，重森委員，清川委員，門田委員，前垣委員　計８人

閉会