

令和2年度 第1回食育推進懇話会 書面会議 回答

1. 令和元年度食育事例集に係る内容や逗子市の食育の取り組みの課題等について
ご自由にご記入ください。

●逗子市食育事例集「ずしの食育」を拝見しましたが、学校を中心に幅広い年齢層を対象として様々な取り組みがされていると感じます。

●幅広い年齢層を対象とする「食育」があることがわかりました。

●「食育」とは生きる上での基本であり、知育・徳育・体育の基礎となるべき物であり、また様々な経験を通じて「食」に対する知識と「食」を選択する力を習得し、健全な食生活を実践することができる人間を育てることである。そのことを踏まえ、逗子市の食育の取り組みはおおむね目標を達成していると言える。更につけ加えるならば、地産地消をもっと推進すべきであるように思う。逗子の恵まれた特性を活かしていくべきである。

●昨年度の食育事業の中で、小学校、中学校等への出向いて行う事業では対象者がいるので参加者も多いが、応募型となると事業にもよるが参加者が少ないように思われる。

若宮会でも講習会の参加者を集めるのに一苦労です。

市の中で、こんなに沢山の良い食育事業があるのですから、少しでも多くの市民の皆さんに参加していただきたいと思います。若い方はネットにて情報を得る事はできると思いますが、逗子市は高齢化が進んでいるので、そういう方々にも、お知らせする方法を考えていけたらどうでしょうか。

●食育推進計画の4つの方向に添って、市の関係課が所管する所属、地域団体等と連携し多岐に渡って取り組んでいると思います。

●拝見いたしました。わかりやすい内容だと思います。

● はじめて「ずしの食育」を拝見しました。本当にたくさんの取り組みにすごいなあと感動いたしました。特にはったしたのは No.11 夏の飲み物 何を飲めばいいのかな でした。

私には85を超えた母が居りましたが 熱中症対策のためスポーツドリンクを飲んだりはしていましたが、糖分が多いから水で薄めたらいいよと伝えても、熱中症の方にしか関心が及ばないので。子どもだけではなく、高齢者にも清涼飲料水にはどれだけ砂糖がはいっているのかを目で見える形で伝えたらいいかもしれないと思いました。本人が若い時にはわかっていたことも年齢とともに単眼的になる傾向があるのでしょうか？

●逗子市では、食育推進計画の4つの方向性に沿って、よく進めていると思います。

学校教育に携わる者としては、特に学校給食の充実が挙げられると思います。栄養バランスに優れた内容の充実した学校給食となっています。

生涯に亘り健康で質の高い生活を送っていくために、味覚の発達する義務教育世代において、学校給食の果たす役割はとても大きいと考えます。今後も、児童・生徒とともに質の高い給食を味わっていきたいと思います。

●どの事業も良い取り組みと思いました。継続を希望いたします。

子育て支援課の NO.3 こんにちは赤ちゃん訪問事業について、各事業に参加できないというが、参加しない人の中には、いろいろな悩みを抱えている人がいると思います。

この事業はそのような方たちの為にとっても良い取り組みだと思えます。訪問してもらったことにより、視野が広がり他に事業にも参加する気持ちになれるのではないかと思います。訪問達成率も素晴らしいですね。ぜひ継続してほしいです。

小・中学校生向けの事業についても良い取り組みばかりと思えます。この年齢の時の経験は大きくなってから役に立つことばかりです。ぜひ継続して下さい。

2. 令和2年度食育重点目標の推進について

「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事をほぼ毎日1日2食以上喫食している市民の増加」

●食育に関しては野菜を中心に触れる機会が多くありますが、当組合での活動は横須賀市が中心となるため、逗子市への影響は限定的であります。

主食・主菜は摂れていても副菜が不足しがちであることが多い食生活では、野菜の栄養素、重要性を伝える事でバランスのとれた食事となります。広報誌・料理教室・小学校の圃場見学、農業体験など多くの場面で伝えており、間接的ではありますがこのテーマにつながるのではないかと感じています。また、昨年度の重点項目である「旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加」で実施した「旬カレンダー」をもとに旬の食材（特に野菜）を食事に取り入れることで、このテーマにもつながるのではないかと思います。

●大変具体的で取り組みやすい目標だと思います。

●新型コロナウイルスの影響で緊急事態宣言が解除された後も外出を控える日々が続いています。大変な世の中ではありますが、自粛生活の中で「食」について向き合った人々も少なくないと思います。親子での料理、自炊の楽しみを発見した人は多いはず。これを機にバランスの良い食事の推進を逗子市として提案していくのが良いのではないのでしょうか。

●新型コロナウイルスのおかげで、自宅での食事回数が、この数か月多くなっていると思われませんが、その中でどれだけの方が主食・主菜・副菜を組合わせた食事をしていたのかをアンケートなりで聞いてみたいですね。子どもが学校での給食を食べていれば、自宅での食事と合わせて1日2食以上喫食しているとは思いますが、自宅での自粛生活の中、3食の食事を作って家族に食べさせる事だけでも主婦にとっては大変な日々だったのではないのでしょうか。お年寄りの一人暮らしの方などは、特に年齢とともに食欲や食事量も減り、3品そろえる事も出来ない状況だったのではなかったかと思われま。

少ない食材でも、簡単においしく出来るレシピなどを、月1回の広報等でも取り上げて、配信していけたら良いのではと思います。

●前回会議で佐野先生が話されていましたが実践することでのメリットや各団体等が取り組んできた事業との関連を事務局が示すことができるよう意見照会で現状を把握するとともに、このテーマをどのような取組みの中でどのように周知できるのか、発信方法はそれぞれの関係課、団体等の経験をもとに、なるべく具体的なイメージがわくような提案ができるとよいと思います。

配布するチラシ、媒体等の上の一角に「主食・主菜・副菜」の共通イラスト、マークのようなものを必ず入れてもらうようにすることもよいのかと思います。

●食は生命の基本であり、生きる喜びでもあると思います。今年度の重点目標に向けてがんばりたいと思います。

●私が参加している久木小学校区住民自治協議会の「みんなの食堂」では必ず主食、主菜、副菜、汁を提供してきました。(コロナの影響で2年2月から休会)

その重要性については特にアナウンスしたことはありませんが、毎回提供することで伝わるだろうと思っていました。しかし今後はアナウンスの重要性も意識し、この会で勉強させていただきたいと思います。副菜については、例えば1束の青菜を茹でてから、半分は〇〇、半分は△△と2～3日で食べきるレシピの紹介ができればいいなと思いました。

●コロナによるステイホーム、休校、在宅勤務など、今までの生活ができなかった中で、生活リズムが変化してしまい食生活も乱れがちの方もいたと思います。その辺も考慮されているのであれば、ありがたいです。

●7月1日のある新聞に「お弁当生活で実感。給食は偉大だ。」という市民の声が載っていました。新型コロナウイルスによる休校で、子どもにお弁当を作って実感した母親の声でした。バランス良く、子どもが残さず食べるように考えるのは本当に大変。給食って偉大!というものでした。身体によいものを実際に食し、それを自分でも作れるようになったら素晴らしい。

コロナ禍にて、家で料理をした子どもはたくさんいます。親に頼るだけでなく、児童・生徒が調理する機会が増えると、将来の健康に向けて大きく前進するのだと考えます。

●自分は朝食はパンであるが、昼食・夕食は主食、主菜、副菜を心がけて記録をしている。何を食べたかも忘れてしまうので。あとで確認ができ記録するのは良いと思う。夫婦2人ではあるが、豚肉は固まりで買い使う分だけカットして使っているので、空気に触れる部分も少なく長く保存がきく。魚も1匹買ってきて、自分でさばき、骨まで食べている。使いきれないとの話があったので…。

3. その他 ご自由にご意見をお書きください。

●「食」は命に関わることである為、子どもの頃からしっかりと学ぶべき学問であるように思う。子どもに関心を持ってもらう為、大人達で議論し続ける重要課題だと思う。

●新型コロナウイルス感染予防のくくりで市民に食事をはじめ健康づくりの情報を提供しておりタイムリーでとても市民にわかりやすい、実行しやすい情報提供でした。

重点ではありませんが、前回会議記録にも記載ありますように、栄養成分表示を活用した健康づくりも併せて進めて行くということでしたので、県も食品事業者への指導業務の他に消費者への栄養成分を活用した健康づくりの周知を進めたく、今年度逗子市の取組みの中で栄養成分表示に係る取り組みを企画するようでしたら、媒体作成等支援できることはあると思いますのでお声かけください。

●私は久木小学校区自治協議会の「みんなの食堂」に参加しています。

みんなの食堂（月に1回）はこども食堂ですが、地域の出会いの場としても運営、乳幼児から高齢者まで幅広い人にいらしていただいています。（スタッフも地域の30代から70代〜）そこで提供する食事は 主食、主菜、副菜、汁、手作りの簡単なデザート。旬の食材（食材の説明は毎回している）で季節の料理メニュー（例えば3月はひな祭りを意識したメニュー）を考え、天然だしを使用、薄味での提供を心がけています。薄味ですがみんなで食べるせいかな残食は少ないです。（毎回スタッフを含め130食くらい作ってきました）材料は地元の食材、地元の商店の食材、商品、できるだけ地元の無農薬の野菜の調達を頑張ってきました。

今回、「ずしの食育」を拝見して、私たちの思いと重なることがたくさんある！とうれしくなりました。この食育推進会議でいろいろなことを教えていただきたいと思います。また、食堂では年に数回ゲストを招いて「お話会」も実施しています。食育についても先生方にお話いただける機会を持たせたらと期待が膨らみました。

私たち「みんなの食堂」をはじめ、市内の子ども食堂は、行政とのつながりが薄く、困りごとも多くさんあります。できることも限られています。市との共同作業にも参加できたらと期待が膨らみました。

食育に関しては無学で恥ずかしいのですが、食べることは大好きです。勉強させていただけるのが楽しみです。どうぞご指導の程よろしくをお願いします。

●保育園では今まで行ってきた食育としてのクッキングなどは中止の状況です。子ども達にとっての貴重な体験として、何とか行いたいとも思います。