

令和元年度第3回逗子市食育推進懇話会・逗子市食育推進計画担当者会議 概要

日 時 令和2年2月6日（木）14時00分から16時00分

場 所 逗子市役所5階 第2会議室

出席者

【メンバー】山崎美実子、◎佐野喜子、森荘一、青木俊幸、大竹清司、山崎夏子、桜井雅子

【担当者会議委員】清原麻美、市川大輔、池田恵、山田寛子、大野久美子、大竹洋子

【事務局】西海副主幹、後藤主事補、柏木、伊藤

【傍聴者】なし

欠席者

【メンバー】堀川ノブエ、若林順子、森岡進、筒井照代、澤木和代、川名裕、鈴木孝久

【担当者会議委員】匂坂朋洋、菊池明美

議事概要

1 開会

資料確認を行った。

2 自己紹介

出席者の氏名及び自身の業務や活動について、自己紹介を行った。

3 議題

第2次食育推進計画における令和元年度重点目標の評価と令和2年度目標の設定・推進について

(1) 取組み状況の報告

昨年度の会議で決定した令和元年度重点目標「旬を意識して食材・食料品を購入する市民の増加」について事務局で実施した取組みを報告した。

(2) 事務局からの提案

旬を意識することについては、今年度で終わりではなく、次年度以降もできる範囲で取組みを継続していきたい。ただ、更なる推進に向け、次年度も次の目標を設定して普及に努めたい。

次年度の重点目標についても、第2次逗子市食育推進計画の「さらなる努力が必要な目標」の5項目の中から設定していきたいが如何か。

(3) メンバー・委員からの意見

事務局からの提案に対し、メンバー・委員から次のとおり意見があった。

・目標No. 4「食育の視点を加えた事業の実施回数の増加」を目標としてはどうか。

No. 1、No. 2も大切であるが、実際に具体的に実施していくとなると実施しやすく評価しやすい。

回数を増やすだけでなくNo. 1、No. 2の内容を入れていくと重点としては良いのではないか。

料理教室は知識をつけるにはよい機会ではあるが、1回だけでは、その後の生活の中で生かしていくのは難しい。習慣となるような仕組みとして、食事のバランスチェックシートなどがあると良い。ゲーム性を持たせて、スタンプラリー等の活用をしてみてもどうか。

・目標No. 1「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」を推薦したい。高齢の単身世帯や夫婦世帯では食材を購入しても使い切れないという問題がある。料理のバリエーションも少なく、低栄養につながる危険性もある。食材を1回で使いきらなくてもよいという発想、いろいろな方法で解消できるのか、具体的なことを知る機会があるとよいのではないか。

・No. 2「栄養成分表示を見て食材・食料品を購入する市民の増加」も大事という意見も出た。

コンビニやスーパーで総菜や一人用の小パックも増えているが、成分表示がついている。

カロリーや塩分が、かなり高い数値のもの普通に並んでいるので、そういったものを見る意識を持たなくてはならないと思う。

・4月より成分表示の義務付けが強化される。実践して表示を見始めると、気になるし、身体にどうかを見て食事内容を考える。自分の運動量と食べる量がどうか、子どもも数字を見ると興味が高まっていく。

(4) 事務局の提案

どれもまんべんなく意見が出ているが、No. 4「食育の視点を加えた事業の実施回数の増加」については、現状値について他のものはアンケートを実施しないと数値が出ないが、この項目については毎年作成している食育事例集の内容件数にて50回/年の目標値はクリアしている。そう考えると、No. 1やNo. 2と考えられると思い、事務局としてはNo. 1「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」を推進していきたいと思う。

ただ、当然のことながら、栄養成分表示については知っていなくてはならない大切なことである。栄養成分表示についても、取り組まない訳ではなくNo. 1をやるにしてもNo. 2を組み合わせる。

例えば市広報などに食品栄養成分表示の見方を掲載するなど来年度は、周知できる機会に取り上げていこうと考えるが如何か。

(5) アドバイザーからの意見

7年間かかわってきているが、色々な事業が年2~3回、毎月のように実施され、数が増えてきている。つまり、食育を意識して色々な事業を展開する人口も増えているし、発信者も多くなっている。こうやって食育のテーマが決まったなら、それについて皆が、どこかしらで一言触れる。

例えば今年は「成分表示周知年間」であるならば、「〇〇は今年の逗子市の食育のテーマになっていますがご存知ですか」と話題に挙げて戴くと、実施回数も多くなるし、それを知る人たちも増える。「知っていますか？」だけではなく、知るとこんな良いことがあるんだと事業のテーマと結び付けて話をするだけでも関連事業が一つできたことになる。せっかく人を集めて、きていただく事業で沢山の人力をかけてやる事業であるならば関連付けて話を構成したら、食育の幅が広がるのではないかと。

事務局から提案された「主食・主菜・副菜をそろえて食べる。」は、食育の基本です。しかしながら、それをそのまま伝えられると「難しい」という気持ちが大きく、先に進まなくなりそうです。これを実践するメリットや今までやってきた事業との関連を事務局が示してくださると、どう扱ってよいかを掴みやすいのではないかと考えるが如何か。

(6) 事務局の決定

事務局の決定として、令和2年度重点目標はNo.1「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を、ほぼ毎日1日2回以上喫食している市民の増加」とし、先生のご指摘を踏まえ、今後進めていきたい。

(7) 事務局の提案

決定した重点目標について、推進の方法、ライフステージ別や注意点など何でも構わないのでご意見をいただきたい。

(8) メンバー・委員からの意見

事務局からの提案に対し、メンバー・委員から次のとおり意見があった。

・子育て世代などは自分でパソコン、インターネットなどで情報を仕入れることができるので、具体的な食事例をホームページに載せてはどうか。主食・主菜・副菜のバランスがわからない。和食・洋食・パンならどうかの例を載せてみる。簡単なバランスチェックリストなどがあるとよいのではないかと。乳幼児期は親の食事観が子どもの体づくりにつながる。また、子ども自身が食事が楽しくなるように、クイズやスタンプラリーなどで楽しく学べるとよいのでは。

・高齢世帯は食材が使い切れない。購入方法、保存方法、井なら何が入っていればOKといった具体的な例を提示してもらわないとなかなかイメージがつきにくい。フレイル予防も盛んに言われているが、これをチェックすればOKという簡単に伝わる表現が大事。それぞれの事業の中で具体的に「こうしましょう。」と伝えていけば広がっていくのではないかな。

・忙しくて食に関心がなかなか向かない、お金をかけることもなかなか難しい若い世代こそ、簡単にできるレシピ（炊き込みご飯・ピラフ・鍋など）皆で食べると楽しいよということを伝えながら具体的に提案できるとよい。

・若い世代はSNSで拡散しているので、そういったものを取り入れて広がっていくのも一つ。例えば学生の中ではお弁当コンテストも面白い。男子も参加して褒められたりすると、その後の人生でも、繰り返し作っていくきっかけになるのではないかな。こういったテーマを市民に広げていくにしても、主食・主菜・副菜というのは大事であるが、何かわかりやすいキャッチコピーがあると広がりやすいのではないかな。キャッチコピーも市民から募集してはどうか。

・主食・主菜・副菜というと、お皿がいっぱいイメージ。共働きで時間がない世帯も多く、これでPRすると敷居がすごく高く、敬遠してしまうのではないかな。払拭するためにも、上手な組み合わせ方、そこにコンビニの食材をこう使えとか、前日の残り物の活用、アレンジ、時短レシピなどを料理教室で伝えたり、広報掲載してはどうか。

(9)アドバイザー講評

例えばJAさんや漁組さんの情報にはいつも、「へー」「そうなんだ」という驚きがあるので、つい人に伝えたいくなる。そんな話題を事業の中に組み入れていくことが、広がっていくコツと思う。

拡散の方法としてSNS等が出てきたが、逗子市の事業内容の発信には基準があるはず。実施者は当然配慮するが、参加者が勝手に発信することも出てくるので、逗子市のルールを事務局から提示いただけると助かる。

健康管理は、こうありたいとめざす姿と、現状のギャップを近づけるために、どの課題を優先したらよいか、を考える事です。食事の基本はおいしく食べることですが、高齢者、青少年、働くメタボの人にとって、それぞれの優先順位は違います。今日の対象者は子どもさんだから、子どもさんに3食バランスよく食べることを伝えるには何が一番良いか等と、皆さんが関わる事業の中で無理のない発信をお願いすることで、食育懇話会の重点項目の推進となるので、ぜひ1年間ご協力をお願いしたい。

4 その他

事務局より、食育事例集の作成依頼及び次年度のメンバー推薦について連絡があった。

5 閉会