

令和元年度 高知市食育推進会議 議事録

日時：令和2年2月26日（水）18：30～20：30

場所：総合あんしんセンター3階 大会議室

1 開会（司会：健康増進課 課長補佐）

2 議事

①第3次高知市食育推進計画に基づく取組について

資料1，資料2を用いて事務局が説明

②意見交換

【主な質問・意見の要約】

〈江淵委員〉

資料1の5ページで、関連する目標(指標)「食中毒予防のための正しい知識を持っている市民の割合」を14.1%（平成30年度）から20%（令和5年度）とあり、数値が低いと思いますが、食中毒予防のための誤った知識を持っているということですよ。具体的には、どういう誤った知識を持っているのでしょうか。

〈生活食品課〉

第3次高知市食育推進計画42ページに、食の安全性について、市民の方にアンケートを行ったデータを載せてあります。「食中毒予防の知識について、知っていること」という内容で、少し難しい設問であったかと思えます。誤った知識を持っているというより、これらの食中毒予防に関する正しい知識についてまだまだ周知が十分でないため、高知市保健所生活食品課から色々な機会を捉えて、市民に啓発をしていきます。

(1)健康なこころと身体のための食育 ①基本的な食習慣を身につけるための取組（資料1：1ページ）

〈高石委員〉

学校ではいつも、食育だよりや給食だよりを作っていただいています。市教研では指導案を検討していただき、子どもたちにどう指導をするのかを作り上げてくださり、またそれを子どもたちに授業してもらったりしています。

これまで食育実践発表会はかるぽーとでやっていましたが、オーテピアで開催されるようになって、行きやすいようです。日曜日と日が重なったりして、たくさんの方が来て、大盛況だったということで、場所的によいので、また続けていけたらと思いました。

〈森本委員〉

県の「早ね早おき朝ごはん」に関する取組で、生活リズムのチェックカードを配布して取り組んでいる保育園がたくさんあるかと思えます。私の園でも数年前から、各保育期に1回ずつでも生活リズムチェックカードを配布するようにし、「早ね早おき朝ごはん運動」に取り組んでいます。そのカードにはチェック項目がいくつかあって、出来たら親と一緒にシールを貼ったり、丸をするなどしています。初めの頃は親の関心も少なかったですが、それを第1保育期、第2保育期、第3保育期と続けるごとに、親の関心も少しずつ変わり、おうちの方からのコメント欄に親がコメントを書いてきてくれるようになって、少しずつ意識が上向いてきているように思います。やはり子どもはシールを貼るとか、丸をしたいがために頑張るし、親も頑張ってみるというのがすごく出てきて、生活リズムを整えていくことに取り組んでくれています。

「今日もごはん食べてきたよ」、「今日は早く寝れたよ」、「今日は休み前やったき早く寝れなかった」、「また今度も頑張ります」というような色々な親のコメントを私たちも楽しみながら読んでいます。親も頑張っ

ているんだなということが、少しずつ目に見えてくるようになってきています。朝ごはんを食べることの大切さ等も伝えながら、親への情報発信をしていきたいと思っています。

<前田委員>

質問になりますが、食物アレルギーについて、子どもの育ちに従って、アレルギーが増えてきたり、減ったりというようなことがあるのでしょうか。学校給食ではアレルギーについて、色々対応していただいていると思いますが、成長に従って変化があるものなのか、教えていただきたいです。

<保健所長>

一般的には「アレルギーマーチ」というのがあって、年代によって出て来る症状やアレルゲンが違うというふう聞いております。

また高知県の方では、食物アレルギーも含めて、アレルギーに関する検討会を昨年度立ち上げ、色々な関係者とともに、医療提供等含めた対策について検討しています。そういった中で、高知市の方にも適応できるものがあれば持ち帰って、教育委員会も含め、高知市として協議していきたいと考えておるところです。

(1)健康なところと身体のための食育 ②生活習慣病を予防するための取組（資料1：2ページ）

<三谷委員>

2ページの1「パパママひろば」について具体的にお聞きしたいです。それからもう一つ、15「ヘルスマイトの料理恋活」というのは、本当にいいなと思って。ただ、参加者が3回で47人かと思ったのですが、成就したのでしょうか。お料理を一緒にすると、よく人柄がわかるものですから、とてもいいと思います。ヘルスマイトさんがやるというのがまた、とてもいいなと思いました。

<母子保健課>

パパママひろばは今年度始まった事業です。年間4回を予定しておりましたが、1回は台風で中止となり、年間3回の実績となります。1回あたり、25～26組の参加があり、毎回50人以上がわいわいとした感じで参加してくださっています。中には、上のお子さんが大きくなって久しぶりの子育てということで、ご家族で参加をしてくださった方もありました。沐浴体験・妊婦体験や、先ほど事務局から説明がありました「SATシステム」という新しいシステムを使って、毎日自分たちが何気なく食べている食物が、どんなバランスなのか、ひいては、その食べるもので自分の体が出来ていく、その出来た体で赤ちゃんを育むという意識づけにもなっています。参加者の反応も好評で、来年度以降も同じような形式で、日曜日の開催も含めて、年間4回を予定しております。

<濱渦委員>

今年度初めて、料理恋活という新しい取組をさせていただきました。県の少子対策課関連事業です。

20歳代～40歳代の独身の男女を対象に、料理を通してうまくカップルが出来たらいいなということで、RKC調理製菓専門学校をお借りして、9・11・2月の年間3回開催しました。9月はカップルが2組出来ました。やってよかったねと、大変喜びました。11月は1組出来ました。最後の2月は0組でした。

3回の参加者が47人で、3組カップルが出来たということはよかったかなと思います。今年は朝ごはんの内容でやりましたが、来年度は和風のものでやってみたいねという声もありますので、検討して、この事業が活用できるようであれば、やってみたいと思っています。

<西森委員>

ヘルスマイトさんがどの項目を見ても本当に活躍してくださって、食育の核を担ってくださっているなど感じたことです。その中で、13番に「高知食材を使用した野菜料理のレシピ」とありますが、これについてもお聞きしたいです。

〈濱渦委員〉

ヘルスメイトが自分たちで考えたメニューを持ち寄りまして、毎年、料理コンクールをしております。昨年度まではずっと続けてやっておりましたが、何回もやってきた中で、一休みしたらという声があり、今年度はお休みしました。その自分たちで考えてきた野菜料理を活用して、地域の皆さんに、地区伝達の中で広げていっております。

(1)健康なこころと身体のための食育 ③低栄養を予防するための取組（資料1：3ページ）

〈三谷委員〉

5番について質問です。いきいき百歳体操は色々な場所で、たくさんやっていると思いますが、ここで「低栄養予防の意識づくり」というのは、具体的にどのようにやっているのでしょうか。講座だけでしょうか、ヘルスメイトさんのように講習会のようなものがあるのでしょうか。なかなか、お話だけでというのは難しいと思いますが、教えてください。

〈高齢者支援課〉

5番については、「健康講座」と「いきいき百歳体操サポーター養成」と2つあります。

健康講座につきましては、地域から要請があったり、高知市の「あなたに届け隊出前講座」で市民からご希望があった時に出向いて、講座の実施をしております。対象となるのが、地域のミニデイサービスや女性学級等で、高齢者の食のことや会食の大切さ等について、主に講話になります。

いきいき百歳体操サポーター養成は、いきいき百歳体操の参加者を対象に啓発をしていただくために、サポーターに高齢者の食のことや会食の大切さ等を、まずは講話形式でお伝えしています。そして、いきいき百歳体操の会場の中で、食を中心にした集いの場づくりが出来ないかということで、少しずつ広がってはいますが、なかなか難しく大きな課題になっており、来年度からその点を中心に取組んでいこうという動きはあります。

また、2月に包括支援センターが発足しましたが、委託事業所の方が多く、その職員に向けても、高齢者の食・栄養のことや会食の大切さ等について啓発をしています。

主に講話が中心ですが、サポーターや包括支援センターの職員に向けては、高齢者の食について理解していただいたうえで、いきいき百歳体操の会場の中で、食事のバランスチェックをするためのツール等を作って、試していただいたりしています。

〈古谷委員〉

いきいき百歳体操の会場の中で、「妻に先立たれたら自分のごはんをどうしていったらいいんだろうか」という男性のつぶやきから、男性の料理教室というのが生まれました。70歳を過ぎて初めてじゃが芋の皮を剥いたという方もいらっしゃいます。皆でお食事を作って一緒に食べる、この会がとても楽しみになっているようです。また、ヘルスメイトさんが先生として来ていただいたり、とてもいい場だなと思います。男性陣はすごく凝ったことをやりたいようで、これからフランス料理にも挑戦したいなんて、どんどん膨らみが出てきて、皆さんにとって豊かな食生活に向けての取組になっているなど実感しています。

〈森田会長〉

高齢者についてお話をいただきましたが、低栄養は高齢者だけではなく、若者、特に女性の低栄養というの也被言われていますが、学生さんの実態はいかがでしょうか。

〈渡邊副会長〉

うちの大学は女子がほとんどですが、やはり食事調査をすると、ほとんど朝は食べていない、一日一食のみ、夜遅くまでアルバイトをして食べずにそのまま寝る、といった状況で、栄養の勉強をしながら、食生活はよいものではありません。基本的によく聞くのは、お母さんがしっかり食事を作るところは、ちゃん

と品数も多く、バランスも取れているようです。今は、親と一緒に食事を取らない、朝も夜も、家族とは別の食事という学生が非常に多くなっており、その辺が昔とは違ってきたなという感じです。最近は肥満の学生は少なくなっているような気がしますが、逆に細すぎる学生が増えてきているような感じがします。

(1)健康なところと身体のための食育 ④歯と口の健康のための取組（資料1：4ページ）

<森田会長>

7番の歯科口腔健康指導ですが、実績が小学校39校ということで、たくさんの学校に実習に行かれています。これは一斉に実施されたのでしょうか。

<健康増進課>

毎年度末に教育委員会を通じて、各小学校・中学校に、次年度の6月、7月、10月あたりの日程で実習の希望をお聞きします。希望された学校に学園短大と調整を取りながら、順次入っていただくような形です。学園短大では地域実習の位置づけで、授業の一環として、平成22年度から取り組んでいます。2年目くらいまでは、栄養の学生さんも健康教育に、単発で入っていただいた時もありました。今は、歯磨き指導と併せてお口の体操も少し紹介してもらっています。小学生は3・4年生を対象に、中学生は主に1年生を対象に、指導に入らせていただいております。

この実習をきっかけに、小学校では、学校としての取組にもつなげていきたいということで、例えば実習生が1学期に入ったら、2学期以降に学校の教員がもう一回、復習としてお口の健康教育をやっていただいています。

<西森委員>

12番の取組の説明の中で、「口が開いている」というお話がありましたが、それは噛むことと関係があって、そういうこともあり、「①ゆっくりよくかんで食べる市民の割合」というような目標設定に関連しているのでしょうか。

<健康増進課>

ゆっくりよくかんで食べるというのは、どちらかというと、高知の県民性と言いますか、朝食が多いというところがあります。国民健康栄養調査のデータと比較しても、かなり朝食の割合がどの世代でも高いです。

また、学校ではかなり噛むことについて、給食等を通じて指導されていますが、学校の子どもたちを見ますと、いつも口がぼかんと開いているお子さんが最近すごく増えています。口を閉じる力が弱くなっているのと、口呼吸が増えています。鼻で息できず、姿勢が悪くて口元がゆるんでというような子どもたちが多いので、そこを何とか改善していきたいです。子どもの頃からしっかり出来て、それが成人期になってもゆっくりよくかんで食べることが出来る、そこにもつながるのではないかとということで、このような目標設定にしています。

(1)健康なところと身体のための食育 ⑤安全な食生活を送るための取組（資料1：5ページ）

<三谷委員>

1番「食事前等の手洗いについて声がけ」とあり、主に乳幼児期にということですが、今はコロナウイルスのこともありまして、これは高齢者にこそ手洗いをきっちりとやらないといけないのではないのでしょうか。色んな事業所が徹底的にやっていると思いますが、十分にできていない気がします。食中毒予防のためだけというよりは、生活全般の中で、手洗い教育というのが非常に大事だと思いますが、いかがでしょうか。

<保健所長>

今コロナウイルスも含めて、やはり感染症対策の基本は、手指衛生、特に手洗いですので、手洗いを徹底

していただくことが非常に重要になっていると思います。手洗いというのはなかなか付け焼き刃では出来ませんので、そういった習慣をきちんと小さい子どもさんも、高齢者の方も、働き盛りの方も身につけていただくことが非常に重要だと思います。特に、コロナウイルスでは、高齢者の方や基礎疾患を持っている方が非常に重症化しやすいということがわかっておりますので、そういった方の命を守るためにも、手洗いの習慣が高知市全体で広がっていけば、コロナウイルス対策も進んでいくのではないかと考えております。

〈森田会長〉

コロナウイルスの関係で、皆さんが手洗いをするから、食中毒が今は減っているというような話を人づてに聞きましたが、そのあたりはいかがでしょうか。

〈保健所長〉

今やはり、「咳エチケット」と「手洗い」ということが非常にクローズアップされております。コロナウイルス対策にも重要ですし、インフルエンザや食中毒予防にも非常に重要だと思っております。そういった意味では、感染症対策というのは、当たり前のことをやるというのが一番大切なんですけど、改めてそこにスポットライトを当てていただいているので、これを機に、咳エチケットと手洗い、それで食中毒もインフルエンザもコロナウイルスも、色々な感染症が防いでいければと思っております。

(1)健康なこころと身体のための食育 ⑥災害に備えるための取組 (資料1:6ページ)

〈森田会長〉

災害の備えというところでは、保育所・小学校等で備蓄のことであったり、それを使つての防災給食等、色々な取組をされているなど思いました。また、パッククッキングを防災訓練等で実施され、少しずつ広がっているなど思いました。

(2)豊かな食を実現するための食育 ①環境を大切にするための取組 (資料1:7ページ)

〈森田会長〉

5番「食べきり協力店」というのが気になりました。8店舗というのはどこでしょうか。

〈環境政策課〉

食べきり協力店登録制度は、他都市でも実施されており、高知市でも平成30年度に要綱を作り、募集を開始しております。すでにお店で実践されていることもあると思いますが、具体的には、宴会時に幹事さんに適量注文していただくとか、宴会の最初の30分と最後の10分は食事を楽しみましょうという、いわゆる30・10運動とか、好きでない食材をあらかじめ別の食材に変えるとか、小盛りメニューを提供するとか、何かしら食品ロスそのもの、もしくは周知につながることをやるという宣言をしていただく主旨で募集しております。

あかるいまちに掲載したり、業界団体の会に出席してPRさせていただいておりますが、まだ8店舗しかない状況です。また、この食べきり協力店登録制度を通じて、協力店さんにどういったことをやってもらうか、まだ詰め切れていない部分がありまして、協力店を増やすことと、内容を充実させることを来年度、やっていこうかというところです。

店舗としては、例えば、やるぞねっと登録団体の鍋焼きラーメン専門店あきちゃんや、サンライズホテル等、入っていただけたところから入っていただいているという、まだそういった段階です。あかるいまちを見て入ってくださったところもあります。

(2)豊かな食を実現するための食育 ②高知の食(食材・食文化)を大切にするための取組(資料1:8ページ)

〈森田会長〉

12番「あの魚屋さんがやってきた」ですが、とてもおもしろい名前だと思いました。実績3校というのは、

小学校でしょうか。

〈教育環境支援課〉

高知県学校給食会主催の事業で、学校へお魚屋さんが来て講話をし、その後調理実習をしたりというような内容です。学校側が「この魚屋さんに」と指名をする場合もあります。「こういったお魚を使った内容の講話や調理実習をしたい」と希望を出して、それが県の給食会の方とうまくマッチングすれば、講習会を実施できるということです。

学校の希望として、カツオのたたきをやりたいという所が割と多いのですが、県の給食会の意向としては、身近な大衆魚を普及したいというところがあり、両者のマッチングが難しいところもあります。魚離れを念頭に置いている学校もあり、そういった大衆魚でもやってもらいたいという場合に、開催が出来るという感じになっています。

県の給食会としては、同じ学校ではなく、色んな学校にやってもらいたいというところもあり、新しく手を挙げた学校が割と実施しやすくなっています。

〈三谷委員〉

23番について、街路市が何かと問題になっているこの頃ですが、高知商業高校や高知大学等の日曜市での活動への協力等を実施するとは、具体的に何か実績がありますか。街路市を活性化しなければいけないことはわかっており、子どもたちが入るチャンスがあるというのはおもしろいなと思いますが、いかがでしょうか。

〈事務局〉

本日、担当部署の産業政策課が欠席をしていますので、事務局でわかる範囲でお答えします。

高知商業高校の学生さんですが、高知の食材を使ったデザート等、色々な商品開発をしています。そういった商品を、街路市の中でブースを構えて販売するという取組についてはお聞きしています。高知大学の学生さんも街路市について取組をしており、そういったところの協力支援をしているという風に聞いております。(→会議後、担当課に確認したところ、高知大学の学生サポーターは現在、活動していません。)

(2)豊かな食を実現するための食育 ③農林漁業への理解を深めるための取組 (資料1: 9ページ)

〈JA 永野委員〉

農協の取組としましては「食農教育」といった形で、関係団体と協力して小学校等で出前授業等を行い、田植えから始まって、稲刈り体験等をさせていただいています。

また変わったところでは、徳谷トマトの接ぎ木の体験を生産者自らが出向いて講習をしたり、土佐山では、ゆずの生産者が授業をされているとお聞きしています。

子ども食堂につきましても、28年12月を皮切りに、JAの下部組織である稲作部会や青壮年部会等が、食材提供という形で協力させていただいております。

また学校給食につきましても、加工品が主なのですが、ゆず酢・四方竹・苺ジャム・味噌・生姜の加工品等を納品させていただいています。今後ともよろしくお願いを申し上げます。

(2)豊かな食を実現するための食育 ④人の輪をつなげるための取組 (資料1: 10ページ)

〈古谷委員〉

今年度、子ども食堂が新しく立ち上がった場所が3か所ございます。3月14日にもう一つ、一宮にある高齢者の社会福祉法人さんの場所で、子ども食堂を立ち上げる予定になっていますので、今年度は一応4か所、新しく立ち上がるということになります。先ほど食べきり協力店や、やるぞねっとで名前が出ていました、鍋焼きラーメン専門店あきちゃんも、子ども食堂を立ち上げて取り組まれています。また、小高坂小学校では新たに、朝食に関する取組が始まっております。

子ども食堂ですが、熱い想いを持った皆さんが一生懸命頑張って取り組まれています。子どもさんだけではなく、高齢者の方の憩いの場にもなって、そこに來るのが楽しみになっていることと、多くのボランティアさんに支えられて、子ども食堂が成り立っていますので、高知市社協としまして、出来るだけ応援をさせていただきたいと思っております。

その他

〈中越委員〉

我々の団体の中で飲食業をやっているメンバーが結構おります。先ほどあった「食べきり協力店」、この辺を宣伝することもできますが、やはりそれなりのメリットとなるもの、協力することによってどういったメリットが得られるかということを発信していただければ、協力できることがあるのではと思います。

また我々、非常に宴会が多いです。我々の場合は乾杯後 15 分は我慢してくださいと、高知はどうしてもすぐ返杯で席を立ってしまいますので、市長にもお願いいたしました。そして宴会終わりの 5 分前には一度席に着いていただき、出来るだけ食品ロスをなくそうということで、常々、紹介をさせていただいています。

最後に、学校給食では高知の食材を積極的に使っていただいていると思います。うちの子どもたちも毎日給食を食べていますが、子どもたちは給食の献立を見て、すぐにどれが高知の食材かというのがわからない。その辺を例えば、給食を食べる前等に、今日の食材の中でこれは高知産ですよというような紹介をしていただいて、食材に対して興味を持ってもらうようになると、それを通じて食を考えるようになるのではないかと思います。つい先日、我々の団体でも、高知の食を学ぼうということで、カツオ・鮎等、高知の食材を真剣に勉強しました。初めて知ったこともありました。その食材自体に興味を持ってもらえばまた、食に興味を持つのではないかと思いますので、ぜひその辺を給食の時間等を使って、高知の食を教えていただけたらと思います。

〈教育環境支援課〉

生鮮の野菜については多少入れ替わることがあるため難しいですが、特に意識して献立に取り入れているような食材、例えば、四方竹・いたどり・小夏・JA さんにご協力いただいている苺ジャム等、そういったものは年間計画を立てて使っておりますので、それらを使った献立の時には、給食指導ということで、毎回、給食の指導資料を栄養教諭が作成しまして、給食放送で流したり、掲示をして紹介をしています。

また、「高知の食べものいっぱい入っちゃう日」というのを月に一回、決めており、その日は、今日の給食の食材の中で、どれが高知産ですよという紹介をしています。やはり子どもたちに、自分たちが住んでいる所でどういった時期にどういったものが取れているかということを教えることは非常に大事なことだと思っています。また、地元食材を出来るだけ使用したいということで、色々な所に協力いただきながら使っておりますので、使ったからにはぜひ、周知をしていきたいと思っております。

3 事務連絡

〈事務局〉

この高知市食育推進会議 委員の任期は、2 年間ということで、令和 2 年 3 月末までとなっております。今期は、第 3 次高知市食育推進計画の作成をはじめ、高知市の食育推進に関することの協議など、委員の皆様には大変ご尽力をいただきありがとうございました。

今後の委員の委嘱につきましては、また後日、ご連絡をさせていただきたいと思っております。また、来年度以降は、会議の日程を年度の上半期に出来たらと、検討をしております。

今後ともよろしくお願ひいたします。

4 閉会