

令和 8 年度 高知市食育推進会議 議事録

日時：令和 8 年 7 月 30 日（木）18：30～20：05

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 自己紹介

3 会長・副会長の選出

会 長：高知学園大学健康科学部管理栄養学科 学科長 宮本 恵美 委員

副会長：高知県栄養士会 会長 新谷 美智 委員

4 議事

（1）令和 7 年度の取組報告・令和 8 年度の実施計画について

会議資料を用いて事務局から説明

令和 7 年度 食育推進のための取組 <進捗確認シート> 前半（資料 P 4 ～P16）

・母子保健課の取組紹介

プレコンセプションケアの取組、SNS の活用（公式 Instagram の開設）、

子どもの食べ方に関する取組（前歯でのかじりとりの大切さを伝えるための、1 歳 6 か月児健診での人形劇の実施）等

<宮本会長>

食育は行政だけでなく関係者がそれぞれの立場で取り組むことが大切だと思います。委員の皆様も、この「生涯を通じた健康なところと身体のための食育」に関連して、何か取り組まれていることがありましたらご発言お願いしたいのですが、いかがでしょうか。

学校での取り組みについて話が出ておりましたが、現場ではいかがですか。

<坂本（卓）委員>

取組のご紹介ありがとうございました。本当にいろいろなことに取り組んでくださっていると感じました。基本的な生活習慣のところであれば、指導案と指導資料等を学校に配布してくれていますので、昨年度、本校でも栄養教諭を中心に、授業の中で子どもたちに啓発をすることができました。給食だよりや保健だよりは学校でも配布しております。朝食を食べる家庭は多いですが、やはり食べない家庭も一定数おりますので、こういった啓発活動は続けなければいけないところだと思います。

歯と口の健康に関しては、本校にも高知学園短期大学の学生が来て、歯科指導をしてくれています。子どもたちが授業を受けている様子を見ると、一生懸命歯磨きをしていました。しっかりとブラッシングの仕方を教える家庭もあるでしょうが、できてない家庭もあり、歯磨きが不十分な子もおりますので、学校でこういった取組をしてくださるのはありがたいと思っております。

あと、給食でも、歯ごたえのある食材を入れて噛むことの大切さを伝え、防災に関して、防災給食等を行っております。今回熊本の方で地震が起きていますが、いつ来るかわからない災害に備えるためにも、できる備えはしておくことが重要だと思います。

また、地域の方とも連携をして、稲作づくりをさせてもらったり、芋を栽培させてもらったり、そういうのを給食の方で食べたりしております。いろいろな取組を続けていけたらと思いました。

〈宮本会長〉

さまざまな取組をされているということで、ご家庭でのお話も出ましたが、ご家庭の方ではいかがでしょうか。

〈正木委員〉

食育に関して保護者の関心はあまりないんじゃないかと思います。

こういった説明ができる資料等がありましたら、市P連で、常任委員会を年に数回開催しておりますので、そういったところに資料を提供していただけたらと思います。

〈宮本会長〉

夏休みの親子料理教室などもされていますね。本学も関わらせてもらっていますが、そういったところで、家庭での食育の取組にもつながっていくのかなと思います。

それでは、お子さんの生活リズムや食習慣に関して、医師の立場から何かご意見はございますか。

〈船井委員〉

小児科医の立場から言いますと、生活自体が夜型になっているという背景があります。塾があったり、ゲームをしたりして就寝時間が遅くなってしまい、子どもたちが本来必要な睡眠時間を確保できていないことで、朝起きられない、朝食が食べられないという状況になっているのではないかと感じています。これは高知に限らず全国的な課題だとは思いますが、中学校受験などで、夜9時くらいまで塾に行っているのが当たり前のような状況になっていて、そういったことが影響していると思います。

最近では、学校の健診などで、肥満児がピックアップされてくることがあります。高度肥満はないけれども、25～30%程度の中等度の肥満が見られます。食事のことについて話をしても、保護者の方があまり問題視してないこともあります。子どもは成長していきますから、体重を減らすのではなく、体重を維持しつつ身長を伸ばすということが大切になってきます。そのあたりの指導が難しいと感じています。

〈宮本会長〉

ありがとうございました。歯と口の健康についてはいかがでしょうか。

〈田岡委員〉

高知市歯科医師会では、食育に特化した取組というのはしていないのですが、毎年、歯と口の健康週間に合わせて、イオンモールでイベントをさせていただいております。

今年は6月7日に行いまして、ヘルスメイトさんにもご協力いただき、野菜の重量当てクイズや、簡単なレシピの紹介をしていただいて、市民の方に啓発を行いました。その中で、歯科のイベントとして、職業体験をしたり、唇の閉じる力を測ったり噛む力を測定するなど、口腔機能低下症を防ぐための啓発を行っております。

また、昨日、たまたま高知市教育委員会の方や養護部会の方と話をする機会があったのですが、歯みがきをしていない学校がたくさんあるようです。やはりご飯を食べるには歯が必要ですので、そう

いったところの啓発なども今後進めていけたらいいのかなと考えております。

〈宮本会長〉

ありがとうございました。続きまして、栄養士会からお願いします。

〈新谷副会長〉

栄養士会の方では、乳幼児から高齢者まで、それぞれのライフステージにおける、食育、健康づくりに取り組んでおります。

歯と口の健康のための取組の一つとして、当会では、歯科医師会、歯科衛生士会と連携した、「歯科と栄養の連携事業」を進めています。食べることで口の健康は切り離すことができません。よく噛んで美味しく食べ続けるためには、歯や口の健康と、適切な栄養の両方が大切であると考えております。

昨年度は、この3団体が連携して、「お口と栄養の健康すごろく」を作成いたしました。これは、楽しみながら、お口の健康や食生活について学ぶことができる教材として、地域で活用していただいております。

今年度は、この取組をさらに発展させ、乳幼児の保護者や保育士、幼稚園教諭を対象とした、「歯科と栄養の連携講座（乳幼児編）」を開催する予定です。歯科医師、歯科衛生士、栄養士がそれぞれの専門性を生かし、“食べる力を育てる”ということをテーマに、情報発信を行っていきます。

また、地域におきましては、高齢者の介護予防やフレイル予防、地域ケア会議への参加、「栄養の日」や「栄養週間」における普及啓発活動など、各世代に応じた食育活動に取り組んでおります。

食育を推進するためには、行政だけでなく、多くの専門職や関係団体が連携して取り組むことが非常に重要だと考えておりますので、今後も、高知市をはじめ、関係機関の皆様と協力しながら、市民の健康づくりにつながる食育推進に取り組んでまいります。

〈宮本会長〉

ありがとうございました。栄養士会の方でも、いろいろな取組をされているとご紹介いただきました。若い世代への働きかけも大切だと思いますが、そのあたりはいかがでしょう。

〈和田委員〉

高知商業高校では、家庭科の授業として、2年生でまず保育の分野を学びます。その中で、妊娠期のやせについて生徒たちに伝えております。また、保健体育の授業でも重ねて伝えております。

3年生になりますと、家庭科の授業では食物分野に入りますので、そこで食事の大切さなどを具体的に伝えていきます。生徒の方も、もう3年生ですので、将来を見越して、朝ごはんが作れるかどうかということも考えながら授業を進めております。調理実習も、アレルギーの生徒が多いので、あまり思ったようには実習ができないのですが、一人暮らしでも作れるようなメニューを選んで実習しております。

また、情報マネジメント科では、今年、地域の小学校や保育園に、食品ロスに対する出張講座を企画していきまして、その中で、デジタル機器を使うなど、コース独自の取組をしようとしております。

ジビエ部は、以前からいろいろな企業とコラボしておりまして、今年はサンプラザさん、去年は如月さんと協力しながら、食品ロスや野生鳥獣被害を少しでも食い止めるということも含めて、いろいろな部分で、全校生徒に、部活動やコースの取組を伝えながら啓発しております。

＜宮本会長＞

ありがとうございました。高校でも、様々な取り組みをされているとのことでしたが、大学の方ではいかがですか。

＜隅田委員＞

本学は、栄養士、管理栄養士、栄養教諭の養成校として、食の専門家を養成しつつ、学生が地域に出て、実際に地域の方々に対して、食や栄養に関する取組を実施させていただいております。

現在、大学や市内のスーパーマーケットなどで、学生が、健康教育や料理教室など、栄養バランスであったり、地域の食材を使って食生活に活かしていただけるような取組を、これから専門職となっていく学生とともに、大学（学部）としても取り組ませていただいております。

＜宮本会長＞

高知学園大学でも管理栄養学科があり、そちらでも、いろいろな取組をさせていただいておりますので、紹介します。

「災害時の食を考える教室」は中高生向けです。災害時に役立つローリングストックとパッキングの実習を計画しております。

「みんなで学ぶ防災実践講座」は大学の公開講座です。無料でどこにでも出張させていただいて、講座を行います。講座内容の一覧のうち、上2つが管理栄養学科関係で、「食と健康」に関する内容です。また、本学には他にも様々な学科がありますので、歯科や看護、幼児教育に関するテーマ等もあります。食に関する講座はすでに小学校から依頼が来ております。

本学では、こういったところで、食育に関わらせていただいております。

また、大学生の栄養の状態ということで言いますと、他学科の授業において「食事バランスガイド」を使って1日の食事を評価したことがあるのですが、前日が休日だった影響か、昼過ぎまで起床せず、1日の食事が1食のみ、おにぎり1個だけという学生もおり、3食をきちんと食べられていない実態が見え、危機感を感じました。そこで、次の授業で、献立作成や栄養バランスのチェックを取り入れたところ、学生たちは主体的に楽しみながら、自身の食事に対する具体的な改善案を考えることができていました。

本学は、食堂の撤退後にコンビニが入っているのですが、最近はコンビニの食品も高価になっており、昼食をワンコインでバランスよく食べるのが非常に難しくなっているということも、1つの課題として感じております。こうした経済的な課題も、高齢者の低栄養などに影響してくるのではないかなという印象を持っております。

＜宮本会長＞

前半の取組について、一通りご意見をいただきました。その他、何かご意見等ございませんでしょうか。

→ 特に意見なし

では、2つ目の柱について、事務局より説明をお願いいたします。

会議資料を用いて事務局から説明

令和7年度 食育推進のための取組 ＜進捗確認シート＞ 後半（資料 P17～P24）、資料 P39～P41

・ 商業振興課の取組紹介

街路市活性化の取組、街路市の曜日市 150 周年の取組について 等

<宮本会長>

ありがとうございました。

こちらは、環境を大切にすることや、高知の食を大切にする取組、農林水産漁業への理解などの項目でしたが、量販店として何か取り組まれていることはございますか。

<田村委員>

食品ロス削減の取組をしております。野菜くずなど、少なからず捨てている食材がありますので、それを水に代える「ミズナル」という機械を全店に導入しております。1年に1回、11月に、「食品ロス削減キャンペーン」といって、地元食材を買っていただいたり、値引きシールを貼っている商品を買ってもらったら1円寄付するというキャンペーンを行っております。

高知の食を大切にする取組では、高知商業高校（社会マネジメント科）の生徒さんたちと、高知の食材を使った商品開発を7年くらい継続して行っております。高知の食材や料理と一緒に勉強しながらやらせてもらっています。

また、「美食探訪」という企画で、毎月、高知のメーカーさんや高知の食材を紹介するコーナーを、折込チラシを使ってやっておりまして、そこで高知の食材を積極的に紹介させてもらっています。

最近はInstagramを使った情報発信にも力を入れておりまして、生産者のところに行って、収穫の様子を動画で紹介しています。久礼の市場や鰹など、市場の紹介をかなりの頻度で行っています。こういったところで、できることから取り組んでおります。

<宮本会長>

食文化の継承に関する取組についてはいかがでしょう？

<隅田委員>

本学におきましては、先ほど申し上げたように、食の専門家を養成しているというところで、授業の中で、食文化をいかに継承するかということを意識し、伝統料理や郷土食について、実習はもちろん、それを活かして地域での活動に展開することを考えながら取り組んでいるところです。

<宮本会長>

人の輪をつなげるための取組についてはいかがですか？

子ども食堂などの共食の場で取り組まれていることがあればお願いします。

<小笠原委員>

子ども食堂では、多世代の交流がかなり深まってきていて、高齢の方が作っている食事の作り方を子どもたちが学ぶことで、今後の生きていく力にも繋がっていると感じています。また、旬の食材なども高齢の方に教わるが多く、例えば、今の若い世代の親御さんの中では、なかなか旬の食材を使って料理をするということは少なくなってきたりとか、休みの日のお昼ご飯も準備ができないご家庭もあったりというところで、子ども食堂はそういった役割も担う場所になってきています。

また、子ども食堂の数は市内でも随分増えてきていまして、最近は幼稚園さんが運営していたり、学生さんが運営している子ども食堂さんも増えてきています。学生さんが運営してくださっているところは、食の支援と併せて、学習支援と一緒にしてくれていて、子どもたちがいろいろなことを学ぶ場所になってきているのではないかと感じています。

〈宮本会長〉

いろいろな団体とつながった取組というところで、濱渦委員からもお願いします。

〈濱渦委員〉

ヘルスメイトは、地域住民に対する食生活の改善に取り組んでいます。県や市の事業、全国の事業など、いろいろな事業を行っております。

去年は、新たに、地域包括支援センターとの連携で、初月地区公民館の認知症カフェで、地区伝達講習会に近い形で講座を開催しました、大きな公民館ではないので調理実習の設備が十分ではなかったのですが、なんとか実施でき、地域の高齢者の方々に大変喜んでいただきました。これからも、地域包括支援センターの事業に協力していきたいと考えています。

また、下知地区では、弥右衛門ふれあいセンターで「やえもんカフェ」が開催され、初めて参加させていただきました。下知地区以外の地区からも参加者が多くおいでしていました。その中で、ヘルスメイトの活動のPRや、野菜を350g摂ることなどを啓発させていただいたのですが、若い方の関心が高く、実施して非常に良かったと思っております。また機会がありましたら、一緒に取り組ませていただきたいと思います。

〈宮本会長〉

本学でも、選択科目にはなりますが、授業で「土佐の食文化」という科目があります。管理栄養学科のみにはなりますが、高知の食材を使った調理実習なども行っております。本学は高知県出身の学生が多いので、そういったところで貢献できればと思っております。

他の皆様はいかがでしょう。何かございませんか。

〈坂本（卓）委員〉

高知の食文化というところでは、給食でも献立など工夫してくれており、高知の食材が多く取り入れられています。食べている時にはなかなか気付かないのですが、教育委員会から、高知の食材の使用割合といったデータを情報提供していただけるため、自分たちの給食にどのようなものが使われているのかを知ることができてありがたいと思っております。

また、農業体験につきましては、本校でも、JAの協力で田んぼや畑を借りて米づくりや野菜作りに取り組んでいます。春から秋にかけてはお米を育て、秋から春にかけては同じ田んぼで玉ねぎの栽培や収穫を行っており、それが給食に使用されています。これは本校だけでなく、東部地区は水田も多いので、多くの学校でこうした稲作体験が行われているかと思います。本校は5年生が中心ですが、そういうところで農業体験をさせてもらうことをありがたく感じています。学校として、地域とのつながりは、これからも大事にしていかななくてはいけないと思っております。

また、「人の輪を広げる取組」としまして、学校で給食試食会を開催しております。本校では新1年生の保護者のみを対象に実施しているのですが、平日の開催であったにもかかわらず、半分以上のご家庭が参加してくださり、大変好評でした。栄養教諭の配置校、兼任校などでは保護者の来る率が違うといったことがあるようなので、そのあたりで、これから工夫できるところがあるのではないかと感じたところです。

（2）改正食育基本法・第5次食育推進基本計画について

資料 P25～P38 を用いて事務局から説明

＜宮本会長＞

改正食育基本法や第5次食育推進基本計画は、まさにスタートしたばかりであり、これから具体的な取組を積み重ねていく段階にあると思います。高知市が現在取り組んでおります「第4次高知市食育推進計画」の中でも、学校の取組や大人の食育など、国の第5次計画に盛り込まれている内容で進んでいるところだと思います。食育を地域全体で支えるには、多様な関係者が積極的に関わっていくことが大事だと思いますので、皆様よろしくお願いいたします。

議事は以上となりますが、その他、事務局から何かございますか。

→（事務局）特にありません

委員の皆様はいかがでしょう。よろしいでしょうか。

＜船井会長＞

県の取組になるのですが、「高知県学校 医・歯・薬・保健 研究大会」が、今週の日曜日（8月2日）に、総合あんしんセンターで9時半から12時半まで開催されます。

学校医や学校歯科医、学校薬剤師、保健主事、養護教諭の先生方が集まって勉強している会なのですが、一般の方も参加いただけます。

今回の大会は高知県歯科医師会が担当となっておりまして、特別講演として、香川県で小中学校の校長先生をされていた竹下和男先生をお招きし、「台所で天才を育てよう」というテーマでお話しいただきます。竹下先生は、子どもが自分でお弁当を作る「弁当の日」の提唱者です。

かつて学校現場で、子どもたちの食に対する関心が薄くなっていると感じた先生が、子どもたち自身にお弁当を作らせる取組を始めたところ、食に対する関心が劇的に高まったという実践についてお話しいただきます。講演は11時半から12時半までの予定です。

定員300名で募集をかけておりますが、まだ余裕があるかと思います。申し込みは不要で、どなたでも参加いただけますので、関心のある方はぜひお越しいただければと思います。

＜宮本会長＞

ありがとうございました。

では、本日の議事はこれですべて終了となります。皆様、ご協力ありがとうございました。

5 事務連絡

「こうちし食育やるぞねっと」の登録について 資料 P42・P43

6 閉会