

# 様式 2

## 平成27年度 安曇野市食育推進会議（第1回） 会議概要

- 1 審議会名 安曇野市食育推進会議（第1回）
- 2 日 時 平成27年7月13日 午後1時30分から午後3時00分まで
- 3 会 場 穂高健康支援センター
- 4 出席者 本郷会長、堀内副会長、中田委員、曾山委員、豊田委員、沖委員、山本委員、丸山委員、阿部委員、嶮田委員、渡邊委員、南沢委員
- 5 市側出席者 宮下保健医療部長、宮下健康推進課長、久保田係長、竹澤管理栄養士、大池歯科衛生士、長田管理栄養士、牧瀬管理栄養士、小川管理栄養士
- 6 公開・非公開の別 公開
- 7 傍聴人 0人 記者 0人
- 8 会議概要作成年月日 平成27年7月15日

### 協 議 事 項 等

#### 1 会議の概要

- (1) 開 会
- (2) 委嘱書交付
- (3) 保健医療部長あいさつ
- (4) 自己紹介
- (5) 安曇野市食育推進会議条例について
- (6) 会長・副会長選出
- (7) 会長あいさつ
- (8) 協議事項
  - ① 安曇野市食育推進計画（第2次）について
  - ② 平成27年度食育推進事業予定について
  - ③ 平成26年度食育推進事業実績・平成27年度食育推進事業計画について
  - ④ お弁当の日等について
  - ⑤ その他
- (9) 閉会

#### 2 審議概要

##### ① 安曇野市食育推進計画（第2次）について

（会 長）安曇野市食育推進計画（第2次）について事務局より説明をお願いします。

（事務局）安曇野市食育推進計画（第2次）についての説明

（会 長）安曇野市食育推進計画（第2次）について、ご質問ご意見等ありましたら、お願いします。非常に細かくまとめてあり、これを見れば安曇野市の現状が分かりますね。課題をどうするかが今後重要だと思います。40～50歳代の男性が健康に対して関心が薄いということです。どこの市町村でも朝食を食べないのは20代の男性ですね。最近大学生の健康診断をしてデータをまとめましたが、女子学生の痩せすぎの率が25%に近づいています。男子もBMI18.5未満が20%を超えていて驚きました。女子は24～5%くらい、初めの頃は、14～5%くらいだったのが、どんどん痩せ体系になってきました。中学生で痩せすぎというのは肥満度でみて3～4%くらいなんです、おそらく高校生、大学生と進む内にもっと多くなっていくのだと思います。将来大丈夫かなと思います。生活習慣病ですけど、こういった勉強を10年くらいさせていただいて、今までは個人がたくさん食べたり、暴飲暴食をしていましたが、最近そういう人は案外少なくなってきている気がします。生活習慣病と称するものはいろいろありますが、かなりのところが遺伝的な背景があると思います。例えば脂質異常症は、肥満の割合よりもコレステロールや中性脂肪高い人の割合の方が圧倒的に多い。肥満がどんどん減ってきていますが、脂質異常症やコレステロールが高い人は全然減らないですね。高血圧は9割が遺伝だといわれています。血糖も2型の糖尿病はほとんど遺伝だといわれています。遺伝的な素因のところには何らかの状況が加わって、かなり悪化するような人がいるんじゃないかと思います。今後もっと時代が進むとテイラーメイドの個人にあった支援、遺伝的な背景をもった人にはストリクトよりこまめに支援をする。全体に同じようなことを言っているんじゃないかと、遺伝的な背景を持っている人にはそういったことが今後求められていくと思います。生活習慣が悪くないような人でも女子学生20%くらい痩せている。なんともないかと思っ血液検査すると脂質に異常がある。男では尿酸に異常がある。尿酸も遺伝が高いですからね。ビール飲みすぎとかいう人もいるかもしれ

ないけど、遺伝的な素因で最も尿酸が高いということが分かっています。指導の方向性もそういったことが分かってくると少しずつ変わってくるんじゃないかという気がしています。遺伝的な傾向のあるものは将来そうなることが強い。女性では、特に女性ホルモンが低下する50歳以降の閉経を過ぎたあたりの年齢でLDLコレステロールが高くなります。女性ホルモンの抑えがきかなくなって、いろんなところで女性ホルモンの影響が出てきます。そういった年代的なものも重要視するべきだと思います。いろいろな方向からみる。当然若い時に食でカルシウムを摂るとか運動することがすごく大事です。それが週に半分も運動してないという大学生もいますし、なかなか歳をとってから急にやれと言われてもそれまでの蓄積が大きいです。血圧も早い人で20代からもう高くなっている。30代、40代で高くなって180/100を超えてる数字でほったらかしになっている人もいます。まだまだきめ細やかに指導していくことが大事だと思います。

(委員) 食に関して、長野県は長寿ということで、健康長寿プロジェクトというものを2年間やりました。いいところは野菜が多い、男も女も全国一の野菜の摂取量なんですけど、摂取が多いのは50～60代で、20～40代の野菜の量が少なくなっているんで、20～30年後に長野県が長寿であるためには若い人の野菜の食べ方が大事だということが分かっています。安曇野市も野菜の産地で大変美味しい野菜がありますが、野菜をたくさん食べるほど食塩が増えます。味付けして食べますから。これを血圧の高い人と比べてみてもやっぱり食塩摂る人は血圧が高い傾向にあるので、その辺は野菜をしっかり摂りながら塩気は減らしていく工夫を食改さんとかと一緒に勉強しながら進めていけるととてもありがたいなと思っています。ラジオで菌糸類をたくさん食べることも一つあるんじゃないかっていうお話をされていて、きのこは食物繊維も多くて、いろんな成分を含んでいて、昔はノンカロリーで栄養ないからなんて言われていたけど、この辺も大事なのかなとお話されていた。今の状況を大事にして、寿命が一番といっても健康寿命が一番といえない部分もある。これからは健康寿命を大事にしていきたいということで、いろんなことを始めたいと思っているので、皆さんからご意見をちょうだいしたいと思います。

(会長) 健康寿命の話がありました。いろんな計算の方法があるそうですが、一般的に用いられている方式では長野県は男性が6位、女性は17位という数字が使われているようです。女性はまだまだ高くなってもらわないといけない。塩分の摂取をどうするかという部分と、血圧の自己管理が大事だと思います。血圧高い人は一説では、4300万人と言われている。男性では50歳を超えると2人に1人、女性では60歳を超えると2人に1人。病気と言っていかわからないくらいなので、自分の今の状態を正しく把握する。高ければそれなりに対応しなければいけない。薬飲むことが嫌だとかそういうことではなくて、ほっといて脳出血、脳梗塞になった方が大変だと思う。

#### ②□平成27年度食育推進事業予定について

(会長) 平成26年度食育推進事業予定について事務局より説明をお願いします。

(事務局) 平成26年度食育推進事業予定についての説明

(会長) 平成26年度食育推進事業予定について、ご質問ご意見等ありましたら、お願いします。健康寿命、長野県は6位、17位という話をしましたが、全国でトップは静岡と愛知といわれています。なぜ一番いいのかというと静岡の人はお茶がいいんじゃないかと言っているようですが、まだはっきりしたことはわかっていません。安曇野の特産を調べていただいて、これを食べてるからいいんじゃないかとか出てくれば素晴らしい結果に繋がるんじゃないかと期待しています。

(委員) たまねぎとかりんごを食べると医者いらずといいますが、どうなんですか。

(会長) どうですかね。今、松川村でいろいろやらせていただいていますけど、男性長寿1位ということで。昨年信大の医学部と地域連携協議を結ばせていただいて、安曇野市とも思ったんですけど、人工的に小さい方がやりやすいということで、やらせていただいています。いろいろ調べていて、分からないことも多いんですけど、地域の絆ということも含めて、何事もほどほどにやり過ぎない方がいいんじゃないかともいっています。お米はいいんですか。

(委員) 米は、この辺じゃ一番うまいんじゃないですか。

(会長) 喫煙率は県の平均より高いですね。安曇病院の受診率もかなり高い。病気の早い時期に早めにかかった方がいいのかなと思います。完全にまとめ切れていませんが、村のデータとかアンケートとかとらせていただいて、多角的にみさせてもらっている。またいいお話があればこの席でも話したい。

#### ③□平成26年度食育推進事業実績・平成27年度食育推進事業計画について

(会長) 平成25年度食育推進事業実績・平成26年度食育推進事業計画について事務局より説明をお願いします。

(事務局) 平成25年度食育推進事業実績・平成26年度食育推進事業計画についての説明

(会長) 平成25年度食育推進事業実績・平成26年度食育推進事業計画について、ご質問ご意見等ありましたら、お願いします。

(委員) 学校での米飯は、今、週3日ですか。

(委員) 4日です。

(委員) 以前3日で、塩尻市が4日だったので、安曇野市でもできないのかという話を前にしたことがあります。4日ならいいです。

(会長) しばらく言われていることですが、あと寿命がどのくらい伸びるかって、厚生労働省から毎年7月に

出てきます。だいたいピークにきている。このまま100歳、200歳まで生きられるかっていうとそうじゃなくて、癌とか心臓病、脳卒中を全部克服しても女性はほとんどピークにきていて、今後それほど大きな伸びは見込まれていません。男性の方は若干あるんですけども、数年だと思っていただいてもいい。ですから何が大事かっていうと、健康寿命なんですよ。これを伸ばすのにどうしたらいいかってことを個人個人も考えなきゃいけないけども、行政も先頭に立って何をやるべきかってことを考えていただきたい。この委員の皆さんにもそういった方向からそれぞれのご専門の立場から考えて取り組んでいただければと思います。市の方でライフステージにわけているような取り組みをされているということで、これでだいたい網羅されているのではないかと思います。この中で計画を立てたら、PDCAサイクルで次はどの位達成できて、次にどう考えてアクションするかっていうサイクルを回して行ってください。安曇野市の課題を明らかにしていただいてそれを重点的にやっていけばいい。非常に大変でここにも何百人と書いていて、大変な取り組みをされてきたのではないかと思います。そういったことで病気の重症の方が少しでも健康に長生きできればと、それが結果として現れればと思います。

④□お弁当の日等について

(会 長) お弁当の日等について事務局より説明をお願いします。

(事務局) お弁当の日等についての説明

(会 長) お弁当の日について、ご質問ご意見等ありましたら、お願いします。

(委 員) 広報でPRしますか。

(事務局) 広報でもPRします。

(委 員) 竹下和男先生、とてもいい話をされる方で、私もお話を聞いたことがあります。弁当の日を実施するのはとても時間のかかり、準備が必要です。保護者の理解が必要で、学校のみでやっていかなくは難しいだろうと考えています。その中で今日、養護教諭の先生がお2人みえてますが、学校の中でこれについて何かお話があったり、保護者とどういふ動きがあるのか、教えていただければありがたいと思います。

(委 員) 中学校と小学校では違うと思いますが、私は今年から明科中学校の方に来ているので、前の養護教諭からの引継ぎでしか話を聞いていないのですが、とてもいいことだということは分かりますが、実際中学校でやっていくということを考えた時にまず朝食とかお弁当とかの栄養とかバランスだとか作ることでか、まず学習を子どもたちにして、それから作らせるっていう話になるので、そういうことをやっている家庭科のカリキュラムの中でそういうのを扱う時間はないということがあるので、まずそこらへんで中学校でお弁当というのは難しいかなとそれよりもまず朝ごはんをしっかり食べさせるとか、それよりも前の段階がまだしっかりできていない部分もあるので、そこらかなという話は聞いています。

(委 員) 小学校では、昨年この会の先生からアンケートみたいなものが来たんですけど、お弁当というだけで保護者の方から結構学校もお弁当にするとプレッシャーがかかるんですね。学校って。働いているお家の方が多いということで。まずそこにどうやってお弁当が大事かってことを保護者に伝えることが厳しいだろうっていうようなアンケートを書いたりもしました。その際にそしたら子どもたちがというようなお答えをいただけたので、先ほどの中学校と同じなんですけど、授業のカリキュラムが決まっています、その中にまた新たになってきますと、急には無理だろうということで昨年度はそのような話が出ていました。アンケートに答えただけなので各学校のことは分かりませんが、うちの学校ではそのようなことを答えて出したんですけど、家庭にこのチラシがどのようにいくのですか。

(事務局) 学校教育課の方に児童生徒数と教職員数ということでチラシをお渡ししてあって、今度それが配布になるかと思っています。

(委 員) それならいいです。まずお家の方に知っていただくためには、これがまず最初かなというところでアンケートに答えたことしか今は答えられません。お弁当という名がつくと大変で、なるべくお弁当の日が減っている状況っていうんですかね。

(事務局) こちらのチラシですが、6月の校長会でも説明させていただいて、校長先生にチラシを配布するということをご了解いただいています。学校現場の中では弁当の日の導入にあたっては、いろんなご意見があるかと思っています。うちの方でも早急に進めるとかこちらが主導で進めるとかそういったことは考えていなくて、これから食育推進庁内検討委員会もあり、そちらの方には教育委員会の方も出ていただいていますので、十分に話し合いを持ちながら取り組んでいきたいと思っています。動きをみながらということをご理解いただければと思います。

(事務局) 今回講演会をやるのも行政とか学校の方からのやらせ感ではなくて、お話をまず聞いてもらっていいことだねとお母さんたち、PTAの方、あるいは先生方も何とか授業に組み入れられることがやり方によってはできるかというようなきっかけ作りになってもらえば、そこからスタートで今までも難しいというお話は聞いてます。いきなり授業の中にたくさんではなくて、例えば小学校1年くらいから家庭科の中でなにかしら関わってきているのをだんだん積み重ね、よく地産地消で皆さん地元のおじさんたちが来て一緒にやってくれるよとか、そういう時間を積み重ねた結果の中でお弁当の日に繋がればいいかなということで、本当になかなかすぐにはパッとできるものではないというの理解していますので、現場にいる先生方にもぜひ協力していただきながら進める方向のいいイメージ

でいけたらいいと考えております。

(委員) 喫茶店行くと月刊誌の漫画の中に弁当の日が出ている。結構、女性より男性の方が見てる可能性が高い。子どもに作らせるっていうプロセスを見ていたんだけど、そういう雑誌が何冊かありますね。喫茶店にあるってことは結構皆女性より男性の方が見てるから、多分父親の方が理解していると思うんです。知り合いの孫で女の子がいるが、保育園に行く前から包丁持ってやっているんです。なかなかきかん気な子だけどだんだん良くなってきて、上手に作るようになってきて、そうするとまた興味が湧くんだよね。作るってことはいろんなことを考えなきゃいけないから、すごく誉めてるんですよ。切れるもので手を切ると痛いっていうのは分かるし、人を傷つけるのも痛いということも分かると思うので、ぜひそういう教育を頭からやるんじゃなくて、徐々に皆がやっていけば、弱い子もいじめなくなると思うし、痛いことも分かるし、それがいいと思うんですけど、PTAとの関係とか、学校の先生方も大変だとは思いますが、なんとかやれば面白いですね。

⑤□その他

(会長) それでは、その他について事務局より何かありますか。

(事務局) 会議に欠席された下里委員からのご意見の紹介

(会長) 非常に重要な内容だと思いますので、今後検討していただきたいと思います。

※会議概要は、原則として公開します。会議終了後、2週間以内に企画財政部まちづくり推進課へ提出してください。

※会議を非公開又は一部非公開とした場合は、その理由を記載してください。