

# 様式 2

## 平成26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26年7月14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、高橋副会長、中田委員、阿部委員、梨子田委員、望月委員、  
宮澤委員、帯刀委員、豊田委員、下里委員、嶋田委員、渡邊委員
- 5 市側出席者.....宮下保健医療部長、宮下健康推進課長、高橋課長補佐、竹澤管理栄養士、  
渡邊保健師、太田係長、大池歯科衛生士、柴田栄養士、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26年7月17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26年度食育推進事業予定について
    - ③ 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
    - ④ お弁当の日について
    - 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。2年間にわたって議論し、まとめたものが冊子になっています。非常にきれいにまとまっており、なかなか素晴らしい内容で、ステージ別に分けてあるのが分かりやすいと思います。目標値も書かれていて、どこがどのように足りないのか、第1次計画の評価もD判定になったものはどのようなものがあるか。朝食を毎日食べる人が20代の男性で少ないというのは、他のところでも聞いたことがあります。地産地消について関心を持っている人の割合も低いので、もっと周知していく必要があるとかこれからやらなくてはいけないことがあると思う。目標値が書いてありますが、次は何年後に評価するんですか。  
(事務局) 平成30年に評価をする予定です。  
(会 長) いい方向に行くように取り組みをしていただければと思います。
  - ②  平成26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。
  - ③  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  
(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) ライフステージに分けている中で、65歳から74歳がだぶっているのは何か理由がありますか。
- (事務局) 壮年期から前期高齢期の40歳から74歳までは、特定健診で対象になる年齢になります。高齢期の65歳以上は、介護保険課の方で実施している事業の対象になる年齢です。いろんな面から事業を行っているということがかぶっています。
- (会長) 今まで何回か話題になっていますね。
- (事務局) 65歳以上になると個人差は非常に大きくなっていくというところで、まだまだメタボの概念で関わらないといけない方たちと、既に高齢期に入ってきていて低栄養だとか寝たきり予防に関わらなければいけない方たちと、いろんな方たちが混ざってきて両方のことをやらなければならないというあたりがかぶっているというイメージで捉えていただければと思います。
- (委員) その辺の人たちはやるのがいっぱいあるということなんですね。
- (会長) 70歳位過ぎてくると個人差があり、血液検査すると体の中のたんぱく質とか下がってくる人すごく多いんですよ。一方、問題がない人もいます。たんぱく質だけでなく貧血も出てくる。そういった栄養に関係した面の問題点が出てくる人がいます。そういう方は生活習慣病といいますか、メタボ関係のことよりもしっかり食べて、栄養摂りなさいという指導方法になってくるので一般的にいわれているのは、BMIという概念でみますと肥満の一手前くらいの22.5から25のあたりの人が一番最も健康的に長生きできるというようなことが最近言われているようで、少し太めの方が歳をとるといいんじゃないかというようなことがいわれています。タバコ吸ってないのが前提になりますけど、そんなことでこの辺がかぶっているんじゃないかと思います。
- (委員) 最近のテレビや新聞でいろんな情報が流れてきます。例えば牛乳を飲んじゃいけないという先生や飲んだ方がいいという先生もいて情報過多の時代にどうやって生きていいのかなと思うんですが、いなかですか。情報の選択、何を信じていけばいいのか。
- (事務局) いろいろな情報があるかと思いますが。私たちが国に準じるという形になりますが、日本人の食事摂取基準というものがあり、その栄養を満たせる食品は何かというところでバランスを考えてお伝えしています。なので、テレビ等ではいろんなこと言いますがあまり流されずにやっていただくのがいいのかなと思います。
- (委員) その辺の広報活動をしないと、今何でも調べられる時代になってきているがために右往左往する人たちは結構多いんじゃないかなと思う。さっきある程度高齢者になって低栄養なんて話も出てくるわけですけども、ある時期、歳をとったら肉は食べるなど声高々に言われた時期もありまして、それを今は肉を食べなさいよと軌道修正かけてるわけなんですけども、この辺も情報伝達してやらないと一度信じてしまったものは変えにくいってところもあるわけですから。
- (事務局) 広報等でバランスのよい食事を啓発していますが、そういう場をまた考えていきたいと思っています。
- (委員) バランスのよい食事という言葉が常に出てくるんですけど、ある年代になった時に明日から食事作らなきゃいけないよとなった時にバランスのよい食事って何って戸惑う人がいっぱいいると思うんですよ。作れって言われれば何を作ろう、作れない、どうする、じゃあ弁当買ってきて食べるかという話になってくる可能性が高いだろうと思う。今まで作ってくれる人と食べる人が別だったから、作る人と食べる人が同じになったらどうするの。バランスのよい食事って、何をどう作ればバランスのよい食事になるのかっていうのがよく分かってない人がいっぱいいるだろうと私は思う。
- (事務局) 調理技術を磨くというのもすごく大切なことかと思いますが、まずそのバランスのよい食事というのは料理という形では見てなくて、食品のレベルで見えています。それを選ぶ力というのは私たちはお伝えしていて、必ず作らなければいけないのではなくて、お惣菜とか買ってくる場合でもどの位食べたなら自分の体に合っているのかという判断する力をつけていただくということでお伝えしています。料理が作れば一番いいんですが、そうでない方もいらっしゃるの。
- (会長) 望月委員さんの言われたこと、非常に重要なことで、いろんな情報をもっとしっかり今の世の中で何が正しいのか、それを正しく伝えていただきたいとそういうことじゃないかと思う。食事のこと、弁当のこと、バランスのよい食事のこと、そういうのもどこを信じていいのか確かに山ほどいろんな情報が入ってきますね。安曇野市の保健医療部で出しているこれが一番この安曇野市では正しいものだという形でいろんな場合分けがあると思うんですが、買ってきたものを合わせてもいいし、自分で作る人はこんな形だとか、そういうものが大きい市になればなるほどなかなか全員に伝わらない可能性もあるので、いろんな方法で写真やカラーを駆使して、いろいろやっていただきたい。それから私が今行っているプログラムで、食育の具体的な教育といいますか、食育のフードモデルを用いて、いろいろな学校にお邪魔して、生徒さんたちにお母さんと一緒にフードモデルといって、食堂とかレストランの入り口にあるようなモデルを使って、食事教育をしています。実はかなり優れたものでいろんなところで評判がいいといわれている。食事のフードモデルの下にICチップが付いていて、そこにエネルギーとかたんぱく質とか脂質とかいろんな栄養素の情報が入っています。昨日食べた物乗せてくださいと、丼物、みそ汁とか、そういったもの載せるとエネルギーとかたんぱく質が出てくる。それで青のところにあるとちょうどいいが、オーバーしたり、足りないとか赤で出てくる。全部青だと星が5つ点灯して鐘が鳴るんですよ。星が2つしかつかない場合、どこかオーバーしたり、足りない場合は、この食品の代わりに別のものを選びましょうということで、実際に体験し考えながらやっていただいて星が5つになるまで繰り返します。それは管理栄養士と一緒に

にやっていただいて、こういう組み合わせがいいんじゃないか、ビールなんかもあります。つまみなんか全部あります。夏のスイカなんかいろんなフードモデルがありましてそういったもので勉強していただく。栄村の栄中学校や、松川村でいろいろやっています。非常に高価な物でワンセット150万円位して、2セット持っています。安曇野市でも信大に置いてあるので、お祭りなんかがいいですかね。健康づくり講演会の会場でやってみたら、非常に沢山人がみえて多分これは人が集まるんじゃないかと思う。現在この食育SATシステムは、信大と松本大学しか持っていないです。フードモデル1つ1万円位します。私がここにいる限りは大丈夫ですので、もし可能であれば高齢の方でもよろしいですし、子どもさん、小さい頃からご家庭で勉強していただくということで親子でやっていただく、学校での取り組みも昨年から継続のものが多いらしいので、追加で可能であれば食育推進会議ということですからお使いいただければと思います。

(委員) 本郷先生のご意見に続いてなんですけど、小中学校の保健指導で、全体指導で血液検査の意味を理解させるという風には書いてありますが、今本郷先生がおっしゃったようにフードモデルを使って子どもたちに働きかける方がより効果的な感じがします。子どもたちはこれから大きくなっていくわけで、学童期から青年期、壮年期、高齢期になっていく中で、先ほど市の管理栄養士さんが食材を選んでいく力を育みたいんだとおっしゃってたので、事業の見直しとしては、血液検査の意味を理解するというよりは、食材を選んでいくとかそういった方向性の方がいいのではないかと感じますがいかがですか。

(事務局) 血液検査の意味を理解させるというのは養護の先生のご意見なので、それにプラス行政と連携していくというところで栄養士が入れるとしたら、やはり食のところを伝えていきたいと思っております。食だけじゃなくて運動も大切だと思うので、大きくしていけるようだったら運動も思いますが、今の時点では食のところで関わっていききたいと考えております。ですので、そのフードモデルを使わせていただけるのでしたらとてもありがたいなと思います。

(会長) せっかく血液検査をやるのであれば、それだけではなく食事の面、運動の面、そういったことも一緒にということですね。そういったことが血液検査の表れとして出てくるといった考え方ですね。私は使い方よく分からないのですが、管理栄養士の方は、さっさとやっておられるようですからパソコンを繋いでやってもらえれば用紙も早く出ます。お母さん方にも今の世の中の人であればパソコンくらい打てますよね。その延長みたいなものです。パソコン使ってモニターのところは全部データが出てきます。それをプリントアウトできますので、それを何回かみていただいて何が足りない何が多すぎる。悪そうなものいっぱい載せるんですよ。例えばチャーハンとハンバーグといっぱい載せるとカロリーオーバー、脂質オーバーと出てくるんですね。だからそういったことで悪いものもまた見てもらえれば、全部初めから合格しちゃうとあまり面白みがないとそういったこともありますね。またお話しているのとやってもらえればと思います。

(委員) 食材を選ぶという観点から、買物に行く時点から食育が始まっているんじゃないかと考えています。チャーハンやラーメンやうどんが悪いわけではなく、それを作る時の材料は何なのかということが私は問題かなと思います。地産地消について関心を持っている人の割合がD評価というところで私は安物買いの健康失いというような買物をしていたんですけど、食に興味を持ってから地産地消のところに足を運ぶように変わりました。なぜ変わったかという野菜が手元に来るまでの流通のことを知ったことで、安曇野市のだれだれさんの野菜の方が他県から来たものより子どもたちにとっては栄養があるだろうなというレベルから食育を考え始めて、子どもたちに与えるようになりました。一番ママたちに伝えていきたいのが、お菓子売り場で売っている物を買って与える時にちょっと考えるっていう一歩を伝えたいってことですとか、おもちゃが付いているお菓子に飛びついてしまうんですけど、そこでお母さんがこれおもちゃが付いてほしいかもしれないけど、こういうお菓子なんだよ、という風に分かって買って与えているのかどうかですとか、買えるところはいっぱいあるんですけども、口に入る時の内容がどうかっていうことを勉強できる会が設けられたらなというのがあります。ですので、メニューが悪い、商品が悪いわけではないと思うんですけども、何から作られてる、どこのものが原料になってるということも食育の中に組み込んだ具体的な勉強会があったらなという風に思います。栄養指導と一口に申しまして、じゃあ野菜の栄養がどうなのかということまで突っ込んでいくのが、食育なのかっていうところも分からないんですけど、お肉にしても地産地消をもっと活発にしていくには安曇野産ってすごいよねっていうような広報も必要んじゃないかなという風に感じています。

(会長) 非常に貴重なご意見だと思います。地産地消の意味から安曇野市のいいところをたくさん知らせていただきたいということですかね。

#### ④お弁当の日について

(会長) お弁当の日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) 竹下和男先生、数年前に松本市で講演されたんですけど、聞かれましたか。

(事務局) 聞きました。

(委員) 一度先生お呼びして、子どもたちもこの講演を聞くと、うまく授業が進むのではないかという印象を持ちました。

(会 長) 教育という面からみると、松川中学校では、家庭科の授業の中でSATシステムを使って授業をやったことがあるんですよ。家庭科も児童に教えるには重要じゃないかと思うので、養護の先生、家庭科の先生をたくさん呼んでいただくと生徒や児童に情報が伝わり、実践の面でいいと思います。

(委 員) 私もこの提案いいなと思いますけどもね、お弁当だけ作る、子どもたちだけで作ると唐突ではなくて、一番子どもたちがお手伝いするというのは台所でお手伝いしたり、お父さんの肩揉んだりとかあると思う。そうすると食事に関することのお手伝いはまず皿洗いをやるということから始めて、食事を作ってみるっていうのはもう少し能動的なお手伝いの方法。それを自分が食べるものだってなればもっと積極的な関わり方だと思う。それが安曇野市の子どものライフスタイルになっていけば、自ずとできてくるかなと思うんで、突然始まったんじゃなくてというのにも必要かなと思います。議会にいる時に小浜市で食育を始めてやった自治体の実践を聞いた時に、もう保育園幼稚園にいる時から魚がさばけるっていう、小浜で採れる魚をさばいて料理をするということまで小学校の低学年になったら簡単にできちゃうっていう、そういうものは実践的にやっているんですよ。さすが食育を最初に提唱した自治体だなと思いましたけども、やっぱり今20代30代の若い人たちが食育に関心が薄いというのは私達の関わりも薄かったけども、そういう教育の概念もそうだったからその狭間を埋めていかないといけない。ちょうどその部分が穴になっているとよくないので。子どもの頃からって非常に大事なことだと思う。そしたら親や家族も関わるようになっていきますし、そんなところから進めていけばいい提案になるかなと思いますので、ぜひ成功させていただきたいなと思います。

(会 長) 非常に貴重なご意見ありがとうございました。他にご意見ありますか。

(委 員) 調理師会は毎年食育って関係で、味覚の一週間っていうのを今年穂高の小学校でやります。それは辛味旨味いろいろありまして、五味の後に旨味っていうダシっていうのを大事にしたいってことで、今年は始めてクラスでダシをとってみせます。そういう教育を市の全部の小学校回ってやりたいと思っているんですけども、まだ今年3年目ですからね1年に2回くらいやっていると回れるんですけども、なかなか若い人に出てもらわなきゃいけないもんですからね。1年に1回やってるんですよ。それは市の教育委員会の方でも認めてもらってスムーズに開催できるようになりつつあります。だから私達の仕事はたくさんあるような気がするんですよ。地産地消は商工会と一緒に昨年あたりからちょっと動き出して、なかなかうまく具合に進んではいけないんですが、廃棄処分の野菜をなんとかできないかって考えでやっています。曲がったとかちょっと変な格好だとかお百姓さんとしてはお金にならないし、別に食べて悪いもんじゃないし、逆に旨いかもしれないし、それを何とかしたいと思ってやっています。安曇野は、いいものがたくさんありますからね。だからなんとか進めたいと思ってやっています。

(会 長) ありがとうございます。ぜひいろいろな面から進めていただくようよろしくお願いします。

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) 第9回食育推進全国大会の出展報告

(会 長) 第9回食育推進全国大会の出展報告について、ご質問ご意見等ありましたら、お願いします。

(委 員) すぐに売れちゃったということですが、野菜スイーツについての反応はどうでしたか。

(事務局) おいしいという感想をいただきました。試食のみで販売はしませんでした。買ったかっとおっしゃってくださる方もいらっしゃいました。

(会 長) これはオリジナルですか。どこかで販売しているのですか。

(委 員) 2店舗のお菓子屋さんに頼んで出してもらいました。毎年野菜スイーツフェアをやっていて、去年はワサビがテーマだったんですよ。

(会 長) 昔ここで、子どもが作ったレシピを試食して投票して1番になった人には商品も出ました。あれはなかなか他ではないし、いいなと思いました。私たちもよければ他でも宣伝できますし。かなり好評だったようですから、こういう催し物あればどんどん出たいただいて、安曇野市の名前を高めていただければと思います。

※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。