

## 平成30年度宮城県食育推進会議

日時：平成30年8月29日（水）

午後1時30分から3時30分

場所：県行政庁舎4階 特別会議室

（出席委員）

石河敏子委員，薄井剛委員，大坪律子委員，奥村秀定委員，片倉成子委員，片山一男委員，木村祐二委員，小賀坂行也委員，今野栄子委員，斉藤緑里委員，佐々木裕子委員，鈴木久直委員，鈴木宏明委員，高砂淳子委員

（欠席委員）

佐々木ゆかり委員

司会（健康推進課）

本日はお忙しい中御出席を賜りましてありがとうございます。はじめに、会議の成立について、委員の皆様にご報告申し上げます。本日の会議15名の委員で構成されておりますが、本日は14名の出席をいただいております。

宮城県食育推進会議条例におきまして過半数の委員出席が必要となっておりますが、本日の会議は成立しておりますことをご報告申し上げます。

次に会議資料の確認をさせていただきます。会議資料は、資料と出席者名簿のほかに資料1から資料3と参考資料でございます。参考資料の第3期のプランの概要版とデータをまとめたものを皆様の机の上に配布させていただきます。

資料の不足などはございませんでしょうか。

それでは、定刻となりましたので、ただいまから平成30年度宮城県食育推進会議を開催いたします。

開催にあたりまして、宮城県保健福祉部長渡辺達美より御挨拶申し上げます。

（渡辺部長）

会の開催にあたりまして、一言御挨拶を申し上げます。本日はお忙しい中をご出席いただきまして誠にありがとうございます。委員の皆様には日頃から、本県の食育推進に御支援と御協力をいただいております。厚く御礼申し上げます。

また、今年度、第7期委員として15名の皆様にご就任いただきました。快諾を頂き、感謝申し上げます。

当会議は、食育基本法と食育推進会議条例に基づき、本県の食育推進計画の作成、及び、その実施について御審議いただく場として、平成18年4月に設置されております。皆様には、平成32年4月までの任期となります。御専門のお立場から御助言御指導を賜りますようお願い申し上げます。

さて、食育につきましては、平成28年4月より国の所管が内閣府から農林水産省に移管されましたが、これまでの食育の施策については引き継がれ、政府全体で推進していくということとされています。

本県では、平成28年度から平成32年度までの5か年を期間とします「第3期宮城県食育推進プラン」に基づきまして、食育施策を実施しているところであり、今年度は中間の年になります。

この第3期プランでは、計画のコンセプトを「次世代へ伝えつなげる食育の推進」とし、望ましい食習慣の形成期にある子どもや若い世代を中心とした食育に重点的に取り組んでおります。県といたしましては、市町村をはじめ関係機関、団体の皆様の御協力をいただきながら、県民の皆様と一緒に、食育の一層の推進に向けて取り組んで参りたいと考えております。

本日の会議では、県の取組状況について御報告させていただくとともに、県が取り組んでいく課題について、御意見を頂戴したいと考えております。委員の皆様には、忌憚のない御意見をいただきまして、みやぎの食育推進にお力添えをいただきますようお願い申し上げます。今日はどうぞよろしく申し上げます。

司会（健康推進課）

本日御出席いただいております委員の皆様方を御紹介させていただきます。お手元に配布の出席者名簿順で御紹介させていただきます。（名簿順に紹介）

続きまして、県の職員を紹介いたします。先ほど御挨拶申し上げました、保健福祉部長渡辺でございます。健康推進課の参事兼課長田村でございます。健康政策専門監の佐々木でございます。私は本日司会を務めさせていただきます、副参事兼課長補佐の田畑と申します。どうぞよろしく申し上げます。その他、担当班と庁内関係課の職員がこの会議に出席してございます。なお、本日の会議につきましては、情報公開条例に基づきまして、公開するものとされるものとされておりますので、何卒よろしく願いいたします。

それでは、次第の3番、会長・副会長の選出に移らせていただきます。食育推進会議条例に基づきまして、会長・副会長は、委員の互選により選出することとなっておりますので、それまでの間、保健福祉部長渡辺が仮の議長となり議事を進めさせていただきますので、御了承願います。

仮議長（保健福祉部長 渡辺）

それでは、会長・副会長が決まりますまで、暫時の間、仮議長を務めさせていただきます。委員の皆様の中で、推薦等はありませんでしょうか。

片倉委員

事務局案がございましたら、お願いします。

仮議長（保健福祉部長 渡辺）

今、委員の方から事務局案の提案ということで上がりましたが、皆様いかがでしょうか。

委員

良いです。

仮議長（保健福祉部長 渡辺）

それでは事務局の方から案があれば、お願いいたします。

司会（健康推進課）

事務局案といたしましては、会長に佐々木裕子委員に、副会長につきましては、鈴木宏明委員にお願いします。

仮議長（保健福祉部長 渡辺）

ただいま、事務局の方から会長を佐々木裕子委員に、副会長を鈴木宏明委員にという案が示されました。皆様いかがでございましょうか。

全員 拍手

仮議長（保健福祉部長 渡辺）

御賛同いただけましたので、そのように決定させていただきたいと思います。

司会（健康推進課）

それでは、佐々木会長と、鈴木副会長から、お席の方に御移動願います。

それでは、ただいま選任されました佐々木会長、そして、鈴木副会長から、御挨拶を頂戴したいと存じます。まず、はじめに、佐々木会長からよろしく願います。

佐々木会長

宮城県の食に関して小さい時から思い入れがありまして、いろいろと皆さんにお世話になりながらここまで来たという感じでございます。

今日は新しい委員をお迎えいたしまして、鈴木先生とともに、また盛り立てて参りたいと思いますので、どうぞよろしく願います。

司会（健康推進課）

続きまして、鈴木副会長よろしく願います。

鈴木副会長

歯科医師という立場は、その食育そのものとは、ちょっと違うようなところもありますが、そこを下支えする大切なところだと思っておりますので、独自の視点から皆様のお役に立てればと思っております。

司会（健康推進課）

ありがとうございました。ここからは佐々木会長に議事進行をお願いしたいと存じます。佐々木会長よろしくお願いたします。

議長（佐々木会長）

皆様のお手元にある次第に従いまして、議事を進めて参りたいと思います。どうぞよろしくお願いたします。それでは、(1)から参ります。「第3期宮城県食育推進プラン」の進捗状況について事務局からご説明をお願いします。

事務局（健康推進課）

（第3期宮城県食育推進プランの概要版、資料により説明）

議長（佐々木会長）

ありがとうございました。それでは委員の皆様から御質問はございますか。

食育プランについてお話しさせていただきますと、国が、個人の生活習慣を求めるという健康づくりのところから、食育は環境整備をして参るということによりしておりますので、皆様とともに連携をとりながら、県民の皆さんの環境を整えていくということで、御意見を頂戴したいと思います。

それでは、資料1について御意見を頂戴します。

目標指標の「朝食を毎日食べる人の割合」について、まずは、小学校6年生の朝食の指標について小学校校長会の高砂委員より御意見頂戴したいと思います。

高砂委員

私は塩竈市の学校にありますが、塩竈市でも同じように朝ご飯の調査を行っています。それから、肥満も大きな課題になっていて、毎年、その目標指数に対して、それが達成できたかどうかを確認しております。塩竈市においても目標に達していないという状況があります。

学校に来ている子どもたちに目を向けると、やはり、生活リズムが乱れていて、朝なかなか余裕がない。子どもにも余裕がないけれども、保護者の方にも余裕がなくて十分に朝食を食べさせて学校に送り出すことがなかなかできない家庭もあるかなということを感じております。

学校という立場からの取り組みとしては、子どもたちに直接、まずは朝食ということの大切さを伝えていきます。いろんな授業がありますけれども家庭科の授業があったり、或いは、学級活動という時間があったりしますので、学級の担任、それから、本校の場合で言えば栄養教諭などの職員が連携して、まずは、これから大きくなる子どもたちが自分のこととして、その大切さに気付く、気付かせるそういう学習を積み重ねていければと思います。また、保護者に対してももちろんです。

どこの学校にもあると思いますが、学校保健委員会が本校では、年1、2回開かれていて、その中で、子どもの健診関係の結果を踏まえながら話し合いをします。給食を大きく取り上げているので、残食率も含めて、色々な資料を出し、給食の摂取状況等から見える「食」の課題について説明しています。そこには、保護者の方や校医さんにも入っていただくので、みんなで課題を

確認し、その課題を解決するための方策を検討していきます。話し合いは進んでいるところですが、なかなか改善できてないというのが現状です。

議長（佐々木会長）

ありがとうございました。続きまして、次の1日あたりの食塩摂取量に関しまして、宮城県栄養士の片倉委員から御意見を頂戴したいと思います。

片倉委員

食塩と野菜と一緒にお話をさせていただきます。

東北大学メディカル・メガバンク機構でナトカリ測定を実施しています。昨年、「いい日・いい汗栄養まつり」という県民対象の栄養のお祭りの際、ナトカリ測定器をお借りして、東北大学メディカル・メガバンク機構の先生方と、実際、実施している七ヶ浜町と登米市の栄養士の協力を得て測定しました。尿を一滴ナトカリ測定器にかけますと、体の中にある前日の食事から野菜をどのくらい摂っていたか、塩分はどうかというようなことで数値が出されるわけです。昨年から9,000人近く受診する登米市の検診で、実施しています。

私も今、大学の関係で市民の講座を2つ持っていて、その方々に実施していますが、前の日の献立をお聞きすると、もろに原因が分かってくるんですね。何を食べたためにこのぐらいの数値が上がったか、何が悪さをしているのかということを理解をしていかなければなりません。

塩分は、男性は8gだよ、女性は7gだよというグラム数を言っても、やはり、浸透していかないということで、今年度も宮城県栄養士会では、「いい日・いい汗栄養まつり」でそのブースを設けますので御紹介いたします。

議長（佐々木会長）

はい、ありがとうございます。それでは野菜について斉藤委員いかがでしょう。

斉藤委員

国は、野菜摂取350g以上ということをやっとやっと言っていますが、実際、1日野菜350gというのは、イメージできにくいと思います。野菜を量って召し上がる方っている方はめったにいないと思いますので、これくらい食べるとこんな感じだ。とすごくわかりやすく伝える工夫が必要だと思います。

例えば、栄養士の方の研修会では、フードモデルなどを使って、説明されています。実際に、お総菜を売っているお店などでも、これでだいたいこれくらいですよ。例えば70gとか100gとか、これくらいの量を食べてとか、この野菜を1日何個くらい食べるとクリアできるというのを、あらゆる年代の方にわかりやすく伝える工夫が大事だということを感じています。

正確に350gというよりも、だいたいこれくらい食べると良いね。ということを知りやすく伝えることが大事だと思います。

議長（佐々木会長）

はい。今回、委員の中に野菜ソムリエが2人いてすごく心強いです。大坪委員いかがでしょう。

大坪委員

私も野菜ソムリエで、去年は、健康推進課のみやぎ食育コーディネーター研修会で、減塩・出汁をテーマにお話をさせて頂きました。その後も栄養士会さんと小学校など色々なところで出汁の講座をさせて頂いていますが、お子さんは、結構、味の濃いものを美味しいと好む感じがします。また、レシピ通りに料理を作るお母さん方も多いです。そのまま、味見をしないで調味料を入れてしまうんですね。私は、調味料を入れる前に、まず素材だけで、例えば、スープや味噌汁でも煮込んだとき、まず味をみてみようということを薦めているんですけども、そこで、結構美味しいという声が聞こえるんですね。まず、出汁をとる。出汁をとるのもなかなか難しかったり、素材が高いという意見もあるのですが、素材を食材として使えば、すごく高いものではないですし、まず、味わって頂いて、日々の食事に入れて頂くことが大事だと思います。私は、まず、調味をする前に味見をしようということを薦めています。

併せて、片倉先生もおっしゃっていたようにナトカリということから、ただ塩を減らす！減らす！ではなくて、それを体から出す方の考え方で、野菜も合わせてというような食育の方の進め方が良いと思っております。

議長（佐々木会長）

ありがとうございます。

それでは、目標指標の「肥満傾向児の出現率」について、中学生の肥満児傾向の割合に対して、中学校校長会から鈴木委員御意見お願いいたします。

鈴木（久）委員

男子の肥満がかなり高いというデータが出てきていますが、資料を見ますと、中1、中2、中3と進むに従って下がっています。運動部活動の良い影響が出ていると思います。高1の男子が高いですが、現在高1の生徒達は、震災発生時に小学校の高学年で、これから中学校に入るという時期でした。あの当時は、部活がまともにできない、校庭や体育館がまともに使えない、そういう学校が多く、そのようなことが肥満に影響しているのではないかという感じがします。震災から7年経っていますが、まだまだ影響が続くと見えています。

今、心配していますのは、少子化がどんどん進んでいることについてです。私の学校は730人をちょっと超す人数で、少しずつ増えていますが、県内では減っている学校が多く、名取市内も5校の中学校のうち、2校以外は減少しています。生徒数が減ることによって、どのようなことが起きるかといいますと、部活の数が制限されてきます。また、郡部の方では、どんどん統廃合が進みます。統廃合の結果、通学区域が広くなり、バス通学が増えます。その結果、運動不足に拍車がかかると思います。意識して運動するようにしていかなければと思っています。

一方で、教員の働き方改革で、昔に比べれば、部活動そのものをあまりできない状況になってきました。本校の場合ですと、今までは朝練習をほとんどの季節でやっていたのですが、原則中止です。原則というのをどう判断するかを市内の他の中学校の校長と話し合っていて、これは、

自分の考えですが、原則8割は朝練習を中止し、残りの2割は朝練習を可能にしてもいいのではないかと考えています。具体的には市の中総体前と、新人大会の前は、朝練習を認めてもよいのではないかと考えています。ただ、市教委さんからまだ指示はないので、市内5校でそれぞれの判断でやっています。

また、バス通学の学校だと、延長や朝練習がしにくいというところもあって、なかなか時間的にも厳しいのかなと思っています。

議長（佐々木会長）

続いて、宮城県医師会の奥村先生いかがでしょう。

奥村委員

学童の肥満と成人のメタボリックシンドローム、これはつながっています。「点」ではなくて、「線」で捉えていくべき課題ではないかなと思っています。毎年、子どもの肥満というのは、20%以上の肥満度で、小学校1年、3年、5年と中学校1年と、高校1年で実施しております。それに該当する場合は、食事指導とか運動指導とか、主に養護の先生が中心となって、対策をとっております。毎月、体重測定をします。ちょうどこの時期は成長期ですので、食事制限がなかなか難しいところございます。身長が伸びていきますので、体重が今の状態を維持できれば肥満度は、自ずと下がってくるということで、この目標達成はある程度可能であると思います。きめ細かにやっています。

問題は、肥満度10%から20%の予備群ですね、ここが20%に入ってきて、数が増えるという問題がありますので、10%から20%の予備群の子どもたちの対策というのを一緒にやらないと減るのは難しいかなと思っています。

メタボリックシンドロームに関しては、国民的な課題でございますので、体重を減らすとか、カロリーを減らすとか、野菜を多く食べるということは周知しているんですけども、なかなか食生活は変わらないものですから、東北人、青森、秋田、宮城という、僕もそうですけどしょっぱいものが大好きですね、そうすると非常に、アルコールが美味しいということもございます。

ある程度の年齢に達してくると一般健診とか基本健診とかでチェックしますので、その中で何か項目、例えば脂質が高いとか、糖尿病の数値等が1項目でも、これは、非常に厳しい値をとっておりますので、通常の変数よりもかなり厳しい数値で啓発していくという形で、それを言われた時点でね、これは注意しなきゃならないということで注意喚起しています。

まあ、健診とかで指導の対象になる子どもたち、或いは、生活習慣病健診での方に来る方に対しては、ある程度の指導は行き届いて来ていると思いますが、そこから外れる人たちに対してどのように周知していくかということを考えていかなければなりません。

資料の中の「ベジプラス100&塩e c o推進事業」は聞いたことがなかったものですから、周知が足りないということです。もう少し専門家のアドバイスを受けてピンポイントでやっていくと良いです。3g足らすとか減らすとか、野菜を多くするとかいう、目標としては良いですが、もっとわかりやすく、皆さんに周知して頂ければと思っています。

議長（佐々木会長）

後で詳しく、県の事業については御説明頂くということで、続けて、目標指標に参りたいと思います。じゃあ、3歳児のむし歯についてです。

鈴木副会長

3歳児のむし歯のない人の割合では、お陰さまでだいぶ目標値に近づいているんですね。ところが全国との比較をみますと、まだまだ、宮城県は下の方なんです。仙台市単体で見ると良いのですが、その周りの地域は、なかなか難しいところがあります。例えば、3世代同居の家庭で、親が仕事でいない場合、子どもが美味しいと思うものを食べさせると機嫌が良いです。

私は今、小学校と幼稚園の校医をしていて、その地域は、若いお父さんお母さんが働きに出ていることが多い地域です。二極化が進んでおり、きっちと歯を管理されている家庭とそうでない家庭があり、例えば一学年10人くらいの小さい学校で、9人はむし歯ゼロで、1人がむし歯10本あると、1人むし歯1本あることになってしまいます。

もう一つ、保育所でもやっています。そこは、フッ素洗口のモデルになっていまして、フッ素洗口を1クラスやっていますが、何年間かちょっとしか変化がなかったのに、急にピョンと効果が出たように見える状態があって、どうしたんだって聞いたところ、その一家の子ども3人が、引っ越した。という理由だったりして、なかなか数字だけでは判断できないというのがあって、きめ細かく対応していくしか手がないのかなと思っております。

議長（佐々木会長）

では、2つめの「食材王国みやぎの理解と継承」に参ります。農業体験学習について小中学校の状況などをお聞かせ願います。

高砂委員、農業体験学習は小学校ではいかがでしょう。

高砂委員

農業体験と言いますと、やはり、学校のある地域の特性というのがすごく影響してくるのかなと考えています。私は前任が仙台市内の学校でしたけれども、仙台市の中でも昔ながらの田畑のある地域でしたので、非常に豊かにしていました。例えば、田植えをして、稲刈りをして、脱穀をして、そしてその収穫をしたもので餅つきもやりましたし、さらには、小麦を育てて、収穫して、それを粉にして、うどんを作って食べる。それから大豆を育てて、豆腐作りをするなど全て地域の方が講師になってやってくださいました。仙台と言っても広いので、色々なところがありますが、非常に、農業体験を豊かにしていた学校でした。

現在は、塩竈市には学校周辺には田畑がないので、なかなかやれないという状況があります。ただ、逆に言えば、塩竈市の特産品、農業からは離れますけども海の町なので、そちらの方のいわゆる特産を使っただけの学習であったり、体験はできています。

ですから、農業体験を学校や学区の地域の中で実施するということになると、学校の立地条件と言いますか、どこにあるかというのが非常に重要になると思います。外に出て行って体験をするということで、同じ学区の中学校は、2年生の時に農業体験をする活動を教育課程の中に取り

入れているところもあります。小学校はなかなか出て行ってまで農業体験をするということではなくて、地域の中にそういう状況がないとなかなかたくさんは出来ないのかなと思います。

議長（佐々木会長）

鈴木久直委員はいかがでしょう。

鈴木（久）委員

中学生は授業として、農業体験、栽培体験ができるのは、技術・家庭科の技術分野のみです。ただ、授業時数が以前はけっこうあったのですが、今の3年生は技術と家庭を合わせて、週1時間だけです。例えば、ミニトマトを作ったりするとか。そのくらいしかできない状況です。

総合的な学習の時間もありますが、行事の準備等で使われる場合も多く、農業関係はちょっと難しいです。だいたい2年生で農業体験をやるところはありますが、職場体験学習とどちらかをとっていくということになります。職場体験も3日、4日と行ければ良いのですが、授業時数の確保もありますし、事業所さんの引き受け手がなかなかない状況です。人数が増えてきている学校は、事業所を探すので大変になってきて、じゃあ農業体験やってみようかとなります。奥州市が積極的に取り組み、県内でいえば加美町も盛んです。雨天時のプログラムとか、緊急時の対応等、宿泊を伴っても可能な状況です。レベルが高くて、子どもたちの満足度も高いです。そういうところを利用していくところがだんだん増えつつあります。

農業に限らず、震災以前の話でしたが、気仙沼大島で民宿に分宿して、漁業体験、夜は美味しい食事をいただくと、そういう体験もありました。受け入れ側もけっこう慣れており、子どもたちの満足度も高かったです。農家の子どもでも、親御さんが兼業農家でほとんど手伝わないという家庭もありますし、田植えなどは小学校でやっているところもありますので、それ以外の部分での農業体験学習というのがけっこう出てきています。「農業体験学習等に取り組む小・中学校の割合の増加」の実績値が82.4%になっていますけど、けっこう実施している学校は多いのではないかと思います。

議長（佐々木会長）

交流拠点施設の立場から今野委員はいかがでしょう。

今野委員

私はトマト栽培をしております、今野と申します。

職場体験、こちらでは中学生、高校生それから大学生を受けております。だいたい2名から5名位の人数で、2日から3日くらい、大学生になりますと、2週間もあります。やはり、全く農業体験をやったことのない子どもさんが多いので、やってみると、暑いながらも、本当にやった後の充実感がすごく顔に出ています。

また、お昼は、カフェをやっていますので、トマト尽くしのランチを食べて頂くと「すごい美味しい」。トマト食べたことのない子どもさんでも「トマトはこんなに美味しいのか」と、本当に喜んで食べて頂いております。

また、小学校2年生が1学年80名前の人数で農園見学会に来て頂いています。トマトからミニトマト、それをちょっと摘み取って食べていただくと、トマトの食べたことのない子どもさんが「トマトはこんなに美味しいのか」と笑みを浮かべて帰っていただくことが多いです。

議長（佐々木会長）

目標の「農産物直売所推定売上高の増加」に関して、小賀坂委員いかがでしょう。

小賀坂委員

私は、昨年まで直売所の副店長で現場におりました。この数字を見るとすごく楽観的に増えるような感覚を受けるんですが、現場では、売り上げを上げるのに必死にやっているということを経験して、最初に申し上げます。

私は昨年までJR仙石線の高砂駅にある「たなばたけ」という直売所におりました。確かに売上は、毎年伸び続けてきているので、結果だけ見るとおかげさまで伸びてはいるんですが、いろんなあの手この手を使ってやってきているというところなんです。簡単に御紹介させて頂きたいんですけども、直売所に来られるお客様、うちの方では、女性が多いですね、7割方女性だと思えます。年代については、60代以上の方が結構大半を占めるなという印象を持っています。一方で週末になると、車で家族連れ若い方も来店して、だいぶ「食」に意識の高い方も増えてきたのかなと思っています。主婦の方とか、会社員の方が多いですけど、飲食店を営んでいる方が食材調達に来ることもあります。平日は朝早く来て、飲食店の方が買ってくという様な業務用の方もいます。そういった方が好まれる理由としては、新鮮で旬の食材が購入できる地産地消の店だということです。お客様の意識もかなり高いということを経験しているところですし、もう一つ、直売所では、なかなかスーパーで売ってないような、例えば「いちじく」などあまり売ってないものを好む方も多く、その要望に対応するのが難しいようなこともございます。

その他、集客として、うちのお店では29年11月に、鮮魚コーナーを入れました。やはり、ワンストップで一度に全て買える店にしたいということもあって、女川町の業者さんが入って水産物を入れたところ、だいぶ売り上げも伸びてきました。

その他には、週末にイベントを実施したり、我々JA（農業協同組合）は全国と提携している直売所もたくさんありますので、お互いに行き来をしていろんな所の特産品を出して、あの手この手を使ってなんとか売り上げを上げているというような状況でございます。

議長（佐々木会長）

ありがとうございます。

資料の1の数値を32年まで皆様とともに矢印を上上げるようにやって参りたいというのが、ミッションでございますので、委員の皆様どうぞよろしくお願いいたします。

それにつきましてまず、先立って県ではどういう事業をやっているのかということをお示し頂きたいと思いますので、(2)の県の食育関連事業の実施状況について事務局からご説明をお願いいたします。

事務局（健康推進課）

（県の食育関連事業の実施状況について、資料2により説明）

議長（佐々木会長）

ありがとうございます。皆様から御質問、御意見ございますか。

県の食育は部局がこのように大きく分かれておりまして、小さい県は食育はやりやすいですが、宮城県は大きい県ですので、いろいろな部局が担当しています。他県だと農林水産部が担当しているところもありますし、経済商工部が担当している食育もあるので、いろいろなスタイルがあるかと思いますが、仙台市も含めて宮城県はそういう意味で大きく実施することができ、ただ、他と連携しないとやりにくいということもあります。

県が食育にたくさんの予算をつけていただいて本当にありがたいと思います。

第3期食育推進プランでは、子ども、若い世代を対象に、実施し、浸透させていこうということで、計画を立てました。

石河委員、保育の立場から何か日頃の課題とか、浸透の食育の状況とかありましたら、御意見頂戴します。

石河委員

保育の中で、食育は大きな位置を占めていると思います。保育計画の中で、年齢ごとの食育計画があり、栄養指導計画とともに、栄養士と相談してかけております。当園で食育は大きく5つにわけております。まずはじめは、きめ細やかな食事の提供です。養護の観点で、「食べること」栄養管理は保育とは切り離せないと思っております。離乳食ですとか、アレルギー対応食、発達段階に応じた食の提供と旬の食材、地場の食材を、調理前のものに触れることで食に関する興味は大きくなると思います。

午前中にたくさん体を動かして、「お腹がすいた。お腹がすいた。今日の給食は何かな」と思っていると給食室から美味しそうなにおいが漂ってきて、食欲をそそられて、お昼ご飯は友達や先生と楽しく、美味しく給食を食べることが出来るということが基本中の基本ですが、一番大切なこととして捉えています。

議長（佐々木会長）

ありがとうございます。食育の計画は、計画にとどまらず、県民運動とせよと言うのが国のお達しでございますので、それを広く県民に薦めるために、マスコミの立場をお借りしたいと思ひまして、今回はエフエム仙台から木村委員をお迎えしておりますので、御意見頂戴したいと思います。

木村委員

エフエム仙台では、CSV活動といいまして、「Creating Shared Value」企業が持っている強みを生かして社会の課題を解決していこうということで実施しています。

企業様が実施しているCSR活動を我々マスコミ、電波を使って告知していくことによって、そ

の企業の「Value」をあげていこうということも含んでいます。

これが、「飲酒運転の撲滅」,「Forever Green Project」,「てんかんの啓発」に続きまして、昨年の6月から宮城県の健康推進課様の御協力を頂きながら、「食育」というものの啓発活動をエフエム仙台として取り組んでおります。

毎月1回、食育の専門家、食育に取り組んでいる個人・団体・企業の方にFM仙台の午後の生放送に出演いただいています。

明日も「野菜の日」ということで御出演頂きますが、番組で、企業、団体が取り組んでいる食育についてラジオで御紹介頂くということ、合わせてエフエム仙台のスポット放送、10秒、20秒がありますが、昨年の6月から今年の3月まで700本以上食育に関する放送をしています。例えば、「おはようの後はいただきますの挨拶」ですとか、「ゆっくりかんで」、「ごはんをゆっくり噛みましょう」とかいう内容で啓発活動をさせて頂いております。

我々の持っている電波というものを広く啓発活動、広報活動に協力させていただく取組を県の皆様、リスナーの皆様に浸透して行けたらいいかなと思っております。

広報というものも重点な1つではないかと思っております。

議長（佐々木会長）

今年は委員の皆様でラジオ出演された方はいらっしゃいますか。

斉藤委員、御感想をお願いします。

斉藤委員

私は6月に出演をさせていただきました。10分間の出演ですので、わずかな紹介になってしまったんですけど、私は県でもベジプラス100とか、塩エコ、私は野菜をテーマにお話しし、美味しい野菜をもう一皿食べようね！と言うことが伝わればいいかなと思ってお話をさせていただきました。

そういった機会をいただけて本当にありがたいと思っております。やっぱり電波の力は大きいので、そういった機会をたくさんいただけると伝わりやすくなるのではないのかなと感じております。ありがとうございました。

議長（佐々木会長）

次に、ベジプラスの話に参りたいと思しますので資料3です。

第3期宮城県食育推進プランの目標達成に向けて、今年重点で新しく実施する事業でしょうか。

御紹介を事務局からお願いします。

事務局

(ベジプラス100&塩エコ推進事業 資料3により説明)

議長（佐々木会長）

はい。ありがとうございます。あつという間に野菜 100g くらいになりそうな感じがしますが、小賀坂委員、直売所では、何が一番野菜は売れていますか？

小賀坂委員

うちの直売所ではトマトなんです。直売所のロゴもトマトになっています。

今野委員のところですがトマトが売れていると言うところがあります。

その他で旬の野菜として今の時期ですと枝豆がすごく売れてます。枝豆、なす、きゅうりというところですよ。

議長（佐々木会長）

今野委員いかがですか。あつという間にトマト 1 個で 100g くらいになりますよね。

今野委員

そうですね。本当に小さめでも 1 個 100g になります。

うちの孫が、実はあんまり野菜食べてないんですよ。それで、私とすれば、これは問題だなと思ひまして、とにかく毎朝、ジューサーでトマトを 2～3 kg はジュースにして食卓でみんなで飲むようにしております。孫にほんのちょっとでも、わずかでもいいから飲ませようと「今日はここまでですよ」という感じで飲ませています。とにかく、野菜嫌いなので、とにかくトマトジュースでうちではやっております。

議長（佐々木会長）

高砂委員、学校給食では野菜は残りますか。

高砂委員

野菜嫌いの子どもたちは、やはり多いです。これは、栄養教諭が、残食調査をやっていますけれども、最初から食べないとか、よけてしまうとか、そういう子どもたちが多いたのが現実ですね。それから、家庭で食べてないものは、学校でも食べない、ということが傾向としては見られます。

議長（佐々木会長）

保育所ではいかがですか。

石河委員

保育園でも野菜嫌いは大変問題になっています。

先ほど、当園での食育は大きく 5 つに分けていると申し上げたんですけども、先ほど 1 つしか申し上げませんでしたので、ここで追加して申し上げてよろしいでしょうか。

2 つめです。畑での野菜作りとか、それからバケツ稲での米作り体験等を実施しております。収穫した農産物で調理体験をすることによって、野菜を身近に感じてきて、今まで口にしたことのない野菜も食べようというふうになった子どももおります。例えば、当園では園庭とそれから

3歳未満児のテラスですとか、園外でも畑を借りていて、ボランティアの力を借りて季節の野菜を作っております。土作りから子どもたちと一緒にやっていて種をまいて、水をやって、そして通して作った野菜は、芽が出て花が咲いて、実がなると、みんな自分でとった野菜だ、自分が育てた野菜だと言います。

目の前で切ったり、自分で調理することで、格別なおいしさを感じられるようです。実が少しずつ大きくなってくると、「もう採って良いの？食べて良いの？」と野菜を食べたことのない子どもも、「食べてみたい」「採って食べてみたい」「持って帰りたい」と言う子どももいて、お家に持って帰って、味噌汁に、「茄子とかを味噌汁に入れて食べたよ」なんて次の日、保護者から言われると、本当に良かったなって思います。

ちょっと余談ですが、園の子どもたちは、そういうこともあって種まきがすごく大好きで、園の給食で出たグレープフルーツやオレンジ、すいかの種を何でもかんでも蒔くんですね。最初は、プリンのカップとか蒔くんですけども、それがすごくよく育つんです。芽が出て、2年前程前に蒔いたグレープフルーツが50cmくらいになって、そのグレープフルーツに虫が3匹青虫がついて、それがさなぎになって、3匹ともアゲハ蝶になって孵ったんです。

遠い外国から来た果物が、ここで芽が出て、虫が来て、それがアゲハ蝶になったのを見たというのがすごく子どもたちにとってすごく不思議なことでもあり、ロマンのあることでもありというところで、環境のこととか、自然のこととか、世界のことも学んでいると思っております。

3つ目なんですけれど、食育を通しての保護者支援というのを重視しております。月1回の給食だよりはイラストをたくさん入れて読みやすくしております。好評の献立のレシピも載せています。アンケートをとらせて頂いたんですけども、ほとんどの家庭で給食だよりを参考にしてくださっているということで、野菜などをたくさん取り入れた献立をお家でも作っているのではないかと考えています。

また、給食のディスプレイをしていますが、それをご覧になった保護者の方からのアンケートで、どのくらいの量なのか参考にしているとか、野菜の大きさとか切り方を参考にしているとかという意見があります。

ししゃものフライが給食で出たときに、子どもが「これ好き」と言っているのを保護者が聞いていて、家でししゃもっていうと、焼くだけでしたが、フライにしてみたらすごく美味しく、たくさん食べられるようになったとかという感想もありました。もちろん、ルルブルも利用させていただいております。シールなどを貼ることによって親子でチャレンジしたりということもあるので大変ありがたく思っております。

4つ目です。栄養士による健康保育、栄養指導ですが、簡単なクイズ形式で4～5歳児では、栄養素の話ですとか、2、3歳児ですと手洗いとか箸とかスプーンの持ち方などを月1回くらいしているんですけども、話を聞いたきっかけに興味津々で給食のたびにこれは赤の栄養かな、黄色の栄養かなっていう風に、自分の健康のこととか、自分の体がどういう栄養でできているかということの考えるきっかけにもなっていると思います。

5番目です。伝統食とか、ふるさとの味の継承ということを保育所では大きく担っていると思っております。みやぎのふるさとの味という、例えば、「ずんだもち」だと思いますが、家ではほとんど作る人がいないのではないかと考えています。4、5年前までは給食室で作ったものを、ポ

ンツとおやつ時間に出していたんですけども、食べる子どもがいませんでした。と言いますのは、やっぱり見慣れない色と形状、それで、見た目子どもは拒否していました。それで、これではいけないと思って、枝豆を育てて、子どもたちと一緒にさやを剥いて、すりこぎでつぶして、目の前で団子にからめると、ほとんどの子が食べるようになりました。餅つきにしても何にしても、お家では出来ない、家庭では出来ないことを、保育園でやるのは正直、大変ですが、そういったことを保育園でやることによって、「家庭でも作ってみようかな」、とか「子どもが好きだというのであれば作ってみようかな、食べてみようかな。」という気持ちになるのではないかなと思って、食育を保護者支援、伝統食ふるさとの味の継承ということで保育園が大きな働きをしていると思っております。

最近の傾向ですけども、肥満というのも大変だなと言う風に思っているんですけども、最近では肥満というよりも、便秘の、赤ちゃんのころから便秘の子どもが増えていると思います。赤ちゃんは便秘ってちょっと考えにくいですが、ものすごく苦しいみたいです。赤ちゃんが苦しんで便を出すっていうのは、ちょっと、かわいそうだなと思いますが、食事の影響なんでしょうか。

議長（佐々木会長）

奥村先生どうですか。

奥村委員

非常に参考になりましたし、社会全体が食を考えるという時代になって来ると思います。食というのは、やっぱり考え方ですよ。保育所、あるいは幼稚園、小学校、それから、中学校で「栄養」や「食べもの」に関心を持つ、そのための教育や取組みはやっぱり大事だなという印象を持ちました。

便秘についてですか、直接関係があるかどうか分かりませんが、便秘の子どもさん増えてますね、確かに。腸の動きが悪いか、原因ははっきり分からないですね。

これから、いろいろと原因を調べていかなければなりません。野菜を食べなくなったからとか、そういう原因だけなのかどうか分からないですね。腸の動きの問題ですから。柔らかくても出ないタイプと、ガチガチになるタイプと薬が全然違いますので、それぞれ対応しています。便秘の子は、若干、増えてるかなという印象は持っています。

議長（佐々木会長）

片山委員お願いします。

片山委員

尚綱学院大学の片山です。いつもお世話になっております。

気づいたこと、意見を述べさせていただきます。

資料1「第3期食育推進プランの進捗状況」の表を出して頂きたいのですが、基準値からの改善状況で矢印が上、下に示されていますが、これを単純に考えますと、例えば、3食のうち1食欠食すると塩分は欠食した分少し減ります。野菜も同じで、野菜を摂る量が減ると、食塩も減り

ます。ですから、野菜が増えると食塩が増えるので、改善しなかったというのか、したというのか。これを解析するときに単純な割り算で良いので計算してみますと、例えば、野菜 100g 摂取するのに何 g の食塩を使ったか、あるいは、この分母を逆にしても良いんですけど、1 g 食塩で野菜が何 g 摂れるかと、というようなのをちょっと指標にして改善しているかどうかということを検討して頂いた方が良いと思います。今、数値を入れて計算してみたら、成人男性のベースラインは、食塩 11.9g、1 日あたりの野菜摂取量は、307.4g。これを割り算しますと、食塩 1 g 当たり 25.8g の野菜です。

改善したかどうかで見てみますと、29 年度末のデータの 295g の野菜を 11.5 で割ると 25.7 ですよ。結果は、あんまり変わらなくて、この摂り方で 295g の野菜を 307g 摂れば、食塩は逆に増えて、改善していないということになります。これはですね、評価する時に、食塩 2.6g で野菜 100g とれば、だいたい 350g 野菜をとれば、食塩 9g になります。ですから、評価する時に、野菜が減れば食塩も減るので、果たして、食塩が減って良くなったかということが必ずしも言えるのかどうかですよ。

こういう統計書類という、そこまでいなくても、野菜か食塩かどっちを分母にしても良いと思うんですけども、そういう見方で評価して、良くなっているかどうかということをしてしないと、アメリカのデータでも食塩の多い方が長生きする。じゃあ、欠食が、1 食食べなければですね、その分食塩減りますよ。逆に摂れば、無塩で摂れば減りますけど、だいたい 1 食食べれば、塩分は摂りますから、3 食摂った方が塩分は増えるということになるわけです。だから、その辺を加味して、この改善状況っていうことを判断して頂かないと、動きが逆になるっていうのが、私がいつも単純に考えるとその辺がまあ疑問だったものです。

このベジプラス・塩エコ、この運動は大賛成ですけども、評価をする時に、是非、そのような見方でやっていただくとか、片倉委員の話で出ていましたが、ナトカリ測定などからも塩分は摂っているけれども、カリウムとの比率で、改善しているかどうか、そういう視点からも評価し、2つの要素を比較しながらやらないと、改善したのかどうかは、分かりません。

1つの項目成分だけの数値を見ていくだけでなく、食育推進プランの目標の達成を目指して、ベジプラス・塩エコという行動が出てきましたので、このような見方でも解析して頂けたら良いかなという風にちょっと気がつきました。

議長（佐々木会長）

片倉委員は何かございますか。

片倉委員

感想の部分も入ってよろしいですか。石河委員から保育所の素晴らしい食育をお聞きしました。

私も保育園は経験があるので、思い出しながら、そうだなそうだなと思いました。石河委員の保育所にとどまらずに、保育士の代表として出席して頂いていますので、宮城県保育協議会の役員や宮城県の保育所関係の園長先生や主任さんの様々な集まりの時に、今の保育所で先生がやられている効果を是非、お話を頂き多くの県内の保育所・保育園に広がっていけば、赤ちゃんから小学校の就学時まで、素晴らしい子どもたちが育つんじゃないかなと思ったので、是非これ

は、食育推進の委員のお立場でお願いできればと思いました。

議長（佐々木会長）

では、東北農政局の薄井委員より御助言ありましたらお願いします。

薄井委員

食育推進プランの進捗状況について御報告いただきましてありがとうございます。

今まで各委員のお話を聞いていて、なるほどと思ったり、感心するところが非常に多くありました。農政局としましても資料1「第3期宮城県食育推進プランの進捗状況」基準値からの改善状況の矢印が一つでも多く上向くよう、そして二重丸になるよう、責任を重く感じ、取り組んでいきたいと思っております。

率直な、感想というか、気づいた点なんですけど、今、二重丸がついているものというものは、やはり、関係者の活発な取り組み、行政でも必要な予算を取って、それを関係者が自発的に取り組むことと合わせて取り組んだ成果であろうと思っております。

そういう意味では、先ほどの片倉先生からの御意見で、保育所の良い取組を他に波及させたら良いのではという話がありましたが、県庁の部署内でもですね、この二重丸になった部署の良いところを、他の部署にフィードバックして取り組んでみることも良いのではないかと思います。

私も役所の人間なので、評価組織や評価の部署から同じようなことを言われてます。良いところの部署の取組をトライしてみるということもあるのかなと思います。私、感心して見ておりましたが、例えば、直売所でいうと、配布された冊子の後ろのページに直売所のそばの大盛り券がついていたりして、メリットがあることは取り組んでみようかな、行ってみようかなというふうに思います。

食塩の問題にしても野菜摂取量にしても、自分のこととして捉える「あ、こんなことが良いことなんだね」と自覚してもらえるような仕掛け、もう一つ、もう一步踏み込んだ仕掛けっていうのが大事なんだなと思ってます。我々も役所で、パンフレットなどをよく作りますが、もう一步踏み込んで何か仕掛けっていうのが必要だなと思っておりますので、我々の知恵も出していきたいと思っております。

8月に岩出山の凍り豆腐が地理的表示GIに登録されました。そういう地域の特色ある産品を我々もアピールしながら「じゃあ、岩出山の凍り豆腐食べてみようかな」というような仕掛けも農政局としてもしていきたいと思っております。

議長（佐々木会長）

ありがとうございます。それでは、副会長の鈴木委員からお願いします。

副会長（鈴木宏明委員）

歯科、噛み合わせ、咀嚼、そういった点から前回も少しお話ししたのですが、野菜の好き嫌いとかの話ですが、先ほど、大坪委員から子どもは味の濃いものを好むというお話がありました。

やっぱり人間は美味しいものが好きですね。それで、甘いものが好きなんですね。訓練をしな

くても甘いもの好きですよ。野菜というのは、私たち大人は食べると美味しいですよ。子ども頃って、白菜ってどうして美味しいんだろうって思いませんでした？これは、噛み合わせがすごく関係がありまして、上の歯と下の歯の間でキュッとこう、こうじゃなくて、こういう風にこう顎が回ると言うんですが、咀嚼する時にこういう風にあごって正常な咀嚼は回るんですね。回るというのは、上の歯のこういう溝の所と、下の歯の山のところで、こう潰していくんですよ。杵と臼みたいにこういうんじゃないんですね。

切りごま分かりますか？よく切れる包丁で、タンタンタンタンタンと、切りごま、播り胡麻、香り全然違いますよね。油の感じも違いますよね。美味しさから言うと味は、播り胡麻が美味しいんですよ。それは、細胞を潰して中から油とか味とか出ています。6歳臼歯、第一大臼歯と言いますが。それが出る頃は、だいたい乳歯列は完成しているんですよ。その頃ってある程度そういう食べ方ができる。ところが、そこから乳歯が抜けて永久歯が生える途中、中学校の途中くらいまでですかね、の間というのは、咀嚼、大人の咀嚼は完成していません。その時期、正直言うと野菜食べても美味しくありませんよ。それがちゃんと永久歯列が完成して、あの動きによって歯は少しずつ減っていきます。減っていくことによって自分の顎の動きに対応した噛み合わせになっていきます。そうすると、味をしばらく出すことが出来てきます。ですので、小さい頃は野菜があんまり好きじゃなかったのに、大人になると「なんだあ、白菜漬けうめえなあ」とかいふ風になってくるのは、その噛み合わせという意味からは、あることだと思います。

もう一つその、絞り出した味が美味しいというのは、分からない食品が多すぎるんですよ。何かというと、口の中に入れた瞬間に美味しい。表面に粉がまぶしてあるとか、何かコーティングされてるとか、そういうものを日常的に小さい子どもが摂っていると、噛まなくなると言うんですね。噛まなくても美味しいですから、柔らかいからです。

御家庭でなるべくそういうものを控えると、もうちょっと噛むという、噛んで味わうということができてくるのではないかなと私は思っています。昔はそういうものはありませんでしたよね。家に帰るとテーブルにあるのは、漬け物があったり果物があったり、それしかなかったんですよ。

どういう風に広めていったら良いかなというのは私も非常に迷うところなんです、「口に入れた瞬間に美味しいものは止めよう」と、と私はうちの周りの人には話すようにしています。

議長（佐々木会長）

ありがとうございました。では、それではまとめたいと思いますが、宮城県の平成30年度の重点事業ということで、ベジプラス100&塩エコ推進事業を行うことで、私どものこの食育推進会議も、それを応援させて頂くことで委員の皆様のご了承はいかがでしょうか。

委員 拍手で承認

議長（佐々木会長）

はい。細かいところは、片山先生からご指摘があったところは、事務局と私とで詰めさせて頂いて、また次の会議の時にお知らせしたいと思います。それでは、皆様からの了承が得られまし

たので、事務局にマイクをお返ししたいと思います。ありがとうございます。

#### 事務局

本日は限られた時間の中で、委員の皆様より様々な観点から御意見を賜りました。心より感謝申し上げます。以上をもちまして、平成 30 年度宮城県食育推進会議を終了させていただきます。皆様、大変お疲れ様でございました。なお、次回、来年度の会議につきましては、現在のところ来年 7 月から 8 月頃を予定しておりますことを御承知頂ければと思います。よろしく願いいたします。

先ほど、委員の方からですね、県もうちょっと広報 PR 頑張ってという叱咤激励をいただきました。エフエム仙台様のご協力をいただきながら、普及啓発進めているところでございますが、県といたしましても塩分を控えるであるとか、野菜を多めにであるとか、あと YouTube で動画配信などもしておりますので、お帰りの際にご覧いただけましたらと思います。よろしく願いいたします。