

令和4年度宮城県食育推進会議議事録

日時：令和4年9月7日（水）

午前10時から

場所：県行政庁舎9階 第一会議室

（出席委員）

相田善勝委員，石森さと子委員，岡野定玲子委員，片倉成子委員，木村 祐二員，佐々木裕子委員，佐藤律子委員，鈴木宏明委員，高橋信壮委員，千葉由美子委員，堀内恵理子委員，（11名）

（司会 藤田総括課長補佐）

本日は、お忙しい中、御出席いただきまして誠にありがとうございます。

はじめに会議の成立について御報告いたします。本日の会議には、委員15名に対し、11名の御出席をいただいております。食育推進会議条例第4条第2項の規定により、過半数の委員が御出席ですので、本日の会議は成立しておりますことを御報告申し上げます。

それでは、ただいまから、「令和4年度宮城県食育推進会議」を開催いたします。開催に当たりまして、宮城県保健福祉部副部長の目黒より御挨拶申し上げます。

（目黒副部長）

会議の開催にあたり、一言御挨拶申し上げます。

本日は、御多忙のところ、御出席を賜りまして、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の推進に御支援と御協力を賜りまして、この場をお借りしてお礼申し上げます。

県の食育推進会議は、食育基本法に基づき、本県の食育推進計画の作成及びその実施の推進について御審議いただく場として、平成18年4月に設置したものでありますが、皆様には、お忙しいにもかかわらず、当会議の委員をお引きうけいただき誠にありがとうございます。令和6年4月までの任期となりますが、それぞれの御専門のお立場から御助言、御指導を賜りますようよろしくお願い申し上げます。

さて、本県では、昨年度から令和7年度までの5カ年を計画期間とした「第4期宮城県食育推進プラン」をスタートしております。この第4期プランでは、第3期プランの取組状況の評価や県民の健康や栄養の状況などを踏まえ、計画のコンセプトを「次世代へ伝えつなげる食育の推進～健やかに、宮城で生きる」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。

昨年度は新型コロナウイルス感染症の影響により、食育推進会議の開催を見送りましたため、本日は2年振りの会議開催となります。この間、コロナ禍における新しい生活様式の適用などにより栄養・食生活の状況が変化してきており、ますます食育を推進する重要性が増してきていると考え、本会議を開催することにいたしました。

本日の会議では、第4期プランの進捗状況や、県の取組状況について御報告させていただきますので、皆様の御意見をちょうだいしたいと思います。また、対面などの食育活動の実施が困難な状況となっておりますが、そうした中での食育活動の実施状況や、工夫されている取組などについてお聞か

せいただければ幸いに存じます。

新しい計画の下、多様な関係者がよりいっそう手を携えて県民運動として食育が推進されるように、県として全力を挙げて取り組んで参りますので、委員の皆様には引き続き御指導、御協力を賜りますようお願い申し上げます。

(司会 藤田総括課長補佐)

本日御出席いただいております委員の皆様を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。保健福祉部副部長の目黒です。健康推進課長の狩野です。技術副参事兼総括課長補佐の小原です。私は本日司会を務めます総括課長補佐の藤田です。そのほか担当班と庁内関係課室の職員が出席しております。

なお、会議につきましては、情報公開条例の規定により、公開とさせていただきますとともに、本日の議事録と資料も後日公開させていただきます。

委員の皆様をお願いいたします。御発言の際は挙手をお願いします。また、Web で御出席いただいている委員の方は、画面で見えるように手を挙げていただくなどをお願いします。

それでは、次第の3 会長、副会長の選任ですが、本日の欠席者も含めてあらかじめ委員の皆様を確認をさせていただいたところ、会長については、全員から佐々木裕子委員の御推薦をいただいております。また、副会長については、多数の方から高橋信壮委員の御推薦をいただいておりますので、会長に佐々木裕子委員、副会長に高橋信壮委員を選出することについて、委員の皆様の意見をいただければと思います。

(一同賛成)

それでは、会長に佐々木裕子委員、副会長に高橋信壮委員に御承認いただいたということでよろしくをお願いします。

議事に入ります。ここからの進行につきましては、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をお願いします。

(佐々木裕子会長)

佐々木です。食育と一緒に、次世代に引き継いで参りたいと思いますので、よろしくをお願いします。次第に従いまして議事を進めて参ります。

議事(1) 第4期宮城県食育推進プランについて事務局から説明をお願いします。

(事務局 健康推進課)

(資料1により説明)

(佐々木裕子会長)

只今、事務局から御説明いただいた第4期食育推進プランについて、皆様から御質問や御意見をちょうだいしたいと思います。御意見はございますでしょうか。

ないようですので、それでは、次の議事へ参りたいと思います。

次に、議事(2) 第4期宮城県食育推進プランの進捗状況について、事務局から説明をお願いします。

(事務局 健康推進課)

(資料2により説明)

(佐々木裕子会長)

只今、事務局から御説明いただいた第4期食育推進プランの進捗状況について、皆様から御質問や御意見はございますか。

(片倉成子委員)

私は40年近く行政の栄養士をして、そのあと大学の教員をしまして、現在は栄養士の会長ということで、宮城県のプランは当初から見せております。

ワースト1位、ワースト3位が長く何年も続いています。食育推進会議には素晴らしい委員がいらっしゃるのですが、ここで何か行動を起こさないと同じ結果の繰り返しになってしまうのではないかと懸念しております。自分の置かれているところで何ができるか、この課題に向かってうちの方はこういうところを取り組んでいきますよなど、何かきちんとした目標を持って動いてもらわないと、この資料にまとめてしまえば今年には終わりにするのではなくて、県民自身に行動の変容を起こしていただかないと、良い結果は生まれません。

健康寿命の延伸を目標に掲げていますが、果たしてそこに向かえることができるのかということで、これをずっと続けていたら意味のないことではないかと思っています。委員の皆さんがこの現状を見て、今年1年どのような動きをして、そしてどのような結果が出たかということ、この会議の場で話しをするなどをして実りのあるものにしていかないと、データは変わらないのではないかと懸念されるところがあったので、お話しさせていただきました。

実は先日同じことを仙台市の会議でも話しました。仙台市の会議で、栄養士会としては何をやるかということをお話ししたのは、ワースト1位、ワースト3位となっているいろいろな課題について、栄養士会には様々な職域に勤務している栄養士がおりますので、その会員がそれぞれの職場において、今年度例えば減塩、塩分を減らす取組をやってみたい、それを患者さんや健康教室の場面でお話してみたい、行政の栄養士であれば健康教室の場面で食改の力を借りながら、この目標で重点項目を決めてやってみるなどを、会員一人一人に目標を決めていただいて、12月ぐらいまでにやっていただいて、それをまとめて来年の2月頃に進捗状況を御報告しますと話しました。

何かアクションを起こしていかないと、目標を達成することは無理ではないのかなと思います。皆さんこのままで良い方向にいくと思いますか。皆さんの意見をお伺いしたいと思います。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。片倉委員からお話しがあった御意見について、他の委員の方で御意見のある方はいらっしゃいますか。

(岡野定玲子委員)

私もこの会議資料を見た時に、メタボリックシンドロームや肥満がワーストとなっていることが気になりました。それは食だけが理由なのか、食だけではない全体のかかわりがあってこうなっているのか、なぜこのような結果になるのか。震災の時は外に出られない、校庭で遊んではいけないとかあったのでそういうことも考えられたが、そこから10年たってもいまだかつてこのような状況です。食だけ

でこういう状況になるのかがよくわかりません。個人の行動変容も大事なことです。まずはなぜこのような結果になるのかわからないと雲をつかむ感じで、これをやったらこれにつながるという元がよくわからないと感じました。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。その他ありますか。

後で皆さんにお1人ずつマイクをまわしますが、今の御意見でメタボの話が出ましたので、資料2で肥満傾向児について中学一年生の出現率の数字で出ていますので、これについて堀内委員に聞いてみたいと思いますがよろしいでしょうか。

(堀内恵理子委員)

玉川中学校の場合ですが、肥満傾向値の出現率は、年度によってかなり差があるかなというふうに見ています。令和3年度だけを県と比較すると、県のレベルより若干値が低いなと思っていましたが、今年度の1年女子の割合を見ると、通常よりも3倍ぐらい高く、目標値の3倍ぐらいの値だったことに、私もショックを受けたところです。

コロナ禍の影響があるのか、やはり運動量の不足といったところが大きいのではないかなと思っております。中学校の方では全員が運動部に入るわけではありませんが、保健体育の事業を中心に行事であるとか、部活動であるとか、体力づくりといったところと、生活習慣の見直しを中心に改善していきたいと思いました。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。やっぱり小さい頃から太っているということでしょうか。

太っている原因としては、1回に食べる食事量が多いこと、夜の食事が遅いということがあると思いますが、夜の食事が遅いと次の日の朝ご飯が食べられなということがあります。千葉委員にお聞きしたいのですが、朝食を食べる小学生の割合としてはどのような状況でしょうか。

(千葉由美子委員)

本校の令和4年度の全国学力テストの時に行った児童への質問紙の中では、本校では県の平均と同じように96%が朝食をとっているというような現状でした。ただ気になるのは朝食の内容で、菓子パンのみ、おにぎりのみなど炭水化物がどうしても多い御家庭があるので、朝からバランスのよい食事がとれるように、家庭科の中でも「家族のために朝食をつくろう」という単元があるので、そういうのをうまく取り入れながら、子どもたちの意識改革を進めていくことが大事かなと思っております。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。

それからもう1点、夏の暑さと関係してきますが、甘いものを取りすぎると肥満につながり、それが虫歯につながるということもありますので、鈴木委員に御意見ちょうだいしたいと思います。

(鈴木宏明委員)

前にも一度お話をしましたが、塩分の取り過ぎに関してはいろいろ国や県から話がでていますが、砂

糖の取りすぎということに対しては、そういう具体的なものが一切ありません。

肥満との関係を除いてむし歯ということだけでお話すると、第二次世界大戦中、戦後、砂糖が供給になって足りなかった時期があって、その時期は本当にむし歯が減っています。それを調べた資料がありますが、この時期だけ減って、それが終わった瞬間にまた増えました。炭水化物や糖についても、塩分を少なくしようと同じような運動ができると少しはいいと思います。

それから運動と摂取するカロリーということですと、食生活の内容がよくない、よくないというのはバランスが悪い、足りない栄養素や多い栄養素があるということだと思います。全然運動しないでたらないだけの食事をとっていくとすると、高品質なバランスのとれた栄養を取らないとどこか足りなくなったりしますが、運動をしていると消費カロリーが多くなるので、摂取するカロリーを多くしても大丈夫になってきます。少し良くない食事をして量が増える分だけ必要な栄養素がとれるということがあって、やはりバランスのとれた食事は必要ですが、運動などをして消費カロリーを増やすということも全体の栄養の摂取に関してはよいことだと思います。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。後ほど皆さんにもマイクをまわしますので、次に議事を進めて参りたいと思います。

次に、議事（3）県の食育関連事業の実施状況及について、事務局から説明願います

(事務局 健康推進課)

(資料3, 3-2, 3-3により説明)

(佐々木委員)

このように県で、時間とお金と人をいろいろ使ってやっていただきまして本当にありがとうございます。それでもやはりまだまだ県民への啓発は、ずっとやっていかななくてはいけないなと思いますが、先ほどの事務局の説明でエフエム仙台さんの話がありましたので、木村委員からお願いします。

(木村祐二委員)

エフエム仙台は2017年から放送局の社会貢献の一つとして、食育の啓発を行っております。

先ほど事務局からの説明にありましたが、毎月1回県に御協力いただきまして、食育に関連されている方にラジオに御出演いただき、活動内容を御紹介していただいております。

また、お手元にある「食育ハンドブック」ですが、昨年初めて形になるものとして5万部作成して、県内の小学5年生に2万5千部を配布しました。それ以外の方や放送でも紹介しておりますので、随時、希望のあった方に配布させていただいております。この発行にあたりましては、佐々木会長ですとか、口腔ケアについては鈴木委員に、県の皆さんにも御協力をいただいて発行しました。

今年度は昨年に引き続き、2回目の「食育ハンドブック」を11月に発行します。11月に発行する理由は、県の食育推進月間に合わせて「食育ハンドブック」をつくりましたと放送で御案内をすること、そして、11月が宮城県の食育推進月間であることの啓発も含めまして、番組ですとか、放送、スポットを含めて、告知、啓発活動をしていきます。「食育ハンドブック」は、今年も佐々木会長に監修をしていただきました。

さらにもう少し効果が見えるものとして、何ができるかということで、県から4ページほど依頼を受

けまして、親子で食育に関するキーワードを探して、なぞときをしていただいて、参加していただいた方や正解した方に、抽選で仙台牛や宮城米などのプレゼントをする企画をたてています。実際にこの「食育ハンドブック」を見て活用していただいて、理解を深めていただく方向に持っていければと思っています。

また、それ以外にも県の方の協力を得ながら、11月から脱メタボやペジプラスなどを啓発していく予定でございます。

11月のエフエム仙台は、食育というキーワードが四六時中1ヶ月間放送される形になりますので、ぜひ皆様11月は、11月に限らずですがラジオを聞いていただければと思いますので、よろしくお願ひします。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。それではもう一つ宮城のミッションに野菜を食べるっていうのがありますけど、石森委員から御発言をお願いします。

(石森さと子委員)

野菜食ベるといふことですが、私は農業士会や直売所の会員、それから東松島市の健康推進協議会の委員をしております。

野菜をもっと食べようといふことを習慣づけるために、各直売所で生産者の出荷した野菜にシールを貼って、それを10枚集めたら市内で作られたぼん酢や、東松島市のキャラクターグッズなどと交換することができます。

シールを集めると少しお高いぼん酢と交換できるといふことで喜んでいただいておりますが、大事なことはその野菜を食べていただいて、もっと減塩に近づけたいのが市栄養士の方の願ひでもあります。この活動はもう4年ぐらいありますが、先ほど片倉委員さんから数値が変わらないとの話がありましたが、もっともっと意識付けといふか、頻繁に街中全部に皆さんに啓発していかないと、なかなか直売所と市役所だけではやりきれないものがあって、その辺が悩みの種であります。

個人的には家族に減塩の話をしてあります。例えば味噌汁について、味噌汁は発酵食品でとてもいいものですが、減塩のために朝1回にして、夜は食べないでお茶を飲むとかの取り組みを少しずつ積み重ねていかないと、長年小さい頃から培われた塩分いっぱいおいしい食事でしたので、特に宮城県の場合はそういうことを本当に少しずつでやらないと変えるのは難しいと思います。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。片倉委員、補足ありますか。

(片倉成子委員)

そういう小さな積み重ねが、それがそっちこちの様々な方々が動いてくれれば、結果はついてくると思います。私たち委員が行動を起こさないでいると、いつまでもどこの場所でも同じデータがでてくるのではないかと思います。

栄養士会の会長として、この状況にもういたたまれず、私は登米市民でもあるので、登米市からでもモデルで何か行動を起こそうかと退職した保健師たちと話していますが、先ほど石森さんからお話がありましたということでもいいと思います。野菜を食べていただいて塩分を減らしましょうや、私たち

は違うテーマでやってみますとか、小さなことからできることをすることが必要です。

それをするのはやはり県の段階では難しいと思います。県の方では、このようなすばらしい資料をいっぱい作りますが動くのは私たちです。県民一人一人が行動変容を起こしてくれなければ結果はついてこないのです、それを支えてあげるのがわれわれの役割ではないのかと思っていますので、現場でやれば効果は必ず見えてくると思います。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。それでは、次の(4)新型コロナウイルス感染症の感染拡大下における食育の取組についてに進んで参りたいと思います。

先ほど事務局からデジタルの話がありましたが、新型コロナウイルス感染症のパンデミックが始まってから、久しくもう2年半ぐらいたって大分落ち着いたかと思いますが、まだまだ油断できないところもございます。

コロナの影響で、食育はできなくなったというよりは、できているところとできないところの差が広がったそんな感じだと思います。やっているところはすごくやっていたり、飲食店も人が来なくなったところもあれば流行っているところもあります。テイクアウトに変えたりするなどによって格差が出てくるのがこのコロナ禍だと思っていますが、皆様の活動方法も変わってきていると思うので、ここで委員の皆さんと共有して、このようなことをやっていたとか、こういうことをやったほうがいいですよなどがあれば御意見をちょうだいしたいと思います。

まず始めに、先日、国が「デジタル食育」をだしましたので、相田委員も含めて皆様から御意見をちょうだいできればと思います。

(相田善勝委員)

佐々木会長からお話がありました通り、新型コロナを機に新しい生活様式というのが求められております。実際には消費者の方とか、或いは小学生の方とか対面で意見を交わして、その温度差を感じるのが一番いいのかなと思っていますけどもそれができない状況です。

今何ができるかということで、デジタル技術を活用した食育プログラムを計画して、実際に料理を作って皆さんに紹介しながら、楽しんでいただけるとよいと思います。幸いにデジタル化が進んでおりまして、これによって場所とか時間を選ばずに情報を得ることもできるということで、メリットも非常に大きいと考えております。

新型コロナ感染者数はまだちょっと多いですけども若干減少傾向になってきています。このようなハイブリット手法を生かして、皆さんに正しい知識と良い情報を伝えていきたいと思っています。

今年の7月30日、31日に仙台勾当台公園で、食べて応援しよう IN 仙台を行いました。

その中で農政局の展示コーナーで、塩分について取り上げて、「かるしお」という国立循環器研究センター取り組みを紹介しました。例えば先ほどお話のあった味噌でも、塩分の少ないお味噌や、塩分少ない商品をいろんな企業の方が開発していますので、そういった商品を紹介しました。

特に東北地方は長年お漬物とか、塩分の少し高いものに慣れ親しんだ文化がありますので、少しずつ塩分を減らして健康に近づけるようにしたいと思います。国もそうですけど、民間、県、市町村の方が取り組んでいますので、国としてもバックアップして、よりよい食育の推進ができるように皆様に協力していきたいと考えておりますので、引き続きよろしく申し上げます。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。それではここから皆さんから、先ほど片倉委員から御要望がありまして委員として何ができるか、今年度こんなことをやっていきたいなどの意気込みをぜひ一言ずつで聞いてみたいと思います。名簿順で参りますので、どうぞよろしくをお願いします。

(相田善勝委員)

先ほど半分くらいの話はしましたが、国の方では、今「みどり戦略」ということで継続的な再生可能な農業というのを進めており、その中でも食育が取り上げております。

今回の宮城県食育推進プランにもありますけども、食べることは非常に重要なことなので、やはり我々が生きていく上で次世代にどうやってつなげていくかは、とても重要だと考えております。今、自分たちがいるのは当然、親やその前の世代があつてこそなので、私たちが次の世代にバトンを渡していく必要があると思います。

朝ごはんを食べる、食べないや、どんな朝ごはんを食べるかというのは、親からどういう朝ごはんを食べさせてもらったかということが非常に大きいかと思います。朝起きてからのスタートは朝ごはんですから、その一歩から健康的な生活ができるように、皆さんがそのことに取り組めるようにサポートしていきたいと思っています。

それから、先ほど鈴木委員の方からお話のあつた運動も重要だと思います。成長期は運動すればいくら食べても太らないで全部に身になります。その時に培ったエネルギーというのは、30代、40代、或いは60代になってからも、やはり基礎ができていると健康な高齢社会にも繋がると思いますので、食べることプラス運動といったことを絡めていくのが一番いいのかなと考えております。

(石森さと子委員)

11月は食育月間ということで、東松島市では「ひがしまつしま食べメッセ」というイベントを行っています。その中で、4年前から女性部で防災食に取り組んでおりまして、「食べメッセ」の方では、ポリ袋で非常食を作っています。

始めた4年前は親子クッキングということで、幼稚園児とお父さん、お母さん3名ぐらいで一緒にプリンを作ったり、ポトフを作ったりとか、すべて一つの鍋で完結する料理を行いましたところ大変好評でした。しかし、親子クッキンだと人数の制限がありますので、3年前からはポリ袋で皆さんに提供しようということで、昨年はコロナ禍ではありましたが、感染症対策をきちっと行いまして、ポリ袋でサツマイモのご飯を500食提供いたしました。今年は11月20日に開催しますが、前回少し足りなかったもので、700食を地元のひとめぼれとサツマイモ使って作ります。材料は洗わなくてもよく、お米とお水を同量にして、スーパーなどにある薄いポリ袋で大丈夫ですし、簡単にできます。

ベジプラスの活動については、社会福祉協議会の方にフードバンクへの協力もいいのではないかとということで、女性部としては自分たちの身の回りで使いきれないものとか、社会福祉協議会の方では野菜を特に喜びますので、野菜や味噌などの食材の協力を行っています。

コロナ禍で、もう2年もいろいろ活動ができない状況ですが、それなりに自分たちでできる活動ということを模索しながら行っています。その中で私たちがこれからどういうことできるかを考えますと、やはり皆さんが健康になるようにおいしい野菜を作って、それを皆さんに教え広めて食べていただくことが一番重要なのかなと思いますので、これからも微力ながら継続していきたいと思っています。

(岡野定玲子委員)

私は主に薬膳料理教室の方を中心にやっていますが、やはりコロナ禍になってから受講される方が少し減ったり、いろんな教室や講座は閉じてきているところも多くなってきています。

その中でもやりたいって人がいるのと、食を大切に思う人や、食を見直している人も増えてきているような気がします。コマーシャルでサプリなどの紹介がありますが、そういうのをとってそれよりも食事で取りたいなというふうに、目を向けている人もかなり多くなってきているような感じがいたします。

なかなかその機会がコロナ禍でシャットアウトされている部分はありますけれども、6月に館腰の方の公民館に行ったときも、少しやりにくい状況でしたが、長机1台1人という形で、私が作って、参加された方はまな板で材料を切るや、盛り付けを行いました。参加した皆さんはそれだけでもすごく熱心で、仕事を休んで参加された方もおり、食に対して関心をもっている方々がいらっしゃるので、それぞれの場所でできることを工夫してやっていきたいと思えます。

最近はオンラインでの料理教室もかなり増えて、それに参加される方もいらっしゃいますが、私自身はなかなか難しいかなと思ってやっていますが、オンラインは自分のところから参加できるなどの利点もたくさんあるので、それぞれ関心がある人にいろいろな方法で工夫しながら発信していけたらと思っています。

(片倉成子委員)

栄養士会としては県民に対するイベントが3年間中止になっております。代わりに県民市民への普及啓発として、生活習慣病予防とフレイル予防の2種類を35市町村全部に200部ずつと仙台市の各区役所に配布をいたしました。

また、仙台市と高齢者関連で、年間100ヶ所、100回を限度として実施する事業契約を結んでいます。こういったコロナ禍におきまして昨年度は20回、今年度もまだ8回ぐらいで少ない現状です。高齢者が閉じこもり、ひきこもりになるなどの大変心配な部分がたくさんありますので、そうならないように目配りや気配り、見守りなど栄養士会としての役割を果たすためにも、今後どうしていくかということを検討しながら、仙台市と話し合っていて進めております。

先ほど農政局の相田委員さんから「みどり戦略」のお話がありましたが、この「みどり戦略」につきましては、実は農政局さんの担当の方が栄養士会においでいただいて、食の部分ということで、栄養士会の研修会に講演させて欲しいという要望がありまして、今回、栄養士会員向けでオンラインではありますけれども研修会を開催することにしています。

さらに、米粉の消費拡大ということで、先日60種類のレシピを農政局にお渡ししました。このレシピは、役員の22名が試しにやってみましょうということで作りましたが、みんなとても真面目な役員で一人2品ずつ出していただいて、さらに宮城学院女子大学と東北生活文化の学生さんも協力しますと言われてレシピを出していただきましたので、素晴らしいレシピ集ができあがると思います。委員さんの皆さん方にお渡ししたいくらいです。これも食育として学校、保育園、福祉とか様々な現場に使っていただける、県民市民にも手軽にできる米粉のレシピ集になりました。

宮城県栄養士会に所属する医療、学校、福祉、行政、保育所、佐々木先生のように研究教育、そして健診団体、自衛隊、民間企業、地域栄養士など様々な職域で働いている栄養士がおりますが、コロナ禍において衛生面などすべてに気をつけながら真剣に取り組んでおります。

(木村祐二委員)

先ほどお話しした補足も含めてですが、エフエム仙台のエリアですが、およそ500万人です。電波は県域を越えて伝わりますので、聴衆エリアの人口は大体500万と言われております。

仮に県内で230万人と想定しまして、つい先のレーティングの聴衆率調査でいきますと、オールターゲットで2.3%ぐらい取っております。ざっくりいうと1回の放送で到達するのが10万人強で、県内でもおよそ6万人程度にはその情報がいくと言われております。

媒体、ラジオ、マスメディアの一つとして、いわゆるプッシュ型の情報発信と言いますが、その情報を欲してなくても耳に飛び込んでくると、ラジオつけていればその情報が入ります。

さらに、弊社の場合、朝7時半から午後6時半まで生放送しておりますので、生でいろんな情報を提供しているので、このような啓発が一番向いているメディアではないかと思っております。継続的にいろいろな情報を発信しているというところでは向いているのかなと思っております。

今後も継続して月1回の食育の啓発番組や情報発信の「食育ハンドブック」などを、やはり継続していくことがなによりも重要なかなと思っておりますし、放送局の使命の一つとして地域貢献ですとか、社会貢献っていうのは重要なものでありますので、これからも継続していきたいと思っております。

(佐藤律子委員)

私ども食改の活動は、コロナ禍の影響で各市町村の協議会の温度差、ばらつきがございます。今年度につきましては、これから秋以降に活動開始になるのかなと思っております。

昨年度の総会は書面議決や中止になるなど対面というのはなかなかできませんでしたし、調理実習ができる地域とできなかった地域、そして、イベント等も全部中止で、食改さんの協力をいただくというのはなかなか難しいという市町村もありました。その中でもどのように食育活動をしていくか、各協議会の会長さん及び行政のお力添えをいただきながら、例えばウェブでの調理実習を別室で行って、ウェブの調理実習を配信するといった形をとったり、広報誌を活用して食改の存在のPRも兼ねて、レシピや、コロナ禍の中で免疫力効果に繋がる食事はこういったものかというようなことを広報誌に載せていただきました。コロナ禍でも何とか子どもから高齢者までの各世代の向けに、食育活動をやっているところと取り組んでおります。

会員は高齢化しており、ましてや自粛、自粛というようなこともありましたので、会員が活動をやらなくてもいいんだと考えてしまったり、退会する方もいて、ここコロナ禍の2、3年において会員の減少が見受けられることが、私たちの一番の課題でございます。

人生100年となりましたが、バリバリに現役で働いている若い世代の方々に食改の入会をお誘いしても、まだまだお姑さん世代が頑張っているから、ちょっとそこには門が狭いですとおっしゃられることがありますので、若い世代の気を引くような食育活動の見直しが必要かなってふうに思っております。

そして、私は片倉さんと同じ登米市に住んでいますが、登米市は尿中ナトカリ測定を健康診断で行っています。その測定では、タベ食べたもののナトカリ比の値がわかるので、タベ焼肉食べたや寿司食べたと食事を振り返り、昨年はナトカリ比の値が悪かったけど今年は良かったというように、一人一人の意識が変わってきています。この測定は4、5年続いています。

ワーストワンやワーストスリーとかって言いますが、私たち一生懸命こんなに塩分薄味にしましょう、野菜食べましょうと一般市民に声かけをしておりますが、やはり一人一人の意識を変えていく必要があると思っております。十人十色の体ですし、好き嫌いもございまして、野菜を食べられない状況の内科的、

外科的なこともあるでしょうから、なかなか難しいものもございます。

ですが、一人一人の意識を変えていって、ワーストワン、ワーストスリーからの脱却をする活動を続けていこうと考えております。

今年度の活動につきましては、先ほどお話したように温度差はありますけども、コロナ禍でもあるがゆえに、どのように伝えていこうかということを探索しながら進めて参りたいと思っております。

(鈴木宏明委員)

食育ということに関して、歯科医師会として何ができるのかいつも考えています。特にこの会議の前になると考えていますが、やはりいくつになっても美味しくご飯が食べられる口の中を守っていくというのが、私たち歯科医師の役目だと思っています。

第3期食育推進プランの目標であった3歳児のむし歯は目標をクリアしました。今回の資料で第4期プランの12歳児のむし歯は一応上向いているということですが、全国的にも上がっていて、それと一緒に上がっているところがありますので、全国順位としてはなかなか厳しく、全国平均には達していないので、さらに頑張っていきたいと思っています。

コロナの影響で幼稚園などでは、食後の歯磨きは唾液が飛ぶのでできないなど、やりづらいということがあります。私は毎年担当している幼稚園に歯磨き指導に行っていますが、コロナ前は実際歯ブラシを使って歯磨き指導をしていましたが、それができなくなりお話だけになるなど難しい面がありますが、何とか頑張っていきたいと思っています。

以前もお話したような気がしますが、伝統食の復活や推進という話がいろいろ書かれていますが、どの時代の食事を伝統食というのでしょうか。昔は、今ほど商業や運輸が発達していなくて、地産地消しかなかった時代で、そこでできたものだけ食べて生きてきました。

そうすると、その中でこれをいっぱい食べる地域の人には長生きするようですとか、簡単に言うと、だんだん栄養素が何だとか関係なしに、こういうものを食べていくといいかもしれないというようなことで、その時代の伝統食やその地域の伝統食が決まってきたと思っています。

なんでもある時代に、いつの時代とかわからない伝統食だけ持ってきて大丈夫なんだという言い方は変です。伝統食はこういうもので、こういうふうな時に食べたいとか、これを食べたらこっちも食べて欲しいとか、そういうバランスのとり方というのでも提示できるともっといいと思います。

私は山形県出身ですが、東北の伝統食はやっぱ漬物です。冬は生の野菜が少ないので、保存のために漬けておくか干しておくしかありませんでした。そうすると、どうしても塩分が多くなるということになりますし、朝に味噌汁を食べて夜はお茶にすると、塩分は減りますが野菜も減ってしまいます。

今の若い人たちは、ほうれん草のお浸しよりもサラダが好きかもしれない。そうすると、ドレッシングなどの調味料をいっぱいかけてしまうかもしれないので、ペジプラスは塩エコにつながるのだろうかと思うところがあります。

先ほど、朝に菓子パンだけ食べるお話がありましたが、私は患者さんに菓子パンは、ごはんじゃないからねって言っています。菓子パンはお菓子だからってというような極端な言い方はなかなかできないと思いますが、そういうところも含めていろんなことを考えないと難しいなというふうに思います。

(高橋信壮委員)

私は平成18年度の第1回目に食育推進会議のメンバーになりました。その時から食育を学校教育の立場で何か貢献できるのではないかなということで、学校の仕事とライフワークと言った意味でもずっ

と考え続けてきております。

何しろ食育は間口が広いと感じています。今日の会議で議論をしていますが、結論はなかなかでないというのが率直な感想です。

先ほど片倉先生がお話しされていましたが、健康づくりにおいては何とかしなくてはならない強い思い、そのことを我々共有しなくてはならないと思います。命あっての我々ですので、健康ということが一番大切にしなければいけないと改めて私も思いました。

そこで、どうしたらいいのかということですが、普及啓発事業がたくさんあって、それはそれで効果はあると思いますが、やはり課題が何なのかということを確認することを我々はできていないのではないかと思います。また、問題になっていることは、単純ではなく複合的な要因でこのようになっている気がします。それを紐解いていくようなアクションを起こさなければいけないなと思いました。

我々の教育が何が果たせるかというと、高校は教育がメインで研究まではいかないですが、例えば宮城県は、佐々木先生の大学とか管理栄養士養成大学が県内に4大学がある非常に恵まれた県です。また、栄養士養成の大学もありますので、管理栄養士等の養成大学の方と連携して、問題になっている部分は何なのかということの調査、研究を宮城県と一緒にやっていくのもいいのではないかと思います。

私の勤務する高校は附属の高校で、仙台大学に栄養学部がありますので、何か我々もそういった形で他の大学と連携しながら健康づくりに貢献する、その第一歩として実態調査を試みようということも、一つアクションとしては大切なことなのかなと思いました。

健康づくりに関しては根拠となるもの、エビデンスが求められることもありますので、根拠のある話で人に伝えていくことが大切なことです。

平成17年に食育基本法ができてから、地域の食文化をテーマにしてやってきましたので、最新のやっていることを紹介します。

お配りした白菜の種子ですが、先ほど鈴木先生の方から伝統とは何かとお話いただきましたけど、白菜の種取りの文化は、大正期からはじまりちょうど100年たちますが、日本で初めて塩竈市浦戸諸島で種取りが始まったといわれております。島で隔離して、交配を防いで、種取りをしたのが始まりですが、日本の白菜の食文化の種取りの始まりが、塩竈市浦戸諸島にあったのは、宮城県民としてうれしい出来事です。野菜を食べましようっていう普及の中に、このようなわくわくする話を加えることができると思います。

100年で伝統かって聞かれると答えはありませんが、昔々のことというよりは、私は伝統というのは伝えたいことを伝え続けていくことだと思います。

白菜の種は、東日本大震災の2011年からやり続けていることですが、本日お配りしたのは今年の7月に取れた種でございます。今播くと結球しませんが、結球しない代わりに来年の春になると、とうが立ってつぼみ菜で食べられてすごくおいしいです。

白菜は伝統野菜と言われますが、実際は100年ぐらいの伝統しかありませんが、伝統野菜の新しい食べ方、新しい野菜になれるのではないかと思います。この白菜を宮城県らしさというか、東日本大震災の復興を経た活動として次世代に伝えていきたいなと思います。

震災から11年経ちましたが、次世代の子どもたちにこういう食の取り組みを通して、食のありがたさや大切、宮城県の素晴らしさ、自然の豊かさとか、何かそんなことを伝え続けていきたいなと改めて思っています。

コロナ禍ではありますが、私の高校では味噌や白菜のことについて、30から40校ぐらいの小学校の授業に参画しています。コロナの影響でICTの教材が増えています。特に仙台市の子どもたちはタブ

レットを使うなどすごく順応していて、デジタル化がすごく進んでいますので、このことにより新しいこともできるなと思いました。

逆な話になりますが、実際のリアルな話で、体験や自然と触れるとか、共に食べるとか、調理する体験ができないままデジタルの方に進んでいくことを懸念しています。我々大人は自然に触れたり、震災の経験をしたり、共食で楽しんだりいろんな経験してきましたが、今の子どもたちは黙食が当たり前になっていています。

先日高校一年生の昼休みをみにいったところ、行儀よく一方向向いて座って黙々と食べていました。これは中学校の教育がすごく浸透していることによるもので、高校にきても黙って食べています。

今のコロナ禍ではそれは望ましいことですが、これで育っていく子どもたちが、もしかすると共食の楽しさ、食の楽しさ、人との関わり、そういうところが経験できないまま育っていくのかと思うと、我々大人はこの時代に、子どもたちが変わらないもの、食の普遍的なものを改めて何なのか探りながら、伝え続けるっていうことが大切なのかなと思います。

いろいろなチャンネルで継続してやってくしかありませんが、それぞれの立場で大切なことを伝えていくことが、改めて求められていると思います。引き続き、委員の先生方、県の各課の皆様にはお教えいただきながら、この会議のネットワークは非常に貴重ですので、いろいろな情報交換をさせていただきながら、宮城県らしい食育を推進していきたいと思います。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。それではウェブの先生方からも、御意見ちょうだいしたいと思います。では千葉先生からお願いします。

(千葉由美子委員)

本校の取り組みを、2点紹介させていただきます。

先ほど朝食の話題になりましたが、やはり家庭環境がさまざまな子どもたちが多いため、子どもたち自身の気持ちを変えていくということで、6年生の家庭科の授業を中心に、自分でできることを増やすというめあてで、家族のための朝食づくり、長期の休みはもちろんですが、発展的学習として月に1回か2回、土日に朝食づくりにチャレンジしている子どもたちがいます。

今日何点か朝食の写真を持ってきましたので御覧ください。今流行りのワンプレートでこのような朝食を作ったり、バランスのよい朝食にトライしています。保護者の方からも、諦めず最後まで作ることができてよかったとの感想がありました。それが子どもたちの自信に繋がっているため、この活動は今後も地道に続けながら、子どもたちの食に関する関心をより高めていきたいなと思っています。

2点目ですが、コロナ禍でなかなかできないことは、地域との連携した伝統食づくりです。本校もここ何年かストップしておりましたが、今年は形を変えてトライしてみたいと考えております。

コロナ前までは、地域の婦人会の方やPTAの方のお力を借りながら、おくずかけづくりを伝統的にやってきました。5年生が学校田で作ったひとめぼれのごはんを炊いて、あとは地域の方から伝統食の「おくずかけづくり」を学年PTAで取り組み、楽しく会食するという活動を続けてきましたが、ここ2、3年はストップしています。当時のやり方がわからなくなったと保護者の方から御意見をいただいているので、今年はクラスごとに、そして地域の高齢者の方も参加できる方とは呼びかけていく予定です。黙食になってしまい楽しい会食っていうことはできないかもしれませんが、できることから始めていこうと計画しております。

(堀内恵理子委員)

本校の現状と取り組みとして考えていることについてお話いたします。

今、コロナ禍でどの学校でも給食を食べる時に、前を向いて机にパーテーションを立てながら、黙食というスタイルが継続しております。会話をしながら楽しく食事をとるというのが学校ではできないような現状です。

本校では、自校給食になっているため、栄養士が非常にきめ細かやかに働きかけを行っております。例えば献立表に自分で作る朝食の事例とかを紹介しながら、ユーチューブでも見ることができるよなどの働きかけをしながら、生徒自身に食育に目を向けさせるというような取り組みをしております。

また、地場産品がいろいろございますので、ふるさと給食にも力を入れております。先ほど話題にありました塩竈市浦戸諸島での白菜の種取りの文化は、そういう紹介があるだけで、私も塩竈で働くものとして非常にうれしく感じたところですので、こういった身近なものに興味を持っていくことが大事なことだと思いました。

最後に今後取り組みを検討していることは、先ほど千葉校長先生の方からもお話がありました。地域人材の活用といったところを検討しております。コミュニティスクールの委員の方からいろいろ間を取り持ちながら、市内の割烹の料理人の方が学校に出向いて、卵焼きを教えようというようなイベントの話をしていただいています。地域も学校も食を通して元気になるというような取り組みの一環なのですが、コロナの第7波の影響とかもあり検討しているというような状況です。何とかできる方法を模索しながら、食に対する興味を持って、取り組むことができたらと思っています。

最後に今回いろいろなデータを示していただきましたが、本校の結果と比べながら、全職員で肥満や朝食の状況、虫歯のない率といったところを把握しながら、生徒や保護者の方々に働きかけていきたいなというふうに思いました。今日はいろいろな御意見を伺いまして大変参考になりました。これからも力を入れていきたいと思えます。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。会場の先生方とウェブの先生方から意気込み、取り組みをお伺いしましたので、健康推進課並びに関係課の皆様、私たち一肌も二肌も脱ぎますので、どうぞ御利用いただきましてですね。

(片倉成子委員)

朝食を毎日食べる人の割合というところで、実は事例があります。

私は東北文化学園大学の学生に教えています。後期の授業で今年度は今から教えますが、毎年ですが、ここの学生は男子学生が多くて、朝食を食べる学生は少ないです。私のクラスで朝食食べてこなくて、青白い顔した学生もおりますので、栄養学の基本について教えていきます。

そうすると3回目の授業になると、朝食を食べるようになって、顔色もピンク色の肌になります。そうすると学生自身がどの子も感じるようになります。私の顔見ると、「先生、僕今まで午前中授業を受けても寝ていましたが。それが寝なくてもすむようになりました」、「先生、いつも食パンだけ、菓子パンだけ、ラーメンだけの昼食でしたが、牛乳と野菜を加えるようになりました」、「外食だけじゃなくて、自炊をするようになりました」、「スーパーから安い野菜を買って作って、冷蔵庫で冷凍して使うようになりました」など、3回目から行動変容が見られます。今まで食に無関心の学生の行動変容がおこるのなら、皆さんがいろんな場面で知っている方々に食の重要性をお話しすれば、地道に結果はついてくる

んでないのかなあということがあったので、先ほどの発言をさせていただきました。

(佐々木裕子委員)

先ほど資料2にお示しいただいた数字が皆さん気になるのかなと思います。

私の役割としては、国、県、市町村、皆さんとかを縦横に結ぶ役割だと思っています。

国の食育会議委員の服部先生から食育の話聞いたときに、食育の目標値にある数字は上がりますよと言われました。もし、数字が上がらないとしたら、担当の課だけで背負っているからではないかということと言われて、委員の皆様や様々な関係団体などとどれだけ連携したかで数字は上がるということをお話いただきました。

今日は対面だったので委員の皆さんとお会いできましたが、庁内関係課の皆さんとまだ実際にお話していないので、今年はそういうのをやりつつ、ぜひお声がけをいただきたいと思っています。

今日委員の皆さんは関係課の皆さんに回っていきませんが、今日は目黒副部長もいらしていただきましたので、ぜひ宮城県のために食育推進会議の委員を御活用いただいて一緒に取り組むことができたらと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。

最後にその他で皆様から御連絡、事務局から御連絡ありますか。大丈夫ですか。それではマイクを戻します。

(事務局)

会長の議事進行いたします。ありがとうございました。

皆様には御多忙の中、長時間にわたり御審議いただきまして、貴重な意見をどうもありがとうございました。本日の内容については、議事録として皆様にご後日送付させていただきますので、内容の確認の方をお願いします。それでは以上をもちまして、令和4年度宮城県食育推進会議を終了させていただきます。本日はどうもありがとうございました。