

令和5年度宮城県食育推進会議議事録

日時：令和5年10月16日（月）

午後2時から4時

場所：県行政庁舎9階 第一会議室

（出席委員）

赤石薫子委員、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、國分史乃委員、佐々木裕子委員、佐藤律子委員、鈴木宏明委員、高田修委員、高橋信壮委員、武田純子委員、堀内恵理子委員（13名）

（司会 小原副参事）

本日は、お忙しい中御出席を賜り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申し上げます。本日の会議には15名に対し半数以上の13名委員の御出席をいただいております。宮城県食育推進会議条例第4条第2項の規定により、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。

なお、本日の会議につきましては、情報公開条例第19条の規定に基づき、公開するものとされておりますので、よろしくお願いいたします。

それでは、ただいまから、「令和5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、宮城県保健福祉部副部長大森秀和よりご挨拶申し上げます。

（大森副部長）

令和5年度宮城県食育推進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。

当会議は、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月に設置しております。皆様には、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いたします。

さて、本県では、令和3年度から「第4期宮城県食育推進プラン」がスタートしています。

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。

昨年度はコロナ感染症拡大の影響を勘案しWeb併用での開催となりました。委員の皆様にお集まりいただくのは3年ぶりとなります。

本日の会議では、第4期プランの進捗状況や目標値の追加設定及び県の取組状況について御報告させていただきますので、忌憚なく御意見を賜りたいと思います。

第4期プランの施行後はコロナ禍で食育活動も難しい状況にありました。改めまして、さまざまな

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、県としても取り組んでまいりたいと考えておりますので、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。

本日はよろしくお願ひいたします。

(司会 小原副参事)

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】

なお、國久暁委員、中元哲也委員は、本日所用のため、御欠席の報告をいただいておりますが、各所属よりオブザーバーとしてみやぎ生活協同組合生活文化部くらしの活動推進課小國美奈様、東北農政局消費・安全部消費生活課木村恭子様がお出席いただいております。

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大森です。健康推進課課長の狩野です。副参事兼総括課長補佐の阿部です。私は本日司会を務めます、技術副参事兼総括課長補佐の小原です。そのほかの職員については出席者名簿での紹介に代えさせていただきます。

また、本会議の議事録作成のため、御発言の際は、お手数ですが挙手の上、事務局職員がお届けするマイクを御使用願ひします。

なお、保健福祉部副部長の大森は、この後、所用がございますのでここで退席させていただきます。

それでは、ここからは条例第4条第1項の規定により、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ひします。

(佐々木裕子会長)

佐々木です。それでは、次第に従いまして議事を進めます。

(1)「第4期宮城県食育推進プランについて」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)

委員の先生方からご質問ございますか？

では、議事進めてまいります。ここからは皆様のご意見を頂戴したいと思っておりますが、それに先立ちまして事務局から(2)第4期食育推進プランの進捗状況についてご説明を頂戴します。

(事務局 健康推進課)

【資料2-1・2-2により説明】

(佐々木裕子会長)

ありがとうございました。それでは先生方からご質問ございますでしょうか？

では、進捗状況についてご意見を頂戴したいと思います。第4期プランでは次世代へということで目標を掲げて、特に子供や若い世代の食育を重点としていますので、その世代関わっている委員の皆様にご意見頂戴いただければと思います。

まずは上からいきましょうか、朝食を毎日食べる人の小学校の割合について、武田委員からご意見頂戴いたします。

(武田純子委員)

コロナ禍であったということが、まずいろいろな影響を及ぼしているなというふうに、子供たちの様子を見ています。それは、5類に移行する前までのことですが、給食も本校では前を向いてあまりお話をしないで食べる、それから家庭科の調理実習も一緒にグループでやるということではなくて個人でできるようなものでありました。なかなか食に対する関心の高まりが難しい状況にありました。

それからもう一つは、本校の子供たちの状況を見た時に、睡眠時間等々も大きく影響するのかなというふうに思います。遅くまでゲームの時間とか、そういったところも多くなっていますので、気持ちよく起床して朝食をおいしく食べるということがなかなか難しいのかなというふうに思いました。その部分を少しずつ改善できたらいいなと思っています。

(佐々木裕子会長)

2つ目のところの食塩摂取量にまいりましょうか。1日あたりの食塩摂取量については栄養士会の片倉会長にお願いします。

(片倉成子委員)

栄養士会の片倉です。食塩摂取量につきましては、宮城県栄養士会としても各施設におります栄養士の方々が自分の置かれている現場において、十分気をつけながら、これについては実施していると思っておりますし、役員会でもそのへんは把握しておるところでございます。やはり問題は、行政の各自治体における住民の方々のその塩分摂取量、これが35市町村まちまちだという現状にありまして、私は登米市ですけども、東北大のメガバンクの寶澤先生のナトカリ測定というのを5年前から総合検診の会場で実施しております。何万人という方々の尿を持参しまして、早朝尿をですね、そこから塩分を測定していただきます。今日食改の会長さんがおりますけども、彼女も石越出身なので、多分お手伝いしていると思うのですね。食改の役員さんがお手伝いをしているのですね。その尿でナトカリ測定を測りまして、そこで塩分の高い人は、カリウムの取り方、野菜の食べ方が少ないということで、その辺のお話を資料パンフレットで説明をいただきましてですね、去年で5年目ですかね、高血圧の患者さんが少なくなり、塩分も少なくなり、野菜摂取量も高くなったということで、アメリカの学会で発表してくるまでになったようですので、大変大きな効果を生んでいるのがこのナトカリ測定なのかなと思います。寶澤先生も宮城県にはぜひこれを広げたいという思いがあるようですので、行政の方にもお伝えしながら進めていければなあと私も微力ながらやっていきたいなあと思っております。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。男性は良くなっているけど、女性悪くなっているところがありましたので、また皆さんと一緒に情報共有したいと思います。では、続いて野菜の摂取量へまいります。では、石森委員からお願いします。

(石森さと子委員)

宮城県農業士会の石森です。よろしくお願ひいたします。私は農業士として、現場の野菜作りをして、直売所に出荷している人間ですけれども、直売所の売上げが上がっているのになぜ野菜の摂取量が下がっているのかっていうのが不思議ではないですけれども。ということは、直売所で野菜以外のものもお買い上げしている方が多いということなのかなと思って、私は野菜直売所の売上が上がることによって、野菜摂取量が上がっていると思っていたのですけれども、このデータ見ると下がっているの、やはりそのへんもその購買内容の調査とか、そういうのも一回してみたほうがいいのかなって思いました。

それで私は東松島市の食育推進協議会の方の委員もしているの、先週の13日にそちらの方の会議ありまして、5月上旬にベジメーターという測定会がありまして、それで測ったところ市内258名の平均が309gだったそうです。推定摂取量が350g以上の方が29%、その他71%の方が野菜が不足しているという結果が出ています。そこで11月12日に食べメッセっていう食のイベントを東松島町であるのですけれども、その中でも今回このベジメーターを使いまして、もっと多くの市民の方の野菜摂取量を調べてみたいということが発表されております。

なかなかこの29%というのも、私たち作っているものは野菜結構食べているので、考えられない数字ですけども、このへんはもう少し市民全体で考えていかなきゃいけないのかなと思います。そういう中で野菜をもっと食べようっていうことで市内では、食べメッセに向けてヘルスベジ祭りっていいまして、直売所の野菜を買った時にシールが付いていて、それを集めると健康的なグッズがもらえるっていうイベントをここ4年ぐらいやっております。今皆さんにお配りできないですけども、こんな感じで山崎パンの春祭りみたいな感じで栄養士が考えていただきまして。このシールを直売所とか、あと健康的な塩分を考えた食堂メニューの中にシールが貼ってありまして、それを集めると、食べメッセの間に、市内の業者と連携しまして、塩分を考えた食材でお惣菜をパックで作ってもらえるっていう会社がありまして、その筑前煮をプレゼントしますっていうことをやっています。野菜足りないんだよ塩分摂りすぎだよって言うても、やはりなかなか口だけだと、やっぱりこう感じていただけないので、こうやって、一般消費者の方を巻き込んでなるべく野菜を食べて減塩のお惣菜でこういう味なのだってこともわかっていただくように、いろいろ栄養士とも連携取りまして行っています。直売所でももちろん、こういうシールとかも出してありますので、私たちもできるだけ皆さん方にこの説明を聞かれたら、こういう説明をして、もっと健康になってもらえるような対策を立てております。私からはこんな感じでよろしくお願ひいたします。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございますでは、もうひとかた、佐藤委員お願ひいたします。

(佐藤律子委員)

食改の会長の佐藤でございます。野菜摂取量減少ってということでございますが、我が家も農家でございます。今年令和5年は猛暑続きで畑にあっても種をまいても芽が出ないというような形で、本当に玉ねぎをとってつるしていても腐っていくというような形でなかなか難しい年でございます。そして主婦にとってやはりウクライナ、ロシアの関連もありまして、野菜の高値が続いていることは、やっぱり一つなのかなあと。あとは農家さんの出荷率の減少しているのではないかなというふうに考えます。そしてそれから、もう一つは、そのやはりコロナ禍も、5類にはなったものの、やはり私たち、協議会としても調理実習がまだまだ、各市町村においては調理実習ができないという状態にもございまして、なかなか野菜を取り入れた調理実習ができないというような形にもなっております。

それからもう一つでございますが、男性より女性の方が食べる率が多いと思うのですが、個人的にも我が家でも男性陣は食べないというような、苦肉の策をしても、なかなか、野菜サラダにははしがつかないというような形で、やはり後はコンビニに入って、学生さん方は何を食べるのだろうか。うかがいをしていて、おにぎりとかハンバーガーとか手に取るようですけども、その隣のサラダのカップは取らないというような、やはり主食しか取らないのかなって言うようなことが見受けられますし、あとはお一人様暮らしになるとお惣菜は買うけれども野菜を丸ごと買って調理するというのが一人暮らしの方にとっては難しいのだと思います。難しいと言いますか、白菜丸ごと買ってそれを消化するには、1週間も2週間もかかるというようなことも多分にあると思うのです。主婦の立場からすると、野菜をこれからの季節、冬に向かって、お鍋なんか美味しいと思うのですが、これからの季節はいくらか少し右肩上がりではないのかなというふうに思っておりますので、特に男性陣には野菜を食べていただきたいと思います。以上です。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。では、続いて主食主菜副菜、それからゆっくりよく噛んでとあと栄養成分表示ってというのは、割と右肩上がりになっていたりするので、その下まいりましょう。肥満傾向児の出現率ということで、中学生のデータが出ておりますので、堀内委員にご意見頂戴したいと思います。

(堀内恵理子委員)

肥満関係につきましては、私もどこの学校に行っても、やはり年々増えているという現状があるかなと思っています。今亘理町の方に勤めていますけれども、亘理町の方でも全国、宮城県、亘理町の比較をしていると、小学校のデータではありますけれども、学年上がるごとに肥満傾向児の割合が上がっているというのがデータとしてでもありました。本校は小規模校ですので、母数が少ないのでなんとも言えないところはあるのですが、その中でも、何名かの生徒たち肥満傾向というのが出てきているところがあります。いろいろな要因があるとは思いますが、コロナ禍で運動不足であったりということもあります。あとは部活動とかも、かつてはどこの学校でも全員参加って言ったところが基本のところが多かったと思うのですが、今は割と任意加入ということも多く、必ずしも部活動に参加しない生徒もおります。生徒が自分で課外活動として、クラブであるとか、そういったところ

で動かす機会があればいいのですけれども、そういった活動もしないと、学校の体育の授業だけで運動という、そしてあとはどうしてもスマホであるとかゲームであるとか、そういう傾向がある子どもと運動不足というような傾向は否めないかなと思っております。

不登校の出現とかにもつながる要因の一つにもなるかなと思っておりますので、やはり、食事をきちんと取り、体を動かして、時間を確保しながら健康につなげていく必要があるなど学校の方でも指導していきたいなと思っているところです。以上です。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。中学生含めて大人もメタボリックシンドロームのあたりがありますので、高田先生いかがでしょう？ご意見頂戴します。

(高田修委員)

肥満傾向に関してですけれども、乳児期の肥満傾向は成人期の肥満にはつながりません。しかし2・3歳の幼児期肥満は学童肥満、そして成人肥満につながる傾向があります。その違いは食生活であり、離乳食の時期に、やたらと甘い物や塩辛い物ではないバランスの良い食習慣を身につけさせることが必要であり、これも食育に繋がることと言えます。最近、その離乳食について話題になっているのが、つかみ食べの重要性です。要するに、ただ食べ物を口に入れられるだけではなくて、自分で色々な食べ物を手で持って口に運び、舐めてみたり、口に入れてみたり、かじってみたり、吐き出してみたり、放り投げてみたりと、遊びながら口の動かし方や飲み込み方を学習することが必要であると指摘されています。食行動も自ら学習する必要があるということです。

神奈川県立こども医療センターで偏食外来を担当している大山牧子先生が仰っていたのですが、離乳期につかみ食べを経験させることで、子どもの偏食や摂食障害を防げる可能性があるそうです。現在、小児科のトピックとしては、ばっかり食べや食べたがらない子ども、立ち歩き、野菜嫌い、など食行動の困りごとへの対策や予防として、離乳期に食べさせる事だけに集中せず、楽しく食べる事、すなわち食べる事を強制されずに、つかみ食べなどによって子供自身が食行動を学習していることを保護者に伝える必要性が指摘されています。

資料のデータを見ると、全国と比較した場合の宮城県の肥満の多さの比率が、幼稚園の時から成人までずっと変わっていません。やはり離乳期が大事なのだと思います。そして、肥満に対する対策としては、食生活だけではなく運動のほうも大事です。子ども時代に遊び場が少ない、体を動かす場が少ないことも問題です。私は、利府町のほうから来ておりますが、利府町の教育委員会では学校の校庭を開放しようという動きがあります。小さい時から体を動かして遊ぶ習慣が無ければ、運動の習慣も育たないと考えます。利府町ではスポーツの盛んな街作りをしようと取り組みをしていますが、やはり、子ども時代に体を動かして遊ぶ習慣、体を動かすと気持ちが良いんだという体験がないと、いざ小中学生になり部活などでスポーツを始めたとしても、大人になってからの運動の習慣には繋がらないと思います。利府町では、スポーツの街作りの参考にフランクフルトへ視察に行こうという企画がありました。ドイツの街では、子どもに優しい街作りとして道路を子どもの遊び場にする取り組み等を古くからしています。日本では、もう何十年以上も前から、道路から子供の歓声が聞こえなくなっていますが、これはやはり異常なことです。道草もされられない、活発に外遊びをしようにもそれ

に適した公園がない、学校の校庭からも追い出されてしまうというのでは、体を動かす遊びの習慣づけは難しいでしょう。

そういう点では、離乳期のつかみ食べも遊びの一つです。遊び食べも許す、体を動かす遊びの空間を作ってあげることが、肥満の対策として本当に大事なのではないか、これを次世代に伝えて、これから育ってくる子供たち、そして今、大人になって肥満になっている人たちにも知って頂いて、自分の子供には肥満になりにくい習慣をつけてもらうように働きかけて頂ければ良いのではないかと思います。以上です。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございました。では、その最後ですね。虫歯のところについて鈴木委員いかがでしょうか。

(鈴木宏明委員)

3歳児が目標達成しまして、そこから12歳児の虫歯のない人というふうになったのですが、コロナ禍の時は学校で歯磨きをしないとか、それまでフッ素洗口していたのにできませんとかいうのも非常に多かったです。なんとか時間ずらしてやらしてくださいとか言ったのですが、管理をする方からすればコロナが出たというのは困ると言われました。それでもなんとか上向きになっていますので、そのところはいいかなと思っています。5類になって、学校での歯ブラシも始まってきていますし、フッ素洗口も少しずつ戻ってきておりますので、早く二重丸になりたいなと思っています。

前もお話をしたのですが、食育推進会議に歯科医師が出ている意味って何なのだろうというところですね。結局、表に出てくる指標は虫歯を少なくしよう、宮城県は多いというところここだけなのですが、歯がないと、言葉きたなくてすみません、食育もクソもないんですね。咀嚼とってものを食べる動きというのは、おっぱいを飲むところから始めて、乳首に吸いついている時の筋電図は大人がものを食べていると同じようなものが出ていて、そこがまず第一歩です。それで、そこから乳歯が生えてだんだんものが食べられるようになって、その後一時期、その生え変わりの時期というのがあります。ご自分で歯見たことありますか。自分の歯は減っていますよね、必ず。歯が生えてきた時は丸いのですよ、でこぼこが。だから低接触しかしないのですよ。それが自分の顎のこういう動きで、少しずつ削れていって、接触面積を大きくなってきて、白菜漬けを食べると美味しい味がするとか、いうふうに育っていってくると嬉しいですね。日本人ってそういう食生活なのです。基本的に味を噛んでしみ出すとか、だから中にあるのですね、味が。ところが、有名な料理人が作る外国料理ってなんとかのオレンジソース、そういうのばかりなんです。ソースの味で食べさせているのです。だから噛まなくていいのです、正直。それがあんまり広まらないでほしいなって、私は日本人としては、ときたまはいいですけど、やっぱりお家では昔ながらの噛むと美味しいご飯を作っていただけないかなと思います。これがジャンクフードにもすごく現れていまして、私たちの頃はそんなものなかったの、するめかじってるとか、私、山形なので漬物食ってるとか、りんごかじってるとか、そんなだったのですが、今は、なんとかパウダー何パーセント増しみたいなの、口に入れた瞬間に美味しい、そういうものは私は食育でも敵だと思っているので、そのへんを。

なかなかそういうのを県として禁止するわけにはいかないと思うのですが、やっぱりそういうのは

おかしいのだよっていうところをその皆さんにお伝えしていただかないと、違ってくのだろうなど。結局嘸まないのですよ。なんとかソースだと、美味しいので、嘸まなくても。だったら煮た大根でも食わしとけて思われるのですが、すいません。変な話で。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます、ということで皆様からご意見頂戴してと、今折り返しぐらいですかね、3年から7年までなので、折り返している感じで、ここからまたまいてというか、やっていたらいいのかなというふうに思いますので、ご協力をお願いしたいと思います。では、次の議題へ移ってまいります。(3) 第4期宮城県職推進プラン目標値の設定についてということで事務局からご説明を一部見直しということですね。お願いいたします。

(事務局 健康推進課)

【資料3により説明】

(佐々木裕子会長)

委員の皆様からご質問ございますか？今日は東北農政局の木村課長補佐が来ていただいておりますので、国の食育についての災害のところの考えをご助言若しくは情報提供いただければと思います。

(木村恭子オブザーバー)

こちらの資料にもあります通り、令和元年以降ですね、国民健康・栄養調査は行われておりませんので、指針とか出せるわけではないのですが、別の調査、例えば農林水産省のホームページに載っているのですが、食生活ライフスタイル調査令和4年度の調査内容からしますと、何かしらの備蓄を行っている家庭というのは6割を超える割合であったということなので、72.3%は大変高い目標であって素晴らしいとは思っております。72.3%ということで最高値をとって計画していただければ、大変素晴らしい計画ではないかとは思っておりますので、よろしく願いいたします。

(佐々木裕子会長)

皆様から何かございますか。関東とか東海とか多分、これから災害が来るであろうところは数字が高く出ている感じで、東北はもう終わったみたいな雰囲気があるのですが、地震だけではなくて、いろいろな異常気象もございますので、災害はいつなんどきやってくるかわからないということなので、皆さんと一緒に数値をここで改めて設定したいと思います。72.3にすることでご承認いただけますでしょうか？

(委員一同)

はい。

(佐々木裕子会長)

大丈夫ですか。ありがとうございます。それでは承認ということで、目標の設定を変えたいと思

ますので、どうぞよろしくお願い致します。

(事務局 健康推進課)

会長、口頭でもう一点説明させていただきたいと思います。よろしいでしょうか。

(佐々木裕子会長)

お願いいたします。

(事務局 健康推進課)

ご審議ありがとうございました。今回今後設定としておりました「災害時に非常用食料を用意している世帯の割合」に関しまして設定いただけたということで、今後他の項目につきましてこれからの状況について説明をさせていただきたいと思います。本日のこの災害時の他、現在、県では宮城21健康プランを始めとしまして、関係の健康づくり関係の計画の改定時期になっております。その中で、共通の指標となります1日当たりの食塩摂取量などにつきましては、今後、国の基準ですとか、様々な状況で目標が2つつたつという状況にないほうがいいかなというご意見もほかの協議会ございまして、そちらの検討を見ながら再度調整が必要になってくる可能性があるということで、本日は口頭で補足させていただきたいと思います。他の計画が現在まだ策定途中でございますので、県の中での協議のあと協議会での協議などの状況を踏まえまして、改定の必要が出ましたらまた委員の皆様お諮りさせていただきたいと思いますが、この時には書面なり、また何かほかの方法でということでは考えておりますが、もう1件ご相談させていただく点が出るということでご承知いただければと思います。よろしくお願いいたします。

(佐々木裕子会長)

議員の皆様、よろしいでしょうか。男性はよいのですが、女性がつていうこともありますし、ただ一本にするものでもないし、他の計画との整合性もあるので、その都度皆様に書面でおはかりしますということで、ご了承いただければと思います。

続いていきまして、県の食育関連事業です、数値を改善していくには、事業を実施していただかないと。というか、念じても数字が上がるものではないので、その事業について皆様からお伺いしたいと思うのですが、まずは県の実施状況について事務局からご説明お願いしたいと思います。

(事務局 健康推進課)

【資料4-1・4-2・4-3により説明】

(佐々木裕子会長)

ありがとうございました。委員の皆様からご質問ございますか？

それでは、委員の皆様のところでも食育の取り組みございましたらご紹介いただければと思いますし、また、消費者の動向や県民への周知についてもご意見頂戴したいと思います。それでは、子供のところで國分委員お願いします。

（國分史乃委員）

保育施設での食育の取り組み状況をお伝えできたらと思います。先ほど、委員の先生方から「離乳期における手づかみ食べの大切さ」や「咀嚼の大切さ」について、私たちがいつも感じていることを専門の先生からお聞きすることができ、改めてそれらの大切さを感じています。「食べることは生きること」とよく耳にしますが、まさに、保育施設での食育はこの一言につきると思います。給食の職員も、保育士も、全員がその意識をもって食育を進めています。国の「保育所における食育に関する指針」や、ルルブルチャレンジをはじめとする県の食育計画をベースにさせていただきながら、それぞれの保育施設の食育計画を作成し、毎年見直しながらそれに沿って取り組んでいます。先生方ご存知の通り、食育の内容は多岐にわたります。まず、日々の食事を安全安心に提供し、食べさせること。その中にはもちろん乳児のミルク、離乳食、アレルギー対応食も入ります。野菜を育てて、子どもたちと生長の過程や実のなり方を観察したり収穫したり、また、クッキング保育もそうです。それから、身近な食材の栄養や、食べると体の中でどのように作用して健康に結びつくのかなどの知識を持たせることもそうです。ご当地の食材について知らせたり、メニューに取り入れたりすることもそうですし、食べる姿勢や箸の持ち方などマナーを伝えることも私たちの大切な仕事です。

今年保育所ではトマトが豊作でしたので、ジャムやケチャップづくりをしました。またスイカの栽培に成功しましてスイカ割りを楽しむことができました。枝豆を収穫してずんだ餡を作ったりもしました。コロナ禍であまりできなかったクッキングで、先日、収穫した野菜を使って久しぶりにカレーライス作りをしました。お米を研いで炊くところから、野菜を切って煮込むところまで子どもの手が多くかかるようにしましたら、いつもは「苦手！」と残す、彩りに入れるピーマンまでおいしそうに食べる様子を見て、食育とは、豊かな食生活の経験を提供するものなのだ、と改めて感じました。

食育の課題としまして。近年、保育施設で子どもが食べ物をのどに詰まらせる事故について聞くことがあり、本当に痛ましく思います。保育所内でも話題にして、日ごろからどのようなことに留意して事故を防いでいくかなど考え、共有し、しっかり意識して取り組んでいます。これを続けていかなければなりません。子どもの咀嚼・嚥下の力が、以前と比べて弱くなっているのかな、と感じるので、一人一人の咀嚼・嚥下の様子を捉えていかなければと思います。それから、小さい頃につかみ食べを経験させ、自分が今、何を食べているのか、これはどのような味がするもので、色や硬さや形状はどんなものか、など知らせながら食べさせること。自分の一口大の大きさを知ってかみ切ることや、自分の食べる量を知ることが、意図的に経験させることから考え、なおかつ楽しい雰囲気の中で食べられるように、今後もしていきます。今日も話題となっていますが、朝食を摂らずに保育所に来る、というケースもあります。その背景には、夜遅くまでゲームをしていたり、YouTubeやTikTokを見ていたりするために朝起きられない。やっとなら起きても食欲がない。そのため朝、何も食べないで来ることになるという生活リズムの乱れがあるようです。朝食を摂らないということは、栄養がとれない、という面での問題はもちろんのこと、食べ物からの水分も摂れないということなので、このところの夏はとて暑いため命の危険にもつながりかねない状況が懸念されます。忙しい家庭に、「朝ごはんは大切」「食べさせてくださいね」とただお願いしても難しいので、具体的に「まずは、牛乳を一杯、朝飲ませてみよう」と。牛乳を飲むことが習慣づいて来たら、「ヨーグルト一個」「ごはん」と即席スープ、パンと牛乳」など、スモールステップで励ますことをしています。先ほどお話にあった「歯

の健康」についても、保育所に地域の歯科医に来ていただいていたので年2回の歯科検診で、虫歯が指摘されたお子さんの家庭には受診を促すのですが、治療に連れて行ってくれたら「虫歯ゼロの歯は、子どもにとって宝物だからね」「お母さん、お父さんが歯医者さんに連れて行ってくれたからだね」「あとは、もう虫歯ができないように、日々の歯磨きを一緒に頑張っていこうね」と保護者に声をかけながら、状態を改善していくように今後も取り組んでいきます。

そして、よい生活習慣、よい食習慣を身につけて、小学校に送り出したいと思っています。

(佐々木裕子会長)

貴重なご意見ありがとうございますでは、コーディネーターの立場から赤石委員お願いします。

(赤石薫子委員)

食育コーディネーターの活動では20代から30代の子育て世代の方々ご両親様に多く出会います。その中で質問などいただく事に対しこういう考え方もあるとよりそいながら導きお伝えしております。最近であれば、共働きのご家庭が多いですが、育休を取ったお父さんからいただく言葉ですが、「朝食の作り方がよくわからない」というような内容。お母さんにしてもそうです。働かれているお母さん。働いて家に帰ってきて、ご飯を作る気力もないという方の声は本当によくいただきます。であれば、こちらから何が発信できるか。少しでも野菜を取り入れた時短メニューの作り方、今からの季節であれば、これができるかなを導きます。先ほど県の方からご説明いただきましたヘルシーメニュー。これは今聞きながらとても期待しています。あまり難しくなく、どんなものが具体的にできるか、というところの発信を、若い世代にお伝えするという事はとても大切だと思います。これからの時代を生きる赤ちゃんたち子供たちを育てる世代が今、ピンチな時です。それをいかに私たちが支えるかというところが大切なことだと、思い続けさせていただいております。若い世代のお父さんたちが、本当にそれは困っている。家帰ってから我が子を幼稚園に迎えに行き、帰ってから何作るかなと迷っている20代、30代。導きのメッセージは大切と思っております。

また、先ほどありましたつかみ食べ、つかんで食べることの大切さ。これは触覚刺激をおっしゃっているのかなと思いましたが、その食事スタイルが躰として、お子さんを怒っている方も多いですけども、怒らなくてもいいのだよってということとか、このような情報もどこかのテーマでお伝えすべきであったなと感じています。

家族で食べる空間がこんなに楽しい。口にその食品が通った時に、家族でにっこりできる空間を築けているのかというところを、私たちは情報としてお伝えすることも必要ではないかと思えます。

最近よくいただく質問ではあるのですが、今年に入り特に多くいただいている質問ですが、添加物の問題も多くいただきます。これは高齢の方からはあまりいただかない質問ではありますが、出産されたばかりの子育て・離乳食に入られたばかりのお母さんたちは真剣に悩んでおります。どこを見ればいいのか、何を判断すればいいのか、食品表示が大切なのはわかってはいるけれども、どういうふうに体に影響するのかとかというふうな情報を求めているようです。今年4月前後から話題になりました、ゲノム食品、昆虫食品。他県の方では学校給食にもう使われているという情報は私どもにとってショックな情報ではありましたが、子供たちも甲殻アレルギーはあるわけですから。大事な不安です。昆虫食品は、可愛いイラストで、食品パッケージに書かれていると、子供は何も考えずに手にす

るだろうと、お母さんたちは怖がっております。今までとは一歩も二歩も違う視点を若い世代 20 代、30 代の方々は悩まれている。調べたいがどうしたらいいだろうという。今何が正しいのかを暗中模索しています。これからもこの情報は県と一体となりお伝えすべき時に来たのではないかなと思っております。

毎週日曜日の送信メルマガの形で、多くいただいた質問をお答えする。同時に、小児科のドクターと組んで、情報を提供する。コーディネーターとしては、現在このような活動をさせていただいております、以上です。

(佐々木裕子班長)

ありがとうございます。では、岡野上委員お願いします。

(岡野定玲子委員)

岡野定です、よろしくお願いたします。私は日々薬膳料理の料理教室を結構させていただいています。で今日たくさんの先生方がいろんなことを話いただいて、大変勉強になったなというふうに思っていますが、やっぱり一つ全部つながっているのだから、生きることにつながっている形で大きなテーマの宮城で生きるって形につながっていることで、とても大切な毎日やっていることでどうでもいいことかなみたいな感じはありますけど、大切なことだから今日改めて認識いたしました。

一つは食塩の摂取量、これが食べる量が多いのか、それともしょっぱいものを食べているのか、その辺がよくわかんないなと思ったのですが、私は料理系のメニューをこう作る時、最後に必ず塩で味を調えましょうと、これやめようかなというふうなことを思いましたけれども。私が身近にしているところと、このデータを見て、そうなのだっていうことがたくさんありました、先ほどの野菜のこともたくさん売れているなんだろうかなみたいな野菜は昔と比べると、私たちが小さい頃はすごく野菜って、すごく野菜の癖がある、香りとか味があって嫌いな子がたくさんいましたけれども、今の野菜は食べやすくなっているし、美味しいし、前に現場の小学校の教員もしていたので、そうすると結構今の子それほど野菜嫌がなく給食でも美味しく食べているっていうのも、でもデータとすると、そんな風に出ているのは、どこがどう他のところと違うのかなというのを疑問に思いました。それからもう一つは、朝食を食べない子が多いというところで、これは若い世代にも結構多いというところで、これは食事そのものよりも、やっぱり生活スタイルがどうしても夜型になってお仕事終わってきて、それから夕飯を作って食べてって、夕食の時間が結構遅くなっていることが、昔は6時ぐらい大体普通食べていたけど、もっと遅い時間になっているのかなみたいなお爺ちゃんお婆ちゃんがいるところは結構早いのですが、そうじゃない若い世代の家庭だと結構厳しい。それから小学生でも塾やなんかに行って、それからご飯っていう形で。そうすると寝る時間も遅くなるし、そのまま朝を迎えても、やっぱりお腹が空いたって感覚なく起きてしまうような。そうするとそのままいいという形でこうなると本当に学校給食が大切なところになっているなというふうに思いました。これは社会的なところなので、なかなか変えられませんが、そこのやっぱり生活のところはどうしても薬膳からやっていますので、東洋医学的なところにいますと、やはり今はいいけども、やっぱり40過ぎたらそれから薬をたくさん飲んでいるような状態があるよっていうことが今見えないので。お腹

すいた食べるものやっぱりそのへんのところは頑張っ、私ももう少し話し続けていきたいなというふうに思っています。ただ、コロナになったところから、いろいろな自治体や公民館が主催する料理教室が減りまして、なかなかそういう機会を伝える機会も少なくなったことも残念だなというふうに思います。少しずつ良くなっていますが、やっぱ制約があるところでの教室であったり、求めている方々は結構多いことは多いのですがなかなか日常の生活で、そこ取り入れられなくなっているところが多いかなというふうに思っています。

それからメタボリックところでもやはり遊ぶ場所がないっていうふうなところやっぱり公園を締め出されるし、学校も放課後になるとみんな閉めちゃって、安全面からとかで。校庭はスポーツ少年団が来るので、そこに貸し出すっていう形で。一般の子がそういうスポーツ集団でなく、遊ぶっていうところがやる場所がなかなか危険や安全っていうところからなくなってきた。でも他の県も同じ状態だけでも、やっぱり宮城県がそうなのかな、そのへんなんか大きく、いろんなところから検討して進めていきたい、そして宮城でいい形で生きていけるようなふうにやれるところから私も取り組んでいきたいなというふうに思いました。以上です。

(佐々木裕子委員)

ありがとうございます。それでは木村委員お願いいたします。

(木村祐二委員)

先ほどの県の皆さんからご報告にもありましたけれども、Date fm 食育ハンドブックっていうことで、11月がみやぎの食育推進月間ということで、今年で3回目、3冊目ですけども、11月に発行させていただきます。ただいま最終の校了に向けて作業を進めているところでございます。30ページをお開きいただきまして、この親子で考える昨年初めて実施させていただいたのですけれども、食育謎解きということで、結構私やってみたら難しいっていうかこう投げ出してしまいそうな感じだったので、当初200名の応募を想定しておったのですが、応募者が573名と大きい反響をいただきました。そこにあとアンケート機能も付け加えさせていただいておりますので、応募いただいたのは小学校5年の皆さんその父兄の方だったりですとか、そこにアンケートにも丁寧にお答えいただいているというところでございます。

今年もクイズというところで、このクイズはベジプラス塩 eco というところの答えだったりとか、そういうところにもっていく予定でございます。ページも今年度も基本的に宮城県の食育推進プランとの方に沿った内容になります。今年も宮城県、それから健康推進課それから佐々木先生、鈴木先生にもいつもご協力いただいております。

今年ですけども、ササニシキが60周年ということで、そのササニシキの誕生秘話のインタビューですとか、あと海産物なのですけども、水揚げされる種類が変わってきているっていうところのことも取り上げていこうというふうに思っております。

36ページご覧いただきましてローリングストック、食品ロスを減らそうということと、フードドライブ、コロナ等々もありまして、貧困層も増えているというところで、例えば企業のローリングストックの入れ替えの時について、フードドライブに協力しようということも。これはこの後ですね、冬に向かって、企業とタッグを組んで、このフードドライブというところにも啓発をしていこうとい

うふうに思っております。発行されますと、我々スポットおよび生放送平日多いわけなので、そこでパーソナリティーが自宅でやっている食育についてのお話ですとか、そういうものを交えながら、この食育ハンドブックが発行されているというところ、啓発をしていこうと。ラジオは月金で、朝から今後まで生放送もありますので、そういった意味ではプッシュ型の情報発信ができるということで、普段、食育だったりとか、そういうものがあんまり興味のない方が耳を傾けていただけるのではないかとこのように思っております。

(佐々木裕子会長)

それでは副会長お願いします。

(高橋信壮副会長)

明成高校の高橋と申します。先生方からいろいろな話を伺いまして、改めて多様な世代の多様な取り組みが食育の推進には必要ではないということを改めて感じさせていただきました。それを前提にしながら、私の仕事から見えてくる、高等学校に勤めております、その辺から見えてきているものをお話させていただきたいなというふうに思います。

乳幼児期から必要だ、食育の取組というのは。食生活のあり方を考えて必要だという話があったのですが、乳幼児、小学校、中学校ってところまで親の管理下において、それがなされるわけですが、私が携わっている高校の生徒ですが、もちろん保護者の管理で生活している生徒なのですが、学校給食はなくなりまして、高等学校の生徒になった突然に食生活自立がですね、一部求められてしまう。給食のあり方を親がどう捉えるか、本人がどうとらえて生活を改めていくなんか、そういったことが自立が求められる世代になるのではないかなというふうに思っております。ですので、大体小学校中学校の肥満傾向が高い傾向にあるということは高校の中で解決することはありません、むしろ悪化するような年代なのではないかなというふうに思っています。そういった意味では、まず中学校から高校の、もちろん成人年齢が18歳にされたということもありますけど、子供から大人になる、この場面っていう非常に重要ではないかなというふうに思いました。それと、数年後に高校生たちは大人の段階、親の世代に次は移っていく、それと、子供を産み育むような世代に移るとい世代、そう考えると高等学校の中に、あらゆるライフスタイル、ステージの中での食育の取り組みは大切なのですが、特に高校生の年代は確認作業っていうか、そういった場面が必要じゃないかなという思いであります。という意味では、私が今、食の学びに従事しておりますけれども、私どもの役割というのも今後大きくなるのかなというふうに思っております。

それで、我々調理師養成の学科を運営しておりますけれども、地域の健康づくりでも、調理師の養成施設が何か担えるような役割があれば、今後コロナ禍の規制が、大分緩和されたのもありますので、積極的に、地域の取り組みの中で、学校の社会的な役割を果たしていければなというふうに思っておりますので、どうぞ、今後ともよろしく願いいたします。

あとは、こういった、他方面の先生方が集まってお話を伺うっていう機会をすごく私自身も勉強になりましたので、是非こういった場面っていうのが、こういった、県の会議だけではなくて、日常交流の場面っていうか、食育の推進に当たっては多様な主体が連携するような場面っていうのが、日常的な所からあればいいなというふうなどは思いましたので、そういった意味でも、学校の役割を考え

ていければなというふうに思っておりました。

最後に一つなのですけれども、乳幼児から始まる食育というお話を伺いましたけれども、私、よくコンビニを午前中の朝利用すると、近所のコンビニなのですけれども、高齢者の方が朝お弁当を買いに来られます。仙台市内でも高齢化率が高くなっている地区でも、高齢者の一人暮らし世帯というのがかなりこう多くなってきています。そういった高齢者の方々の一人暮らし世帯の食生活の方というのは、やはり私がコンビニなんかこう立ち寄ると、コンビニ食というのはバランスよくという意味合いでは、きっと否定的に捉えられるところがあるのですが、コンビニの食もいろんな方々の日常食を支えているのだなというふうに思えてならないというかです。若者の世代だけではなくて、高齢者の世帯について一緒に皆さんで考えていく、我々高等学校がこういう地域目指していきたいなと思いますので、よろしくお願ひしたいと思います。

(片倉成子委員)

情報提供させていただきます。

(佐々木裕子課長)

お願いします。

(片倉成子委員)

今、高橋先生がお話しした高齢者についてなんですけれども、実は、資料4の2の13番ですけれども、長寿社会政策課より宮城県栄養士会が委託を受けて、令和4年度の実績ということで、宮城県栄養士会は35市町村、仙台市を含めて35市町村の自治体職員の人材育成も実施しております。そしてまた、地域包括センターからも依頼を受けて、各自治体から依頼を受ければ、そこから専門職の派遣もやっておりますので、栄養士の方も27人ほど、出前ができる栄養士を育てております。そういった意味では、高齢者の方は十分網羅できる状態にはなっているのかなという部分はあります。それと実は武田先生関係の小学校の部分にはなると思うのですが、伺いたいということでもないので、実は宮城県食材王国伝え人というのはここに書いてあるのと、栄養士会にお願いしているのと同じですか。栄養士会に伝え人食育講座という依頼があるのですね、毎年。それで今年も、気仙沼と大崎の小学校2校様から依頼を受けて、たまたま私が登米市出身ということで、その打ち合わせに伺ったところ、学校によって食育の授業のあり方というのがあまりにも違ったので、驚いたのですね。だから、ここにも力入れてもらえれば子供たちの食育の部分は網羅される部分もあるのではないかなと感じたもので、気仙沼の場合は、ある小学校の六年生33名に朝食の大切さの授業をしてくださいと言われて、打ち合わせに行ったのですが。授業の朝食の大切さの媒体の説明のほかに、こういう内容ではどうですか、ということ言ったら、大崎の小学校さんは栄養講話の後に献立を作らせてくれて言われたのですね。できますか？朝昼晩かけますか？五年生、六年生ですよって言ったら、その先生は私はちゃんと食育のお話を五年六年生には教えていますので、全部朝、昼夕自分の食べているのは書けるようになっていましていうふうにお答えになったのですね。その先生はで、気仙沼小学校さんの先生にそれを投げかけたら、そんなうちの子供たち、何も書ける子いませんよって言われて。媒体でよろしいですって基本中の基本の話をお願いしますっていうふうに言われて、こうも違う

のかっていうふう感じたところだったので、やはりそのへんが五、六年生でも自分の食べているものを朝昼かけるなんていうのは素晴らしいことだと思うのですよね。そこから健康教育が始まるのだと思うのですよね。模範健康なバランスのとれた食事はこうだよ。あなたにとってこの子にとってはこうだよという先生の一言のアドバイスでまた変わっていくのかなあという日々のその辺の食習慣っていうもののあり方教育の現場っていうのも大事なのだなっていうのを感じてきたので、何かあったときにお伝えいただければなお一層いい内容のものになるのかなと思いました。参考までにありがとうございました。

(狩野裕一課長)

委員の皆様をお話今聞いておりましたところあるので、お伝えしますが、県では健康関係の4つの計画を作っておりまして、みやぎ健康推進21で健康増進の計画、それから歯と口腔の健康づくり、それからがん対策の計画、循環病対策の計画、今年度までが計画期間で6年度から始まる計画というのを、今それぞれ策定作業中でございます。こちらの食育の計画の方はちょうど折り返し地点ということでございますけど、ほかの4計画はちょうど切り替わり中でございます。その中であらゆるところでのこの栄養の関係、例えば野菜の摂取量、食塩の関係ですがあるいは食べ方の関係ですとか、全て関係してございます。先ほどお話しありましたが、ゆっくりよく噛んで食べる部分というのが、先々のメタボになるかならないかという部分でも大変大きな影響があるということわかっていきます。こちらの食育の関係というのは、まさしく食べ物、栄養を口から入れるところということで他の部分の入口にある領域が多いというふうに考えてございます。委員の方から、それぞれの立場から、色々な局面での取り組みの情報などいただきましたけれども、いずれも大変重要なことというふうに考えておりますので、引き続き色々ご意見賜りますこと、それからそれぞれのご立場で今活動されている部分のところをお願いします。先ほども委員の方々からお話しありましたが、お互いにどのような取り組みをしているかというのを承知しあいながら、時にはコラボレーション掛け合わせなどして、より良い取り組みを続けていけたらというふうに、考えたところでございます。以上でございます。

(佐々木裕子会長)

ありがとうございます。というわけで、委員の皆様、多分まだ言い足りない部分があるかと思うのですが、どうぞご意見とか情報提供ありましたら事務局の方までお寄せいただければ、私たちも共有できるかと思っておりますので、よろしくお願い致します。

というわけで、皆様の資料の4の1から4の2と県の事業を10ページの最後に見ているのですが、1億7千万ぐらいの予算ですが走っております。ぜひ令和6年もこの予算を下回らないで食育の県の事業が提供できますように、私からお願いいたしまして、あと私たちも県のバックアップとして、委員として何かできることございましたら、委員の先生方と協力させていただきたいなと思います。とりあえずは来月の食育月間ですかね、宮城食育月間で皆様何か周知できること、それから何かお手伝いできることありましたら言っていただければと思いますので、ぜひ皆様、11月は宮城の食育月間でございますので、PRしていただければと思いますということで事務局にお戻ししたいと思いません。どうぞ今後ともよろしくお願い致します。また、資料ご準備いただきましてありがとうございます。

した。

(司会 小原副参事)

佐々木会長ありがとうございました。その他ということで事務局からお願いします。

(事務局 健康推進課)

本日は数々のご審議とご意見賜りまして、ありがとうございました。事務連絡となります。先ほど目標値の設定のところではほかの項目でもいろいろご相談が出る可能性があるという話をいたしましたので必要となりました時には皆様に改めて書面での審議をお願いしたいと思っておりますので、ご対応をよろしくお願いいたします。今年度の会議は今回お集まりいただくのは一回ということになりますが、今年度後半、実施する事業がたくさんございますので、また、県庁の食育関連事業につきまして、ぜひ皆様、情報提供を行ってまいりたいと思っておりますので、引き続きご協力とご支援のほどよろしくお願いいたします。事務局から以上です。

(司会 小原副参事)

佐々木会長様には議事進行ありがとうございました。委員の皆さまにはご多忙の中長時間に渡りご審議いただきまして、また貴重な意見いただきまして、ありがとうございました。

なお本日の内容は議事録として委員の皆様に送付致しますので、内容の確認をお願いいたします。それでは以上をもちまして、令和5年度宮城県食育推進会議を終了いたします。

本日はありがとうございました。