

平成 28 年度第 1 回鎌倉市食育推進会議 会議録

日 時：平成 28 年 8 月 29 日（月）18 時 30 分～20 時 00 分

会 場：鎌倉市役所第 4 分庁舎 822 会議室

出席者：＜委 員＞中村会長、中谷副会長、有村委員、安齊委員、石橋委員、
河原委員、古木委員、牧田委員、メタ委員、横塚委員

＜職員等＞食育連絡協議会（庁内）

福祉総務課長、こどもみらい課長、保育課

高齢者いきいき課長、環境政策課長、ごみ減量対策課長、

学務課長、教育指導課長、教育センター所長、

中学校代表校長

事務局（市民健康課）

石黒課長、河合課長補佐、大竹管理栄養士、

斉藤管理栄養士

傍聴者：なし

配付資料：

- ・鎌倉市食育推進会議条例施行規則
- ・鎌倉市食育推進会議委員名簿
- ・食育連絡協議会名簿
- ・【資料 1】第 2 期鎌倉食育推進計画行動計画 平成 27 年度実績報告
- ・【資料 2】食育アンケート質問票（案）
- ・【資料 3】第 3 次食育推進基本計画 重点課題・目標
- ・【資料 4】アンケート年代別の質問項目一覧
- ・第 2 期鎌倉食育推進計画
- ・鎌倉市健康づくり計画

■開会

事務局から、委員 11 人のうち出席者は 10 人で過半数を超えているため、本推進会議条例施行規則第 3 条第 2 項の規定により、委員会は成立している旨、説明がなされた。また、委員長が選出されるまで、事務局で会議を進行する旨、説明がなされた。

■委嘱状の交付等

鎌倉市食育推進会議条例により委員任期が 2 年間である旨が説明され、委員

に対して委嘱状の交付がされた。委員及び事務局の自己紹介と会長及び副会長の選任をした。

■会長の挨拶

中村会長

日本だけでなく世界中で、単なる寿命でなく健康寿命を延ばそうという運動が起こっている。普通の寿命と健康寿命の違いは何かというと、普通の寿命はとにかく長生きしたい、寝たきりでもいいから命を延ばしたいということだった。健康寿命というのは死ぬまで元気に過ごそうということ、特に今、懸念されているのは介護の問題である。他人の世話にならずに自立した生活をしていこう、しかも快適な生活をしたいということである。専門的な言葉で QOL (quality of life) というが、生活の質を高く保ちながら長生きをするということである。生活の質というのは、例えば、朝目覚めが良いとか、いつまでも若々しいとか、元気はつらつしているなど、抽象的な概念で掴みどころがなくなかなか難しいが、とにかく明るく元気な暮らしが死ぬまでできるということである。食事については従来、長生きをするための食事を研究してきたが、これからは健康寿命のための食生活、食事のあり方を考えていかなければならない。単に栄養バランスのとれた食事が良いというだけでなく、食事がおいしくて楽しい、家族が仲良く暮らせるような食事、地域が元気になるような食事を考えていかなければいけない。そういった新しい食育活動をこれから展開していかなければならないと考えている。メンバーが変わったので、また新たな気持ちで鎌倉の新しい食育活動を進めていければ良いと思うのでご協力お願いします。

■議事

(会議の冒頭で、会議の公開について、会議録は要点をまとめ趣旨のみを記載し委員名は明記すること、傍聴を認めることが確認された。)

1 第2期鎌倉食育推進計画の概要について

(事務局から、配付資料の確認の後、「第2期鎌倉食育推進計画」の概要について、次のとおり説明がなされた。

・第2期鎌倉食育推進計画の体系

「食をとおして豊かな環境、健やかな心身を地域で育むまちづくり」を基本理念として、3つの「めざす姿(目標)」を掲げ、「食をとおした健康づくり」「食をとおした人づくり」など4本の取り組みの柱とそれを包括する取り組みの柱として「食でつなぐネットワークづくり」を位置づけている。具体的な取り組みについては、行動計画を作成して進めている。

- ・計画の進行管理

「鎌倉市食育推進会議」は鎌倉食育推進計画の進行管理、次期計画改定に向けた調査・審議等を行い、その幹事会として、庁内関係各課による「鎌倉市食育連絡協議会」を設置している。

- ・次期計画策定に向けて

本計画の計画期間は、平成 25 年度から平成 29 年度までの 5 年間であり、平成 28 年度は第 2 期鎌倉食育推進計画の評価と第 3 期計画策定に向けた準備を行い、平成 29 年度には第 3 期鎌倉食育推進計画の策定作業を行う。

国は、平成 28 年 3 月に、平成 28 年度から平成 32 年度までの 5 年間を期間とする第 3 次食育推進基本計画を策定した。「多様な暮らしに対応した食育の推進」、「食の循環や環境を意識した食育の推進」、「食文化の継承に向けた食育の推進」を重点課題としており、第 3 期計画策定にあたってはこれらを踏まえて進めていく。）

【質疑等】

牧田委員

第 3 次食育推進基本計画で、新しく「多様な暮らしに対応した食育の推進」、「食の循環や環境」、「食文化の継承」について加えられたことは、時代の流れの中でとても良いことだと思う。食に関する意識の高い方は、最初の第 1 期食育推進計画の時から比べると、朝食をきちんと食べよう、栄養バランスを良くする、みんなで一緒に食べよう、地元の食材を使おうなどそういったところは、良い状況になっていると感じている。しかし、関心のある方と関心のない方が、両極に分かれてしまっていると感じている。関心のない方をどのようなかたちで掬い取っていくか、分かっていたか、それが多様な暮らしに対応した食育を進めることのポイントとなってくると思うので、第 3 期食育推進計画については、ここの部分に関して力を入れて何かアクションプランを立てられれば良いと思う。

中村会長

第 3 次食育推進基本計画での大きな変化は、食育の所管が内閣府から農林水産省に移ったことである。食育活動は、今まではどちらかというと健康づくりが行動色として強かったが、今回はフードコスト、食事の環境、郷土料理、伝統食材など、そういう色彩が出てきているのではないかと感じている。もう一つは、今までは教科書に載っている理想的な食事を描いて、それに合うように食育活動をやってきた。だから、家庭で手作りの料理を作って家族で食卓を囲むというようなサザエさんの世界のような話をしてきたが、そういう時代ではなくなった。女性は自立し、高齢者も一人暮らしが多くなり、コンビニやお惣

菜に依存した生活も悪いパターンではなくて、そういう生活をする人たちも認めざるを得ない、それもありとしなければならぬから、多様な暮らしという言葉にしている。だから、今までの理想的なものをモデルにするのではなく、現実を見据えた食育活動をやるべきだろうということで、多様な暮らしという言葉が今回入ったのではないかと思う。

(事務局から、「鎌倉市健康づくり計画」の概要について説明がなされた。平成28年3月に、健康増進法に基づく健康寿命の延伸・生涯にわたる市民の健康づくりの指針・行動計画として本計画を策定した。計画期間は平成28年度から37年度までの10年間であり、食生活・栄養、身体活動・運動など7つの分野について、各ライフステージの目指す姿と行動目標を設定した。健康づくり計画の「食生活・栄養」の分野と食育推進計画で、一部内容が重複する部分があることから、健康づくり計画とも整合性をとりながら、計画を推進していく。)

【質疑等】

中村会長

いつできたのか。

事務局

平成28年3月である。

中村会長

どこで配られているのか。

事務局

部数があまりないので、配らなければならないところに配れていない状況である。各支所、体育館、図書館では、計画を閲覧できる。あと、保健師や管理栄養士が事業でアクションをしていく際に、計画の概要版を持参して周知をしている。文字を少なくし、なるべくイラスト・コラムを入れて、興味を持っていただくようなかたちの計画にした。

中村会長

とても内容が充実していて、素晴らしい内容になっている。

中谷委員

健康づくりの知恵袋的な要素があって良い。

中村会長

鎌倉市の寿命など何か特徴はあるのか。

事務局

分析した結果、あまりないというのが特徴である。随分前にも分析したことがあるが、どちらかという健康状態は良い方で、すごく悪いことや疾病でこれが多いとかは出てこなかった。

中村会長

高齢化率はどうか。

事務局

高齢化率は7月1日で30.3弱までいっている。

中村会長

県下では高い方か。

協議会（高齢者いきいき課）

市で3番目である。

事務局

健康づくり計画の15ページに、健康寿命について載っている。

中村会長

平均寿命と健康寿命の差が、男性で1.67、女性で3.78というのは非常に良いのではないか。

事務局

健康寿命の算出方法が15ページの下に書いてある。国や県が発表している出し方があるが、そちらの数字の方がどちらかというと皆さんが頭にイメージする健康寿命だと思うが、市レベルだとその出し方だと健康寿命の算出ができないので違う算出方法を使っている。平均寿命と健康寿命の差が10歳くらいある算出方法とは違っている。

中村会長

要するに、鎌倉市の場合は要介護2～5を外した算出ということか。

事務局

政令市は国や県と同じ方法で健康寿命を算出できるが、国民生活基礎調査の結果は、市レベルでは出ていないので、鎌倉市は同じ方法で算出ができない。そのため、要介護の2～5を除いた算出方法で健康寿命としている。同じ方法で算出している神奈川県の数値が上の表に載っているものになるが、神奈川県の数値で見比べてもらうと、国の算出方法の数値とかなり違ってきてしまっている。

牧田委員

とても素晴らしいものだと思うが、どこで配られるかがすごく重要であると思う。指導的立場に係わる方がご覧になるものと感じたので、まず学校や福祉的な立場の方などにきっちり目を通して活用していただくことが重要だと感じた。それから、一般の市民の方に関しては、概要版の冊子が目にするものになると思う。これは現状と目標とそれに対する手段、どういうトライアルをしていけば目標まで達するかというのが細かく載っていて良いと思うが、市民としてはこういうことに興味を持つことが重要なことになると思う。イベントに持って行って計画をお渡しすることも重要だが、イベントに来る

方は健康であるし意識の高い方である。健康診断も受けない、食事のケアもしない、好きなものしか食べないなど、全く関心がない人は、健康づくり関連のイベントには絶対顔を出さないわけで、そういった人の底上げが大事であると思う。今の市の状況は、平均的な部分は段々上がってきているように感じていて、関心さえ持てば情報をとれる状況である。関心がない人にどうやって関心を持たせるかが、健康づくりや食育の一番のポイントになってきていると思う。健康づくり計画に関しても、多様な生活実態に即した底上げがどうやってできるかを考えていくことが大事だと感じた。市民課に戸籍の手続きを来た人に計画を見てもらおうなど、関心のない人に目を向けることを重点ポイントにすれば良いと思う。良いものができているわけだから、無駄なくお使いいただきたい。

中村会長

健康づくり関心層は2割くらいで、あと8割は無関心層といわれるが、無関心層をどうやって取り込んでいくのかが、国においても最大の課題である。

2 第2期鎌倉食育推進計画行動計画 平成27年度実績報告について

(事務局から、鎌倉食育推進計画の進行管理は、第2期鎌倉食育推進計画の「取り組みの柱」ごとに「実施事業」をまとめた「行動計画」により行っている旨、説明がなされた。【資料1】の中から、平成27年度の実績としていくつかの事業実績について紹介がなされた。)

【質疑等】

中村会長

安齋委員から、野菜の収穫体験について、当日の様子などご紹介いただけますか。

安齋委員

去年の秋の初めは暖かかったので、予定していたハウレン草が伸びすぎてしまって、たまたま蒔く時期を遅くしていたハウレン草を収穫してもらった。皆さん、ハウレン草を収穫するのが初めてであった。店頭で売られているハウレン草は根っこが切られているが、実際はすごく長い。我々は収穫用の鎌を使って収穫するが、さすがにお子さんにはそれはできないので手抜きでとってもらった。どうしても根っこが長いので、上からバリバリという状況でとれてしまった子もいたが一生懸命とっていた。お母さんもハウレン草の根の長さを初めて見られたのではないかと思う。そのあと、収穫したものを試食という形にしたが、お子さんたちは一生懸命食べていて、おかわりしてほとんど完食してしまっていた。

中村会長

河原委員から、腰越漁協での朝市や朝穫れフライなどの内容についてご紹介いただけますか。

河原委員

漁協では、毎月第1・第3木曜日に朝市をやっている。魚屋に比べれば品数・種類が少ないが、獲れたてということで、新しければ色々な料理法がある。例えば、カマスは売られているものだと塩焼きだけだが、獲れたてだと刺身にしたり、捌きやすいのでフライにすることもできる。フライは、儲かるとかではなく、定置網に入ったが市場で取引されない魚で、捨てるのはもったいないとなった時にフライにして提供したら、みんなおいしいと言って食べてくれる。ただ、魚の食べ方を知らない方が多いと感じている。まだ始めたばかりで手探りでやっているが、少しずつはお客さんに分かってもらってきているのではないかと感じている。テレビでも紹介してもらっているのでこちらとしては有り難い。

中村会長

取引されない魚とはどのようなものか。

河原委員

値がつかない魚で、家畜用や水族館の餌など、そういうものが結構ある。全て良い魚ばかりではない。イワシでもシラスの親であるシコイワシは、鮮度が落ちやすく刺身にするとおいしい魚だが、皆さんどのように捌いたらいいかわからない。だから、漁協で食べ方をわかってもらうために、フライにして提供している。

横塚委員

魚を捌けない人が多いと感じる。シニア世代でも海辺の町出身の人はできるが、そうでないとできない人が多い。また、魚に対する偏見があって、内陸の人はマグロを上魚、サバやアジを下魚と言っている。ここの土地で育った人の感覚だと、近海で獲れた新鮮な魚が良いと思うが、内陸出身者はそう思っていない。昔は冷蔵冷凍技術がなかったから、鮮度の問題がありそういう考え方が根付いたのだろう。魚が調理できるように、子どもの世代からやっていくべきではないか。例えば、小学校・中学校から家庭科の授業で魚が捌けるようにする、理科の授業で魚の「解剖」をすれば、家庭科が苦手な子の興味を引くと思われる。地元で得られる食材を実際に食べられるようにすることができる、ということは生きる力だと思う。

石橋委員

スーパーの鮮魚部門で、魚の調理の仕方が分からないお客様が非常に多い。調理する前の魚、鮮度抜群のものをそのまま売り場に置いていてもまず売れ

ない。刺身用、開き、フライ用に調理しないと売れないので、我々はそういう方向に進んでしまっているのが現状である。このあいだ、お客様で幼稚園のお子様を連れてお母様がいたが、その子が鮭の切り身が泳いでいると思っていた。本当に今、小さい子たちはお魚がどういう状況で生活しているのかわらず、鮭の切り身が泳いでいると思っているぐらいなので、その辺が我々の食育という面で課題であると感じている。

河原委員

結局朝市で困るのが、魚を捌けない人が多いが、皆の分を全てこちらで捌くのは大変なので、そこそこの量しか捌くことできない。そうすると、買う人が地元の年配の人に限られる。子どものうちから魚を捌けるようになると良い。魚のイメージとして生臭いというのがあって、魚を触るのも嫌という人もいる。腰越にこれだけ良い魚が揚がっているので、例えばイワシは包丁を使わず手で捌けるなど、そういうことを覚えていってほしい。そうすればこの先、魚を買っていただければ、おいしい魚が食べられるのではないかと思う。

3 アンケート調査について

(事務局から、【資料2】及び【資料4】を用いて、第2期鎌倉食育推進計画の評価を行うためのアンケートについて、質問内容や実施方法等、次のとおり説明がなされた。

- ・質問内容は、第2期鎌倉食育推進計画の指標の達成度を確認するために必要な項目と、次期計画策定を想定し、国の「第3次食育推進基本計画」の目標値を参考にして15問とした。基本質問は20歳以上の方を想定して作成し、各年代によって、質問項目と質問の表現を変えて、ふりがなを振るなどして、アンケート用紙を作成する。

- ・実施対象者は、市政 e-モニター登録者、庁内関係各課での各種イベント等参加者、市内で行うイベント等参加者、本庁舎来庁者、市内在住職員、各種団体等、幅広く実施する。対象者数は、第1期鎌倉食育推進計画評価時と同程度の保育園及び幼稚園児から高年期までの1200名程度を予定している。)

【質疑等】

牧田委員

選択肢が「ある」か「ない」だけのものがあるが、「どちらかといえば」と聞いているものもある。例えば、「伝統料理や郷土料理を受け継いでいますか」と聞かれて、「はい」と力強く言えないが、ないわけではないという方もいる。食品ロスについても、自分はずっとやっているけどたまには失敗することもあるというように、誠実に答えようすると二者択一だと迷ってしまう。その

辺も、この安全性についての問12のように、「あまりしてない」「全くしてない」「どちらかといえば」という表現を入れた方が、答えやすくなるのではないか。

有村委員

仰ったとおり、二者択一だと質問に答えづらいところがあると思う。

中村会長

年代別に分けてアンケートの設定を変えているが、幼稚園から中学校までは親に保護されているから良いが、日本人の食の中で一番の問題は16~19歳、高校生、大学生の、親から離れて独立していくが反抗期でもある年代である。うちの大学生を見ても、コンビニに通っている高校生はまともな食事ではない。この年代層が一番問題なのではないかと思う。この年代層をなんとかするような良いアイデアはないか。

メタ委員

高校生に対してこうした方が良いと言ってもなかなか聞かない。自分もその年代の時あまり聞かなかった。どちらかというところ、コンビニが良くないとか外食が良くないとか、そういう状況になって対応を考えるよりは、コンビニの方にどうにかしてもらった方が良いのではないか。

中村会長

今、コンビニもかなり意識されていて、野菜料理が増えて、セブンイレブンで一番売れたのは千切りキャベツだといわれている。消費者も意識し始めているし、メーカーも意識し始めているが、そういう思いがこの世代だけには伝わっていないのではないか。高校生で、野菜を食べなくてはいけないと野菜を食べている人はいない。

牧田委員

この年代に一番指導ができるのは教育機関だと思う。最近、体育会系の部活動では何を食べていいかという指導も随分していると感じる。筋肉を作るにはたんぱく質が必要だとか、ただトレーニングしてトラックを20周走るだけではなく、トラックを走って筋肉に乳酸が溜まったら、それを解消するためにはBCAA（分岐鎖アミノ酸）が必要だとか、サプリメントもそうだけどそういうものも摂らなくてはいけないなど、学校教育の中で取り入れていくこと、子どもたちが真剣に素直に聞けるような場を考えるのが良いと思う。歌だって声を出すためには、こういうものを食べて身体を作ることで声が出るなど、そこで食育の大切さを分かってもらえると良いのではないか。

中村会長

今回のリオオリンピックで、なぜメダルがいっぱい獲れたかという分析が始まっているが、その中の一つとして食事の管理を徹底したことがある。食

事のサポートセンターをつくって、一企業で40～50人の栄養士を派遣していた。スポーツ選手もちゃんと栄養を摂らないと勝てないとなってきた。

中谷委員のところの学生はどうか。

中谷副会長

そのことに関連して、アンケート年代別質問項目のところで、小学校思春期ぐらいから、痩せというところに意識が集中して食べなくなってしまう子が多くなっていると思う。国の第3次食育推進基本計画の中で、若い世代に対する食育の推進も出ているので、第2期食育推進計画では目標が設定されていないが、次期計画を見越して、20歳以上はメタボといったことがあるが、そのメタボの設問の部分で、若年層では痩せに視点を置いた設問を作ってはどうかと感じた。あと、第1期食育推進計画の評価の時、20歳代の対象者が少なかった記憶がある。一人のパーセンテージが高くなってしまっていたので、できれば20歳代のアンケートをなんとか集めて評価をしてほしい。

中村会長

20歳とか、高校生、大学生あたりはデータをとるのが難しい。

事務局

前回のアンケートの時は、無作為抽出で20～30歳代は200の方にアンケートを郵送し、40人から回収できた。今回は対面でアンケートを実施するが、20歳代は200人を目標にとる予定である。

中村会長

学校単位でとる方法もあるのではないか。

事務局

学校単位でお願いすることは現在考えていないが、中学校や小学校では学園祭があるので、そこに出向いて来場者にアンケートをお願いする予定である。

有村委員

アンケート年代別の質問項目一覧で、「普段、食品を購入する際に、どの表示を見えていますか」は、内容が重複しているので削除したとあるが、重複しているというのは、食品の安全性に関するところで聞いているからということか。

事務局

食品表示についてのものとして削除した質問は載せていたが、問12のところで、食の安全性について食品表示のことも含め、第3次食育推進基本計画の重点課題に合わせて質問を追加したので、食品表示の詳しい内容の質問については削除した。

古木委員

私も16～19歳頃は、まさしくいけないものを食べて過ごしていて、何に興

味があったかという美意識に関することだったので、そういうものに健康や食育を加えて伝えていくことができれば良いと思う。

中村会長

ご指摘のように、その年齢層の関心事に合わせていくことが大事になる。

メタ委員

食品表示を気にされている人は多いと思う。商品に色々書いてあるが、具体的には書いてなくてイメージで書いてある。裏面を見るとルールに則って書いてあり、その表示の見方を知っていれば正しいものを買えると思うが、どうやって見たらいいかわからない人が多いのではないか。

中村会長

とても大事なご指摘で、表示の見方について、企業もギリギリのところまで表現している。こういうことは意味がありませんとか、あまり書くと営業妨害になる。よく言われるのは、科学的エビデンスに基づいて表現し解説するということであるが、エビデンスがないものがまだ沢山ある。

事務局

先ほど中谷委員から痩せに関する質問のご意見をいただいたが、16～19歳のところは、「生活習慣病やメタボリックシンドロームの予防のためには適切な食事や運動が必要なことを知っていますか」の質問としているが、その年代は痩せ志向の方が多いため、16～19歳についても痩せについての質問に変えた方が良いか。

中谷副会長

そうした方が良く思う。この年代の人が生活習慣病と言われても、ピンとこないと思う。将来的にはなりたくないと思っただろうが、今の自分と照らし合わせても、なかなか答えが出しにくいのではないか。

4 その他

次回の推進会議は1月くらいに開催を予定しているが、詳しい日程等は調整して連絡することが確認された。

■閉会

閉会の挨拶

以上