

## 令和4年度第1回鎌倉市食育推進会議進行

令和4年10月27日（木）

15時00分開会

オンラインにて

### 事務局（石黒課長）

定刻になりましたので、始めさせていただきます。皆さまこんにちは。市民健康課長の石黒でございます。本日はお忙しい中お集まりいただきまして、ありがとうございます。

本日、安齋委員、河原委員、桜井委員からは欠席との連絡を受けております。本日の出席者は7名で、過半数を超えておりますので、本推進会議条例施行規則第3条第2項の規定により会議は成立しておりますことをご報告いたします。

前回から委員の変更がありましたので、ご報告いたします。3月末を持ちまして、副会長である鎌倉女子大学教授の中谷弥栄子委員から、辞退のお申し出がありました。後任として、同じく鎌倉女子大学教授の河内公恵委員に就任をいただきました。事務局としましては、前任の中谷委員からのご推薦であり、学識経験者の河内委員に、引き続き副会長をお願いしたいと考えておりますが、皆さまいかがでしょうか。

（異議なし）

河内委員いかがでしょうか。

### 河内委員

はい、承知いたしました。

### 事務局（石黒課長）

では、河内委員に副会長をお願いしたいと思います。委嘱状については、本日直接お渡しするところですが、オンライン開催のため、事前に郵送をさせていただきます。

河内委員、お一言自己紹介をお願いできますか。

### 河内副会長

中谷先生に代わりまして今年度から学科長になりました河内と申します。食育については研究の専門分野ではないのですが、学科全体の食育を担当している先生と協同しながら行いたいと思います。

先生方どうぞいろいろ教えてくださいますようよろしく願いいたします。

## 事務局（石黒課長）

ありがとうございます。次に傍聴希望者についてお知らせします。事前に傍聴希望者の募集を行いました。希望者はおりませんでした。

庁内関係課長で構成されている鎌倉市食育連絡協議会委員ですが、本日の会議には出席しておりませんが、本会議開催前に協議会を開催し、庁内の連携を図っております。

また、本日事務局の市民健康課職員が7名出席しております。

事務局からの説明は以上になります。このあとの進行は中村会長にお願いいたします。よろしくお願いいたします。

## 中村会長

ただ今より、令和4年度第1回鎌倉市食育推進会議を開会いたします。

コロナ禍も、もう開けつつありまして、通常の生活に戻りつつあります。この約3年に近い非常な状態を世界中の人々が経験したのですが、最近の報告によりますと、コロナ禍において人々の食生活とか栄養は悪くなったということが報告されています。やはり、室内で限られた食品と限られた料理を食べていたので選択する食品も料理もバラエティーが薄くなってきたということが一つあります。加えて、食べるものが非常に限定されまして、特に脂っこいものとか糖分の多いものを、簡単にできるものをみんな食べたため、栄養欠乏症と肥満が悪化したと言われております。

そのために、これからコロナ以降の食生活の改善はさらに検討しなければいけないなということでもあります。

それから、皆さんご存知のように地球温暖化の問題も起こってきました。これは人類がどうしても解決しなければ地球そのものが危ないといわれています。温暖化問題は我々が取り組んできて、車の社会はもの見事にここ数年間にガソリンから電気に猛烈なスピードで変わって車社会も生き残りをかけた変革を行いました。実は、車が出している排気ガスとほぼ同じぐらいの排出ガスを出しているのが食事です。これは食事を生産する農家から、そしてそれを加工したり流通するためのトラックやジェット機など、運搬する際に使用するガソリン、温室排出ガス、それから調理や加工、食品の貯蔵などでエネルギーを使っていくわけです。そういうことで温暖化効果ガスが起こって、日本人の生活全般の中の14%ぐらいが食事からくるものと言われております。これが大体車から排出される量とほぼ同じぐらいの量なのです。食事面からも環境の問題に取り組まなければいけないと思うのですが、今多く議論されているのがフードロスという問題です。フードロスには2種類ありまして、企業ロスっていう食品を加工してくるところに、起こってくる廃棄の問題です。例えば今、カット野菜

が多く販売されていますが、カット野菜を企業として生産するときに、根っこや葉っぱなどいらぬものを廃棄していきます。その加工の過程で出てくるこの企業から出るロスといいます。

もう一つは家庭ロスです。これが今、皆さんがよく経験される過程の中で、料理過程の中で無駄にしてしまうものですね。

これらをいろんな方法でリサイクルをして、ロスが起こらないようにしていますね。昨日もテレビで、レストランで食べ残してしまったものを家庭に持って帰って、そしてお店からロスが出ないようにしているということが放送されていました。

私は子供のときにはタッパーとか何かで持って帰って、家で分け合って食べたというのがあったのですが、そういう食習慣をもう1回取り戻そうというような運動も起こってしまっていて、いろいろな新しい食育、新しい課題が出始めてきているのではないかなと思っています。それともう一つは皆さん最近よく聞かされたいと思いますが、動物性食品を食べずに、大豆使った加工食品を食べる方もいますし、人工的に肉を作る研究もされています。シャーレの中で、人工的に肉を培養してしまうという、究極の動物性タンパクの摂取方法なんですけど、そういうこともやろうという動きもありまして、ただ、人口的に作った食品の安全性が保証されるのかということ、これからの課題になります。

それと同時に、そもそも肉の摂取量が少ない日本人が、肉の消費量を少なくする必要があるのかという意見もあります。欧米の人たちにとっては、肉の過食は控えなければいけないことですが、日本人はそもそも量が多くないわけです。そういったことが今議論され始めてきて、食育の問題は、ますます重要な役割を担い始めてきていると思っています。

そういった環境の変化がありますので、この会議も積極的に参加していただければありがたいと思います。

では、議題に入らせていただきます。

次第に従い、議題（1）令和3年度「第3期鎌倉食育推進計画」推進に係る取組状況について、事務局から説明をお願いします。

## 事務局（浦山）

事前にお送りしております資料1をご用意ください。

前回の3月に行いました食育推進会議において、令和3年度の実績報告から取りまとめ方法を簡素化するとともに、第3期鎌倉食育推進計画35ページの指標の達成状況を確認できるように、モニタリングを行うことといたしました。

資料1では、市の関係各課で、令和3年度にどのような事業を行ったかの一覧を記載しております。なお、新規事業や廃止事業はありませんでした。

いくつか事業について紹介をさせていただきます。

市民健康課では、予定していた事業はおおむね実施ができました。コロナの影響を受けて、引き続き未病センターは予約制、試食を交えた食育講座や離乳

食教室は内容を変更して実施しています。また地域から依頼を受けて健康教育を実施する地区健康教育は、コロナ流行前の半分程度の依頼となっています。情報発信として、昨年度は『感染予防の基本と免疫力アップ』で健康づくりをテーマとした情報発信を行い、20,000を超えるアクセスがありました。情報を求めている方にインターネットを使った情報発信は大変効果的であることを感しました。一方で動画での運動、子育て、離乳食に関する情報提供は再生回数が伸び悩む傾向にあり、運動や離乳食は実体験を求めていたり、子育ては仲間づくりや共有できる場を求めている人が多いように感じており、今後は使い分けをしながら、情報発信をしていきたいと考えています。

事業としては、おおむね実施ができていますが、コロナによる制限はまだ各所で続いており、また参加する側も「感染が怖いから人がいるところ（例えば支援センターや町内会の集まりやイベント）は控えている」方もまだいらっしゃる印象です。また、共食ができないことで乳幼児だと同じ月齢のお子さんと一緒に食べる場はほとんどなく、食事の進め方がわからない、あまり食べてくれないなどの悩みも聞かれ、まだまだ弊害はあるなど感じています。

次に農水課の事業についてです。

令和3年度は1～4の事業はすべて中止となりました。令和4年度は鎌倉の朝市、腰越漁協の朝市のみ再開し始めました。

次に高齢者いきいき課の事業についてです。

配食サービスの利用者は令和2年度に引き続き増加傾向にあるとのことです。

次に保育課の事業についてです。

園での食育事業は継続しているものの、一般市民を対象とした各事業はほぼ中止となっています。

次にごみ減量対策課の事業についてです。

環境教育は、対面での実施は中止となっていますが、保育園・幼稚園へはDVDや紙芝居の貸し出し、中学校にはオンラインと手段を変更し実施しました。

フードドライブについても、年3回の実施で、のべ156人、1040品、総重量400kgの食料品を配布することができました。

次に生涯学習課の事業についてです。

11種類の講座・教室中1種類のみ中止となりましたが、他は実施ができました。男の料理教室や、パンづくり講座など、調理実習を含む講座実施していますが、持ち帰り等、試食は行わない方法で行いました。

次に教育指導課の事業についてです。

給食等の時間における、楽しい会話はできず、黙食を継続しています。しか

し、黙食でできることとして、素材の味や香り、食感などを味わうことを楽しんで食べようといった声かけなどを行っています。

小学校、中学校の様子についてもお聞きしましたので共有いたします。

小学校では、配膳中にお話ししてしまいがちなので、教員と栄養士で、「お箸の持ち方」「食事のマナー」「みかんの皮の向き方」など、食事に関連した動画を5つ制作し、放送したりする工夫をしています。

また、オリンピック開催の際、フランスのニースと姉妹都市とのことで、フランス料理を給食で提供したり、ニースの都市について調べたりと学びを広げることができました。

中学校では、調理実習は実施できないままとなっていますが、鉢植えでミニトマトの栽培をしたり、野菜づくりをしたりしています。一人ずつアクリル板を持っているので、全員前を向いて黙食をしています。学校給食の業者から、地場の野菜を使用した際には、その紹介文が届いたりもしています。

## 中村会長

事務局からの説明について、ご意見・ご質問などございますか。

ほとんど事業は停滞してるのかなと心配したのですが、それなりにいろいろご努力されてやられたということがよくわかりました。

ご所属の取組状況や課題なども一言ずつご報告いただけますか。

及川委員からお願いします。

## 及川委員

質問ではないですが、今のお話を聞いていて、学校での給食は黙食で前を向いてっていうのは変わってないんだなっていうことを知ることができました。また先生の方で動画などいろいろな準備をされたり、フランスのことを調べたりなどと工夫されている様子が印象的でした。ありがとうございます。

## 中村会長

加藤委員お願いします。

## 加藤委員

ご報告を伺ってたくさん取り組みをされていることがよくわかりました。これまでの会議の中で教えていただいたことを実際職場でご案内することも多かったです。イベントや未病センターの案内、困ったときに市役所のホームページを見てもらえるようなリンク集などを作ってお渡しもしました。

一方で、体験や共有共感をするためにはそういう場が必要というお話もあって、そういうことを求めている方もすごく多いです。引き続き情報をいただいて、なにかしら還元できたらいいなと思っています。

それからフードドライブのお話をお伺いして今年栄養の日のイベントのテーマ

が「サステナブルに食べよう」ということだったので、クリニックでのイベントでも、この件に関してはたくさんご案内ができたと思っています。これに限らず、食べるということのも地球温暖化にこんなに大きく影響しているんだということを自分自身も心に留めて従事していきたいなと思いました。

### **中村会長**

富田委員お願いします。

### **富田委員**

黙食がかなりきちんとできておりまして、保育士たちが何も言わなくてもきちんと子供たちは黙食をしております、こんなに静かでいいのと思いながら私はよく保育室を回っています。

それから市の離乳食の動画も保護者の方にお知らせして、皆さん見ていただきましたので活用させていただいています。

先ほどのお話でちょっと気になったのが小学校ですか中学校ですかフランス料理が出たっていうのでどんなものが出たのかなと興味があります。後でまた教えてください。

それからやはり保育園では今保育士たちは子供と一緒に食べられないんですね。保育士たちは別部屋で食べているような状況です。

その中で保育士の表情が見えなかったり、もぐもぐしようねなどというのができないことがやっぱり一番今弊害になっているかなというのを感じています。

実は再来週くらいに知り合いがつぼ焼きの焼き芋のキッチンカーを持って保育園に来てくださることになり、少しずつ子供たちが楽しめる食育をまた取り入れていかれたらいいなと思っております。

### **中村会長**

河内委員お願いします。

### **河内副会長**

鎌倉女子大学では、実習後の試食等は全て黙食でアクリル板を隔てて行っております。ただ学生さんは昼休みにちょっと気が緩んでしまって朗らかにお喋りしながらということも時々散見されるので、教員が注意しているような状況です。それから、本学のゼミ活動として、いくつかの食育活動の中谷先生の頃からやっていたのですが、令和2年度3年度の2年間はほぼ休止となっております。

ただ、令和4年度に入りまして、そろそろいくつかイベントが再開されまして、飲食を伴わないという前提で再開されております。

中谷先生の後任の佐藤先生から、子ども食堂での食育活動のお手伝いについては休止していましたが、もし機会があれば、次年度からお声がけいただければお手伝いしたいということでしたのでよろしくお願いします。

## 中村会長

今大学もオンライン授業がほとんどなのですが、座学に関してはオンラインでなんとかカバーされているようです。実習がどのぐらいまでできるかが大きな課題になっていて、私どもの大学は栄養以外看護もあるのですが、看護の実習がないと臨床技術がほとんど身につかず、卒業していきなり病院に入って本当働けるかどうかというところもありまして、コロナ禍の卒業生は、現場に出ても1年間ぐらいは研修のような形になって影響が出てきているのではないかなと思っています。学生たちが一番困るのはサークル活動ができないということです。食育もサークル活動の一環としてやっている大学が結構あります。入学する前は楽しいキャンパスでのサークル活動というようなイメージとは全然違うので、かわいそうな学生たちだなと思っています。

## 河内副会長

本当そうですね。グリーンテーブルという、学食で食事をすると100円寄付されるという活動があったのですが、そちらも中止になっています。実習実験もクラスを半分に分けて行っておりますので、経験値が半分しかないということで、非常に調理や実習なども3年生になっても手慣れてないような感じがあり、経験値が欠落しているなというような印象です。

## 中村会長

本当にこの世代はずっと何か残るような感じがしますね。私らの世代は団塊の世代って言われていますが、今の子供たちは経験値が低いのではないかと私は心配しています。コミュニケーションの仕方もやや若干よそよそしいような感じで。

## 河内副会長

そうなんです。2年生3年生になるとクラスが和気あいあいとしてっていうような雰囲気がなかなかできなくて、ずっと初めまして状態が続いています。もちろん飲み会もできないし、本当に通常とは違う青春を送っているなという感じがしますね。

## 中村会長

そうですね。黙食はこれからずっと続くのですかね。これはやはり異常な食べ方ですね。食事の楽しさが半減しますよね。

## 河内副会長

なおかつ栄養教諭養成校なので、栄養教諭として食事の楽しさを教えていく立場にあるにもかかわらず、そこが経験しきれないっていうのは不安になっていますね。

## 中村会長

小学校の学校給食を先日見学させてもらったのですが、みんな正面向いて食べているんですね。あれでは食事の楽しさを学習できないんじゃないのかな。これから何らかの形で開放しないといけないと思うのですが、政府が「もう黙食はいいですよ」というような号令出さないと直らないというのも変な感じがしますね。どういうふうにすればよいか、何かいいアイデアがあったら教えてください。

次に牧田委員をお願いします。

## 牧田委員

3点ほどお話をさせていただきたいと思います。

まず1点目は鎌倉漁協の方の鎌倉の朝市が、この夏から再開いたしました。やはり皆さん、待ちかねていたという感じでした。地場の魚を、対面でやり取りしながら購入できるところが魅力なのだと思います。ただ一番最初に中村先生がおっしゃってくださったように、やはり地球環境の変化で、特に鎌倉漁協のテリトリーであるあの材木座坂ノ下のあたりの海の漁獲量が非常に減っております、本当にあつという間に魚がなくなってしまって、私どもの店舗も出店させていただいてるんですけども、さつま揚げぐらいしか出ていないというようなこともありまして、今後もしろんな意味で地球温暖化を考えていかななくてはならないと感じます。

2点目は、学校の職場体験のワークショップも、2年半ぐらい全くなかったのですが、実習を伴わない座学のようなものはまた再開しました。

それから3点目は、これは直接食育と繋がるものではないかもしれませんが鎌倉女子大の吉田先生とご一緒させていただいて、あの食品衛生協会の方で手洗いのワークショップを放課後かまくらっ子という学童の施設で手洗いの指導などをさせていただきました。手を洗うということによって間接的にやはり感染の防止ですとか、職員の安全ですとかに繋がることだと思っておりますので、今後も手洗い教室を、食品衛生協会の方から一つのプログラムを作りまして鎌倉女子大の吉田先生のゼミなどと協力させていただきながら、やっていきたいと思っております。

## 中村会長

ありがとうございます。今日のニュースでもヨーロッパの環境問題が深刻になってきているという情報が流れていました。日本は海に囲まれてるので風通しもいいし海が緩和してくれています、ヨーロッパ大陸は火災がしょっちゅう起きて、干ばつもひどいのです。

やはりこれから食育の中でも間違いなく環境問題は入れていかなければいけないと思いますね。

次に畠中委員をお願いします。



## 畠中委員

コロナ禍のこのような状況の中でも、いろんな事業をなさっていることを私共の以前関わっておりました団体の方に報告したいと思っております。私共が所属しているところは後期高齢者がとても多いです。この3年ほどの間で家族の介護とかいろんなことが始まりまして、どちらかという健康状態があまりとはいえない方が多くなっているのですが、コロナ禍でも子供たちや学生たちに食育を楽しくやっていくことを伝えたいと思っております。私達高齢者はワークショップ等行っても外食するというにもなかなか出かけることができず、閉じこもりがちになっています。インターネットでYouTubeなどから情報を得ている人もいます。これからコロナが落ち着いてくれば世代に特化した食育とか、健康をテーマにしたコミュニティを作りたいと思っています。今日は委員の方のお話を聞いて、元気をいただきました。

## 中村会長

ありがとうございました。

では、次に議題（2）指標のモニタリング状況について事務局から説明をお願いします。

## 事務局（浦山）

こちらは議題1の取組実績のとりまとめ方法の変更に付随して、今回から新たに追加したものとなります。取組実績の中で簡素化する代わりに、毎年数値を迫えるものをモニタリングし、達成状況を確認しながら、事業実施に活かしていくという形にするということで、食育推進会議においても承認を得ました。健康増進法に基づく健康づくり計画と本計画の食育推進計画の項目とを合わせたものになります。大きく食育に関わる項目は15～20及び29になります。

数値を見ますと、成人健診受診率は、目標値と乖離があること、メタボリックシンドロームやその予備軍、やせ、肥満の割合も悪化傾向にあること、大人の重点項目としている運動の分野で「普段からだを動かす時間が1時間以上ある人」や「1日30分以上の運動を週1回以上している人」は青年期で数値が大きく下がっている傾向が見られました。

食事については、「主食・主菜・副菜を組み合わせた食事が1日2回以上の日がほぼ毎日の人の割合」では壮年期が若干悪化傾向・60～74歳は横ばい、「朝食を毎日食べている人の割合」では青年期で若干悪化傾向・壮年期と61～74歳で横ばい、「ゆっくりよく噛んで食べる人の割合」では壮年期と高年期で改善傾向となりました。

先日、厚生労働省から健康日本21（第二次）の最終評価報告書が公表されました。

食生活栄養の分野では、共食の増加（食事を一人で食べる子どもの割合の減少）は目標値に達していましたが、適正体重を維持している者の増加（肥満とやせの減少）と適切な量と質の食事を摂るものの増加では、「変わらない」という評価となっております。特に、悪化傾向にあるものは、20～60歳代の男性の肥満者の割合、主食・主菜・副菜を組み合わせた食事を摂る人の割合、野菜と果物の摂取量が該当となりました。また女性のやせは、若い世代だけでなく、40～50歳代でも一定数いることが明らかになっており、フレイル予防の観点からも対策が必要との記載がありました。

これらは本市のモニタリング評価でも課題となっており、国と比較しても同じような傾向であることがわかりました。

以上で説明を終わります。

### 中村会長

事務局からの説明について、ご意見・ご質問などございますか。  
鎌倉市では肥満傾向が進んでしまったのですね。

### 河内副会長

先ほど野菜果物の摂取の悪化ということがあったんですけども、これは何か理由は考えられますでしょうか？

### 事務局（浦山）

野菜・果物の悪化のところは鎌倉市の情報ではなく、国の健康日本21の評価になります。野菜・果物の野菜と果物の摂取量の増加という項目では、D評価になっていまして、野菜の摂取量は平成22年が282gで、評価時の令和元年が281gでほぼ変わっていないというような状況でして、果物についても、果物の摂取量の100グラム未満の者の割合が、策定時平成22年は61.4%だったのが、令和元年は63.3%で100グラム未満の人が増えているという状況です。

### 中村会長

野菜・果物は増えませんね。もう何年間も野菜をもっと食べましょうと啓発しているのですが全国調査でも増えていけないし、都道府県調査でも増えていないですね。これ以上野菜を食べるのは無理なんですかね。

### 河内副会長

手間がかかるのではないかと思います。中谷先生は、野菜の作り方が周知されてないんじゃないかということで簡単に作れるメニューの提案を精力的にやられていましたけれども、作るのが面倒くさいのではないかという仮説を立てていらっしやっただと思います。

### 中村会長

そうですか。果物は高いというのものもあるのではないかと思います。日本の果物は外国に比べて高いのです。クオリティも高いのですが。

### **牧田委員**

野菜に関して、気がついたことが2点ほどあります。1点目は、やはり世帯人数が非常に減少しておりまして、独居の方、お2人の方、そういったところでキャベツ1個ですとかなかなか使い切れないという現状があるとは感じております。

個人的なお話ですが、私は家族が比較的多いので、野菜をたくさん買ってきても使えるんですけども、やはり子供が一人暮らしをしていたときは野菜はなかなか食わず、外食時にサラダを食べるくらいが現状だったようです。野菜をたくさん消費するためには売り方も考えなくてはいけないというのは感じました。それから2点目、私共は惣菜製造もしておりますが、昔のような煮物はあまり売れません。今一番の売れ筋はサラダなのですが、サラダは生で食べるわけですからあまり量をいただけません。嗜好の変化もあるのかもしれませんが、冬になると、おでんやふろふき大根など重量のあるものもはけるのですが、やはり通年で見ますと、煮たり焼いたり炒めたりというよりも、サラダが売れています。ですから、火を通してかさを減らしてそれなりに量を食べられるような方向で食べられるような啓蒙をしないといけないのかなと思います。

### **富田委員**

果物に関してなのですが、特に小さい子供をお持ちのお子さんだと、保護者が果物を好きでなくて食べないと子供は当然食べなくなります。

そうすると食経験がないまま大人になり、どうしても果物は食べないと思うのです。

保育園ではできるだけデザートに果物を出すようにしてるのですが、家庭事情というのもすごくあるような気がします。何年か前に保育園でデザートにさくらんぼが出たときに、おうちで食べたことがなかったようで「これ皮剥くの？」と聞かれたことがありましたので、その辺も考えながら保育園としてはやっていきたいかなと思っています。小学校でもきっと同じことが言えると思います。

### **加藤委員**

野菜に関しては、先ほど野菜はサラダだと思ってるっていうお話がありましたが、それは本当に若いお母さん世代では多く感じます。

ご年配の方、壮年期くらいの方ですと和惣菜を食べてくださいってお伝えすると、もうそれで話が終了するんですが、30代より下の方だと和惣菜って何ですかというところから始まって、葉っぱものだったら煮びたしにしてとか料理の説明からするようなことがよくあります。果物に関しては、勤め先が糖尿病のクリニックっていうこともあるかもしれませんが、糖質オフ、低糖質ブーム

が非常に今まだ強くありまして、果物イコール悪いものというような考え方が多いです。ビタミン・ミネラル・食物繊維が豊富であることを伝えたり、1日これぐらいの量でしたら、大きく響きませんか、食べ方の提案なんかもするのですが、果物には手をつけなくて、糖質というくくりで言う野菜や米、主食に至る糖質まで気にされて、肉とか魚とか、そういうものタンパク質をメインに取っていくような食生活の方がとても多いです。一方で、デザートには低糖質をうたっている人工甘味料を使ったようなデザートを召し上がっていて、というようなことを聞くと矛盾だなと感じたりすることもあります。低糖質ブームはちょっとまだ続くのかな、ちょっと違うなということを日々感じながらお話しはしています。

### **中村会長**

果物が糖尿病に本当に悪いのかいいのかということは、今から10年前ぐらいに大規模な研究がありまして、糖尿病の発症にも関係しないし、糖尿病悪化することもないというのが結論です。だから、糖尿病患者さんの果物を制限するのは全く意味がないということになります。果物にはフルクトースという糖が含まれていてこれは確かに動脈硬化を進めるのですが、通常の果物に入っているレベルではそんなに影響しません。

それともう一つですね、果糖にはペクチンと言って水溶性の食物繊維が入っていて、これは逆に血糖を下げます。果物からジャムができるっていうのは食物繊維があるからです。だから果物全体としては血糖を上げるものもあるが下げるものもあるから、全体としては糖尿病が悪化はしないということになります。だから、食品交換表で出てくる小さめのリンゴ1個ぐらいっていうのは、むしろ食べた方がいいというふうに思いますね。低糖質に関しては、一部そういう意見を言う先生方もいらっしゃいますし、糖質を制限しなければいけないタイプの糖尿病もあるのですが、糖尿病の人全部が低糖質でなきゃいけないという論拠はありません。

### **加藤委員**

そういったことを個人個人には伝えられても、大きなメディアなどで低糖質を打たれるとなかなか難しいなっていうのは日々感じています。

### **中村会長**

そうですねマスメディアって何か売ればいいので、そういうことを取り上げますね。

では、議題（3）ホームページでの情報発信について事務局から説明をお願いします。

### **事務局**

画面共有をしますので、ご覧ください。

これまでの会議において、情報発信が課題であり、必要な人に届いていないのではないかという指摘を受け、ホームページの中に健康情報を集約したページを作成しました。

画面をご覧ください。現在もホームページ内で健康情報を発信していますが、あちこちのページにちらばっていたものを1か所にリンクをまとめる作業をしました。また、市の情報以外でも健康づくりや食育推進に有益な情報で公的な情報も掲載しています。また、毎月のトピックスというような形で、特に読んでもらいたい記事が上にくるようにすることで、定期的に関覧してもらえそうな仕様としています。

### **中村会長**

何かご意見、ご質問はございますか。

ないですか。

ぜひホームページを活用していただければありがたいと思いますね。

では、その他について 事務局からお願いします。

### **事務局（浦山）**

今回は令和5年1月26日（木）15時からの開催となります。オンライン開催となりますので、また改めてお知らせをさせていただきます。ご確認をよろしく願いいたします。

### **中村会長**

他に委員の皆さんから何かありませんか。

これで令和4年度第1回鎌倉市食育推進会議を閉会します。