

令和5年1月26日（木）  
15時00分開会  
オンラインにて

## 事務局

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、富田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9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。

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、本日の議題については、予め諮って、検討しています。

また、本日事務局の市民健康課職員が5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2回鎌倉市食育推進会議を開会いたします。

3日前に、私はタイに行っていたのですが、とても伝統ある格式高いタイの大学に栄養の研究所がありまして、そこについて所長さんとこれからのアジアの栄養の問題を考えましょうというような話をしてきました。

アジアは今、地球上で最も過熱しています。それは人口が最も多く、お金が今最も集まって経済も最も活発で、毎年のように大きな変化を起こしているわけです。カラススポットライトのようなのが今アジアの地域です。

中国とインドを含んでいるということで、世界の人口の多くをアジア人が占めているわけですね。この急速な経済変化が起こって、経済急速な経済変化が起こるっていうのは多くのお金がアジアに集中するのですがそれと同時に食生活も集中してくるわけですね。食事の欧米化っていうのが急速に起こって、今まで貧しくて食べ物が少なくて、低栄養失調に悩んでいたアジアの国々がどんどん肥満が増えてきて、タイに行って驚いたのですが、成人の半分ぐらいが肥満者なので。いつの間にか肥満大国で糖尿病が急速に増えています。

一つとても重要なことはですね、そのアジアの国々にはそれぞれ地域とか村とか町があって、そこに伝統的な食文化というものを持っています。

我々も食文化というのを持っていますが、崩壊しつつあるわけ。今まで

は、この伝統的な食文化よりも、欧米化した方が栄養状態を良くなるということで推奨されていたのですが、どうもそれは問題だろう、いわゆる過食になって肥満になって高脂肪になって糖尿病とか動脈硬化が増えてくる、これはもう日本でも体験して、日本はメタボ対策で乗り切ったわけです。

今は、アジアではそのメタボ対策をまだやっていません。したがって本当に糖尿病患者さんが増え始めてきて、深刻な問題になりつつあります。

もう一つでない皆さんご存知のように SDGs という問題があります。

なぜこの SDGs に世界の人々が取り組まなければいけないかということですが、理由は今のような人々が今の生活を続けていたら、2050年まで地球がもたないということになります。こうなると、その中地球上に存在する多種多様な生物が危ないということになるわけですね。地球環境がおかしくなって生物が生きていけない、そうした原因は人間です。人間があまりにも急速な近代化をしたために環境に傷つけてしまう。地球温暖化もまさにその最たるものですね。この地球環境を維持しながら2050年までにすごい人口が増える人々、誰をも取り残さない、誰をも死な不健康にしない状態でこの環境を維持し健康を維持するにはどうしたらよいかというテーマが現在の食事のテーマになりつつあります。今までは人の健康のための食事のあり方をずっと議論していたのですが、どうも人間の健康だけじゃなくて、地球の健康も同時に考えないと、人間自身、生物自身がおかしくなる。つまり、もっと言えば人間のためにも地球のためにも優しい食事をするにはどうしたらいいか。両方が共存しないとやっていけない、これが SDGs が作られた大きな目的ですね。そうすると、どんな食事をすればいいのかということになるのですが、一つのモデルはそのそれぞれの地域に古くから根強くある郷土料理ではないかと言われ始めてきております。つまり、その地域の中で何千年っていう人々が生き残っている食生活の文化とか食事の嗜好とかっていうのはもうずっとそこで継続していることは持続可能性があるということなんです。郷土料理っていうのをもう1回掘り起こして、流通機構とか料理法とか、そういうものを再発掘すべきではないかっていうことに、今社会の人々が気づき始めてきているわけです。

今回我々の鎌倉食育推進会議でも、鎌倉にある伝統的な食文化を再発見していくっていいものは残していく、ただ伝統的な食事が一方的にいいかといえば伝統的な食事にも問題があります。特に、多くの日本の伝統的な食事は食塩の摂取量が多いのです。やはり伝統的な野菜や果物など新鮮なものを保存しようと思ったら、日本は塩漬けにしたわけです。欧米は油漬けにしたのですが。したがって、郷土料理が多くなればなるほど食塩の量は多くなります。だから、減塩をしながら伝統的な食事を維持していく。そして伝統的な食事は一般的に植物性タンパク質が多く、全体としてのタンパク質量が少ないです。ビタミンやミネラルも少なく、低栄養になりやすいという危険性があります。メタボにはいい食品でしょうが、高齢者のフレイルに伝統的な食事をそのまま高齢者に残していくというのは問題もあります。だから、栄養のバランスを考えながら、伝統的な食文化を合理的に保持していくにはどうしたらいいかということをお考

えなければいけないかなと思います。少し長くなってしまいましたが、これから議題に入らせていただきます。

次第に従い、議題（１）計画評価及び策定のためのアンケート調査の概要について、事務局から説明をお願いします。

## 事務局

資料１「令和４年度以降のスケジュールについて」をご覧ください。本市の食育推進計画と健康づくり計画は令和７年度までの計画期間となっており、令和７年度に新計画を策定予定であります。そのために令和６年度には計画評価及び策定のためのアンケート調査を実施することになります。このアンケートを実施するための予算確保を行う上で、令和５年度の夏頃には、アンケート調査の概要は決めておかななくてはいけないため、今回の推進会議の中で対象者、人数、調査方法等について決めたいと考えています。また、質問項目の内容については、令和５年度、次回以降の推進委員会で詰めていきたいと考えています。

次に資料２、鎌倉市健康づくり計画及び第３期鎌倉食育推進計画に関するアンケート調査の概要について（案）をご覧ください。

１、目的、市民の健康や食育に関する理解や関心、ニーズ等を把握し、今後の事業展開や方向性を定める基礎資料とし、また他資料との比較をすることで市の置かれている現状を把握することを目的とします。

２、アンケート業務の概要です。対象地域は鎌倉市全域とし、無作為抽出を基本としますが、前回同様、市内を５地区に分け、その地区ごとに偏りのないように抽出を行います。

対象者は前回と同様３歳児健診対象者、小学校６年生の児童と保護者、中学校３年生の生徒と保護者、２０～３９歳の青年期、４０～６０歳の壮年期、６１～８０歳の高年期に加えて、今回は１６～１９歳を追加しています。また、思春期の保護者と青年期・壮年期・高年期の対象者とは同じ方が重複して対象となることのないよう、調整をする予定です。配布数は前回と同様としています。

３、アンケートの送付及び回答方法についてです。今回から高年期以外電子回答とする予定です。QRコードやURLを記載したハガキを送付し、回答を依頼します。高年期のみ、紙回答及び電子回答用のURLを送付し、どちらか一方での回答を依頼します。

小学生、中学生については、学校を介してアンケート用紙を配布するのではなく、直接ご自宅にハガキを郵送し、回答は親子でそれぞれ別々実施してもらうこととします。

また質問数については各年代ごとに現在予定している数を記載しています。

【参考資料】の質問項目一覧をご覧ください。こちらは、新型コロナウイルスの流行の影響を受け実施はしませんでした。令和２年度に中間評価を行う予定で準備をしていた健康づくりのアンケート調査項目と食育のアンケート項目を合わせたアンケート項目になります。令和６年度のアンケートもこれをベー

スに考えていく予定です。しかし、青年期・壮年期・高年期は、質問数が約 85 問と多いことから、電子回答ですと、1 時間弱程度かかってしまうと考えられ、回答率が低くなってしまわないかと懸念しています。そのため、各分野で少しずつ質問数を減らす方向で見直し、50 問程度（約 30 分程度）を目指すのがよいのではと考えています。

4、スケジュール案についてです。今回は学校等のスケジュールを考慮し、令和 6 年 7 月中旬ごろから対象者への通知を行い、7 月中旬から 8 月上旬ごろまでをアンケート回答期間とする予定です。回答期限前に 1 度、全員にリコールハガキの送付を行い、8 月中旬から集計・分析を開始します。9 月中旬に速報概要値報告、令和 7 年 1 月に結果報告書及び集計データの完成となる予定です。

また、小学校 6 年生と中学校 3 年生は、毎年 5 月ごろに全国学力・学習状況調査の調査問題があります。同じような質問になる場合には、その理由や再度回答のお願いを付け加えたいと考えております。

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。

これはどのぐらいの規模を目指していらっしゃるのですか。

#### **事務局（浦山）**

はい、配布数が全部で 6475 人になるのですが、前回回答率が 50% くらいとかなり良かったので、今回もそのあたりを目指していかなければいけないなと思っています。ただ前は全員紙回答でしたので、今回電子することで回答率をどれだけ維持できるのかというところがあります。

#### **中村会長**

そうですね。これは郵送するのですか。

#### **事務局（浦山）**

はい、高年期以外については、はがきをお送りする予定で、そのはがきに 回答用の URL や、QR コードを記載しておいて、インターネットから回答をしてもらうというようなイメージでいます。

前は質問票と解答用紙を、全て郵送でお送りをしまして、返信用封筒でお返しいただいたというような形です。

#### **中村会長**

はい、わかりました。はいどうぞ、加藤さん。

## 加藤委員

前回から減らした質問項目というのがありますが、どうしてその質問を減らしたのかが気になりました。個人的に乳児期の授乳方法とかすごい気になっていることだったので、その質問もなくなっていたりしたので、どうしてこの減らされた質問は減らすことになったのかなという疑問がありました。

## 中村会長

事務局どうぞ

## 事務局

令和2年度の調査項目のところを見ていただいて、空欄になっている個所が前回からなくした項目になります。令和2年度ときも、少しでも質問数は減らそうとしておりまして、削除できたものというのは、3歳児健診であれば皆さんに一人一人問診票を書いていたいただいてまして、そこから拾えるものがあるだろうということで、この調査で改めてやらなくても数字を取ることができるかと判断し削除したという経緯があります。

ただ前回と比較するとき、同じ数値の取り方でないと比較ができないものなどは残したりですとか、あとは指標に関連するものはどうしても削れませんので、そこは残したりというようなところで、なかなか質問数を減らし切ることができず、結局大人の方は85問くらいになってしまったというような形です。さらにそれを50問くらいに減らさないといけないので、直接指標に関わらないところや、今後の事業に直接影響しそうなところなど探して削っていくのかなと今事務局では考えています。

## 中村会長

加藤さんいかがでしょうか、大丈夫ですか。

## 加藤委員

ありがとうございます、よくわかりました。

## 中村会長

他にございますか何、なければ、大体ほぼご承認いただいたということにします。

では、議題(2)「国・県の計画の概要について」

事務局から説明をお願いします。

## 事務局

資料1の下の表をご覧ください。

まず国、県の健康増進計画についてです。国の健康日本21(第二次)と県のかながわ健康プラン21(第二次)は、現計画が令和5年度まで、次期計画が令

和6年度からとなっています。国は今年度末に計画を策定、県は来年度末に計画を策定しますので、この内容についてはアンケート項目作成時にすり合わせをしていきたいと思っております。

国の策定状況ですが、現時点では骨子（案）や次期プランにおける目標（案）などが示されている状況です。

～概要～

・4つの基本的な方針

①健康寿命の延伸と健康格差の縮小

②個人の行動と健康状態の改善

③社会環境の質の向上

④ライフコース …これまでのライフステージ特有の健康づくりに加えて、現在の健康状態はこれまでの自らの生活習慣や社会環境等の影響を受ける可能性があることや、次世代の健康にも影響を及ぼすものであることを踏まえ、胎児期から老年期まで人の生涯を経時的に捉えた健康づくり（ライフコースアプローチ）について、他計画とも連携しつつ、取組を進めていく。子ども・高齢者・女性の3つのセクションで指標が出される。

また、その他変更点としては、

・社会活動に参加している割合について、現プランではボランティアあるいは健康に資する活動に限っているが、社会活動全般のネットワークが健康につながるといわれており、趣味やスポーツ、就労といった幅広い社会活動をとらえることができるようにする。

・現プランでは栄養・食生活のセクションにある「共食の増加」は、社会とのつながりの維持・向上に移動させる。

などがあげられています。

次は国、県の食育推進計画についてです。国の第4次食育推進基本計画は令和7年度まで、県の第3次神奈川県食育推進計画は令和4年度までとなっております。今、県の次期計画策定はパブリックコメントが終了した段階です。国の計画は令和7年度に次期計画を策定するとみられますので、ここについては、国の動向を見ながら市でも計画策定をしていけたらと考えています。

国の食育推進計画については、

重点項目が3つあげられています。

①国民の健康の視点として、生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進…具体的には望ましい食生活、やせや肥満、高齢者の低栄養予防、共食、食の安全など

②社会、環境、文化の視点として、持続可能な食を支える食育の推進…具体的には家庭での食育、地域での食育、地産地消、食品ロス、食文化の継承など

③横断的な視点として、「新たな日常」やデジタル化に対応した食育の推進…具体的にはSDGsの視点、コロナ禍による新たな日常にも対応する食育、社

会のデジタル化

です。

県の食育推進計画についてはこの後桜井委員から策定状況や内容についてお聞きできたらと思っております。

以上で説明を終わります。

## 中村会長

桜井委員、県の食育推進計画の策定状況についてお伺いできますか。

## 桜井委員

はい、鎌倉保健事務所の桜井です。私の方から県の食育推進計画の策定状況や内容について少しお話させていただきます。

まず策定状況ですが、県の食育計画は食みらいかながわプランといいまして、計画の見直しは5年ごとに行われております。

現在の計画が第3次計画で平成30年度から令和4年度までですので、第4次計画は令和5年度から9年度という形になります。この次期計画の素案を今策定しておりまして、12月の15日から1月の14日までパブリックコメントを行いました。現在、そのパブリックコメントの意見を検討し、反映した最終的な計画の策定作業中というところになっております。この3月に第4次神奈川県食育推進計画、食みらいかながわプラン2023を、発刊する予定となっております。この新しい計画の内容ですけれども、今事務局から国の計画について説明がありましたけれども、県も国の動向を見据えて基本的な構造、考え方は同じようなものとなっております。第3次計画の評価を行った結果、農林水産業の体験や伝統ある食文化を伝えていく機会や場があることに満足している県民の割合とかあと、地元で採れた新鮮な野菜や魚を食べることに満足している県民の割合が増加するなど、神奈川の食に親しむ県民が増えてきたという状況があります。しかし一方、野菜の摂取量の房くん不足や朝食の欠食率など食を巡る課題は依然として残っている状況でした。さらに、新型コロナウイルス感染症の流行は食にも影響を与えており、対面での活動の自粛などから食育の推進に関わるボランティアの数の大きな減少、食事での感染症対策のための黙食個食の推奨により、共食の回数も大きく減少しておりました。

このような状況は、国の第4次計画においても課題とされており、重点事項の生涯を通じた心身の健康を支える食育の推進、持続可能な食を支える食育の推進、新たな日常やデジタル化に対応した食育の推進等の視点、観点を踏まえて、神奈川県に合わせた食育を推進していくこととしております。以上になります。

## 中村会長

ありがとうございました。

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。

現計画での鎌倉独自の取組はありますか。他と違うことなどは。

## 事務局

鎌倉独自といいますと、他と大きくことなるようなことはありません。ただ鎌倉ならではのといいますと、地場の野菜や魚がありますので、体験だったりとか、地元の食材を買いに行こうだったりとかそういったものが入っています。また鎌倉市はごみのリサイクルの率も昔から全国的に見ても高いのですが、食の3Rの推進というのも今回重点項目の一つにしておりまして、フードフードバンク、フードドライブなども年に数回実施していて、市民の皆さんにもだいぶ周知がされてきているのかなというような感覚はあります。

## 加藤委員

今週の月曜日の毎日新聞で、大阪府吹田市と小学校と国立循環器病研究センターが協力して減塩食を学校給食で定期的に取り入れていくようになったみたいな記事を読んだのですが、鎌倉市も何かそういう小学校とコラボして何か反映させていることがあるのかなと思いました。あとうちの子供に限って言うと、給食ではなくてお弁当なのですが、そうすると、情報というのはなかなか自分で取りに行かないと得られなくて、先ほどの桜井さんの方からご案内いただいたような情報というものなかなか保護者としては触れることはないです。例えば、今調理実習も学校ではないので全部長期休みの宿題として出るので、それも親が全部やっちゃったりして、子供まで届かなかったりとかするので、何か子供に直接行くような方法ってあるのかなと思いました。

## 中村会長

事務局、どうでしょうか。

## 事務局

最初の給食についてですが、学校給食の方でも様々なテーマを設けて、健康面だったり、地産地消だったりテーマとした給食っていうのは年に数回実施しているようです。ただ減塩食をテーマにしているかについては学校給食の担当者にも一度確認をしたいと思います。

それから、お子さんのお弁当ということなのですが、高校生とか中学生とかですか。

## 加藤委員

小学校と中学校なので、給食で学ぶ機会も今は調理実習もなくて、保健だよりとかでのご案内はいただいているのですが、何か体験として得られることが少ないです。

## 中村会長



加藤さん、学校全体に給食制度がないのですか。それとも学校給食をコロナで止めているのですか。

### **加藤委員**

学校給食がない学校です。インターナショナルスクールだったりとか、一部私立の小学校だったりとか、そういう環境だと給食から知られることもなくて、たまたまその毎日新聞で読んだようなこともないなって思っていて、子供が集まる場とかで何かあるのかなと思いついてみました。

### **事務局**

今年度から食育の講座の中で始めた事業がありまして、学童の中に入れていただいて、小学生の子供たち向けに骨がどうやったら強くなるかというテーマでお話をしたりとか、料理カードを使ってどういう組み合わせがいいかなとか、そういったことを考える食育講座を今年行いました。それが子供たちにも好評だったので来年度はまた別の学童で続けていけたらいいなというのがあります。

もう一つは、健康教育で保健師や栄養士が小学校、中学校、高校から依頼をいただいて、学校祭などに行かせてもらうという機会があります。そこに行かせていただくと保護者の方がメインではあるのですが、子供たちもあの参加をしてくれることもありまして、そういったところでは子供たち向けに栄養や健康の話とかをしています。依頼をいただかないとなかなか私達も入っていけないというところがあるので、何かもし集まる機会などがあればご相談いただきたいと思います。

### **加藤委員**

ありがとうございます。給食がなくても栄養の先生がいなくても、そういう先生が来てくださるっていうことができると思うことができました。

### **中村会長**

ありがとうございます。ちなみに、大阪府吹田市は、そこに国立循環器病センターというのがありまして、日本の減塩運動の拠点になっています。今 WHO は一日食塩の摂取量を 5g まで抑え込もうという世界的な運動を起こしています。食塩 5g というと、今日本人が平均的に食べている量の半分になります。だから到底達するような話ではないのですが、大きな目標を掲げています。世界中の人々が食塩を 1 日 5g にするとですね、高血圧や高血圧に関係している循環器疾患、脳卒中、冠動脈性心臓発作などのリスクがほとんどなくなるというデータを WHO は持っているのです。世界中の医療費が増えていますので、人々が健康になるというためとその国の経済的安定を図るために、不可能かもわからないがとにかく食塩 5g ということ掲げようと言われていました。おそらく循環器センターとしては、地元の小学校と連携して、モデルを作っていこ

うみたいな気持ちがあるのではないですかね。

今日初めて給食が全くない学校の父兄と初めてお会いしたのですが、父兄の方から給食を出してくれという意見、要望は出ないのですか。

### 加藤委員

はい、そうですね。私立などの学校では学校給食がないところは多いですよ。入学前から父兄もそれをわかって、お弁当作りは親の責任で頑張りますということでスタートはしているのですけれども、でも実際にその学校でそういう機会があっても、親子で料理を作るような宿題の機会とかあっても、子供が参加してなかったりっていうのを聞いたりとかすると、どうしたらいいのかなとか思ってしまいます。あとはその子供の食塩摂取基準とかも5gはかなり厳しいのにもうスナック菓子だけで1グラムとかおやつだけ食べちゃうっていうようなことを見聞きしたりとかすると、食塩量がどのくらいになってしまっているのかなと日々疑問に思ったりします。他の方がお考えなのかなって思ったりすることは多いですが、今中村先生から話があったように WHO が言っているのであれば、もっと早く策が講じられればいいのになと思いつながらお話を聞いていました。

### 牧田委員

今加藤さんのお話の中で給食に関してですが、年に1回ぐらいは地元の製造業者の作った製品を入れて下さるといふご配慮がありまして、中学校給食の納入業者の申請をしております。基本的には給食業者の方が必要な食材を全部出した上で、それに対して手を挙げるのですけれども、別途にその地産地消の食材をお持ちですかという項目がありまして、私どもでも漁協さんと一緒に作らせていただいた練り製品などがありますので、そういったものを提案したりしていますが、なかなか採用はしていただけないのです。やっぱりコストの問題もありますのでね。でも一応教育委員会としてもそういったことをお考えになっているようだなというふうな情報として一つ、この場で共有したいと思いました。

それからもう一点いろいろお話を聞いていて、加藤委員のお子さんの学校がお弁当という話ですが、私も子供が5人いたのですけれども、そのうち2人は給食も全くない私立の小学校だったので。残りの3人は国立と公立だったので、給食はありました。それで給食がないことではなくて、そういった情報がなくてご不安で、何かそういう場があればというお話でしたけれども、やはり給食がないということは、つまりお母様のご家庭で作られたものを、小さいときには召し上がっていただいた方がいいという一つの、学校としての食育の姿勢なのだと思うのです。給食もいい部分と悪い部分、悪いというか足りない部分もありまして、食の基本はやはりパーソナルなものであるという思いがその学校にはおありになると思います。最近私は感じているのは、食育に関して感じているのは、家庭でも料理体験が少なくなっている、中食ビジネス

ていうのもありますけども、基本的には家庭で家族に食を提供して、そしてその家庭内で食の場があるっていうことが大事だと思っています。だからそういう中でお弁当毎日お子さんに作られるっていうことは、そこにその栄養的なものが足りなくても愛情があるっていうことであって、ある意味、ファーストステップというか、第1段階となっていて、これからそういう情報をどう取っていくかというところは、何か公のところで補っていただくということなのかなと思います。やはり食体験を豊富にまずは家庭の中で、作り上げていくためにはどういうことを積み重ねていったらいいかっていうことを行政の方でも考え、もちろん給食や、保育園での取り組みも大事ですが、もっと全体でのレベルを上げていくことが大事だと考えています。

### **中村会長**

ありがとうございます。そのほかないですか。  
ないようでしたら、これで議題を終了とします。  
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）**

今期の食育推進会議の委員の皆さんの任期が今年の3月1日までとなっておりますので、現委員での会議開催は今回が最後となります。

次期の委員については、また個別にご相談をさせていただきます。市民委員については広報かまくら3月1日号で再度公募をいたします。再選も可能となっておりますので、引き続きご協力いただける際はご応募いただけたらと思います。よろしくお願いたします。

### **中村会長**

他に委員の皆さんから何かありませんか。  
安齊委員はいかがでしょうか。

### **安齊委員**

さがみ農協、生産者として昨年3年ぶりに収穫祭等が実施されまして、市民の皆様喜んでいただくことができました。令和5年度も実施する予定です。それから、秋を食べようという市民参加の農業体験については、鎌倉市の農協の青壮年部で畑の方を確保しておりますので、今年は実施できたらいいなと思っていますので、一つよろしくお願いたします。

### **中村会長**

ありがとうございます。  
及川委員お願いします。

### **及川委員**

誰も経験したことがないコロナ禍の中で、どう食育の政策を進められているのかなとあの会議に出させていただいたのですが、やはり課題が多いのかなと感じました。私は飲食店で働いてるので、私自身もまだどんなことができるか具体的にはなっていないですが、課題の解決に向けてできることをやっていきたいなと思っています。ありがとうございました。

### **中村会長**

ありがとうございます。  
河原委員お願いします。

### **河原委員**

今期1回しか出席できず申し訳ございません。  
昨年度から漁協の方でも、地産地消ということで、月2回の直売を始めました。今年からまたイベントなども再開していけたらと思っております。また皆さんに魚を食べていただきたいと思っております。また何か機会ありましたらよろしくお願いします。

### **中村会長**

ありがとうございます。  
河内委員お願いします。

### **河内委員**

先ほど県の食育推進計画のお話で、桜井委員から食育ボランティアの減少がご報告されていましたが、大学の学生さんも、今年度から放課後児童クラブなどでの食育のイベントなどを再開しておりますので今年度から徐々に増えていくのではないかなと思っています。

また、先ほど中村先生から食塩を1日5グラムにしていくということをお話されていましたが、やはりその味覚的になかなかないというのが一番問題なのかなと思ひまして、大学では大量調理の実習で、食塩が少ない食事を時々検食として食べるのですけれども、やはり味が無いなというのが正直な感想なので、いかに美味しく、そして慣れということでしょうか、そちらの方の食育が重要なのかなと感じております。

### **中村会長**

ありがとうございます。  
桜井委員お願いします。

### **桜井委員**

もし減塩というところでしたら、今、食品表示法というのが制定されて加工食品のパッケージに必ず栄養成分表示というのはされるようになってき

ました。この制度の狙いとして、やはり栄養成分表示を活用して消費者の健康作りを進めるといふところもございまして、やはり消費者にもう少しその栄養成分表示をよく見て健康づくりを進めようといふことを啓発できたらいいかなと感じております。その一つとしてやはり食塩が気になれば、そこも必ず表示がされていますので、今自分が食べているものにどのぐらい含まれているかといふことがわかる環境にはなってきていますので、もっと消費者の方に今後普及をしていきたいなと思っております。

## 中村会長

ありがとうございます。

畠中委員お願いします。

## 畠中委員

先ほど食育ボランティアが減少しているという話がありましたが、世代別向けの食育も含めて、後期高齢者が元気になるような活動を、たち上げることができないものかと今模索している最中です。

今、鎌倉市は高齢化も高いのですが、市内のストレッチ教室などに参加されている方たちは皆さんすごく元気です。どうしてそんなにお元気かと聞いてみますと、たんぱく質をたくさんとっているとおっしゃっていました。その代わり炭水化物は減らしていて、サプリなどを飲んでいられる方も多かったです。たんぱく質を摂るのはよいかと思いますが、炭水化物を減らすのは少し問題があるのではと私は思っています。ところが、残念なことに終了後はなかなかコロナ禍ということもありまして、交流することができず、すぐに終わってしまってしまうのですね。そういった方たちにも食育などをしていけたらいいのにと思っています。

私は3年前まで食生活改善推進団体に活動をしておりました。50年以上続いた地域に根ざした食育の社会貢献活動だったんですけども、メンバーは後期高齢者がとても多く、諸事情もあり解散に至りました。最後にいた20数名のメンバーは、社会参加したいという気持ちが皆さんいっぱいあったのですが、この3年余りでかなりの方が体調崩しています。かなり重い病気の方もいらっしゃって、その方たちと一緒にやるっていうのはとても今難しい状況にあります。友人たちとの交流もや趣味活動も断たれて、それ社会との関わりが少なくなった影響で自信の消失、生活意欲が減退してしまって、うつ病になりかけた方も結構います。そんな状況で厳しい状況が続いているので、そういうふうなシニアが元気になるような会を立ち上げたいといふことをぜひ応援していただけたらなと思っております。ありがとうございました。

## 中村会長

ありがとうございました。

他に事務局から何かありますか。

ないようでしたら、これで令和4年度第2回鎌倉市食育推進会議を閉会します。