

## 令和2年度第1回鎌倉市食育推進会議

日 時：令和2年（2020年）11月17日（火）午後6時30分～午後7時45分

場 所：鎌倉市役所本庁舎2階 201会議室

出席者：委員 10人、事務局 6人

### 開会 事務局

本日の出席委員は10名で、委員の過半数を超えているため、本推進委員会条例施行規則第3条第2項の規定により会議は成立していることを報告する。

傍聴者はいなかった。

新型コロナウイルス感染予防のため最小限の出席者としていることから、令和元年度取組み状況について各課からの説明は割愛する。市民健康課の事業等については後程説明する。

### 会長

ただ今より、令和2年度第1回鎌倉市食育推進会議を開会する。

昨今においては、新型コロナウイルス感染症の影響で、大学の講義や会議も全てオンラインであるため、生身の人間と会話するのは久しぶりだ。

新型コロナウイルスと同じレベルのウイルスが約1万種類あるので、今回だけでなく、緊急事態に対応する仕組みはまとめておくべきだと思う。

コロナで良かったこととして、温室効果ガスが21%減少予定であり、通常の3倍のスピードで抑制できた。パリ協定で2050年までに、温室効果ガスを80%減らすことを目標としている。

ヨーロッパでは、「グリーン・リカバリー」という環境汚染を考えながら、ゆっくりと経済を復活させる策を検討しており、日本もこの方向に進むと思う。この施策の1つに「環境負荷のない食事」が挙げられており、今後の食育は、地球環境に負荷をかけない健康な食事について考え始められると思う。フードチェーン（生産から消費までの食品供給の流れ）でのCO2排出量の削減や、有機農法の推進、運搬に電気自動車を利用すること等が考えられる。ヨーロッパ内では、食事の表示にCO2の排出量を義務付けている国もある。今後は、総合的に考えていくべきだと思う。

会議次第に従い、議題1「令和元年度実績報告及び令和2年度取組み予定について」事務局から説明をお願いします。

### 事務局

資料1が令和元年度の実績をまとめたもの、資料2が令和2年度取組みの予定をまとめたものである。なお、今年度7月に各課が回答した事業を取りまとめている。

表の右側の網掛部分は、それぞれの事業について、どの分野に当てはまるかを表している。最も当てはまる分野ひとつに◎を、その他当てはまる分野全てに○をいれている。

達成状況については、事業目的・実施回数・参加人数・効果等を考慮し、「よくできた」「だいたいできた」「あまりできなかった」「できなかった」の4段階で評価している。

資料1、2の事業について、市民健康課からいくつか紹介をする。

#### 【昨年度の事業】

「食育カレッジ」について報告する。(資料1の20番及び参考資料1)

食育カレッジは、食に関する様々なことに興味や関心を持つために、誰でも参加できる食に関する情報や学びの場として、市が実施する食に関する講座である。

講座の一つとして、令和元年度は、市内の中華料理店「凜々」の店主を講師に迎え、5歳から12歳のお子さんとその保護者を対象に、親子で餃子と冷やし中華をつくる講座を実施した。子供たちは、講師がきゅうりやゆで卵を使い、龍やうさぎを手際よく作る包丁さばきに見入っていた。また、皮からつくる餃子づくり等、普段の家庭ではできない体験ができた。

「かまくらシニア健康大学(未病予防のための健康セミナー 養命酒すこやか塾)」について報告する。(資料1の16番及び参考資料1)

県の未病対策事業「健康支援プログラム」を活用し、かまくらシニア健康大学において、養命酒製造株式会社さんのご協力を得て「未病予防のための健康セミナー 養命酒すこやか塾」を開催した。「身体の冷え」をテーマに生薬をはじめ、スパイスやハーブを活用したメニューの紹介などを行った。普段の食事に取り入れやすい内容であったことから、参加者からも好評だった。

「みんなべ食堂」について報告する。(資料1の21番及び参考資料2)

「健康・食育情報の発信」の一環として、共食の場を提供している団体を広く市民に周知するため、みんなべ連絡協議会の会員に活動内容を聞き取り、ホームページに掲載した。また、周知用のチラシを作成した。

#### 【今年度の事業】

「食育カレッジ」について報告する。(資料2の18番及び参考資料3)

新型コロナウイルス感染拡大に伴い、計画していた内容を変更し実施している。

まず、離乳食教室については、9月まで休止、10月から感染防止対策をして少人数制での教室を再開した。

また、教室や相談会の休止期間中には、面談・電話・メールでの相談や、オンライ

ン相談教室を行った。市のLINEを活用して周知すると毎回相談が入ってくる。さらに、今月には鎌倉市公式YouTubeに離乳食についての動画を配信する予定で現在作成中である。

「かまくらシニア健康大学（食べること！人生100年時代を生きる）」について報告する。（資料2の15番及び参考資料3）

県の未病対策事業「健康支援プログラム」を活用し、株式会社明治から講師を招き、介護予防を中心とした高齢者の食生活についてご講演をいただいた。

#### **事務局**

本来であれば、各課から事業について紹介するべきだが、新型コロナウイルス感染防止対策のため、市民健康からのみの説明とした。質問があれば対応する。

#### **会長**

質問がないため、議題2「第3期鎌倉食育推進計画の計画期間の延長について」に移る。事務局から説明をお願いします。

#### **事務局**

資料3の「第3期鎌倉食育推進計画の計画期間の延長について」を参照。当初、今年度中に第3期計画の評価及び第4期計画策定のためのアンケートを実施する予定だったが、新型コロナウイルス感染症の影響に伴い、アンケート実施及び計画策定作業を1年延期することとなった。しかしながら、新型コロナウイルス感染症収束の兆しが見えず、市民の生活や行動が通常時と大きく異なることから、前回のアンケート結果との比較が難しいと推測される。そのため、令和3年度にアンケート調査及び第4期計画策定を行わずに第3期計画を令和7年度まで延伸する方向で検討している。

#### **委員**

延伸後、健康づくり計画のアンケート調査と合わせて実施するのか。

#### **事務局**

その予定である。

#### **会長**

続いて、議題3「その他」について、事務局からお願いします。

## 事務局

委員の委嘱期間は令和3年1月20日で、会議への出席は今回が最後になる。  
各委員から一言いただきたい。

## 委員

大学は、夏休み前までオンラインで授業を行った。

例年であれば、臨時校外実習中は講義を受けられなかったが、今年度はオンデマンドで講義を実施しているため、全員が機会を失うことなく、授業を受けることが可能になった。

## 委員

対象者を限定せずに、みんなべ食堂をやっている。新型コロナウイルスで休校期間中、余っている給食食材を寄付していただいた。利用希望者を募集したところ、かなりの応募があった。今は、ひとり親家庭や生活困窮者に対して、食材を寄付している。

## 委員

今年の4月から食品の栄養成分表示、カロリー表示が義務化された。製造業の立場としては、大変であるが、消費者側の摂取カロリーに対する関心が高まり、需要があるのだと感じている。今後は、HACCP（食品を製造する過程に課されている規定）の導入も来年度に義務化されるが、新型コロナウイルスと重なり、厳しい状況である。

現在は新型コロナウイルスの影響で、お弁当やお惣菜を買う人の増加や、衛生面から小分けの食品個装等が増加し、容器や袋を多く使用することとなり、環境負荷になっている。今後は、食品ロス、環境負荷、衛生面を総合的に考える必要があると思う。

今年は、去年と違い台風が来なかったにも関わらず、海水温が上がったままなので、いつもの場所で漁獲ができない状態である。食が基本と言うが、それは同時に環境が基本であると実感している。全員が環境問題に注意していく必要があると思う。

## 委員

漁業について、緊急事態宣言前後は厳しい状態だった。今も朝市等で地元の方に食べていただく機会は限られている。

最近、海水が上昇し、海の環境が変わってきている。養殖のわかめについて、本来ならば10月中に種をつけているが、水温が高いと、種が溶けたり、魚が種を食べてしまう可能性がでており、ここ8年間はその状況が続いている。また、以前とは漁獲の時期が、ずれてきている。

## 委員

保育園もコロナ禍で通常通りにはいかなかったが、皆さんが消毒やマスクを十分にしていたので、ヘルパンギーナや手足口病等の夏の感染症が流行しなかった。

例年実施している催し物は規模を縮小しての実施に変更した。

また、市民健康課が今後作成予定の離乳食の動画について、保育園でも紹介したい。もし、チラシ等があれば保育園の方にもいただきたい。

これまでは、妊婦の方に保育園に来てもらい、赤ちゃんと触れ合う機会を作っていたが、新型コロナウイルスの影響でそれができない状況のため、少しでも外に向けて発信できればと思っている。

## 委員

自粛期間中で家庭菜園を楽しんでいる。無農薬で作りたいが、虫の発生もあるため難しい。フードテックも話題になっており、食育とフードテックがこれからどのように関わっていくのか興味がわいた。

## 委員

保健所において、3人の栄養士が稼働しているが、そのうちの1人は、新型コロナウイルスの対応に追われている。人が少ない中で他の職種の人もそのカバーに入っている。

栄養士としての仕事もあるが、新型コロナウイルスのため、今は人を集めての情報発信ができない。全ての施設ではないが高齢者等の施設を対象に資料（パワーポイントを印刷したもの）を配布した。YouTube 動画等は作成できなかったが、受講者からの意見では、好きな時に気軽に見ることができるというものもあり、紙資料は好評だった。また、アンケートをとると施設の中ではインターネット環境が全て整っているわけではないので、今後、そのようなことを考慮し、紙媒体とインターネット等の利用を進めていこうと思う。

食べることは、免疫力につながる。健康や新型コロナウイルス対策のためにも免疫力を高めることは重要だと思い、情報発信ができればと思う。

## 委員

旅行業をしているが、ビジネス以外の海外の往来ができない状況であるため、量の輸出についての業務に取り組んでいる。このような状況下において、業務の取捨選択や変容（オンライン対応）を行っていくのは良いことだと思う。来年度に関してもオンラインを活用する等、柔軟な対応を継続していただきたい。

## 委員

農業は、通常通り実施できている。ただ、コロナ禍で外食産業が主な買い手である高級食材を扱う農家や、イチゴの観光農園は打撃を受けている。

春先のキャベツや大根は例年相場が下がる傾向にあるが、今年は珍しいことに上がった。外出自粛で自炊が増えた影響だと考えられる。

親子農業体験については今年度中止、来年度から実施できればと思う。

## 会長

外出自粛期間中に本を書いた。日本人が世界長寿を保っているのはなぜかということを知りたい。日本は昔から食生活が良かったと言われるが、昔の日本人は欠乏症が多かった。戦後、学校給食を初め、栄養の改善や食育教育を熱心に取り組んだ結果であると考えられる。

食育基本法があるが、基本法というのは国家の全ての法の基本となる法律であり、素晴らしいことである。

栄養素は全体で約 35 種類あり、その中の 20 種類程度のビタミン C、D、B1、B2、B6 等が免疫に効果があるとされている。ビタミン C を体内で形成できない動物は、人間・サル・モルモットと言われていたが、コウモリもビタミン C を形成できないことが分かった。

現状、単独で、新型コロナウイルスに効果のある食べ物も栄養素もなく、バランスよく食べることが最も良いというのが科学的根拠のあるコロナ対策の食事であると思う。

ニューイングランド・ジャーナル・オブ・メディシンの雑誌では、コロナの重症化で死に至る 8 割は超肥満者。それはサイトカインストームと言って、組織から出るサイトカインというものが異常に排出されることで、炎症が拡大し、呼吸困難に陥るのが原因とされている。重症化予防のためには肥満を減らすこと、感染予防のためには約 20 のビタミンを摂取することが重要。

日本の感染者数及び死者数が世界と比較すると少ないとされていることは、今後研究課題になると思う。BCGの定期接種化、医療保険制度の充実や、肥満、貧困が少ないことが関係していると思う。

ソーシャルディスタンスではなく、フィジカルディスタンスが大事である。社会分断ではなく、身体的距離をとるべきである。

## 会長

以上で令和 2 年度第 1 回鎌倉市食育推進会議を閉会する。