

## 附属機関等会議録

令和2年2月28日

会議の名称	令和元年度第2回島田市食育推進委員会
開催日時	19時00分から 令和2年2月18日 20時30分まで
開催場所	島田市保健福祉センター 研修室
会議の議題	1 開会 2 挨拶 3 議事 ①島田市食育推進計画管理委員会の報告 ②「共食」の取り組みについて ③若い世代の「痩せ」について 4 事務連絡 5 閉会
会議の公開又は全部若しくは一部の非公開の別	<input checked="" type="checkbox"/> 公開 ・ 非公開（ 全部 ・ 一部 ）
会議の全部又は一部の非公開の理由	
公開の場合の傍聴人の数	0人
出席者の氏名等	<b>【食育推進委員会委員15人】</b> 長野会長、近藤副会長、田平委員、齋藤委員、蔡委員、木田委員、太田委員、天野委員、石川委員、土井委員、紅林委員、亀山委員、大石委員、畑委員 <b>【事務局】</b> 健康づくり課職員6人
会議の結果	<b>【議事1】</b> 事務局から、島田市食育推進計画管理委員会の報告を行った。庁内関係各課からの食育推進の取り組みの実施状況を報告した。 <b>【議事2】</b> 「共食」の取り組みについて 事務局から、食育の取り組みについての説明を行った。 各委員から、所属団体によって取り組んでいる内容について報告があった。

	<b>【議事3】</b> 若い世代の「痩せ」について 健康づくりと食育に関するアンケート結果から高校生を含めた若い世代の「痩せ」の影響と取り組みについて意見交換をおこなった。 各委員から、所属組織・団体によって取り組んでいる内容、取り組みの必要性についてご発言や報告があった
提出された資料等	島田市食育推進計画管理委員会報告（資料1）、平成31年度島田市健康づくりと食に関するアンケート調査結果BMI他（資料2）
会議を所管する課の名称	健康づくり課
その他必要な事項	

## 議事2) 「共食」の取り組みについて

### 太田委員

15日は、親コンボの日としている。その日は、食事時はテレビを消してなるべく家族で食卓を囲むとこととしている。お便り等にてお知らせをしている。子どもからも家族と一緒にご飯を食べる呼びかけを促している。幼稚園活動としてカレーやピザ等を作っている。職員（先生）も一緒に食べて、食べている姿を園児に見せようと、取り組みをしている。食に関心を持つよう「声かけ」をしている。

### 紅林委員

幼稚園の給食が、暖かいスープなどが出る給食に変更になった。小学校も市内で採れた野菜が給食に出たこと、味のことなど子どもたちが家で説明してくれ、また給食献立を家で再現したりと「食」の話題は会話がはずむ。

### 田平委員

「共食」あるいは、「孤食」のそもそもの原因はなにか、それによって対策が違ってくるのではないか。

### 天野委員

小学校では、朝食欠食や誰と食べたか等の朝食調査をしている。その結果がどうであったか今は持っていないため詳細はお答えできない。学校では、親子料理バトルや家庭教育学級で給食試食会の実施。栄養教諭5名は全校に食に関する授業300時間、給食訪問が300回を実施している。その中で食事マナーに関する授業も行っている。昔は箸の持ち方も家庭

で身に着けるもので学校で教えることではないのではないかという意見もあった。

#### 畑 委員

共食は大切なものとして、島田市健康づくり食生活推進協議会と協働し、FMしまだを利用し、リスナーに広く大切さを周知している。また、各種相談事業や乳幼児健診事業等、講座で集団あるいは個別で対応している。行政だけでは、広く普及できないこともあり、地域の公民館等で親子や高齢者の方々に共食の大切さを広めている。

#### 長野委員長

食推協は、行政と密接に関係し、事業を行っている。若者世代から高齢者世代まで取り組みを実施している。国や県の委託事業も実施しながら取り組んでいる。今年も、島田高校で食育講座を実施した。自分で調理することによって調理技術の向上もあるが、作った料理をみんなで一緒に食べることの楽しさや大切さを啓発している。高齢者にはシニアカフェ等の場に行き、仲間と楽しくまた、低栄養の予防のために講座を行っている。

#### 近藤委員

「共食」の言葉が出てきたのは、国の第2次食育推進基本計画に出てきたのがこのころである。お箸の持ち方をはじめ、昔は家庭で教えられていたことが学校で教えなければならない時代になってきた。「家庭での共食を通じた子どもへの食育の推進」から「共食」という言葉が出てきた。食育の手段としての言葉であったが、共食をすることが手段だけではなく、心身共に効果があることが言われており、意味も変わってきた。国の第3次食育推進基本計画では、前計画からの5年間で社会背景が変化し、ひとり親世帯の増加で家庭での共食が困難な状況になり、高齢者も一人世帯が増え、これらの人たちにも共食を進めたいことから、第3次計画では追加で「地域での共食したい人が共食できるようにしていく」必要性が出てきた。共食という行動が、もたらす効果が食育では期待されている。活動はいろいろな意味で効果がでると思う

掛川市の健康づくりのアンケート結果を分析した中で65歳以上の高齢者の男性のひとり暮らしとそうでない人を比較したときに、ひとり暮らしの男性の痩せが多く、肥満度が低いという有意差が出た。痩せているということは虚弱とか栄養不足が考えられる。家族がいる方は共食をしている、ひとり暮らしの方は共食ができていない。若い世代の共食はもちろん大切だが、高齢者に関する共食もできていくといいのではないかと感じた。

議長採択により、「共食」の取り組みを連携し、実施していくことを全員一致で承認した。

### 議事3) 若い世代の「痩せ」について

#### 事務局説明・資料2

平成30年度「島田市健康づくりと食育に関するアンケート調査」結果から、高校生のBMI（体格指数）小中学生のローレル指数、自分の体形の認識、1日の2回以上、主食、主菜、副菜を3つそろえて食べる頻度について説明した。

#### 長野委員長

それぞれの年代で指数が変わる。資料では、高校生BMIの調査結果により、前回調査より高校生のBMI 18.5未満の割合が多くなっていると説明があった、就職や進学で一人暮らしが近くなっている。女性の場合は婚姻や出産も近くなる方がいて、自分の健康管理を自分の責任で管理していくことになる。痩せのリスクが将来の健康度に大きく影響すると思ったため委員の意見を伺いたい。

#### 齋藤委員

BMIについて、聞きなれない方もいるのではないかと。計算式があるが、標準が22となる。それぞれの年代で計算式が違う。一般成人には適用する。生活習慣病の患者の診察が多いので痩せの指導が主となる。今回の調査結果から高校生のBMIが低くなっていることから、女性の痩せは健康状態のリスクが多くなるので改善していくことが大切。特に貧血、骨粗しょう症や月経の乱れにもつながり、過度な痩せ願望は問題となる。高校生の世代の女性がやがて出産年齢になると、出産に纏わる痩せのリスクがある。低体重での出産、痩せている子は糖尿病等の生活習慣病のリスクにもつながる可能性がある。標準的な体重、体形を保つことは、高校生というよりも小中学生のころから、正しい知識を学んでいくのは重要と思う。

資料の「体形の認識」でもあるように自分は太っていると思っている人が多い。いろいろな問題もあると思うが、男子生徒も痩せがいいような風潮になっている。夜型の生活習慣などは是正していく必要があると考える。

#### 蔡委員

子どもたちの口腔が育っていないと感じる。口の大きさと歯のバランスが合っていない。きちっと鍛えられていない。食べる機能を見ると、歯があり、顎がありそれを動かす筋肉がある。これら3つのバランスが整

って成長していかないと歯並びも悪くなる。結果基本的に噛めない。何食も食べたり柔らかい物ばかり食べるようになる。データの的には解からないが、食生活の影響が考えられると思う。

#### 土井委員

県では、痩せの事業に特化したものはない。教育現場に事業を入れたいが困難さがある。思春期の女性の健康支援事業を実施している。平成29年に金谷高校で医師を派遣し講座を実施している。平成30年度に金谷小学校で性教育を中心とした講座を開いた。講座開催の要望をだしていただきたい。

痩せは全国的に増えている。健康問題は非常に大きい問題ととらえている。小学6年生に対し動脈硬動画をDVD化している活用してほしい。

#### 木田委員

共食について、高齢者に対し年数回食事会などを行っている。グループごとに食事をし会話の時間を確保した。女性も男性も非常に楽しそうだった。これが「共食」の効果かと思った。以前、職場で結婚した女性が妊娠すると、多くの人が入院していたが不思議に思った。

これは、食生活の乱れから来るものなのかと感じた。先生や委員の意見を聞いて納得した。食生活は大変大切なことと思った。どこでどうすればいいのか。母親たち自身が料理を知らない。それを教えていくにはどうしたらいいのか、今のままでは、母が料理をする姿を見る子どもが少なくなる。この先日本の料理はどうなっていくのか危惧される。保健委員として親子料理教室を実施している参加者は少ないのが現状。何とかしていきたい。

#### 石川委員

痩せている子は食に興味がないと思う。食に興味があって痩せている子や若い世代は食べたいから運動する。思考は働いていると思う。問題になっている痩せは食に興味がない子たちだと思う。若いころから食に興味を持ってもらうにはどうしたらいいかを考えた方がいいと思う。例えば、島田の逸品等のお菓子、地産地消を高校生や中学生に知らしめるような取り組みをしていく。和菓子バルのような食に関するイベントを周知することがいいのではないか。食に興味を持ってもらうこと大切でファッション的な痩せ願望はこれからもなくならないと思うが、それ以上においしいから食べたい、健康にいいから食べたいという思いを持たせておいて、食べすぎるから運動して痩せようという思考回路にできないか。

#### 亀山委員

高校生の痩せについて、思えば太っている子はあまりいないと感じた。普通なのか、ちょっと痩せているなという子が多いと思えた。商工会議所では、さくら飯を推進している。島田樟誠高校の卒業生に門出を祝う意味でさくら飯を配布する。昔から記憶にあるご飯で、思い出しながら会話が弾めば共食になるかと思う。

#### 大石委員

食育には力を入れて取り組んでいる。給食時に栄養教諭が学校を訪問し食育の大切さ、食を疎かにすると健康に影響することなど、子どもに食に関心を持つよう給食の献立作成を立てている。中学生は、自分で実際に料理バトルをし、自分たちで作った料理の評価している。

#### 畑 委員

金谷高校3年生へ食育講座を実施している。講話と調理実習をし、痩せ予防や低栄養予防、バランスよく食べる、よい食習慣の習得について学習している。

生徒の感想から、1日3回食べることの大切さがわかった、家族に作ってあげたい等前向きないい結果や意見があり、来年度も展開していきたい。来年度の取り組みについて、乳幼児の健診・相談等では、規則正しい生活リズムや適切な食習慣の習得等乳時期の生活の基礎についてはアプローチができるが、その母親、父親等の保護者に対しても自分たちの食生活の見直しができる機会につなげ、家族全体の食生活を見直し健康な体作りができる方向で取り組んでいきたい。

#### 塩澤委員（事務局代読）

妊娠中の体重管理がなされていないと感じる。貧血や低体重児の出産、原因としては、食事の欠食、食事内容の偏りがあるのではないかと感じる。小中学生が食について学習することは成長に必要な栄養を学習する場であり、成人前の栄養については、高校、学生等の社会に出る一歩手前の時期がいいのではないかと、特に、高校生から大学生においては健康維持の栄養、食生活を勿論成長のための栄養も必要ですが、もう一つは女性特有の栄養も必要と考える。結婚、出産される方もいるため、妊娠を含んだ女性特有の栄養を学ぶ時期ではないかと思う。今後も、地域、企業、行政と連携して取り組んでいきたいと思う。

#### 近藤委員

痩せを切り口にして高校生や若者に対しての食育を特化していく必要があるとの合意と思われる。健康増進計画にも同様の記載があったので、

食育だけでなく、健康全般で関わっていけば、より理想的な島田市の若者が育っていくものと思う。栄養教諭の活躍の話があった。春日井市の教育委員会と連携をとって、クラス担任に対し、学校給食時の食育に対するアンケート調査を実施し、栄養教諭に担任の先生が期待することは何かと聞いたところ、栄養バランスの指導、偏食の指導、食文化に関する指導が多かった。残菜について、残菜が殆どないクラスと1割以上残るクラスでは、3割が殆ど残らないあと7割が残るクラスであった。ないクラスとあるクラスでは幾つか違いがあるが、栄養教諭の関わりが多いクラスほど残菜がないクラスが多いという結果だった。効果が分かったので、ぜひ、栄養教諭に活躍いただきたい。

議長採択により若い世代の「痩せ」を含んだ取り組みを、連携し実施していくことを全員一致で承認した。

#### 長野委員長

本日は、「共食」ならびに高校生を中心とした若い世代の「痩せ」について、大変、貴重なご意見をいただき感謝する。島田市食育委員会として、今後も様々で場で食育推進の取りくみについて連携しての実施していくことを願います。

事務局から次年度の開催予定の連絡をし、閉会した。