

平成29年度信州の食を育む県民会議（第1回）

日 時 平成29年8月8日（火曜日）

午後1時30分から午後4時30分

場 所 長野保健福祉事務所302・303号会議室

1 開 会

2 あいさつ

○ 宮澤副会長

本日は、お忙しい中お集まりいただき感謝申し上げます。

和食が文化遺産に登録され、日本型食生活が世界に認められた。改めて、私共はしっかりと食文化を守り、次世代に残さなければならないと思う。

第2次長野県食育推進計画が、今年度で最終年になる。現在、30年から34年度までの第3次計画を策定している。

食育においては、減塩など様々な課題はあるが、食育に取り組む環境、例えば、秋田県の「早寝・早起き・朝ごはん」や「家族一緒に、朝ごはん」と言った空間の中のやり取りに、食育の基本があるのではないかと、ということをつくづく感じる。

本日は、皆さんから次期計画に向けて、長野県として誇りある食育運動が展開できるような知恵を出していただければと思っている。

○ 山本健康福祉部長

本日は、お忙しい中、食を育む県民会議にご出席いただき感謝申し上げます。また、宮澤副会長はじめ、各位には、日頃から健康づくりや食育の推進事業にご協力いただいていることについて、改めて感謝を申し上げます。

ただいま、宮澤副会長からお話あったとおり、食を通じて人を育てていくという、食育の取組は、私としても重要だと考えている。食育については、長野県の伝統文化を継承していく一方で、新たな状況の変化に伴った取組が必要だと考えている。

昨日、長野県の自殺対策の会議があった。食育の会議で、何で自殺と思われる方もいると思う。

実は、長野県は未成年者の自殺率が全国一高いという状況になっている。会議の中で、子供たちに命の大切さをどうやったら伝えられるだろうかと、様々な議論があった。このことは、学校現場の問題だけではなく、社会全体の課題だと思っている。

食育という観点では、私たちは、命あるものを食べて生きているということを理解し、命の尊さを子供たちに伝えていくということも一つの取組ではないかと改めて実感したところである。

食育を通して子供たちを育てていくことは本当に重要だと思っている。ぜひ、多くの分野で前向きな、そして一歩進める議論をお願いしたい。

5 議 事

(1) 最近の食育をめぐる状況について

資料1：事務局より説明

- (2) 長野県における食育の現状及び課題について

資料2：事務局より説明

- (3) 構成団体における食育の課題等について

資料3：事務局より説明

- (4) 長野県食育推進計画評価策定委員会（第1回）のまとめ

資料4：事務局より説明

- (5) 国の第3次食育推進基本計画について

資料5：関東農政局 鶴岡委員より説明

- (6) 意見交換

未来を担う子どもの食育

○ 武田委員

保育園連盟では、給食委員会が食育を担当しており、食育に関する調査研究事業を2年に1度実施している。その調査結果から、平成25・26年度には「0歳児からの食育」、平成27・28年度には「食物アレルギー対応マニュアル」という冊子を作成して、県下の各保育園等に配布し、現場で活用していただいている。

また、毎年、長野県保育研究大会を開催している。17分科会中、食育に関する分科会は2つあり、合計4つの保育園から食育の取組内容などを発表してもらい、参加者全員で討議・協議等をしている。

保育園では、畑作りを含め、毎日の活動が全て食育につながっていくと考え、園全体で連携して進めている。

今後の課題は、これらの食育に関する研究や取組の成果を各園にどのように浸透させていくかというところにあると考えている。

今日は、連盟の代表としてきているが、保育園に勤務している個人としては、以前に比べて食に関する環境が変化してきていると痛感している。核家族化により、若いお父さん、お母さんの中で食育があまりうまく進んでいない家庭も多く見られる。小さい子どもさんの中でも、朝の食事がままならず、おなかを空かした状態で保育園に登園してくるということも実際に経験している。そういう点でも、保育園での楽しい食事、おいしい給食といったものを各園から保護者に様々な方法でアピールすることで、家庭での食、食育を考え直すきっかけとしてもらえれば、と常日頃考えて取り組んでいる。

○ 宮澤副会長

とても重要なお意見をいただいた。保育の時間に、周りがしっかり気づいてあげることが大事。子どもを取り巻く環境の問題も企画振興部の総合政策課での対応をしっかりお願いしたい。

○ 高橋委員

協会では、毎年、学校へ出向いて食育の取組をしている。子供と一緒に料理を作り、舌のどの部分で、甘い、しょっぱいといった味覚を感じるかということを実際に食べて勉強する、という取組をしている。

また、長野支部では、長野ガス主催の親子クッキングスクールへ書類審査や実技審査で積極的に関与している。親子で料理を作ると、子どもが料理に大変興味を持ち、一生懸命、人参の皮をむいたり、じゃが芋の皮をむいたり、焦がさないようにかき混ぜたりしている。

子どもが料理を手伝ったり、関わることで、子供同士の料理や食べ物に関する会話につながり、これからの食をもっと豊かにするのではないかと考えている。

○ 前田委員

小学校では日頃から食育について取り組んでいる。例えば、入学当初、1年生の保護者には、親子給食ということで、試食会に合わせて、子どもが給食を食べる様子や、どのような内容の給食を食べているかということを実際に見ていただき、食育への理解をお願いしている。

高学年になると、家庭科の栄養バランス等の学習を通して、自分たちで食品等を選択し、おいしい食事作りについての調理実習をしている。また、総合的な学習の時間等で、地域において食品改善に関わっている方々を外部講師に招き、実際にご指導いただきながら、その地域の伝統の食文化に触れるという活動にも取り組んでいる。

私の勤務している城山小学校の調理クラブでは、保護者の皆さんに講師として関わっていただき、子供たちに様々な家庭の味を実感してもらうような体験学習をしている。このような体験を繰り返しながら、小さいうちから食に関わる楽しさや知識、技術を身につけ、よりよい食のあり方を実感していく取組が必要と思っている。

しかし、現実には様々な家族形態があり、共働きや核家族のため、朝、子どもと一緒に食事をとれない家庭が増えてきている。特に、父子家庭や母子家庭は、子どもが朝起きた時には、家の人がおらず、自分で朝食を用意するという家庭もある。逆に、三世代の家庭であれば、保護者が共働きでも、おじいちゃんやおばあちゃんがいて孤食状態は少ないと思われる。家族構成はプライベートな部分であるため、個人情報も含めて担任や学年等で充分配慮しながら、食生活の見返しを進めていきたいと思っている。

○ 宮澤副会長

今、3組に1組は離婚する時代になっているため、どうしてもシングルマザー、シングルファザーが多くなっていく。子供たちを取り巻く状況というのは本当に変わってきている。長野県も同様の状況にあり、相当大変な状況におかれている子どももいると思う。

校長先生として、このような食育があるとよい、という提言があれば、事務局や教育委員会にお話いただきたい。

○ 島田委員

中学校では、食育の時間を取りにくいのが現状である。家庭科の授業の中で、実習等を含めながら、地域の食文化に触れたり、地域のボランティアをお願いして、共に食育を考えるという取組をしている。

食育に関して継続的で一番効果的なのは給食の時間だと思っている。栄養士あるいは栄養教諭が栄養バランスの整った献立を立て、給食が用意されている。給食には、給食に込められた願いがある。それぞれの学校や市町村によって給食に込められた願いの伝え方は異なるかもしれないが、例えば本校では、栄養バランスについて、短時間ではあるが、子供たちが考えられるようなクイズを行うなど毎日の積み重ねをとおして、食についての意識を少しずつでも高められるよう取り組んでいる。

また、保護者を対象とした講演会で、部活動も絡めながら、身体づくりは、家庭での食が一番大事であるということをお話ししている。

本校には、家庭科部というものがあり、全国の技術家庭科の先生方で組織された団体が実施する「あなたのためのお弁当コンクール」に参加している。子どもたちは、対象を決めて、様々なレシピを考え、実際に作品を作り、コンクールに出場している。それを校内で発表したり、指導者が市民の皆さんにレシピを提供したりしている。

中学生は、部活動があるので朝早い一方で、学校の日課のために給食の時間が1時近くになってしまうため、朝食と給食の間が空いてしまう。その部分は日課との関係上、解決が困難である。

また、先ほどから話題になっているが、朝食を摂って来ない生徒がいる。貧困家庭や保護者の離婚等、様々な環境の子どもたちもいる。今、ちょうど夏休み中で、長期の休業期間中に子どもたちがどのような食生活をしているのか気になりではあるが、学校としては、踏み込めない面がある。家庭への啓発に何とか踏み込んでいきたいが、一番気づいてほしい、考えてほしいところに、なかなか声が届きにくいという現状にある。

○ 宮澤副会長

中学校の授業で、生徒が調理をするという時間はあるのか。

○ 島田委員

家庭科の授業の中では行われるが、調理を目的とした時間はない。1年生であれば、自然体験学習のような形でキャンプへ行って、皆で飯盒炊飯をするという活動がある。

○ 塩嶋委員

私たちの取り組んでいる食育は、会議資料に記載のとおり、栄養士と周りの方々との連携によって取り組んでいる。現在は、その土台となる栄養、衛生、アレルギーの管理の向上に向けて見直しと強化を図っている。

本日配付した「学校における児童・生徒の食の課題への取組」という資料は、平成16年度から3年に1回、県内の全ての小学5年生と中学2年生を対象に行なっている「長野県児童生徒の食に関する実態調査」による課題をまとめたもの。これまで教職員と連携する取組として5回実施してきた。

4年前の平成25年度に行った4回目の調査では、課題を3つに絞った。1点目は朝食欠食に

歯止めをかけること。それまでは、食育基本法の制定や啓発、「食育」の目新しさによる効果で上向きだった朝食の摂取が、平成 25 年には横ばいあるいは、だんだん右肩下がりの傾向になっている。

2 点目は、食事の内容を改善すること。朝食を食べているといっても、野菜が全くなかったり、主食、主菜、副菜という食事の形になっていない。みそ汁を食べる習慣もかなり減少している。

3 点目は共食の良さを啓発すること。学校では友達と仲良く共に食べることができるが、家庭ではそのような意識が徐々に希薄になりつつあるのではないかと危惧している。

第 5 回目の調査ではそれらの課題が改善されるよう、各学校で、栄養士による食育の時間の確保や、学級担任、教科担任と共同で、朝食の働きを科学的に説いたり、自分でできる朝食を考える、家庭科でのチームティーチングを行った。また、保護者にも、折に触れて、朝食の重要性を伝えてきた。結果として、朝食欠食の習慣は改善されているとは言いがたい状況となった。また、7 月 26 日の信毎の報道にもあったように、「毎日朝食を摂る子は小 6 で 90%。16 年度の目標を達せず、小中学生食育の指導をしても親に伝わらず。食卓に変化なし。」という記事に改めて、私たちは忸怩たる思いでいる。他方、野菜摂取、食事のバランスについては、改善の兆しがあったと受け止めており、野菜摂取の重要性についての理解は拡大しているのではないかと感じている。共に食べる共食の推進については、現在、各家庭に様々なライフスタイルがある中で、先ほど校長先生方からもご指摘があったとおり、家庭での食事のありようについては、なかなかデリケートなところがあるため「こうあったほうが良い」ということを勧め難い面があり、難しいと思っている。

家族で一緒に食事を摂ることが困難な子供たちが、あちらこちらでみられるようになっていることから、今後はせめて、学校給食の場面で、皆と一緒に食べることは楽しいと子どもたちに思ってもらえるような学校給食の時間を作っていきたいと、校内の食指導推進委員会という専門委員会で話し合いをしている。

郷土食については、長野県内の学校では、おやき、五平餅というような、各地区に云われのある行事食を伝えながら、学校給食のメニューの中で提供していくということに力を入れている。

今後の活動については、第 5 回目の調査結果から得られる課題の解消に向けて、全県の栄養教諭、学校栄養職員が子どもの心の変容を起こすような工夫をする、例えば、ルールを示すよりも関係性を重視した手法として、子供たちの興味、関心、資質を引き出して共感しながら地域に根ざした、持続可能な食育の工夫を考えていきたい。

私達の取組は、子どもたちの生活をすぐに変える、数値を上げるということとはできない。特に朝食については、家族の自覚、実践力の向上に尽きると思う。大きな課題であり、次代を担う世代の健全な発達のために、それぞれのお立場でのご協力と推進をお願いしたい。

私達は、朝食だけでなく、より正しい学校給食の管理、実践を目指した上で、児童生徒に健全な食の実施を促したいと考えている。

○ 宮澤副会長

大変なご提言をいただき感謝。

保健厚生課と私学・高等教育課には出席いただいているが、次回から、教育委員会の義務教育課と高校教育課の担当者の出席について配意願いたい。今のようなご提言をしっかりと受け止めてもらって、ルールを作ることへの関連性をしっかりと自覚させ、共感を得ながら進めていくため

には、担当の人たちのバックアップが不可欠と考える。

○ 坂口委員

私達は、子どもたちへ直接食の指導をする立場ではなく、栄養教諭あるいは学校栄養職員が作る献立に沿って、給食を調理するために必要な食材を提供している。

私達は、栄養教諭あるいは学校栄養職員、栄養士さん達との関わりの中で、少しでも食の指導に関する情報や食材の提供できればと考えている。しかし、給食の食材を給食会が全て提供しているわけではなく、民間企業による提供が多いため、難しい部分があるとも思っている。ただ、公益財団法人として、学校給食に長く関わっている立場では、少しでも子供たちにおいしい食材を提供できるように活動をしており、主なものは資料2の6ページに記載のとおりである。いずれにしろ、安全・安心、そして安定的な食材の提供を図りながら、できるだけ地場産物の提供を目指している。

今、主食は主に米飯となっている。パン、麺が週に1回ないし1.5回と、学校給食でのパン、麺の提供機会が少なくなってきた。そして、パンや麺の製造業者が廃業したり、学校給食から撤退するといった流れが県内でも進んでいる。このような状況の中で、多様な食の提供という面からは、パンや麺も、ぜひ、学校給食で大事にしてほしいという思いを持っている。

それから、栄養教諭の先生方、特に若い先生方に力をつけてもらい、献立が充実し、食指導や食育に資するため、毎年行なっている地場産物を学校給食に活用した献立コンクールや、地場産物を活用した調理講習会、栄養教諭・栄養士さんたちのOBが組織している「おいしい給食研究会」、県内各地で行われている調理講習会などを給食会としてバックアップしている。

子供たちが毎日食べる楽しくおいしい給食作りを少しでも支えられるよう、食育関連教材の開発・充実への取組や、様々な情報提供をしている。例えば、年に2～3回の学校給食会だよりで、食育に関わる内容を取り上げて、様々な分野の皆さんに寄稿してもらい、これを給食現場に発信している。

それから、営業活動的な意味も含めて、物資だよりを給食施設に毎月出している。そこで季節にあった食文化、伝統、行事についても触れることで、学校から子どもたちへの情報提供に活用できるような資料を提供している。課題はたくさんあるが、学校の子どもたちにおいしい給食を提供できるよう、バックアップしていきたい。

○ 宮澤副会長

私が住んでいる大北地区では、今年、中学校を卒業した生徒は564名いる。それに対して、今年、小学校へ入学した児童は360名、去年生まれた子どもは316名であり、少しずつ人口が減ってきている。また、池田町で生まれた子どもは39名である。現在、町には保育園が2つあるが、39名ということは、保育園や学校の数が問題となる時期がすぐそこまで来ているということ。さらに、坂口委員からご指摘いただいたように、パン屋の廃業等の様々な問題が出てくる。子どもを取り巻く情勢は、今、厳しい状況にあるということ、総合政策課にも認識してもらい、しっかりと対応していかなければならない。

○ 根橋委員

高校は、基本的にはお弁当を家から持参している。学力について、家庭のせいにするわけでは

ないが、家庭が安定しているかどうかが高校生にとっても大きな問題。家庭が安定しないということは、聞いてみると食生活が関わっている。高校には、定時制や通信制もあるが、そのような所で学んでいる生徒は、生徒自身が家計を支えている家庭もある。充実した食生活は理想ではあるけれども、まずは食べ物の確保という状態の生徒もいる。色んな高校生を見てきたが、何があっても驚かないというくらい、家庭の状況は様々。

先程から、親世代への食育が話題となっている。責任転嫁するわけではないが、子どもたちを育てている保護者への支援、教育というより、支援を社会全体で捉えてもらえれば、それがゆくゆくは子どもたちの教育につながっていくと最近感じている。

また、高校から大学に進学する子もいるが、高校は社会に出て行く前の最後の教育の場として、食育に限らず、いわゆる社会人としての教養や、生きる力を身に付ける場と考えている。授業についても、教員が授業をすることも大事ではあるが、教員でなくても専門の知識や実体験を持っている方から、出前授業のような方法で、ご自身の体験を高校生に語ってもらうことはとても有意義なことと思う。

高校現場も非常に忙しく、また、どの地区でどの高校を存続させるかといった、シビアな時代になってきた。学校でやるべきことと、地域でやるべきことをしっかりと分担するというと語弊があるかもしれないが、お互いに連携、協力しあいながら、地域で子供を育てていくことが大事と思っている。

○ 宮澤副会長

非常に重要なお話をいただいた。市長会、町村会の方も出席されている中、「地域で育てる」ということについて課題をいただいたのではないかと思います。

○ 黒岩委員

PTA は保護者と先生とが一緒に行う活動で成り立っている。それぞれの委員会、理事会でいただいた資料等は各郡市 PTA 活動にも役立ててもらえるように、配付して情報発信をしているところ。

先程、栄養教諭や校長先生からのお話があったが、先生方がそれぞれの分野でお力を発揮していただいている中で、保護者側が食の重要性について、同じ方向を向き、連携できないものかと日頃感じている。保護者は、食に関心がないわけではなく、関心を抱くきっかけが必要なのではないかと、あるいは、大事なものはわかっているが、後回しにしている分野ではないかと思う。

小学校等で行なわれる授業参観日の際に開催される学級懇談会において、食について困っていることや工夫していることについての意見交換を勧めている。その中で、自分や、我が家の食生活の改善点を保護者の皆様に気づいていただき、少しでもよい方向に向かってもらえたらよいと思っている。

いじめやインターネット、学力向上など、子どもと関わる中で、保護者も様々な問題を抱えていると思うが、やはり、そこには食が大きく影響していると感じている。子どもたちの健やかな成長の原点が食であってほしいと思う。笑顔をおかずに、朝食が摂れるように働きかけていきたいと思いながら、今年度の PTA 活動を進めている。

朝食の欠食、食生活の乱れ、家庭で共に食事をする機会の減少は、保護者の働き方に、子どもたちが大きく振り回されている結果でもある。それぞれの家庭事情もあり、一概に言えず、難し

さもあるが、子どもを育てていく大事な時期に食への関心を高める機会を設けることを大切に
して今後も活動していきたいと思う。

○ 宮澤副会長

黒岩委員さんのお話の中に真実があったように思う。「未来を担う子どもの食育」というテーマ
に沿ってご意見をいただいた。

皆様方から、深い内容の問題が多く出された。その中で、一番印象に残ったのは、根橋委員か
らの「家庭の安定が大事」ということである。家庭の安定の基本には食生活があるのだというご
指摘だった。我々は、もう一回、家庭のあり方について考え直さなければいけないのではないか。

今日は、県の担当者も出席している。30年度から34年度の5か年の計画で、担当課が具体的
な施策としてどのようなことに取り組むのかということにつながるため、根橋委員のご発言も含
めて、県でこのようなことをしてほしいという提案をいただきたい。

(休 憩)

健康づくりと食育

○ 清水委員

歯科医師会の今までの食育の取組として、「歯っぴーながの8020推進県民会議」を開催してお
り、その中で食育をテーマとして講演を行っている。また、学校保健歯科衛生大会については、
2年ごとに開催しており、そこでも、食育についての講習会を行っている。

昨年度から始めた学校保健研修会では、子ども8020推進事業として、4、5年生を対象に子ど
もの頃から生活習慣を身に付けることの大切さについて啓発している。子ども8020推進事業では、
8020推進ノートを活用して子ども達にお弁当作りをしてもらっている。子ども達が自分で弁当を
作るという「弁当の日」を最初に始めた竹下和夫先生からも、大変良い取組であると評価してい
ただいており、県下にもっと広めていきたいと思っている。

また、学校での歯科健診の状況を見ると、10～20年前に比較して虫歯も減っている。中には虫
歯の大変多い子もいるが、これについては、家庭環境や食生活と大きく関係していることがわか
ってきたので、県と協力しながらしっかり分析したいと思っている。

○ 宮澤副会長

消化器系の手術の前に歯医者さんで治療をすると治りが早いと聞いているが、歯と食べること
との関係についてお聞かせ願いたい。

○ 清水委員

まず病気の原因となる菌は、鼻と口から入ってくる。その鼻と口が健康でありさえすれば、病
気も防げると思う。福岡県にある「みらいクリニック」の今井先生は、鼻呼吸をすれば全ての病
気は防げるとの提言をされている。よく長野県に講習に来られる、東京大学の鈴木淳一先生は、
歯周病菌が循環器系を通り、血管障害や脳障害などを引き起こす。最終的な悪さをするのは歯周
病菌であると定義されている。このように、口の中の健康は全ての病気の予防になるということ

がわかってきているので、積極的に進めなければいけないと考えている。

○ 園原委員

毎年「野菜たっぷり、適塩キャンペーン」を開催している。このキャンペーンを今年は8月15日に県下一斉に7地区で行う予定。

今回、目新しい点については、「栄養の日」と付けたところ。今年、日本栄養士会において初めて8月4日を「栄養の日」とした。何故、栄養の日が設けられたのかということ、昭和20年に栄養士法が制定されて、70年以上が経過した。栄養士法が制定されたころは、戦後の荒廃した日本で、これから日本人がどのように食べていったらよいのかという状態だった。しかし、現在は、食が大変多様化してきており、今こそ、栄養士会や管理栄養士が、時代に合わせた食生活の相談を通して対応していかなければならないということで、「栄養の日」を設け、キャンペーンを行うことになった。

栄養については、管理栄養士だけでなく、色々な職種の人も話ができる時代になってきているが、専門的な勉強をしてきた管理栄養士が、エビデンスを持って対応する体制を作っていきたいと、長野県栄養士会は考えている。

減塩キャンペーンなどの従来からの取組については、今回の県民・健康栄調査の結果にも表れているように、長い間取り組んできたからこそ、少し効果が出てきたのかと実感している。これは、啓発運動として同じ言葉で繰り返し行うことがポイントだと思う。

また、今年から新たに高校生向けの出前講座を始めた。小中学校の学校給食を活用して食教育がある程度行われてきたはずなのに、高校生になるとそれがスポッと抜けてしまい、好きな物ばかり食べてしまう、そこに少しでも歯止めをかけたいとの思いで始めたところ。私も講座を開催して驚いたのは、高校3年生に「緑黄色野菜は何か」と聞いてみると、答えられる生徒は250人中10人くらい。バランスのとれた食事について説明した後に再度確認してもきちんと答えられないという状態だった。

また、家庭の中での共食がなかなかできていない。母親はサラダ、お父親はお刺身、子どもはハンバーグと、一つのテーブルでそれぞれが違う食事をしている家庭が多くなってきている。

高齢者の食事についても課題がある。元気な高齢者が多いようだが、低栄養とフレイルが課題。筋肉の量が減っている高齢者が増えている。タンパク質の摂取量がとても少なくなっていることに原因がある。タンパク質は卵1個食べると6グラム、牛乳1本飲むと6グラム、ごはん1膳で3グラム、ごはんに栄養が無いと誤解している人も多いが、炭水化物の他、三大栄養素が含まれる重要な栄養源であり、主食をしっかり食べて主菜を共に食べようというのが日本の食のポイントなので、高齢者の食事についても、これからはタンパク質をしっかり摂るように、機会をとらえて啓発していかなければならないと思っている。

○ 六波羅委員

核家族等が増える中、若い頃からの不規則な生活習慣は、成人になってから改善することは難しく、その生活習慣の積み重ねが健康づくりを害するのではないかと考えている。色々な活動をする中で、若い人たちに伝える活動も大切だが、家庭や保護者にも食事の大切さを伝え、理解してもらうことがさらに重要だと感じている。祖父母とともに暮らす家庭と核家族の家庭では、保護者の考え方で大きな差があることも現実だと思う。それらを踏まえて、食生活改善推進協議会

では、保育園や小学生には、親子で来ていただき、食材への興味や感謝、友達や家族で楽しく作り、一緒に食事をする事で食べることの大切さを感じてもらっている。その時、子ども達が、自分で作ったものを少し残して、「おいしかったから、おじいさんやおばあさんへあげる」、また、「お父さんや兄弟にあげる」などと言われると、とても嬉しくなる。

また、若い世代への食育として、昨年は高校生だけだったが、今年は、高校生、専門学校、短大、大学生と幅広い学生を対象に、「生活習慣病予防減塩推進スキルアップ事業」として朝食欠食やバランスのとれた食事の啓発について取り組んでいる。また同様の事業を20～30代、40代～65歳にと2段階に分けて、年代に合わせた内容でバランスの取れた食事についての啓発を進めている。

ボランティア組織の私たちが伝えられることは、どの事業においても、「心を大切に」との思いを大切に、心を込めて、減塩や野菜の摂取量を増やすための説明や実習を行うことで、バランスのとれた食生活習慣の大切さなどをきちんと理解してもらえるよう、より一層力を注いでまいりたい。

○ 宮澤副会長

「健康づくりと食育」については、いかに県民の間に入り込んでいくか、という分野だと思う。次に「食の理解と継承」についてお話とご提言を戴きたいと思う。

信州の食の理解と継承

—地産地消や食文化の伝承等—

○ 湯本委員

資料にも記載のとおり、今年は、発酵食品について取り組んでいこうということで、11支部で進めている。料理を伝えていくということは大変難しいことであり、講習会なども事前の下準備が重要で、いきなり話してもなかなか伝わらないということを実感している。また、発酵食品の効果なども併せて考えていかなければならないと思う。

また、いきなり「食生活の向上」という立派な言葉を掲げても伝わらないので、朝食、昼食、夕食というもっと身近な家庭の食事から、食生活の向上を進めて行かなければならないと思う。

調理師の中でも、行事食などを普段から熱心に取り組んでいる方は、食文化の伝承等の食育を実践されているが、普段からあまり取り組んでいない方々は、伝統食のことを言っても伝わらないので、その点は啓発しなければならないと考えている。調理師法は昭和33年にできたが、一度免許を取ると、結婚などによる氏名の書き換えぐらいで、そのあと更新がないため、取ってしまえば、勉強しない人もいる。更新制度のようなことがあればよいと思う。講習会の中で免許を取った方々に、食についてレポートを出してもらうようなことも考えている。

また、美味い＝健康ということも、うまく合えば、料理が楽しくなるのではないかと思う。味は個人的な好みがかなり影響するので難しい課題はあるが、今後取り組んでいきたいと思っている。最後に、調理師会だけでは前に進んでいけないので、栄養士会や食品衛生協会とも相談しながら、いい方法で実現、実施できるよう進めていきたいと考えている。

○ 小林委員

冒頭の説明で、農林漁業体験を約3割の人がやっていて、そのような体験を契機として食に対する意識の変化がみられるとのことだった。

農業会議は、市町村農業委員会と一緒に事業を進めており、今は、担い手育成が求められている。農業の現場では、生産者サイドの受け皿として、農業基盤が弱くなってきている。例えば、農家でも子供たちが農作業を手伝わなくなっているなど、生産と消費の場が分離してきている。農業生産の立場からは、長野県の特徴を活かして、出来るだけ身近に農業がある環境を作っていきたいと思っている。農家も消費者に喜んでもらえるものを作ることで、やりがいにもつながり、消費者とキャッチボールが出来る環境ができる。そういう関係づくりをしていきたいと思っている。

そのためにも、学校や消費者と連携した農業体験を実施し、生産と消費の場をつなぐような取組に、今後力を入れたいと思っている。

○ 宮澤副会長

とても重要なテーマを提案していただいた。農業政策課にお聞きするが、県内の学生の農業体験の割合は30%とのことだが、5か年計画最終年の目標はどうなっているか。

先般、武蔵野市を訪問した際、市内の全児童・生徒に、小学校から中学校を通して、15日間の農業体験をしてもらうという計画を立てていると聞いた。長野県はどうなっているのかと思ってお聞きした。

○ 相澤委員

10年間、農業と食を中心に活動してきたが、この10年間で、食と農がますます離れてきているように感じている。子ども達も、お母さん達も、農業の現場を知らない、食を伝えることもできないように思う。関東農政局の鶴岡委員がおっしゃったようにコンビニで季節を感じるようになってきており、その裏側を見る力がなくなっていると感じている。

そこで、当会では、農水省と一緒に全国の食育大会でおやきづくりをした時に、作り方を教えるだけではなく、どのような材料が、どのような土地で、どのように作られているのかを伝えることの大切さをひしひしと感じた。全国大会から、長野に帰ってきた時にお料理を教えるだけではなく、その裏側を伝えていこう、自分たちの風土にどのような特徴があるのかということをお伝えしよう、と話し合った。

最近では、講座の講師として参加される方の中に、農村のお母さんが半分くらいになってきており、非農家のお母さんたちが増えてきている。特に農村のお母さんには、食と農の両方を知っているのはあなた達だから、あなた達が子どもや孫に伝えられるようになろう、という趣旨で勉強会を開催している。

また、その中で、箱膳体験を取り入れている。箱膳を使うことによって、子ども達は食に対する構えができ、栄養バランスの話も聞いてくれるようになる。口の中で味を整えて食べるという日本独特の食べ方である口中調味ができないという子が、4人に1人くらいいる時代になっているが、口中調味だけでなく、礼儀作法やしつけ、感謝、共食の大切さを学ぶ姿勢が、箱膳を使うことによって学習できるので、広めていきたいと思っている。最近、ようやく色々な学校や地域で箱膳体験してもらえるようになり、箱膳を語れる人が83名できた。

他にも、昨年度、農水省で作成した「地域の伝統的な食文化等の保護・継承に関する取組事例

集」に長野県の2つの事例が掲載されている。「だんどりの会」がこのうちの1つとして紹介されているが、これらの方々が伝えてきたことを、組織的に伝えていくことを目的に、本日の資料としてお配りした「信州ひらがな料理普及隊」を結成した。現在、9団体が登録しているのでぜひ活用していただきたい。

○ 三澤委員

特色ある地域食材や郷土料理の見直し、地産地消の更なる推進を図ることを目的に開催している「信州の味コンクール」では、昨年度から健康に配慮した食生活へのきっかけ作りとなるよう「信州 ACE (エース) プロジェクト賞」を設けている。

また、地域の方々に食や農に関する理解を深めてもらうために「信州の食と農のセミナー」を県下9地区で開催し、地域農産物や特産物を活用した料理講習や加工講習も行っている。

この他、牛乳・乳製品料理の普及と国産牛乳・乳製品の需要の拡大のための「牛乳・乳製品利用料理講習会」の開催、学校給食への食材提供や直売等による地産地消の推進、児童生徒への農業体験などを行っている。

また、農業体験として、子ども達と一緒に蚕を飼っている。桑の葉に知らないうちに消毒がかかってしまい、それを食べた蚕が命を失ってしまうこともあるが、そういう体験を通して、子どもたちは食べることの大切さや、命の大切さを感じとっていると思う。命の大切さを学ぶためのセミナーとして開催している。

食育の課題としては、「野菜ジュースを飲めば野菜を食べなくてもよい」などの間違った解釈をしている人が多いため、土に触れ、本物の野菜を収穫して食べる体験活動を通して野菜の大切さを伝えていきたい。子どもたちは、自分が手伝って栽培・収穫したものを食べたり、調理を手伝うことなどを通じて、味を覚えていくことが大事。

地域で色々な活動をしている人たちと一緒に活動しながら、地域全体の食育に対する意識を高めることも必要である。

○ 清水委員

農村生活マイスターは平成4年に発足して20数年が経過している。

男女共同参画社会基本法ができた頃には、農村女性の地位がいかに低いということを学んだ。農村女性も昔から仕事、家事、育児に頑張ってきたので、私たちの力を見せようと、都会の子供たちを対象に農業体験を通して農村生活の知恵とか農業の大切さを伝えていく取組を始めた。現在支部で15年ほど活動してきている。支部には食農部会があり、学校給食に食材を納めたり、都会の大学生を対象としたおやき作り、地域の子供達へ食の教育をしている。

他の部会では、都会の子供達を対象とした交流事業を16年続けている。今年も8月4日～6日に24名の子供達を民泊で受け入れた。

先ほども家庭の中で、三世代同居が少なくなってきたという話が出たが、私たちの頃は、三世代、四世代で暮らすのが当たり前という時代だった。介護も経験した。そこで、今年は、趣向を凝らしてお寺や農家をやっている人をお願いして泊めてもらった。都会の子供たちをみていると、おばあさんや、おじいさんがいるという生活は不思議らしく「おばあちゃんはどうして年とったの、なんで生きているの」「おばあちゃんは、何か楽しみがあるの」といろんなことを聞かれたとのこと。また、都会のお母さんたちには、この民泊による交流のあとに東日本大震災が起き、

スーパーから食料品が消えたときに食べ物を送ってもらったりして、田舎に知り合いがあるということの心強さを感じたと聞いている。

私たちは、このような交流を通して、子ども達が大人になったときに、農業のあり方や食べ物の育ちや田舎暮らしの知恵など、マイスターのおばちゃんたちに教わったことを思い出して生活に生かしてくれたら本望だと思っている。

課題としては、農業者の高齢化により事業の継続が難しくなっていることである。

○ 宮澤副会長

食や食文化の伝承はとても大事なことである。マイスターの皆さん、生活改善グループの皆さん、ネットワークの皆さん、それぞれ高齢化が進んでおり、若い方々に継承されないという実情がある。これらの皆さんは県の宝であり、存続させなければならない組織。この組織を守っていくことも大切だと思っている。

－食の安全等について－

○ 和田委員

食品衛生協会では、食の安全対策として、ノロウィルス食中毒防止セミナー、食品衛生責任者補習講習会、食品衛生責任者養成講習会等、食品衛生の講習会を毎年実施している。他にも食品営業者や学校給食などの集団給食の方を対象に講習会を実施している。食品衛生大会（食の安全・安心フォーラム）も、毎年実施をしており、消費者を含め食の安全について、リスクコミュニケーションを実施している。平成 28 年度は、「食物アレルギー」をテーマとしたが、大変関心が高いテーマで、会場との意見交換も大変活発に行なわれ、食品営業者にとっても、アレルギー食品については、しっかり学んでいかなければならないと認識したところ。

手洗いマイスター認定講習会では、最近の食中毒の発生傾向として、少ない量の細菌やウイルスで食中毒が発生するという事例が多く報告されている。その原因として、調理従事者の手洗いが不十分だったことがあげられており、例えば、パンを持っただけであっても食中毒が広がった事例がある。

改めて、正しい手洗いの普及、実践が重要であるということで、カリキュラムを作成し、それを修了した食品衛生指導員を手洗いマイスターとして認定し、普及を図っている。現在 84 名が県内で認定されており、今年も実施して、食中毒の減少を図っていきたいと考えている。

食の安心・安全五つの星事業は、昨年からスタートした事業で、事業者が実施している食品衛生管理について、店頭にプレートを置き、見える化をして、利用者にお店を選ぶ一つの目安としていただくという事業。28 年度末で約 650 店舗に登録いただいているが、現在も増えているという状況。今年度も、引き続き同様の事業を実施していく。

食品衛生大会は、今年は 10 月 24 日に佐久平交流センターで開催を予定しており、今年のテーマは「健康食品」としている。高齢化社会となった現在、健康に対する関心や不安があることから、健康食品に頼る高齢者も大変多いと聞いている。健康食品との正しい付き合い方を学んでいただきたいと考えている。

HACCP 導入に向けての講習会は、現在、国は、食品衛生管理手法の国際標準となっている HACCP による食品衛生管理を全ての食品事業者を対象に義務化する方針で検討を進めている。HACCP に

よる衛生管理手法は、宇宙食の安全性を確保するためにアメリカの NASA が開発した手法で、製造工程中の重要な段階を連続的に監視することにより、最終製品の安全性を担保するシステム。協会としては、行政と連携を図りながら、HACCP への理解、浸透を図る。特に、食品営業者の6割を占める飲食店営業者を対象に、先ほど触れた、食の安心・安全五つ星事業を発展させるとともに、厚生労働省が示している HACCP の考え方に基づく衛生管理について、演習を含めた講習会を実施して、円滑な導入ができるようにしていきたい。

○ 牛澤委員

お手元にお配りした資料により、フードバンク信州について説明する。昨年度は、寄贈された食品が重量ベースで約14トンである。これは昨年度の9か月分の実績なので、1年間に換算すると16トンを超えている。また、支援した食品が約13トンで、年間ベースだと16～17トンになる。支援する方も増えてきているので、現在は、ほぼ自転車操業で回しているような状況。

○ 吉原委員

消費者の会として、食品ロスについて取り組んでいる。食の安心・安全に関しても、店に行き、食品の安全に関する話を聞いたり、講演会を行っている。その中で感じたことは、地元食材の販売についてである。スーパーでは、地元食材の販売コーナーを設けているところとそうでないところがあるが、地元の食材をおいしくいただくためにも、そのようなコーナーを設けてほしいと思っている。

食を育む環境づくり

○ 鈴木委員

中野市の状況について、28年度の健康診断の結果、若い世代の高血糖の高い人の割合が多い状況。19～29歳代は約3人に1人の34.0%、30歳代では44.3%、40歳代では58.0%と高血糖の方が極めて多い。ちなみに北信地域は高血糖の方の割合は高いが、中野市は19市中で一番高くなっている。一番低いのは松本市である。なぜ中野市はこんなに血糖値の高い人が多いのかと考えると、まずは運動不足が考えられる。車社会で、運動しない人が多いのではないかと。あとは食生活が影響していると思われる。

一昨年、中野市では「健康長寿の町中野市」を立ち上げた。これは、健康長寿の市を目指して、これから市民と一緒に、共に努力して健康長寿の市を目指そうということで市民と一体となって取り組むという意思表示。市内のスーパー8店舗等において、健康でバランスの取れた料理や食材などのチラシ配布などを行っている。

しかし、行政主体でやってもなかなか浸透していかないというのが実情なので、食生活改善推進協議会、保健補導員会の方々にご協力いただき、まずはご自身の健康づくり、家族の健康づくり、そして地域の健康づくりと、健康づくりの輪を広げていっていただけるような運動を続けていきたいと思っている。

食育の課題とすれば、若い世代の家族に対して、食生活改善推進員、保健補導員、行政が関わる機会が少ないので、どのように支援していくかということである。

○ 藤田委員

村の取組としては、母子健康手帳の配付や、お父さん方の参加も得たマタニティースクールの際に、妊娠期のお母さん方の栄養、食事の大切さについての啓発をしている。また、乳幼児健診や育児相談、家庭訪問の際に食事や栄養相談の取組みをしている。

小学生に対する取組みとしては、ファミリークッキングということで、親子での調理実習を開催しており、先日も開催したところ。

成人保健事業の中では、巡回車による健診や、特定健診を実施しているが、その中で生活習慣病の保健指導として、食生活の大切さや、栄養バランスといった部分での取組を支援している。

高齢者の介護予防として、高齢者の栄養摂取ということで、ロコモティブシンドローム、ADL(日常生活動作)の低下といったような部分を補っていく栄養の摂り方とか、嚥下障害の改善も支援している。

このような取組をしているが、行政が関われる部分には限界があると感じている。中野市からも発言があったように、若い世代、特に働き盛り世代や共働きの方々の食に関わる部分でのアプローチに大変難しい部分があり、関わりを持つことができていないというのが現状。そういった取組を、本日お集りの関係団体の皆様方と連携を取りながら進めていきたいと思っている。

現在、農業生産者の皆様方との取組を展開している。村の中で軽トラ市を設けて、生産者と消費者が会話をし、お互い理解し合いながら、消費者に野菜を購入してもらうというような取組をしている。このような分野での食育の取組を進めていければと思っている。

○ 鶴岡委員

国の第3次食育推進基本計画の課題に対する取組としては、農業体験の推進をはじめ、多様な暮らしに対応した共食を進めること等があり、農林水産省的には、食文化の継承にも力を入れて進めていきたい。

先程、歯科医師会の清水先生から「弁当の日」の話が出たが、ぜひ大人に実践してほしいと思っている。

農林水産省においても、昨年から、職員が食育を推進しようということで食育の日である6月19日を弁当の日として毎年実施することとしたところ。今年は2割程の参加者だったが年齢や部局を超えた人と食事をしながら、コミュニケーションがとれたと好評であった。共食は、栄養面、コミュニケーションの面でも大事だと思う。子供が実践する前に、まず、親が職場や地域で共食を進めてほしいと思う。

○ 宮澤副会長

新しい方向性についてお話いただいた。体験を重視していきたいということで、長野県でも体験を取り入れるということだと思う。

○ 林室長

先程の子どもたちを対象とした農業体験の状況について、食育推進計画の中では、地域における農業体験を実施している団体への支援の状況は把握しているが、農業体験のデータは把握できていない。

○ 宮澤副会長

農業体験を受け入れている一部の団体への補助の状況では、本県での農業体験の現状を把握できない。該当するデータがなければ調べてもらえばよい。

○ 宮澤副会長

これまで開催してきた信州の食を育む県民会議と今年の会議の違いをおわかりいただけたかと思う。これまでは子どもに対する食育が大きなテーマだったが、食育は子どもだけに止まらず、様々な面を持っている。健康と食の関係だけではなくて、コミュニケーションも食育ではないか。このようなどころまで食育の領域が広がっている。

食育をこのように捉えながら第3次の計画を策定していく。国からも同じような方向性が示されている中、新たな計画を長野県流にどのように作り上げていくかということが求められている。これから、それぞれの皆様方に色々なご意見をお聞きしながら計画を作っていく。「そんなこと言ったって無理」「ここはやっぱりこうしたほうがよいのではないか」といったご意見をお寄せいただきたい。

現在は、おじいちゃんやおばあちゃんと同居していない家庭が増えている。そして、10年後には、今活動している組織がなくなる可能性がある。学校で行われている体験学習はどうなるのか。農政部はそれに対して何をするのか。このような課題がある中で、新たな取組の必要性が出てくるし、それに取り組むのは県なのか、市町村なのか。それぞれの課題に対応するのはどこなのかとと思っている。

食育を学校だけに押し付けるということではない。地域でも分担してもらう必要がある。条例を制定している市町村もあるが、地域で形を作って、そこに学校も参加して、具体的に取り組んでいく。

子どもたちだけをターゲットとして食育を進めていけばいいという問題ではない。子供の貧困の問題もある。家庭の安定を図ってもらわなければ、これからは困ることになる。家庭の安定はどこにあるのか。食文化、食生活にあるのではないか。食生活が崩れている家庭に安定があるのか。全てに当てはまるわけではないが、そういう言い方もできてしまう。このような状況が第3次計画の策定にあたっての一番の大きなポイントと考えている。

実際の取組にあたっては、本日お集まりの皆さんが縦糸となり、地域が横糸となり、そして組み合わせで織物を織り込んでいかないと食育は進んでいかない。

子供に対する食育から社会全体での食育という、1つの大きなキーワードを使って、どのような形を作っていくか。これが、今回、第3次計画の策定に向けた大きなテーマだと思っている。その中で、今回事務局が示したような組み立てでいいのか、ここも含めて事務局に意見をお寄せいただきたいと思う。

今日は、第3次計画の策定に向けたプロセスをお示しいただき、また、それぞれの団体の抱えている課題もお話いただいた。県も各課あげて全力で取り組んでもらう。

今、知事は、人口減に対して、故郷で学び、故郷で就職してもらわなければ、とっている。長野県は移住したい県日本一と言われているが、移住者の平均年齢は高い。この人達が移住してくるだけでいいのか。18才で東京へ行った人たちが38%しか長野県に帰ってこない、62%の子供たちは長野県を出て行ったきり、帰ってこない。まずこのような人たちに、どのようにして長

野県に戻ってきてもらうかが一番大事なことはないか。ここに大きな問題があるということで、企画振興部、総合政策課がリーダーシップを取らなければならない。

市町村での食育についても同様にリーダーシップをとってもらわないと、本日お集まりの縦糸の皆さんは苦しむだけになってしまう。そういったことも踏まえて、是非とも、それぞれの組織を変えていただきたい。この5年間に3世代の家族が23%から11%に減っているのが全国の動向。5年というのはそのくらい大きなもので、計画の対象期間となる30年～34年の5年間も大きなものと受け止めて、是非ともお考えをまとめていただいて、相応の意見をお出しいただきたいと考えている。

(7) 長野県食育推進計画（第3次）について

資料6・7：事務局より説明

6 閉 会