

## 平成29年度 食の安全安心と食育審議会「食育推進部会」議事録

日時：平成29年9月20日(水)

14:00～16:00

場所：兵庫県民会館 会議室902

### 1 あいさつ（藪本健康局長）

本日はお忙しい中、食の安全安心と食育審議会「食育推進部会」にご参集いただき、ありがとうございます。また、委員の皆様方には、平素より県政の推進に格別のご理解とご協力をいただき、お礼申し上げます。

8月17日に開催しました「第1回食の安全安心と食育審議会」においては、「食育推進計画（第2次）」に基づく施策の取組み評価や、平成29年3月に策定しました「食育推進計画（第3次）」における取組みの柱、施策展開等について説明を行いましたところ、今後取り組むべき課題や期待する点等について様々なご意見をいただき、ありがとうございました。

本日は、平成28年度に実施をしました「ひょうご食生活実態調査」について、結果の概要を報告させていただきます。食育推進計画の指標に関連する設問を中心に報告させていただきますので、皆様方が日頃の活動で感じておられる食生活の状況などとも関連づけていただき、食育推進計画（第3次）の推進にむけたご意見をいただけたらと思います。また、平成24年度より実施しております、「食育絵手紙」コンクールの審査を行っていただく予定とさせていただきますので、よろしくお願い致します。

県としましても、第3次計画に定める目標達成に向け、より一層食育活動の展開に力を注いで参りますので、委員の皆様方にもご理解ご協力をお願いするとともに、忌憚のないご意見、ご提言をいただきますようお願い申し上げます。

### 2 議事

#### （部会長）

それでは、次第に従って進行させていただきます。1つめの議題「食育推進計画（第3次）について」と2つめの議題「平成28年度ひょうご食生活実態調査結果概要について」について、続けて事務局から説明をよろしく申し上げます。

**(事務局)**

資料1および資料2により説明

**(部会長)**

ありがとうございました。今説明にありましたように、資料1は食育推進計画（第3次）の概要、資料1－2は計画に基づく平成29年度の取り組み、資料2には平成28年ひょうご食生活実態調査結果ということで食育推進計画（第3次）の指標と関連が深い項目について説明いただきました。

委員の皆さんには、資料1と2の説明を二つあわせて、日頃の活動で感じておられる食生活の状況などとも関連づけていただき、食育推進計画（第3次）の推進にむけたご意見をいただけたらと思います。

**(委員)**

資料2の「3食塩摂取量の状況」については、地域によっても差があると思うので、地域別にも分析をしてもらいたいです。朝食については、内容に課題があることを栄養士会の活動の中でも感じており、特に小学校高学年から中学生において最も食べられていないように思います。また、県産野菜の産地があまり周知されていないように感じるので、もっと普及をお願いしたいです。

**(委員)**

いずみ会では、どの年代でもランチョンマットを使用して講習会を実施しています。料理を並べることで、主食、主菜、副菜のうち、抜けているところを目で見て確認でき、自身の日頃の食習慣の振り返りもできます。また、スープ（汁物）を作った講習会では、必ず塩分濃度を計り、適切な塩分量を普及しています。

**(委員)**

学校行事で、昨日まで自然学校に同行していました。自然学校で炊いたごはんを、子どもたちは「おいしい」とよく食べていました。理由を聞くと「家では冷凍ごはんだから、パサパサでおいしくない」と言っていました。また、宿舎で出てくる料理もよくおかわりをしていました。子どもは正直なので、おいしいものを与えるとよく食べるんだなと感じたところです。

**(事務局)**

ご意見のあった塩分量に関しては、圏域別地域別のデータや、8g以上摂取している人がどんな食品から摂っているかなど今後更に分析を進めていきたいと思っています。そういった視点からのご意見もいただけると今後の分析の参考となるのでありがたいです。

### (部会長)

先ほど田村委員から意見のあった、子ども達はおいしければ正直に食べるというお話し。これは、子ども達がしっかりと食べられる美味しい物を作るという捉え方も大切だと思います。

また、人間には生物の多様性があるので、食べ方を一律にこれが正しいとは言えません。一つの目安とすること。暮らし方、働き方により適切な食事には個人差が多少はあります。

### (委員)

資料2の「2脂質エネルギー比率の状況」については、平均値を算出するだけでなく分布で示すほうが良いと思います。そうすると、課題がある人の割合がどのくらいあるかがよく分かります。また、20代女性において脂質エネルギー比率の割合が高いのは、元々食べている量が少ないから、脂質エネルギーの割合が高くなります。ですので、“脂肪を減らそう”という指導ではなく、まずは“適切な量を食べよう”という指導を進めてほしいです。そうでないと、若い女性は益々食べなくなる恐れがあります。

朝食の内容については、そもそも副菜が何を示すか伝わっていない可能性もあるのではないのでしょうか。こちらが意図していることが伝わるような説明の仕方も考える必要があると思います。

### (委員)

資料2のデータで、8年間で何が大きく変わったのかと見てみると、野菜量が増えています。昨年あたりから野菜の価格が高くなりました。主婦の視点で話をすると食費はまず果物、その次に野菜を減らしていきます。野菜を減らし、お肉お魚を子供に食べさせたいと思います。そのような経済的な側面もありながら、野菜量が増えているのは、行政の努力と野菜摂取の必要性が県民に行き渡ったということだと思います。

また、家庭菜園が少しブームになっていますよね。ベランダ菜園などでも家族の分は作ることができます。スーパーでは高い野菜も、家庭で作るとたくさんできます。そこにうまくリンクさせて野菜の普及をするとおもしろいのではないのでしょうか。また若い子はインスタグラムで写真をアップするのが流行っていますし、変わった野菜を高い値段を払ってでもよく食べています。

それから、大学院の男子学生で運動している子は半数程度でした。運動している子はたくさんしているし、運動していない子は全くしていないので差が大きいです。運動しない子はお昼休みに食事もろくにせず、ほとんど寝ています。

何がそんなにしんどいのだろうと思いますが、パソコンやスマホをたくさん使って、自分では感じていない疲労感があるのではないのでしょうか。

女の子は基礎代謝が落ちているという話がありますが、食べないで痩せることが正しいと考え、“食べて、動いて、痩せる”ということを知らないのではないのでしょうか。若い女の子の食事は、手軽な春雨スープや菓子パンを食べているところを良く見ます。

正直なところ、若い人、働き盛りの食事の準備はなかなか大変だと感じます。食事の内容や質は家族形態ともリンクしていると思います。

#### (委員)

資料1の表紙のイラストの意味について、本日の事務局の説明で、ここにもストーリーがあったことを理解できた。もう少し分かり易くする工夫をしていただけたら、なお良かった。

資料1の第3次計画の指標と目標値の中で注目をするのは、「食育を7教科の中で実施した中学校の割合の増加」という項目です。日頃食育活動を学校で実施する中で感じることは、子ども達は経験をすると興味を持つということです。また先ほどの田村委員の発言で子どもはおいしいという発見をするとよく食べるという話がありました。若い子が朝ごはんを食べない、朝食にお米を食べないという課題がある中で、幼い頃からごはんのおいしさを体験させておく、そして子から親へとよい連鎖反応を作っていく。そういう仕組み作りが必要なのではないのでしょうか。そのためには、学校の活動をもっと充実させてほしいです。

県の食育推進計画も第3次となり結果として表れている目標値もあるので、これからも進めていきたいと関係団体である我々も思っています。

#### (部会長)

おいしいごはんを食べよう県民運動の取組みで、幼稚園・保育園・小学校でかまどごはんの取組みを行っています。かまどでごはんを炊いている間に、保護者には子どもに家庭で炊飯させることを、お願いしています。子どもがご飯を炊けることを主目的とした活動ですが、家事ができる子どもを育てることも目標の一つにしています。家事能力を磨かせる、食の能力を高めることも食育の一つです。

#### (委員)

鳥取市では市内全小学校でごはんの炊き方、みそ汁の作り方を教え、自分で作れるようにと指導しているそうです。そしてそれを家庭で実践しているとい

うことですので、教育すると子どもはできるんだなと感じました。

**(委員)**

今朝新聞で、大学生が小学生にご飯の炊き方や調理の指導にいく取組みを行っているという記事を読みました。指導にいく大学生も自身の食生活を振り返る機会となると感じました。こういう取組みは良いですね。

**(委員)**

第3次計画のキャッチフレーズ、プラス1の食育実践の“プラス1”の焦点を絞り、県民に伝えていく必要があるように思います。

**(部会長)**

年度毎に焦点を絞り、取組みを進めるのはどうでしょうか。例えば、平成29年度はごはんを炊くことに焦点を絞るなど。また、「主菜」「副菜」の言葉が県民に伝わりにくいのではないのでしょうか。戦後は、肉・魚が足りていなかったもので、肉魚を使った料理を主菜と言ひ、野菜を使った料理を副菜と言っていました。今は食を取り巻く状況が昔とは変わっており、食べてもらいたいの野菜類であるのに、“副”菜という言葉では意図が伝わらないように思います。適切な言葉や表現を用いて、普及していくことが大切だと感じます。

**(委員)**

先ほど、冷凍ごはんはおいしくないというお話がありましたが、お米の炊き方にもよると思います。分量をきっちり守って炊いたごはんは冷凍しておくと、朝食にすぐ食べることができるし美味しいです。いずみ会では、炊飯器でのご飯の炊き方を指導しています。

また、“野菜を5皿食べよう”の5皿の数え方が難しいと感じています。示す量を分かり易くする工夫をしていただけるとありがたいです。

**(部会長)**

しっかりと食べてもらうには、いい食べ物を作る、質の良い物を作るということも大切ですね。

**(委員)**

先日、揚げ物を作ろうと思い、スーパーにパン粉を買いに行き、表示を調べるとイーストフードが入っていました。イーストフードはなるべく摂りたくないと思っているので、他にも3店舗回りましたが、全店舗の全商品に入っていました。結果として私は、米粉で揚げましたが、少し固くなるけど美味しかったです。こういった経験から、お米を使った料理やアレンジの仕方を普及するのもおもしろいのではないかと思います。

また、お米を炊くようになるきっかけを作ることも大切だと感じます。例えば、大学の入学祝いにボールペンでなく、お米を配るのはどうでしょうか。一人暮らしの学生には有り難く、お米を炊いて、食べる一つのきっかけ作りになるのではないのでしょうか。

**(委員)**

食の健康協力店について、お店にマークを貼っていても県民には分からないように感じます。マークの意味を説明し、もう少しPRに工夫をすると良いのではないのでしょうか。せっかく作った良い制度なので、活用をしないともったいないです。

**(部会長)**

スーパーの惣菜売場を見ていると、段々とおかずの売場が減り、お弁当売場の面積が大きくなっているように感じます。これは家庭でご飯も炊かなくなったということ、どんどん楽をする傾向にあるのではないかと思います。家庭の食育力は落ちていて、心配になりますね。

世の中の変化に子ども達が巻き込まれないように、食育力をつけていくことが大切です。第3次計画では、この点も頭にいれて、面白みがあり、かつ中身が伴った推進をお願いしたいと思います。

それでは、3点目の絵手紙の審査について、事務局より説明をお願いします。

**(事務局)**

審査について説明

**(部会長)**

今ご説明があったように、テーマ①は「給食の思い出」、テーマ②「減塩でおいしく食べる工夫」ということです。その中から、各テーマにつき、知事賞が1点、それから関係団体会長賞として、兵庫県漁業協同組合連合会、兵庫県栄養士会、兵庫県いずみ会、兵庫県小学校長会、おいしいごはんを食べよう県民運動推進協議会のみなさんから優秀賞を決めていただくということで、よろしいでしょうか。

それでは、委員の皆さんは審査用紙に記入してください。よろしく申し上げます。

《 審 査 》

**(部会長)**

お待たせいたしました、審査の結果、最優秀賞、優秀賞が決定しました。皆さん、ご協力ありがとうございました。

《 審査結果発表 》 ※結果は別紙参照

さて、本日準備された議題はこれで以上になりますが、委員の皆さんから追加で何かございますか。事務局からも特にないようでしたら、進行をお返しします。

**(事務局)**

保田部会長並びに委員の皆様方、貴重なご意見をたくさんいただきまして、ありがとうございました。

また本日の議事録につきましては、後日送付させていただきますので、ご確認いただきまして、追加でご意見等ありましたら、事務局までご連絡いただきますようお願いいたします。

それでは閉会にあたりまして、藪本局長よりご挨拶させていただきます。

**(藪本健康局長)**

本日は貴重なご意見をいただき、ありがとうございました。

本日の感想について公私を分けて言いますと、まず公の立場でいうと、私は現在の職に就き2年目ですが、副菜という言葉はこの職につくまで知りませんでした。また食の健康協力店についても、良い取組みは行ってはいるがまだまだ県民に浸透していないということで、工夫が必要だということを改めて感じました。また私的な感想で言いますと、美味しかったら子どもは食べるよという話がありましたが、お話しの通り我が家の子も普段の朝食は紅茶とパンですが、調理実習をしてきた次の日は、自分で準備して食べたり、旅行に行くと朝ごはんをおかわりしています。これがおいしかったら食べるということなんだなと思いました。

第3次計画はスタートしましたので、本日説明しました平成28年度食生活実態調査の結果や、本日の委員の皆様のご意見も踏まえながら、部会長が言われました面白みのある、内容のある取組みを推進していきたいと思っておりますので、今後とも色々なご意見をいただきますようお願いいたします。

本日は長時間にわたり、どうもありがとうございました。

(別紙)

**<テーマ① 給食の思い出>**

選考結果	氏名（職業等）	性別	年齢
最優秀 (兵庫県知事賞)	はせがわ とうし 長谷川 速士 (神河町立神河中学校)	男	13 (1年)
優秀 (兵庫県漁業協同組合連合会代表理事会長賞)	いいつか りお 飯塚 梨央 (姫路市立飾磨東中学校)	女	12 (1年)
優秀 (兵庫県栄養士会長賞)	やまもと まりん 山本 真凜 (姫路市立東光中学校)	女	15 (3年)
優秀 (兵庫県いずみ会長賞)	まんや かずとし 萬矢 和寿 (姫路市立飾磨東中学校)	男	13 (1年)
優秀 (兵庫県小学校長会長賞)	つじ ゆずか 辻 柚香 (南あわじ市立福良小学校)	女	8 (2年)
優秀 (おいしいごはんを食べよう県民運動 推進協議会長賞)	おきなか きほ 沖中 希帆 (姫路市立飾磨東中学校)	女	13 (1年)

**<テーマ② 減塩でおいしく食べる工夫>**

選考結果	氏名（職業等）	性別	年齢
最優秀 (兵庫県知事賞)	いしはら ゆう 石原 優 (姫路市立東光中学校)	女	14 (3年)
優秀 (兵庫県漁業協同組合連合会代表理事会長賞)	ほそい まりな 細井 満里奈 (豊岡市立日高東中学校)	女	14 (2年)
優秀 (兵庫県栄養士会長賞)	やまもと まさこ 山本 昌子 (主婦)	女	63
優秀 (兵庫県いずみ会長賞)	くらのした まゆみ 蔵之下 真由美 (主婦)	女	55
優秀 (兵庫県小学校長会長賞)	ひさもと くるみ 久本 来美 (たつの市立龍野西中学校)	女	14 (2年)
優秀 (おいしいごはんを食べよう県民運動 推進協議会長賞)	しらい めぐみ 白井 めぐみ (主婦)	女	36