

## 会議記録

日 時：平成 29 年 10 月 16 日（月）9 時 30 分～13 時 00 分

場 所：高森町学校給食センター 食育ルーム

出席者：委員 15 名

事務局：健康福祉課 5 名

学生（保健師実習生）2 名

記 録：伊東

---

### 1. 開会

### 2. あいさつ

健康福祉課長 福島より

### 3. 協議事項

(1) 「朝食習慣 100%」にむけての取り組みについて

#### 1) 朝食アンケート

宮澤（美妃）：6 月アンケート結果について

古林：配布資料の確認。

6 月実施朝食アンケートの集計は先週終わったばかりだが、これを参考にし、次の取り組みにいかしていきたい。朝食アンケートは朝食習慣 100%をきちんと見る必要があるため、実施している。アンケート形式になった経緯としては、今まで行っていた手挙げ方式よりもしっかりとした値が出るのではないかという事で今年よりアンケート形式での実施となった。比較ができるように 12 月も実施する予定。12 月実施のアンケート内容についても検討したい。

伊東：アンケート結果説明

※添付資料参照②、③

古林：中学校では冬では欠食率が増えるとの意見があり、季節差を考慮し、6 月・12 月実施結果の平均を高森町の値とする。

12 月のアンケートに入りたい項目の検討、アンケート結果を見ての感想などを各団体で挙げていただきたい。

宮澤（美妃）：各団体で意見を挙げていただきたい。

松下：（朝食で大事にしていることに）1 口でも食べられるようにするなど朝食の大切さへの心掛けは出来ている。スポーツ少年団で、朝食を食べられない子どもがいるため、スポーツ少年団の人たちに朝食の大切さを伝えたい。

前田：生活を変えることは困難。町の取り組みや思いを通じ、意識がけになり、生活の変化につながるのではないかと。

林：12 月のアンケートまでに 6 月の結果を保護者の方に伝え、結果を受けて、次はもっと頑張ろうと思ってもらえると良いのではないかと。また、結果を伝えるときは何を伝えたいかを考え、アンケートの生かしかたを考えたほうが良い。

北沢：アンケートの食べない理由の「食欲がない」「時間がない」の理由は何か。睡眠不足、朝起きられない、夜更かしが原因なのか、そこまで探ると良いのではないかと。

中塚：(食べられない理由の)「食欲がない」「時間がない」をどのように読み解くか。一、二点改善点を挙げ、それがどのように普及したかを見るのも良いのではないか。

池野：(朝食で大事にしていること)「何かしら口にする」と書く人が多い。バランスの良い食事はなかなか準備できないので、自分も含め気をつけていきたい。

根本：(食べられない理由の)「食欲がない」「時間がない」について、スポーツ少年団などで夜が遅くなり、夕ご飯の時間も遅くなる。生活習慣の見直しは難しい。アンケートの食べられない理由の「準備が大変」をチェックした人はあまりいないが、児童の話を見ると、実際はお母さんが起きてくる時間が遅くて準備されていないため、菓子パンを食べてくるという子もいる。(全体の朝食喫食率は高いが)それぞれの家庭の考え方もあるため、もう一歩が足りない。アンケートを生かした活動ができれば良い。

竹内：7時20分から朝部活が始まる。朝忙しい中で頑張って朝食を食べようとする姿が(アンケート結果から)伺えた。朝食内容にサプリメントや健康食が含まれているが良いのか。きちんとした朝食を食べたほうが、腹持ちが良いので、朝食内容についても推進していきたい。

新海：各団体の食育の取り組み、個人指導を含め行われていると思う。今後、町としてどういう取り組みをしてくのか、町として各団体を通した共通の取り組みがあると良い。町として朝食を食べるとどういう良いことがあるかの意識づけ、生活リズムの見直し、時短レシピなど町から発信していくことが大事。

消防団への食育の取り組みはどのように行っているか。

古林：血液健診の中で食に関わる話をしている。

肥満の解消はコツコツとした取り組みの継続が大事。

古瀬：アンケート結果を簡単に提示してほしい。こんなに難しくなく、文章などで簡単なほうが良い。

宮澤：北小学校・中学校と回数率が7割いかないが、この値はどうか。回収率をあげるため中学校に宿題として、アンケートを出していくのはどうか。

福島：そのような形式が可能かどうかは、中学校との依頼の中で決めていきたいと思う。

宮澤：アンケートに睡眠の項目を入れたらどうか。また「朝食で大事にしていること」は自由記載ではなく該当項目に丸をつけるなど、簡潔にしたほうが、集計がしやすいのではないか。

「朝食で大事にしていること」では、みそ汁について挙げられているが、具沢山のみそ汁はおすすめの朝食である。

福島：皆さんに貴重な意見をだしていただいた。

「食欲がない」「時間がない」が多くの割合を占めている。「食欲がない」のは生活習慣に問題があるのか、その他の理由なのか、食べられない理由をきちっと調べる必要がある。また、このアンケート結果をどう伝え(ホームページ、広報、または個々に返すか)、どう生かしていくかを考えていきたい。

「朝食で大事にしていること」に面倒くさくて食べないとあるが、それぞれの団体に返してどのように活動を進めるかで密に入っていけるのではないかと思う。朝食喫食率は高いが、残りの数%に課題が多く、各団体と共同していきたい。次回はもっと踏み込んだ内容に触れてお話ができれば良い。

古林：12月までにアンケート結果を皆さんにお返ししていくかは検討したい。朝食習慣100%にむけた内容になるように取り組んでいきたい。

アンケートは簡潔にし、食べない理由を掘り下げたほうが良いか。各団体でアンケート項目に入りたいものを知りたい。

福島：また直接話す機会を設けたいが、基本はこの形でポイントをしぼった形で 12 月にアンケートを実施出来たらと思う。今このタイミングでこれだけはいれたいという意見があれば出していただきたい。

宮澤：睡眠時間の項目は入れてほしい。

新海：6 月、12 月の平均をとるなら自由記載以外のところは変えない方が良いのではないかと。2 回とる目的を意識してほしい。

池野：大人から子どもへの提案だけでなく、こんな朝食だったら食べたいなど、子どもからの発想も参考にできたら良いのではないかと。

古林：出していただいた意見を参考に次のステップに向かっていきたい。

#### 学校給食センター施設見学

小澤先生、寺沢さんによる給食施設の説明。

#### 2) 各団体の取り組み事項

古林：朝食習慣 100%にむけて各団体で取り組んでいただいていることを挙げていただきたい。

○添付資料⑤について

中塚：業績アップの視点で出していく。

北沢：11 月の終わりに発行する予定。簡単なポスター・リーフレット・ホームページなどで普及していく。脳と朝食の関係などについて触れられたら良い。

古林：その他に各団体で取り組んでいることがあれば出していただきたい。農協・JA での朝市も高森町のホームページでアップしている。各団体の取り組みを町に教えていただけると町の活動として広報していくので、教えていただきたい。

○添付資料⑥について

古林：高森町では食育セミナーを 11 月 18 日土曜日のまるごと収穫祭で行う。講師に株式会社タニタヘルスリンクの龍口ともこさんを招き、実施する。また高森町 ACE プロジェクトとして、タニタの体組成計を導入し、町として多くの人に関心をもってもらえる取り組みを実施していく予定。

福島：11 月 18・19 日のまるごと収穫祭では会場を食育テーマの会場とし、その中の一つとしてタニタヘルスリンクの龍口さんを招いてのセミナーを行う。自分の体重を量ることから気づいて変わっていくことを目的に県の元気作り支援金より町に体組成計を導入した。一つの啓発のきっかけとしてとらえていきたい。信州 ACE プロジェクトは県と一緒に取り組んでいく。

古林：高森 ACE プロジェクトで体組成計を 2 台導入した。今回の会議に 1 つ持ってきたため、この機会に量っていただき、良さを体験していただきたい。

#### (2) その他

体組成計測定

学校給食の試食