

会議記録

日 時：平成 29 年 1 月 25 日（水）13 時 30 分～14 時 45 分

場 所：高森町役場 中会議室

出席者：委員 計 13 名

事務局：健康福祉課 計 4 名

記 録：古林

1. 開会

2. あいさつ

（課長：福島）

今年度の様子、各団体、学校、保育園等で取り組んでいただいた内容を踏まえて、来年度からより「食育」を高森町として重点を置いて進めていくように考えている。取り組みを共有しながら進めていっていただきたい。

（子育て親代表：宮澤さん）

3 歳の娘を育てている。極力、砂糖と小麦、添加物を極力とらない食育を実践している。せっかく高森町に住まわせていただいているので、他とは違う学校づくり、給食づくりからお手伝いさせていただけたらと思っている。

米飯給食に変えるとどんな利点があるか。子どもが朝食を抜くことでどれだけエネルギーが消費されるか。どれだけ食べ物をいただくことが命をいただいているか。子どもたちに食の大切さを伝えていきたい。

3. 協議

（1）今までの経過について

（事務局：古林説明）

資料①国が示された「食育」から高森町「食育」の流れ

平成 17 年に食育基本法が高森町でき、食育推進基本計画が作られた。平成 22 年度に食育推進計画を立てた。国が第二次食育推進基本計画で、重点課題に「生活習慣病の予防及び改善につながる食育の推進」が加えられたことにより、高森町でも生活習慣病予防を意識した食育推進計画へとシフトしてきている。第 2 次高森町食育推進計画では 5 つの目標を立てている。朝食欠食割合の減少、肥満割合の減少、高血糖割合の減少、地産地消の割合の増加、食育を理解している割合の増加。を掲げスタートしている。平成 22 年度から食育推進会議を開催しており、平成 27 年度は生活習慣病予防健診で中学生の高血糖（HbA1c5.6 以上）の生徒が多かったため、高血糖への取り組みを課題に挙げてきた。それぞれの実態に合わせながら、5 つの目標に向けて取り組んでいっていただきたい。

（事務局：古林説明）

資料②第 2 次高森町食育推進計画経年評価

年度途中のため、28 年度のものがまだ出ないところもある。29 年度に向けて、28 年度の実態を踏まえて考えて行っていただきたい。

朝食は 1 歳 6 か月、3 歳は問診で確認、保育園、小学校、中学校は手あげ方式で朝食べて来た

かどうか、消防団は消防団血液検査、40歳から74歳男女は特定健診で確認している。肥満は乳幼児健診及び保育園はカウプ指数18.0以上、小学校、中学校は肥満度20以上、消防団以上はBMI25以上、高血糖はHbA1c5.6以上。HbA1cは血糖値の1～2か月の平均値を示すものであり、値が大きいくほど血糖値が高いことを示す。基準値は小学生から成人まで同じ値となる。地産地消の割合は地元農畜産物の使用割合。食育の理解している割合は、町民アンケートで見ている。
(課長：福島)

第2次食育推進計画の目標値を見ている。朝食の欠食が肥満につながる。朝食を食べることは血糖値の正常にもつながる。この3つは関連性がある中で見ることができる。

(中学校：門政先生)

朝食欠食4.4%。多くの子どもたちが、教師が思っている以上に朝食を食べていなかった。夏の調査では1.9%だった。なぜ増えたのか。季節的なものか、中学3年生の部活が終わったからなのか。朝、暗いので起きられなくて食べて来られないのか。理由は不明である。この数値に驚いている状況である。

(子育て親代表：宮澤さん)

今後、欠食理由のアンケートをとってほしい。欠食になる理由は大切にしたい方と良いと考えている。欠食理由には2つある。朝食が用意されていないのか、用意されているけど食べられないのか。

(課長：福島)

朝食欠食の確認方法にも課題がある。毎月確認をしていき平均を出すなど、より実態にあった正しい数値を追っていけるようにしていくべきである。

(北小学校：根本先生)

食べてこない理由にお母さんが寝ていて作ってくれない。お母さんが準備してくれたけど、食べる気になれなかった。欠食の数値として上がってこないが、朝食食べて来ても目玉焼き1個で3時間目終わったあたりで気持ちが悪いと保健室に来る子もいる。数値では現れない課題も感じている。職員間でも話題になり、個別には話をしているところである。昔ながらのそろった朝食を食べて来ているお子さんは子どもたちと話していて少ないように感じる。

(町立保育園栄養士：松川)

子どもに手を挙げてもらう。信ぴょう性はどうか。

(私立保育園：林先生)

工夫をしながら聞いた。「今日、先生ご飯食べてこれなくて、とてもお腹が空いてしまった。お友達でも今日食べてこれなかったお友達、ちょっと手を挙げてみてくれる?」「そっか。じゃあ、何か食べてきた?と聞くと、「パン食べてきた」という。難しい。聞き方も統一されていない。5日間聞くと、どうしても2～3人いた。

(課長：福島)

朝食を食べてこられないのは中学生に比べて、保育園や小学校低学年は家庭の親御さんの思いや手間がある。朝食ってどんなものかというのも今後の課題であり、取り組み方を検討していく必要がある。

消防団健診の朝食欠食率が減っているがどうか。

(事務局：古林)

消防団は今年検査時期を変え受診者が減った為、朝食欠食割合が減っているかもしれない。ヘルスクリーニングでの40歳未満男性の欠食割合は45%であった。20歳30歳代の方はまだまだ課題である。

(課長：福島)

消防団と40歳未満は親になる世代の欠食率が下がらないと、子どもたちの欠食率も下がっていかない。40歳未満の欠食率も家族で食べることに繋がっていく。お父さんお母さん世代の朝食に対する思いをおさえていくことが大切である。こころの安定や生活の安定、学校生活にも繋がっていく。これをみるとそこも読み取れると感じている。

(事務局：古林)

肥満は3歳児健診ではいなかった。保育園ではどうか。

(町立保育園栄養士：松川)

学年ごと5月に調べた。年少さんに肥満が多かった。年中、年長は変わらない。年少さんの親御さんには肥満について伝えている。気になるお子さんの場合、身長体重は毎月測るので様子が親御さんに「お家の食事ではどうですか？」と声を担任からかけてもらうようにしている。

(事務局：古林)

昨年度から保育園では肥満度でも出してくださっており、肥満度では4.5%となっている。計画当初はカウプ指数での評価であったが、今後、吉田河原さんでも一緒に追ってみていけるように肥満度でもお願いします。

(事務局：古林)

中学校ではHbA1cが27年度からぐっと上がってきている。学年にもよると思うが、同じ検査方法で行っているのでは、対象者が明らかに増えている。

(中学校：門政先生)

27年度、今の中学3年生。講演会にも来てもらったが、極端に割合が高いのはなぜなのか。今年、中学2年生の男子は急に下がったがそれもなぜなのか。

(事務局：古林)

小学校、中学校は、希望者に親子の健康相談を行っている。夏場の部活動での脱水予防に、スポーツ飲料の摂取や帰宅後の飲食が習慣化しているお子さんもいた。中には、父親も糖尿病体質があるというお子さんもいた。体質がある可能性もある。体質があるとしても糖尿病・高血糖になりやすいことはあるが、小さなころから気を付けていくことで発症を遅らせることは可能である。糖質の摂り方は乳幼児健診でもお話をしているが、小さなころから進めていくことが大切かと考えている。成人の健診では健診時期を少し夏場に変えたことにより数値が良くなった。その時期の生活習慣、夏場は体を使って働くことにより血糖値が高くなっていないのか。食習慣や運動習慣によって変えられる数値だとみている。

(子育て親代表：宮澤さん)

清涼飲料水など、糖分を入れてしまうと逆に「脱水」を引き起こしてしまう。スポーツ飲料水は同量の水で薄めてやっとからだに適した糖分になる。何よりとるべきものは「水」であり、「天然の塩」である。また、朝1番と夜何を食べているかが大切である。

(事務局：古林説明)

資料③平成29年度 高森町の「食育」への取り組み ～5つの目標にむけての行動目標～

食育推進員に今後取り組みたい内容、取り組んでいる内容を提出していただいた。5つの目標にあてはまるものを抜粋している。高森町でも実践に向けて、セミナーの開催など新たな取り組みを考えている。5つの目標に向けて、それぞれの団体が行動目標を立て、取り組むことが大切であると、飯田女子短期大学の新海先生からご助言いただいた。ぜひ、皆さまにも行動目標を立てていただき、一緒に取り組んでいきたいと考えている。4月か5月頃、ご提出いただいた行動

目標を皆さまと一緒に確認をし、実践につながるようにスタートを切りたいと考えている。

(課長：福島)

健康福祉課として、町として、「健康をどう維持していくか」1番大きな目標になる。その中の1つとして「食」。「食」だけではなく、「健診」も受け年に1度はご自身のからだを見てみましょう。それには「からだを動かす」こともしましょう。この3つが機能することが、健康の改善や維持・増進につながる。来年度は「食育」に力を入れて取り組んでいきたい。特に「朝食を100%、皆さんが摂りましょう」を目標に町を挙げて取り組んでいきたいと考えている。「朝食」を食べることが、肥満の減少や高血糖の減少につながっていく。1番の近道にもなる。それぞれ団体の取り組みがある為、持ち帰っていただき、考えていただきたい。「食育」の言葉と取り組みが高森町に浸透していけるようにしていきたいと思う。

(子育て親代表：宮澤さん)

“食の大切さ”全町民に向けて発信していきたい。

(課長：福島)

資料3の説明でもあったように、「食育」のセミナーを開催し、町全体にも「食育」を考える機会としてアピールしていく。各年代に合わせた「食育」を来年度は行っていく。

(子育て親代表：宮澤さん)

食べ物はすごく大切である。高森町にしかできないことがある。自分たちで育て、調理をして食べる。自分たちが食べているものがどのようにしてここまで来ているのか流通の仕方。牛の解体のことなども絵本を見て知った。また、子どももそのことを知っていくことも大切である。

子どもが食べたいと思っても、親が食べないと始まらない。

高森町が「すごくいい給食を出している町」としてアピールできるような取り組みをしていきたいと思う。

(一般：小平さん)

孫を育てている。費用もあるため、一概には言えないが上白糖、マーガリン等は使わないで欲しい。保育園にも伝えたことがある。また、地区のおやつ、出初式のおやつはくれなくてもいいのではないかな。

(子育て親代表：宮澤さん)

お菓子で喜ぶ子どもにしたくない。お菓子より風船の方が嬉しい。風船を膨らませることは、子どもの刺激になる。そして、安かったり、添加物が入っていたりするお菓子をみんなが買うことで、ニーズに併せて生産されていく。地元の農産物を大切にしていきたい。少し値段が高くてもしっかりと安心と安全がそこにある。アレルギーは米飯給食にすると減ると言われている。小麦粉はポストハーベスト：収穫後に農薬が撒かれている。

(給食センター：小澤先生)

たくさん本も出ていて、いろいろな場面で話題になることもあると思う。不安を感じられるご家族、地域の方もいると思う。知りたいことがあれば、できる限り情報を提供していきたいと思う。また、不安について少しでも取り除けるように、情報提供をしていきたいと思う。

マーガリンは年1から2回、シチュー等のルーもバター半分とこめ油で作っている。価格の関係で全てバターを使うことは出来ないが、のばすものも米の油にしている。ショートニングもパン屋さんのパンで使われていることはあるが、原則、給食のおかずには使っていません。全てを手作りすることが理想だが、現実の現場では難しい。加工されたものを使う場合も添加物の少ないものになっている。砂糖はサラダのドレッシング以外は三温糖を使うように工夫している。献立表の中にも3色の色分けをして、食品をすべて表示するようにしている。そちらも参考にしてい

ただければと思う。マーガリンはほとんど入っていない。

米飯給食についてもご飯の良さをわかっている。給食のお米は高森町のお米こしひかりを年間通じて出していただけ。本当にこの町は素晴らしくて有り難く、本当に良いことだと思っている。週に2回だったパンを週1回に減らし、変則的にご飯に切り替えるようにしている。ここ数年で米飯給食の日数の割合もかなり高くなっている。

テレビで騒がれている給食＝高森町の給食ではないところもある。来年度、新しい給食センターになるととても大事な時期である。「食育」のいくらかの部分を担当し、また、地域に大切にしたいだけの施設になってスタートできればと思う。

(課長：福島)

給食センターが8月から稼働する。8月以降、この会議メンバーで試食を兼ねて見学会に行くのも良いのではないかと。大事な子どもたちの食を担ってくれている学校給食センターと一緒に考えていく立場で、食育の会議も一緒にやっていけたらと思う。

今日はどうもありがとうございました。お願いしている書類の提出もしていただき、来年度のスタートが切れるようにしていきたい。