

第1回京都府食育推進懇談会 議事要旨

挨拶

(座長)

食育基本法できて年月が経過、食の問題はなかなか解決されず複雑化している。

健康、特に癌がどうしておこるかという研究の中で、唾液の免疫力に注目。大昔はしっかり噛んでいたが、今は、かまなくていい食、免疫力下がる。子どもの免疫力、噛むことで固まる。自然な免疫力を作り出していくことも食育の一つといえる。

(1) 京都府第3次食育推進計画の策定について

(事務局)

食育基本計画を基本に、都道府県は食育推進計画を策定する。現行の計画期間は平成23～27年度、今回は平成28～32年度までの5箇年分を策定する。(策定スケジュール等について、資料に基づき説明)

(2) 国の第3次食育推進基本計画の動向について

(事務局)

国では平成28年度～32年度までの第3次食育推進基本計画を策定する。

策定の議論の中で、20代朝食の欠食率が最も高い、若い世代が食育どころか食べていない。単独世帯を含めた多様な暮らし(家族形態の変化)を支える食育、生活習慣病の予防(減塩)、食の循環や環境を意識した食育、食文化の継承に向けた食育が話題に。(計画の動向について、資料に基づき説明)

(座長)

国の第3次計画は固まっているのか。また、策定にあたり関係省庁はどう関わるか。

(事務局)

まだ、固まっていない。策定には6省庁が関連している。

(座長)

国の動きを見ながら、京都府独自の食育推進計画策定を進める方向で。

(委員)

府の食に対する意識調査の項目に朝食の欠食率あるか。また、欠食の原因は何か。国の調査を引用する場合、食に対する意識は府県で温度差があるので、

府のデータを示してもらえれば、様子がわかる。

(事務局)

朝食の欠食率、府の独自のものはない。次回までに、できる範囲で国のデータの元資料を確認する。欠食の主な原因は睡眠優先、食べない習慣等。

(委員)

欠食を例に取っても、誰が食べていないのか分析するには、年代だけでなく職種等細かなデータが必要なので、ある程度データを活用しながら全体的なことを議論していくべき。

(委員)

国は生活習慣病の予防等高齢者の対策は充実しているが、若い世代をターゲットにするのであれば、子どもを出産し次の世代へつなぐ若い女性に対し、摂取カロリーが著しく低く痩せすぎになるのは良くない、朝食をたべたら太るといったまちがったイメージで食生活を送っている意識を変えることが必要ではないか。

(3) 現行(第2次)京都府食育推進計画について

(事務局)

現行の府の計画の構成、方向性、目標の達成状況を説明。(資料に基づき説明)

(委員)

幼稚園で食育活動を実践しているが単独での実施は大変、連携が必要。また、府の制度の充実と継続、食いく先生等によるサポートが必要。

子どもに体験させることが食育になる。子どもが自分で出来たことが自信になり、それが家庭で母親を刺激し連鎖を生む。20代、30代よりもっと小さな子どもからやるのが大切。小さな子どもから小中学校に伝播することができれば。

(事務局)

平成26年度、115名の食育先生が108回食育指導。今後、小中学校等に食育先生の活動を広げていきたい。

(4) 次期推進計画の論点などについて

(委員)

いろんな食育、全国で講演を聞いた。お弁当の日(小学校 四国)の話、す

ごく良いこと。小さいときに食べることに関心を持たないと、脳に焼き付かない。五感を生かしたという表現は、大人にしか伝わらない。子どもは実践。お弁当の日を京都府でできれば、食を知り、勉強するきっかけに。

(委員)

食育推進計画を府民に発信する際には、情報をかみ砕いて発信し、府民による食育実践の小さな種が、どんどん広がるようにしてもらいたい。

(委員)

重点課題と考えられる世代を例にとっても、4つのカテゴリ（4世代）に分けられる。カテゴリごとで、もう少し細かく見ていく必要がある。若い世代、働く世代等、対策をたてる際には細かく見ないと。政策のたて方もそうだが、目標もカテゴリごとだと分かりやすいが、前計画ではそのあたりが分かりにくい。

(委員)

働く世代の食育は「健康」、健康管理を行う中で、メタボ対策、栄養素、バランスよく。そこがいま、十分ではない。健康と食は密接だが、そこを重点的に指導はしていない

(委員)

食育をわかっている人たちでなく、無関心の人たちをくみ上げるのが大きな目標ではないか。幼児や小学生は無関心どころか、分からない。分からない人にどうするかも、一つの対策。具体的な目標と活動が必要。

(委員)

食事の栄養バランス等知識不足。朝食をとらないとどうなるのか、自分のからだの仕組み、栄養知っていれば、お弁当を作って子どもに持たせることも。そのお弁当を食べるのが食事バランスや栄養を知ること、さらにはメタボ対策にもつながる。

(委員)

学生に話を聞くと、食事をつくらない学生が多い。食事や栄養バランスの知識が不足している。何をもちて府民にアピールするのか。かみ砕いて、何を訴えて行くのか。

孤食が多く、食事に関してもコミュニケーションがとれてない。食べたいものばかり食べる。偏った食事でも誰も何もいってくれない。食の情報あふれているが、何をどうキャッチすればいいかわからない。そこら辺を掘り下げないと、見

えてこない。啓蒙活動のターゲットは。

(委員)

食育の前提を考え直すことが必要では。日本では家庭を重要視、家庭から食が始まる。例えば、中国では外で朝食。食育の発信は家庭からだけなのか。母親は働いている、その中で食事を作る。そのような状況で子どもをたくさん生んでなどいえるのか。家庭中心の方向性を若干修正しなければ。

(委員)

コンビニでも栄養バランスを意識した食材もある。家庭での食育と環境としての食育をともに考える。学生食堂作れば、コミュニケーションの場の提供となり、孤食を防ぐことにもつながる。

(委員)

高齢者の独居が増え、食事のサービスを受けている人が多い。それを家庭の食事というのかは別の議論として、家庭でないところで食事を取っている人が、どういう風に食事をとってどういう影響があるかデータを取ることができれば。

(委員)

企業は従業員に健康診断を受けさせることは義務。きちんと食事をとらないと健康が損なわれるのに、何を食べるかは本人次第。食事も、ある程度コントロールできるような、先を見据えた政策を検討できないか。

(委員)

子どもが小さいときは、家庭で食事をつくるのが基本だと思うが、コンビニの食材が充実しているので、そんな、企業体との連携で栄養バランスの呼びかけかできないか。認定マーク等（選ぶ目安になる）そんなのも大切では。栄養バランスに対する呼びかけ、キャンペーンはどうか。

(委員)

府内のある学校では、スーパー食育スクールの活動が行われている。食に無関心な保護者に関心をもってもらうことを一つの目的としている。食を変えると学力や体力に変化が見られ、結果がともなうことにより、保護者の意識が変わり、食べ物って大事だなと分かってきた。

(委員)

朝食を食べた食べていないでなく、何を食べたかの生活点検がポイント。子どもが食事の振り返りをし、保護者に反映する。

家庭から食育が出発、そればかりではないこともわかるが、基本、保護者に意識をもってもらうことが始まりで、そこから地域を巻き込んで食育を進めていければ。

(委員)

食育推進運動の進め方について、行政が決めた枠内で進めるのか。府民はいろんな価値観を持っている。食育推進計画に載っていなくても自発的にやってみたいことがやれるような、参加型の運動があっても良いのでは。府民自らが動けるやり方があっても良いのでは。

(事務局)

府民の自発的な参加型の運動については、府の食育プラットフォームからのアイデア等を計画に盛り込みたい。また、食育は幅広いので、食べる、食事をつくる以外のところも食育としていきたい。

(委員)

1次、2次と経過し、今回の計画では人だけの目標だけでなく、企業や団体に関する目標設定ができないか。また、食育活動を実践することについて目標はあるが、計画に対する疑問を持ったり無関心の人、食育をやらない人への施策や目標がなかったので、3次計画に盛り込むことができれば。無関心派をなくすのがひとつの食育。

食事だけでは健康とならない、運動や生活習慣等も含めて話をすすめられないか。

(座長)

食育に関心がある人に重要性説いても、施策としてはターゲットの絞り方がちがう。無関心者への戦略、そこは同感。そうなると、一番小さいころが大事。小学校や中学年くらいから時間がなくなる。幼児、小学校低学年あたりからやるのが、時間がかかるけど効果的。自分で生きていく力を養っていく。

(委員)

食育とは 生きるため。料理をつくるのが食育ではない。園児が、畑で収穫、素材や素材の由来を知り、調理、片付けまで実践し、時には行事食で食文化に触れている。子どもは達成感、充実感、感動、そこをベースに成長している。幼児ではできるけど、大きくなってからはできない。親が子どもに付いてきて、はじめて知ることも。

(委員)

障害者施設でクッキー作って売ってるのも食育だが、なかなか認知されていない。社会全体での食育を考えていくことが大切。

(委員)

発達障害、アレルギー、一人親等も考慮しなければならない。

(座長)

災害時のアレルギー対策も重要。

(委員)

貧困の問題もある。食を選ぶところではない。親がコンビニに行き、弁当を買う。分量的にバランス良いように見えても、野菜は不足していることも。基礎的なことを親が知らない。

(委員)

単身赴任、小さな家庭ではバランスよく野菜を食べようと食材を調達しようとすると、余らしてしまう。バランスよく提供してもらえれば、それが良い場合もある。家庭での知識は必要。知識を持って選べるのが大事。

(座長)

食選択能力を高めることが必要。

(委員)

府内の中小企業の主婦層はあまり健康診断を受けていない。自身の健康を考えているのか。府内の大企業の子婦層は健康診断の受診率高い。

主婦層が自信の健康管理を気遣えば、自分→家庭→子ども→お年寄りにつながっていく。無関心な人は健康診断受けない。無関心の人にどう関心を持ってもらえるか。

(座長)

検診代もかかるし、行かない人も多い。そのことが重大な疾病にもつながる。健診の習慣も重要ワードになるのでは。

(事務局)

次回までにいただいた意見から重要ワードをまとめ、体系付けていく。そこから、5年間の目標等、次回検討いただきたい。食育は幅広い。府の計画に全ては書くことは難しいが、無関心層含め、何かアクションが起こせるようにしたい。