

会 議 録

1 会議名

令和元年度第1回上越市食育推進会議

2 議事（公開・非公開の別）

- (1) 令和元年度上越市食育推進実施計画（アクションプラン）及び実施事業について（公開）
- (2) 上越市食育推進計画指標項目の取組状況に関する意見交換（公開）
- (3) その他 各委員が行う食育推進事業の情報提供

3 開催日時

令和元年7月3日（水）午後1時30分から3時25分

4 開催場所

上越観光物産センター 会議室

5 傍聴人の数

0名

6 出席した者（傍聴人を除く。）氏名（敬称略）

- ・委 員：高橋慶一、野口孝則、井上智代、上野則子、藤田芽美子、笹原絢子、山本敦子、小林小枝子、平澤栄一、松井和代、細谷知世（西館委員代理）田中玲子（健康福祉部長代理）、近藤直樹、金子良仁（教育部長代理）
- ・事務局：農村振興課：桐木課長、廣田副課長、谷川係長、北山主任
健康づくり推進課：春日上席保健師長、保育課：橋本副課長、農政課：太田副課長、教育総務課：塚田副課長、学校教育課：手塚副課長、社会教育課：福山副課長、上越ものづくり振興センター：村山主幹

7 発言の内容

(1) 開会

事務局：ただ今から、令和元年度第1回上越市食育推進会議を開催いたします。司会を務めます農村振興課の谷川でございます。よろしくお願いいたします。

本日の会議ですが、高田北城高校の柳沢委員、岩崎委員、坂口委員、樋口委員、吉村委員、松原委員から事前に欠席の連絡をいただいております。

なお、上越市食育推進会議規則の第2条第2項の規定では、委員の半数以上の出

席がなければ会議を開くことができないとありますが、本日は、委員の半数以上の出席がありますので、会議を開催できますことをご報告させていただきます。

まず、議事に入ります前に、会議資料の確認をさせていただきます。お手元の配布資料一覧にございますとおり、「次第」「食育推進会議委員名簿」「資料No.1 から5まで」をお送りしておりましたが、本日ご持参いただいておりますでしょうか。

また、本日配布させていただきました資料は「次第（差し替え）」「座席表」、参考資料といたしまして、「食育の推進に役立つエビデンス」をお配りしておりますが、過不足等はございませんでしょうか。

続きまして、平成31年4月1日付の人事異動に伴い、委員の交代がありましたので、ご紹介させていただきます。

新潟県立高田北城高等学校長の柳沢幸也委員、上越市健康福祉部長の大山仁委員、以上の2名でございます。任期につきましては、前任の残任期間となります。

なお、柳沢委員におかれましては欠席、大山委員におかれましては、健康づくり推進課の田中課長が本日代理で出席をさせていただきます。また、田中課長におかれましては、別の公務が入っておりますので、途中で退席をさせていただきます。あらかじめご承知おきください。

それでは、開会に先立ちまして、野口会長よりご挨拶を頂戴したいと思います。野口会長、お願いいたします。

野口会長： 皆さん改めましてこんにちは。食育推進会議の会長をさせていただきます、上越教育大学の野口です。この会議は、年に2回、昨年度はもっと多く開催したらいいのではないかとのご意見をいただきましたが、今年度につきましても、今回と次回、合計2回の開催で、とても貴重な機会となっております。

本日も委員皆様からの多数のご意見、食育に対する思いをお伺いいたしますが、これまでご意見や思いだけで終わることが多くありましたが、ここにいる我々委員が日々どんな食育実践ができているかということの意見交換ができれば、より前向きな意見交換になるのではないかと市の役所からのご提案があり、私も賛同いたしました。

本日は議事のみならず、「4 その他の意見交換」のところもありますので、上越の食育をもっと推進していくことがまだあると私も思いますので、忌憚のないご意

見や取組を紹介いただけると嬉しく思います。今日はよろしく願いいたします。

事務局：野口会長ありがとうございました。

本日の会議は、午後3時が終了予定時刻となりますので、委員の皆様のご協力をお願いいたします。

なお、本日の会議録は後日、上越市ホームページで公開いたしますので、あらかじめご承知おきください。

それでは、議事に入ります。これより先は会議規則第2条第1項の規定により、会長が議長を務めることとなっておりますので、野口会長よろしく願いいたします。

(2) 議事 令和元年度上越市食育推進実施計画（アクションプラン）及び実施事業について
（公開）

野口会長：今ほど事務局から話がありましたとおり、私の方で議事を進行させていただきま
すので、よろしく願いいたします。

お手元の次第に沿って進めさせていただきます。

次第の「3 議事の(1) 令和元年度上越市食育推進実施計画（アクションプラン）
及び実施事業について」、事務局から説明をお願いします。

事務局：農村振興課の北山と申します。私の方からは、資料No.1. について説明をさせてい
ただきます。

お手元の「資料No.1 上越市の食育推進事業と上越市食育推進会議の役割につい
て」をご覧ください。

まず、資料の左側から順に説明をさせていただきます。Plan（計画）から、食育
推進事業がスタートいたします。現在第3次上越市食育推進計画、食育推進実施計
画（アクションプラン）がありまして、この計画を基に取組を進めています。今年
度の食育推進実施計画（アクションプラン）については、後ほど皆様からご確認い
ただく時間を取っております。

続きまして、この計画に基づいたDo（実行）では、行政の取組として庁内食育推
進担当課8課により各分野において取組を進めております。食育の推進は、行政の
取組だけでなく、市内の食育関係団体や市民の取組があってこそその推進となります

ので、行政と市民が連携することが不可欠になります。

取組に対する Check（点検）機能は、市民の食育に関する調査として、アクションプランの進捗管理や食育推進計画の指標項目の基礎データとなる「食育に関する市民アンケート」や、市内小中学生を対象とした「ライフスタイル調査」、市民の「健康診査」等があります。また、もう一つの Check 機能として、本日の上越市食育推進会議がございませう。これまでも委員の皆様からアクションプラン等の進捗についてご確認いただいているところだす。

会議の役割としては、上越市食育推進条例にも定められておりますが、現在、年2回ある会議のうち、年度当初の会議、本日の会議に当たりますが、当該年度のアクションプランの確認、次年度のアクションプランに向けての意見交換が主な内容となります。

また、年度末に開催する会議では、当該年度のアクションプランの進捗管理、食育推進計画指標項目の取組状況の確認が主な内容となります。いずれの会議におきましても、委員皆様の食育活動の情報共有と連携に向けた意見交換を行うことで、第3次計画のキーワードでもあります「食育の実践の環を広げる」ことを委員の皆様から発信いただけるような会議にいたします。

Action（改善）については、食育推進会議での意見、各種調査結果、各事業実施を通しての反省点を踏まえ、次年度のアクションプラン、各事業につなげます。

以上が食育推進事業の流れとなります。食育推進会議の役割と合わせてご確認いただければと思います。

野口会長： ありがとうございます。ただ今の説明に関しまして、皆様から質問やご意見はありますでしょうか。

私の方から確認です。この図は本日の議事録の一部として公開されるかと思いますが、この図そのものは市民向けに公開されているものでしょうか。

事務局： 今は公開していません。

野口会長： とても良くまとまっている図で、PDCA サイクルで回っている食育はとても大事なことなので、議事録の資料だけでなく、食育推進のホームページ等で、表に出されてはどうかという提案です。

もう一点、本日の段階ではこれでよろしいと思いますが、「市内各種関係団体・

組織の取組」は、市民皆様の活動という言い方だと思いますが、関係団体に属していなくても、市民の活動を中心に置いてある図の中で、行政の取組の具体例は本当にたくさんあって、これは上越市のすばらしいところだと思うのですが、そこに参加する市民だけでなく、市の活動のほかに、市民が主体として行う具体例があるのであれば、その具体例をもっと広く、今行政の取組として書かれている程度の面積を、市民活動の内容として取り上げることができれば、それがどこまで継続、管理ではないですが、市民の主体的な自主的な活動を市のこの会議においても確認している、市民の取組を共有できると市民主導型の食育の実践になるのではないかと思います。

今のところですと 2 行で終わってしまいますので、具体例がたくさんありますので、その具体例を示されてはどうかと思います。

3 点目です。次年度のアクションプラン、毎年度のアクションプランの設定及び確認、評価を毎年度この会議で行っているところですが、前回との違いや前年度の違い、微妙な数字の上がり下がりや議論することがとても多いなど 3、4 年の間に私も感じました。

例えば、5 年、10 年のスパンでグラフが提示されますと、毎年度のアクションを、なぜ今そっち向きに動かさなければならぬかをトレンドとして、もう少し長い期間見ることによって、より強く特にどの項目をより重点化すべきなのかを、前回の矢印の上がり下がりのみならず、長い目でみることで、本当に予算をつぎ込まなければいけないとか、ここにいる委員全員がそのことを意識して広めるなどにつながると思います。重点項目をピックアップするためにも、前回前年の違いのみならず、少し長いトレンドをグラフとして示したほうが良いのではないかとすることは、前年度の 2 回目の会議でも議論となったところでもありますので、今後の会議では、そのようなデータを出していただいたほうが、委員の皆さんも意見が出しやすいのではないかと思います。

それでは、引き続き、資料No.2 からの説明をお願いします。

事務局：農村振興課の廣田と申します。私の方から、資料No.2、資料No.3 の説明をさせていただきます。資料No.4 につきましては、各担当課から説明をさせていただきます。

まず「資料No.2 平成 30 年度第 2 回上越市食育推進会議における委員への対応」

をご覧ください。

こちらの資料につきましては、前回2月5日に開催いたしました会議で委員の皆様からいただいたご意見に対して、市が行っております今年度の対応状況を記載したものです。すでに取り組んでいる内容もありますが、一番下の「若い世代の食育の推進」については、今年度新規事業として取り組んでいる内容となっております。

この事業の詳細につきましては、後ほど資料No.4でご説明いたしますが、上越教育大学に業務委託をいたしまして、高校生を対象に食育推進活動を行っていくものであります。

続きまして、「資料No.3 令和元年度上越市食育推進実施計画（アクションプラン）」についてご説明させていただきます。

資料をめくっていただき、1ページから4ページ目につきましては、食育推進計画の目的とアクションプランの位置付け、関係者等の役割が記載されております。今ほど資料No.1でご説明いたしました事業実施のサイクルについても記載しているところがございます。

5ページにつきましては、食育推進計画とアクションプランの体系になります。平成30年度のアクションプランと比較し、今年度変更はありませんが、先ほど資料No.2でご説明いたしました新規事業「若い世代の食育の推進」事業につきましては、「アクションプランにおける具体的な取組」で申し上げますと、一番右の上から4番目「思春期・青年期の食育の推進」の中に含まれていることとなります。

また、7ページの(1)-④「思春期・青年期の食育の推進」の事業担当課に農村振興課を追加しております。その他については、変更はございません。

続きまして、「資料No.4 令和元年度食育推進関連事業の主な概要」については、アクションプランと関連がありますので、引き続き担当課よりご説明いたします。

事務局：健康づくり推進課の春日です。1ページ目をご覧ください。健康増進計画に位置付けた事業のうち食育推進に関連する事業の概要を一枚で表したものになっております。対象は、妊娠期から高齢期まで生涯に渡る一貫した健康づくり活動を行っております。食育関連事業につきましては下段をご覧ください、詳しくは次のページをご覧ください。

ライフステージごとに生活習慣病の発症予防、重症化予防への取組を行っており

ます。

幼児期では、すくすく赤ちゃんセミナーにおける健康教室としまして、妊婦やその家族が食生活、生活習慣の重要性に気付いて改善していただく取組を行っております。

乳児期・幼児期におきましては、乳幼児健診、離乳食相談会における子どもの発育発達を踏まえた親支援のための健康教室を行っております。

学童・思春期では、血液検査結果等に基づいた児童・生徒・保護者への保健指導、また学校保健委員会等での健康教育、高校生への生活習慣病予防を目的とした健康教育を行っております。

青年期・壮年期・高齢期では、健診結果に基づいた栄養指導、企業における働き盛り世代への健康教育、町内会での健康づくり講座、健診結果に基づきハイリスクの方への家庭訪問や面談を行っております。

健康寿命の延伸を目指して生涯を通じた予防可能な生活習慣病発症予防、重症化予防に取り組んでいるところです。

事務局： 保育課の橋本と申します。保育課の取組についてご説明いたします。乳幼児時期の食育の推進ということで、公立保育園の全園において、地区担当の保健師や栄養士が保護者を対象に子どもの生活リズムや食生活に関する健康教育講座を年1回実施しています。

また、肥満傾向にある園児については、保育園と地区担当の保健師や栄養士が連携し、状況に応じて保護者と面談し、支援を行っております。

次に、下に表がありますが、身長と体重を示した成長曲線になります。お子さんの発育状況を保護者が視覚的に確認することができるよう、平成30年度から成長曲線の記録用紙を用いた取組を全保育園及び認定保育園で実施しております。園で測定した身長、体重の値を保護者がグラフに付ける取組で、小中学校でも実施していますので、乳幼児期から活用することで、お子さんの成長の過程を切れ目なく確認し、栄養状態の変化や成長異常の早期発見、早期治療につながるということで、実施しているものであります。

事務局： 社会教育課副課長の福山と申します。社会教育課の事業につきましては、謙信 KIDS プロジェクトということで実施を致しております。

豊かな自然や歴史、地域の文化や資源などの上越市の特色を活かして様々な体験活動を行うという事業であります。

今年度につきましては、18 講座 22 コースで設定をしまして、その中でひらがなの「しょく」、これは小学1年生から3年生を対象としています。それから漢字の「食」ですが、小学4年生から6年生ということで、2 講座実施をしております。

具体的な事業の内容につきましては、ひらがなの「しょく」のほうは、1 回目になすとひとくちまくわの収穫体験、2 回目には枝豆の収穫と選別、3 回目にはなすと枝豆を使った料理体験を予定しております。

それから、漢字の「食」については、これも同じく3 回講座になっておりまして、1 回目は発酵の町ということで、味噌づくり体験、2 回目は甘酒を使った調理実習、3 回目は1 回目に作った味噌を使った調理実習を行う事業を計画しております。

事務局：上越ものづくり振興センターの村山と申します。上越ものづくり振興センターの事業としましては、「発酵のまち上越」の啓発活動ということで、継続的に実施をしているところでございますが、「上越発酵食品研究会」の事務局を担っている部署でございまして、発酵食品に関する情報発信、発酵食品文化の継承を図る事業を産業の分野の中で実施しております。

ホームページや SNS、チラシ等での PR のほか、今ほど社会教育課の事業として紹介されました謙信 KIDS プロジェクトの中で、講師の派遣をさせていただき、発酵食品の PR、広い世代にまたがる取組を行っております。

また、越後謙信 SAKE まつりといったイベントに出展をいたしまして、大勢訪れる来場者に「発酵のまち上越」を通じた食に関する PR を行ったところです。

今年度は、国民文化祭・にいがた 2019 の事業と共催し、上越妙高エリアの発酵文化の礎を築いた先人たちに係るイベントを実施する予定でございます。

それから、今年度から実施されます食育実践セミナーへの出展も、例年食育フォーラムに参加させていただいておりましたが、今年度も引き続き「みそまるづくり体験」ということで予定しておりますが、来場者、ターゲットによって内容をアレンジしながら行ってきたいと思っております。

また、発酵食品に関する出前講座の依頼が毎年数件ございまして、その対応も引き続き行ってまいります。

事務局：教育総務課副課長の塚田と申します。私の方からは、学校給食ということで、「地場の食品、郷土料理を取り入れた学校給食の推進」と「地域食材による給食の提供」について説明をさせていただきます。

まず、「地場の食品、郷土料理を取り入れた学校給食の推進」については、平成30年度は、実施概要に記載されていますが、学校給食において地場の食品の積極的な活用や郷土料理の提供、毎月1回以上「ふるさと献立」による郷土料理等を取り入れた給食の実施となっております。

こちらの例ですが、毎月19日が食育の日ということで、その付近で「ふるさと献立」や「食育の日の献立」を実施しています。平成30年度は1年間の食育の日のテーマとして「ふるさと上越の輝く先人たち、食を通じて郷土の偉人について学ぼう」ということで、1か月に1度、郷土の偉人にまつわるメニューを立てて皆さんに召し上がっていただいております。

例えば、平成30年の7月は、板倉区出身の中村十作で、沖縄県の宮古島で人頭税の廃止に尽力した方ですが、そのことについて学ぶメニューとして、白身魚のソースがけ、ゴーヤチャンプルー、もずくスープ、アセロラゼリーなど、沖縄をイメージしたメニューとなっております。

また、10月は川上善兵衛で、岩の原ワインのビーフカレー、12月は小林古径で、小林古径の作品は線が持つ力を活かし、清らかな色彩が特徴ということもありまして、線の芸術家サラダという素敵な名前が付いたメニューを出しております。献立名を見ても食べてもおいしい、想像力が膨らむ給食づくりを目指し、実施しているところでございます。

続きまして、「地域食材による給食の提供」についてです。流通システムの例として一番上に学校、真ん中に青果物市場、一番下に生産者という表をご覧ください。

合併前上越市では一括発注ということで、教育総務課で必要な食材について発注をかけております。地場産を使うことになると、どれだけの量が必要なのが私たちでは分からないので、JA園芸畜産課の方から「今ならこれだけの量を提供することができる」という情報をいただき、一括発注できる量を確保し、発注している状況です。全量が用意できないと上越市産を発注できないというデメリットもあります。学校給食は大量調理になりますので、あまり小さな規格のものと、調

理員が調理しづらい、タマネギなら 2L 以上だとか、大きなものを希望しているため、その規格に合わないこともありますので、私たちとしては地場産を使いたいところですが、使いきれないというところにつながっております。

下の表の「地場産野菜の使用率」をご覧くださいと、第 2 次食育推進計画では、青果 5 品目のトマト、キュウリ、タマネギ、長ネギ、ばれいしょについては、目標率より多くなっているところですが、第 3 次食育推進計画では、青果全体は 16 品目になりますが、天候や量、大きさの関係から目標率に届いていない状況にありますので、引き続き地場産食材の使用について取り組んでいきたいと思っております。

事務局：学校教育課の手塚でございます。私の方からは学校における食育の推進についてご説明いたします。

実施概要は、(1)、(2)でございますが、食に関する指導の全体計画ということで、各学校では、年間を通じた食育に関する指導、計画を作成してございまして、それに基づきまして、家庭科や総合的な学習の時間、特別活動や給食の時間を活用しながら、継続的に食に関する指導を実施しております。

具体的には、下段にございますが、総合的な学習の時間の中で、児童生徒がグループごとに分かれ、郷土料理の歴史を学び、取りまとめをしたという成果もありますし、郷土料理ののっぺや糸うりを使った家庭科の料理実習等に取り組んでおります。

その他に毎月給食だより等を発行しながら、栄養バランスの取れた食事の重要性について、情報提供、教育を実施しているところでございます。

それから、3 年に 1 度、上越市内の全小中学生を対象に「ライフスタイル調査」を実施しております。平成 30 年度に行い、調査結果がまとまりましたので、各学校には詳細のデータをフィードバックし、それ以外にも新潟県と共同で保護者、子ども向けのリーフレットを作りながら、睡眠、朝ご飯、おやつ、メディアということで、ゲームやスマートフォンの利用の望ましい姿を簡単にまとめ、周知を図っているところでございます。

(4)につきましては、従来はモデル校 5 校についての実施でしたが、小学校 5 年生と中学校 2 年生を対象に、血液の採血事業を行ってございましたが、健康づくり推進課と連携し、平成 30 年度から検査手数料の全額無償化を行い、検査率の向上に

努めております。

ちなみに、検査率につきましては、実施前は小学校では61%だったものが、平成30年度は84%まで上がっています。中学2年生では、56.3%のものが、73.2%と両方とも2割ほど受診率が上がっている状況でございます。

学校では健康三原則ということで、調和のとれた食事、適度な運動、十分な休養と睡眠の徹底を中心としながら指導を行うとともに、保健師からの検査前の事前指導、並びに集団指導のほかに、要検査の場合には個別指導に当たっていただいております。引き続き、保健師、栄養士、食生活改善推進員とともに協力しながら活動を推進したいと考えております。

事務局：農村振興課につきましては、「食育実践セミナー」と「食育推進連携業務」についてご説明いたします。

食育実践セミナーにつきましては、昨年度まで食育フォーラムとして実施していましたが、今年度はそれに替わる事業として行うこととしています。

市民全世代を対象とした食育の学びの場で、食育講演会や食に関する体験、行政や市内食育活動団体の取組の発表を行う予定でおります。会場は高田公園オーレンプラザで、11月30日土曜日に開催することとしています。内容については、今現在（案）としてお示ししております。日本型食生活の推進、地域の食文化の伝承、食品ロス削減に向けた取組、保育園や小中学校の食育活動の紹介といった内容を予定しているところでございます。

続きまして、「食育推進連携業務」についてでございます。今年度の新規事業ということで、若い世代の食育の推進事業としまして、上越教育大学と業務委託契約を結びまして実施をしております。こちらの事業の目的としましては、親元を離れるなど、将来自分で食事を選択することが想定される高校生を中心に、食の大切さを伝え、自分に必要な食を選択できる食育の実践技術を身に付ける機会をつくり、今後の食に対する意識形成のきっかけとするものでございます。

また、上越教育大学にこの事業実施をお願いすることで、食育に関する専門的な知識を活かせるほか、事業の計画をしていただく大学生の皆さんについても、より若い世代の食の現状を把握することで、さらに食への関心が高まることが期待されます。今年度は、県立高田高校の1年生と県立高田農業高校の3年生を対象に事業

を実施することとしています。資料No.4の説明は以上とさせていただきます。

野口会長：説明ありがとうございました。

ただ今の説明につきまして、委員の皆様からご質問、ご意見等がございましたらお願いいたします。

それでは、私から教育総務課に質問です。先週、山口県に行ってまいりまして、栄養教諭のポスター展示を拝見して、すごく驚いたことがありました。山口県では県全体で、毎月1回は県産品100%給食を実施しているということでした。調味料以外ですが、調味料も可能な限り酒、味噌、醤油、塩なども実施しているとのことでした。献立表を見ましたら、県産品は丸が、地元産には二重丸が付いていて、月に1度ですが、100%給食を山口県全体でやっています。どの地域もそれぞれの地元産を意識しています。新潟は海あり山ありお米ありで、まさに食の宝庫です。上越市こそ、月に1度、または学期に1度は新潟県内でほかにやっていないのであれば、山口県でできるのに、上越にできない訳がないと思います。これは智恵の絞りどころなのかなと思います。特定品目のみに地場産品の数値を上げていく話ではなく、毎日でなくこの日、上越市全体でなくても、地域を区切ってできます。100%という数字は見てびっくりしましたし、分かりやすく、子どもたちにも、保護者にも分かりやすい食育の典型例だと思いましたので情報提供です。

私も栄養士、管理栄養士の資格を持っていますので分かりますが、調理員さんの調理のしづらさは栄養士、栄養教諭は聞いてしまいがちだと思いますが、ここは一工夫だと思います。大きさの違うジャガイモも皮をむけばいいんです。そこを理由に地場産を導入できないと言っていると、山口県のようなことはできません。大きさの違う野菜も野菜は野菜です。これは食品ロスの削減につながります。地場産品導入の比率を上げることと同時に、環境の担当課と連携されながら、学校給食における規格外品を扱うことによって、農家の廃棄をどれだけ減らすことができるかなど、相互に考えながら、地場産品導入と食品ロス削減両方を同時に推進される上越市になっていくのもいいかなと思います。これは個人的な意見です。

学校教育課への質問です。食に関する指導の全体計画についてです。子どもたち向けの食に関する指標というものは、計画は立ちますが、計画に基づいて、授業を実施し、食育を行った結果、子どもたちがどう変わったかという変化、食育実施に

よる子どもたちへの教育効果がどれだけ上がったかを考えていかなければいけない時代になってきています。上越市内の各学校を回っていますが、本当に充実した食育実践を多数行って、子どもたちの食への意識も高い。この意識の高さを数字で示し、家庭に受け継いでもらいたいと考えていまして、保護者の方々の意識変化、家庭の食生活の意識変化や行動変化など、ライフスタイル調査の問診表の中に1つ2つ入れれば、ライフスタイル調査の実施とともに、食育の実践の評価、結果からどの地域、どの学校に特に重点的にいくべきかなど、そこに保健師に重点的に入ってもらう地域がピックアップできれば、公平に全ての学校に行くだけでなく、重点のところに行けると思います。ぜひ、連携して食育的観点から評価を数値化できればいいと思っておりました。

松井委員： バランスの取れた食事ということで、朝食を作る体験などをすることによって、自分自身で1食分の量、色などを決めればよいか、小学校低学年くらいから、自分の朝食を日曜日、時間がある時にお母さんに見てもらいながら作れるくらいの力を付けてほしいと思っています。

親を当てにしなくても、自分で作ればよいと思いますし、これから夏休みに向かって、そういった課題が出てもいいのではないかと思います。朝食でなくても昼食、夕食でもいいと思います。その結果、お母さんたちも変わってくるのかなと思います。親はなかなか変えられないけれど、子どもたちは変わっていくと私は信じていますので、そういった対策があればいいと思いました。

小林委員： 食育実践セミナーのことで伺いたいのですが、昨年度までは食育フォーラムにJAでも参加させていただいていましたが、これが変わったときに、その中にJAが参加する形になるのかお聞かせください。

事務局： 今日の資料でお示ししている内容は、現在庁内食育推進関係課8課で実施する内容で、今後は、内容を精査しまして、行政だけの取組の発表では上越市全体の食育推進の発表の場としては少ないものもありますので、これから市内の企業、団体の皆様にお声掛けする形になります。JAさん、また委員の皆様にもお願いする点があるかと思しますので、その際は協力をお願いいたします。

山本委員： 社会教育課の謙信KIDSプロジェクトは、どのように募集しているのでしょうか。

事務局： 募集につきましては、新年度当初に全ての小学校に案内文を送付しまして、全て

の児童に行き渡らせて募集します。講座の定員も決まっておりますので、抽選をし、定員が満たない場合は、他の講座に回ってもらうこともあります。小学生全員を対象とした講座ということでご理解ください。

山本委員： 市民は小学生の子どもがいないと、こういうことをしているか分からないということですね。

事務局： 対象としては、小学生を対象とした講座ですので、まず小学生全てに行き渡らせるということが一番の目的となります。ただ、当課として、このような事業をやっているということは、課の事業の紹介の中では行っております。

これは食育ですけれども、私どもは公民館も担当しておりますので、公民館では一般市民を対象とした講座を実施しております。市民向けということであれば、公民館を通じた食育の実習、実践になろうかと思えます。

平澤委員： 上越市の中で食育の水準が高いなと思うのは、農家が多いからだと思えます。自らの野菜を食べ、米、主食を作ってきたわけですが、国の食料自給率は40%くらいですが、上越市は実際もっと高いと思えます。と思っていたのですが、最近周辺の農家を見ますと、自家菜園がなくなりつつあり、どんどん農業をやめられる傾向にあります。

無農薬有機栽培や、鶏の平飼いなんかをしています。そういうことを子どもたちに教えると目を輝かせて聞いてくれます。

農家が激減して、各集落は法人化政策で、法人として全体量の米の生産は変わらないと思えますが、生活自体が変わり、サラリーマン化していますので、自家菜園がなくなり、荒地になっています。市はこのような実態をどのように考えておられるのでしょうか。人口減少につながり、我々の文化や経済が全て変わっていく時代がきている気がします。

食育という観点からでも影響力があると思えます。日々の生活一つひとつを見ても、食は身近なところであり、食が自給されなくなるところから始まっているなと思えます。地域が荒れていくことと、食が自給されない時代に警鐘を鳴らすべきではないかと思っています。市ではこのような状況をどうお考えでしょうか。

事務局： 農村振興課長の桐木と申します。今ほどのとおり、上越市の農業者数は減ってきていて、かつもともとは水稻農家でありますので、お米は売って収入にして、野菜

の産地ではありませんので、自家用に回っています。個人農家が集まって、農業法人を作り、野菜を主にして販売するところは少なくなっています。

今、農林水産部の中では農業の複合化、多角化で園芸を取り入れ、経営リスクを少なくする取組を行っています。現実では、市内の農地を見れば、荒廃している遊休化している農地が進んでいまして、そこを何とかしようと、農政課の方では荒地に作物を植えようと、鳥獣被害に強い作物を植えるなどの試みを行っています。

一方で、野菜の話になりますが、私も含めてですが、少しずつ野菜を作る人が増えてきていると感じています。畑でなくても、プランターであっても、NHKの番組が「趣味の園芸」から「野菜の時間」になって視聴率がいい。市でできる以外でも野菜を作る楽しみをやっていけば、一般の方は野菜を作っていくのではないかと思います。

上越市では少ないですが、市民農園を開設するにはどうすればいいかとの問い合わせがあります。なかなか自分の農地を人に貸すということは難しいですが、市民農園をしたいという声もありますので、そういった声を捉え、市でも遊休農地をどうすればいいか考えていかなければいけないと思います。

(3) 議事 上越市食育推進計画指標項目の取組状況に関する意見交換（公開）

野口会長： それでは、次に移ります。

次第の「(2) 上越市食育推進計画指標項目の取組状況に関する意見交換」について、事務局説明をお願いします。

事務局： 「資料No.5 第3次上越市食育推進計画指標項目の取組状況一覧」の最新値をお示ししておりますので、こちらをご覧ください。

こちらの資料につきましては、2月5日の会議で一度お示ししているところですが、平成30年度末の数値が確定している項目がありますので、改めて皆様方にお示しいたします。

最新値となっている項目につきましては、「最新値（H30）」の欄の少し色が濃くなっている部分が最新値に改めた項目でございます。

この指標項目の取組に関して、皆様方から意見交換をお願いしたいと考えております。事務局としましては、平成30年度の第1回会議でも議題に上がり、委員の皆様

様方から具体的な取組やご意見をいただきましたが、「朝食の欠食」についての意見交換をお願いできればと考えております。

朝食の欠食率につきましては、平成 29 年度は平成 28 年度に比べ欠食率は下がりましたが、平成 30 年度は、欠食率が上がっている状況にあります。このような状況から、昨年度から今年度にかけて、皆様の所属や個人として、朝食の欠食に対して新たに取組んだもの、継続して取り組んでいる事例などをご紹介いただければと思います。

上越市としましては、アクションプランにも掲げておりますが、各ライフステージに応じまして、健康づくり推進課では、健診時での啓発、保育課では、保護者を対象とした保健師や栄養士による講座の開催、学校教育課では、保健学習、保健指導により啓発を進めているところでございますが、委員の皆様方からもこうした取組みの推進をお願いしたいところでもありますので、この場で意見交換をお願いできればと思います。

また、今回農林水産省から出されております「食育の推進に役立つエビデンス調査」のうち、朝食に関する記載がございましたので、参考資料としてご覧いただければと思います。よろしく願いいたします。

野口会長：事務局からの依頼でもありますので、委員の皆様方の取組みとして、所属されている組織、機関、身近なところでも構いませんが、今回は特に資料No.5の基本方針 1-1「朝食の欠食」についての意見交換をお願いしたいということです。

食育と言えば、まずは朝食が出てきます。多くの小中学校において、朝食について授業が行われて、大学においても学生に向けて朝食の大切さを伝えているところです。皆さんの方からご発言をいただければと思います。

高橋委員： どういう人が食べないかというと、夜遅く帰ってきて食べ過ぎて寝る、すると朝はおなかがすいていないので、朝食が食べられないという状況になります。寝てしまうと胃が動かなくなるそうで、そのまま朝になってしまう。仕事で遅くなっても夕方には食べて、家に帰ったら軽くおかずを食べるくらいにする。おなかがすいているから食べるのではなく、決まった時間に食べること、小さい時から朝食を食べる習慣を身に付けることが大切です。

野口会長：高橋委員から医学的見地からご発言いただきましたが、特に最後の若い時から

の習慣が大事だというお話がありました。

追加でお話させていただきます。以前、小学校5、6年生の食育推進モデル校でアンケートを取った時に「早寝、早起き、朝ご飯」という言葉がありますが、早寝が大事で早起きも大事で朝ご飯につながると思っていたのですが、ご飯を食べる子と食べない子の違いは、朝起きる時間ではないんですね。早起きているのに朝ご飯を食べないのは、遅寝なんです。子どもの頃から、遅寝、そこそこの時間に起きる、朝食の欠食となっています。十分な睡眠が大事だとデータで出して分かったことでもあります。

井上委員： ちなみに、この朝食を欠食する市民の割合の中で、小学生、中学生、若い世代の割合が書いてありますが、その他の世代はどのようになっていますか。

事務局： 健康づくり推進課です。健康づくり推進課では、国保加入者の40から74歳の方、特定健康検査を受けていただいておりますが、その中で問診を取っていますが、その項目として「朝食を抜くことが週3回以上ある人」の結果を見ますと、約6%の人が朝食を週3回以上抜く人がいるという状況になっております。

ちなみに数字としては、集団検診のみの数字しかありませんが、1万2,022人のうち739人が朝食を週3回以上抜くと答えた人数となります。

また、すくすく赤ちゃんセミナーの参加者の状況ですが、細かい数字はありませんが、参加されている方の声としては、朝は忙しく時間がないという回答があり、朝食を食べるより睡眠が優先という回答もあります。食べるには食べるけれど、手軽に菓子パンで済ませて、野菜などはほとんど食べない状況にあります。あとは、夜遅くに嗜好品を食べて、それがおなかに残っていて、朝おなかがすかずに食べないなどがあります。

小中学校の血液検査を受けたお子さん、保育園の個別保健指導からの状況に関しましても、朝食が準備されていない状況も若干あるようです。やはり親自身がもともと朝食を食べないようです。

ある程度大きくなると好き嫌いが出てきて、用意はしてあるけれど、食べたくないから食べないお子さんがいます。

朝ご飯は口にはしているけれど、ドーナツや菓子パンで済ませる、中にはスナック菓子というお子さんも多くはないですがいます。

保育園のお子さんの中には、ご飯とパンの両方を食べて、炭水化物のみというお子さんもいます。

上野委員： 早寝、早起き、朝ご飯について、朝ご飯は多くの家庭で食べていますが、食べてない家庭は、家庭で食事が提供されにくい家庭に見られます。

基本的生活の課題は早寝です。遅寝が出ている状況があります。ゲームばかりしていてなかなか寝ない、夜遅くまで起きていて、朝起きるが遅くなり、食事に差支え、学校に来て頭が冴えないことが多く、ゲームが子どもたちの生活の背景にあって、それが朝ご飯の食事関係、健康面と決して別物ではないと感じています。

野口会長： とても重要なご発言だと思います。夜遅くまでゲーム、動画、メディアとの付き合い方ですが、昨年末くらいから注目されているのが、e-sports です。これを上越市がどう考えているのかが重要で、ゲームがスポーツとして認定され、国体競技に選ばれ、さらにはオリンピック種目になっていくと、時代の変化ではありますが、公立高校で e-sports 部ができたことは衝撃的で、国体でスポーツとして認められてしまうと、少年の部や成年の部になって、選手の育成が始まります。

学校にいても家にいても、朝練が始まり、部活でもゲームなのです。経済や政治の動きでそうなる中で、夜遅寝の原因となるゲームをスポーツとして現状として、メディアとの付き合い方、基本原則である生きるための食事を疎かにしてまで、ゲームに集中するという難しさは、食育会議のみならず、教育の方針的なところでご検討いただくところなのかなと思います。学校現場の先生方は今、とても懸念されるのではないかと思います。

笹原委員： 私には小学1年生と3年生の子どもがいて、我が家の朝食は、月曜日から土曜日までは、ご飯と味噌汁と漬物と果物で、ご飯にはのりやふりかけ、納豆などを付けていますが、友達は朝パンを食べているので、週末はパンが食べたいと言い出しました。パンで1日おなかが持つのかとの話をしますが、クラスの中には朝食を食べてこないお子さんもいるようです。やはり、起きる時間が遅いからということですね。

また、子どもたちが習い事を夜遅くまでしている家庭が増えているのかなと思います。習い事をしている子としていない子の差はありますが、習い事をしている子は9時まで習い事があって、それから家に帰ってご飯を食べてお風呂に入ってから

寝るということが、平日で2日くらいあるということです。そうすると、寝るのは10時過ぎになって、学校に行くには朝6時半には起きなくては間に合わないとなると、睡眠時間が確保されているのかなと、周りの話を聞いて思っています。習い事は、周りでやっている子も多く、自分の時には夜遅くなる習い事はやっていなかったのですが、それも時代の流れや教育熱心なご家庭などいろいろあるかと思いますが、遅寝の子が朝食を食べないというのは、お話を聞いてそうだと思います。

ゲームは高学年くらいになると、どの家庭でもあるらしいです。対戦型ゲームで遊んでいる、スマートフォンの使い方も分かっているというのも時代の流れなのかなと思います。ずっと画面を見ていると、目が冴えてきてしまうと思うので、寝る前にゲームや動画を見ているとまたそれも遅寝につながるのではないかと思います。

野口会長： 笹原さん自身は朝食を欠食する時代はなかったのですか。

笹原委員： 欠食はありました。私が小さい頃は、朝食がパンと牛乳で学校に行っていました。

途中でおなかがすいてしまうこともありましたので、それが良いとは思ってはいませんでした。20代も夜遅くまで起きていて、朝食を食べないこともありました。朝食を食べないと、1日が始まらない、体のエンジンがかからない、イライラすることが多かったなど、今ちゃんと食べるようになってから感じます。

野口会長： 子どものためにというきっかけで、朝食を食べることが自分の1日の生活に必要なだと気付かれて、その気づきを感じていただければ、朝食は大事だなと。実体験を直接聞かせる、大人も「自分は食べている、なぜ食べない人がいるんだ」ではなく、食べることのメリットをもっと伝えていかないと、ゲームの面白さに対抗して、食べることのメリットが上に行かないと、広がっていかないかなと思います。実体験をお話いただけたのはとてもいいことだと思います。

山本委員： 子どもは3人、社会人となり、別々に暮らしていますので、どのような様子かわかりませんが、朝食抜きにはしていないと思います。子どもたちが小さい頃は、きちんとした朝食の準備はできなかったですが、今になってみると、バランスの取れた朝食を食べさせてあげられたらよかったなと思います。今、職場の若い人たちにも食事の話をしますので、意識が変わってくれたらなと思います。

井上委員： 朝ご飯となった時に、本人が食べる、食べないという選択ができるのでしょうか。

普通なら、親御さんが朝ご飯を準備して、食べなければいけない環境があると思うのですが、食べたくないという子がいるということでしょうか。

野口会長： 私もそこは大事だと思っていて、朝食を欠食する理由まで一步踏み込むことが大事です。この朝食を欠食する割合の調査では、食べない理由の調査は上越市のアンケートではありますでしょうか。

事務局： 上越市の食育市民アンケートは、若い世代に対する調査ですが、理由までは聞いていません。

野口会長： 環境整備の話なのか、大人側の準備はできていても、子ども自らの意思で食べないのかは大事なところですね。数パーセントの食べない子をゼロに近づけるとすると、全体に対するアプローチというよりも、ここまで少ない数字に関しては、あとは、そういう子に対して何をしてあげるか、養護教諭の働きであるとか、担任がどういう一声をかけるかというところかだと思います。もう少し対象を特化し、重点的にアプローチする場面を作ることが大事だと思います。

松井委員： 私の息子は食べたくない側の子どもでした。でも、前の日に何が食べたいかを聞き、食べたいものをメインにして、卵、野菜、味噌汁を用意して、食べたくないと言っても、前の日食べると言ったから食べなさいと言って食べさせていました。

野球をしていたので、野球の日は必ずご飯を食べていました。ご飯を食べると力が出ると自分で分かっていたからだと思います。朝食については、私は母として子どもと戦っていたので、前の日準備をするのが楽しかったです。

今、息子は一人暮らしをしていますが、ほとんどコンビニで済ませているようですが、レシートを見ると、ブロッコリーを買っていました。ブロッコリーだけは食べなくてはいけない感覚、朝食はおなかですいていなくても食べなければいけないものとして、息子は育ったと感じました。

整えてあげる方の問題なのか、それが無理なら、自分で作る。スポーツクラブの栄養教室に通っていた子どもは、どういうものを食べればいいのか分かっているので、自分で作って食べることができていました。用意されていなければ、自分で作れる子どもを育てたいなと思っています。

ゼロにしていくための方向性としては、この2つが問題で、付随した問題もあるかと思いますが、そこを突き詰めていくのが一番いいかと思いました。先生が言わ

れたように、おなかがすいているからでなく、食べてから始まりという言葉もいいなと思いました。

事務局： 9割以上の方はポピュレーションアプローチで十分やっていける方がほとんどです。それ以外の個別に関わらなければいけない方への対応ということで、私たちは個別指導を担当しております。

実際に、小中学校のお子さんに関しましては、血液検査を受ける全員に生活リズムを書いてもらいます。1日の活動と、何を食べたかを書き出して、その中から自分で気づいてもらう取組をしています。自分で書き出して確認していくことで、ほとんどのお子さんがそこで気づくことができます。

すくすく赤ちゃんセミナーでも、妊婦さんとその旦那さんを含めて生活リズムと何を食べているかを書いてもらい、確認をしてもらっています。人間が1日生活していく上で必要な食品量を並べて確認してもらうという取組を地道に行っております。

要保護のお子さん、虐待の疑いがあるお子さん、ある程度指導をしていかなければいけないお子さんに関しては、きめ細やかに指導し、生活の中でできる方法を考えながら行っていきたいと思います。

野口会長： 話がつきないところではありますが、時間がきていますので、議事は終わらせていただきます。

今日は、皆さんから本当に忌憚のないご意見をいただくことができましたので、また市役所でも皆さんのご意見を基に、次なるアプローチが必要であるかを、新たな視点でもう一步やっていく、また市民活動として多くの市民の方を巻き込んで、食育の大切さを広げていかなければいけないなど感じたところです。以上で、進行を事務局にお返しします。

(4) その他 各委員が行う食育推進事業の情報提供（公開）

事務局： 野口会長、ありがとうございました。

それでは、次第の「4 その他」に移ります。各委員が行う食育推進の情報共有ということで、皆様が日頃取組まれていることについて、この場でお話いただければと思います。

小林委員：今回、情報共有の機会があるということでしたので、チラシを持ってまいりました。JA えちご上越では、これまで二十歳前後の社会に出て行くくらいの世代に対しては、なかなか発信する場もなかったということで、ご意見をいただきながら、年間3回ほどの講座を計画しているところです。

また、小学校や中学校からの依頼をいただき、私たちが出向いて情報提供する場もあります。お米や米粉、旬の野菜を使った料理講習などのパターンが多いですが、情報の一つとして、旬の野菜の紹介、ご飯を食べることについてお話をしています。

野口会長：一委員として近況報告です。資料No.4 の農村振興課が担当課となっている「食育推進連携業務」について、上越教育大学が委託を受けるという形で、今年度1年間をかけまして、高校生または大学生向けの食育企画を進めています。

すでに県立高田高校の1年生250人を対象とした授業の実施は終わりました。

県立高田農業高校では、3年生40名を対象とした将来一人暮らしをする時の不安や知りたいこと、食べ物の不安や知りたいことのアンケートを取り、集計、解析を行ったのが現在の段階です。

今後の計画をご紹介したいと思います。7月8日月曜日、午前10時ごろから高田農業高校で、40名のアンケート結果を基に、そのうち食品加工コースの20人を対象に私の特別授業という形で、現在及び未来の高校生の食に対する意識をグループディスカッションでまとめます。高田農業高校は、授業の一環として1年間取り組んでくださるということで、高校生の授業に入っていく形になります。

また、7月17日水曜日の午後1時40分から、高田農業高校にて、上越教育大学の学部1年生、半年前まで高校生だった学生を引き連れ、グループに大学生が1人ずつ入り、その大学生を囲んで「一人暮らしってなんなの」「一人暮らしの食事の苦労や不安」などの質問に答える時間を作ります。7月17日の大学生とのグループディスカッションの準備が7月8日となります。

その後、グループディスカッションの内容に基づいて9月中にオーレンプラザの調理室をお借りしまして大学生と高校生の合同の調理実習を行います。また10月から11月に数回オーレンプラザをお借りして実施したいと思います。

12月にはご飯を一緒に食べると楽しいねという「共食」について考えます。一人で頑張っておいしいものを作ればいいのではなく、誰かと一緒にご飯を食べるとい

いう食育を高校生に伝えます。

もう一点、高田高校では7月8日午後4時半からオーレンプラザで、クッキングクラブの20名が調理実習を行います。レシピを提供しない調理実習で、冷蔵庫に入っているもので晩御飯を食べよう、朝食を作ろう、ということで将来につなげていきたいと思います。食材を目の前にした時にほどよく調味料を使い、おかずを作っていく力を育成することを高校生とともにやっていこうと思います。

7月8日、17日は、両校には了解を得ていますので、食育推進会議委員の皆さんの見学は大歓迎ですので、お時間の許す方はぜひお越しください。今後も市役所を通じ委員の皆さんのところに情報提供させていただきたいと思います。

保育園、小中学校には、予算を使っていると思いますが、食育において、高校大学の空白の期間、アプローチが難しかったところに私なりにアプローチをして、もう少し来年、再来年も広げていきたいと考えています。これを数年続け途切れのない食育を上越は広げていくべきだと思っています。

高橋委員：少し前にスポーツ医学講習会に参加しました。栄養士さんの話を聞きましたが、高校生の競技で伸びるか伸びないかは、食事の内容を見れば分かる、しっかり食べるか食べないかで決まるということでした。そういうところを強調すると、子どもには受けるのかなと思いました。

また、高齢者に対する栄養についても、必要なカロリー、高齢者向けに筋肉を強くする栄養なども対策としてあります。高齢者の元気を維持し、寝たきりの人を減らし、元気に活動できる高齢者を増やすことも大切です。

事務局：皆様、ありがとうございました。

本日は、長時間に渡り、積極的なご発言と貴重なご意見をいただき誠にありがとうございました。

以上で「令和元年度第1回上越市食育推進会議」を終了いたします。

問合せ先

農林水産部農村振興課

TEL：025-526-5111（内線1812）

E-mail：nouseon-shinkou@city.joetsu.lg.jp

その他

別添の会議資料も併せてご覧ください。