

令和 7 (2025) 年度 第 1 回柏崎市食育推進会議 会議報告

開催日時 令和 7 (2025) 年 9 月 9 日 (火) 13:30 ~ 15:30

会 場 健康管理センター 3 階 集団指導室

議 事

(1) 第 3 次食育推進計画の概要と令和 6 (2024) 年度健康づくり推進会議・令和 6 (2024) 年度歯科保健推進会議の報告 (意見なし)

(2) 令和 6 (2024) 年度取組報告及び令和 7 (2025) 年度取組計画について (意見なし)

(3) 第 3 次食育推進計画の評価について (質問 1 件)

・目標項目において、現状値と目標値に乖離が見られる部分があり、目標達成には相応の取り組みが必要であると考えられる。目標設定の方法や、達成に向けた具体的な取り決めの手法について確認したい。

(事務局回答)

・評価の結果、変化がない項目や悪化している項目が多く見られる。令和 4 年度からは、朝食摂取と肥満予防を重点に取り組んできた。学校や保育園でも同様の取組を実施しており、朝食については一部改善が見られるものの、生活リズムの関連では十分な改善につながっていないため、引き続き対策を進めていく必要がある。肥満予防については、肥満の割合が増加しており改善が十分ではないため、生活習慣の改善に向けた取組は継続する必要がある。

・甘味飲料講座においても、肥満自体の改善には至らなかったが、甘い飲み物を飲む人の割合は改善されている傾向にあるため、同様に取組を行っていく。

(4) 健康みらい柏崎 21 について (意見なし)

(5) 第四次食育推進計画(案)について

(主な御意見)

1 計画の内容に関すること

<用語・表現に関すること>

・食事のバランスやおやつの適量を理解し…で、間食=おやつではなく、食の細い子どもがエネルギー補給のために必要とする場合もあるため「おやつ」より「間食」の方が適切だと思う。

・健康寿命の延伸が目標なのではあれば、市民の取組の青壮年期の「ゆとりある生活を心がけ、毎日朝食をとる習慣を身に付けます」の表記をさらに生活習慣病予防の視点で記載した方が良い。

<評価指標・評価方法に関すること>

・評価指標の食育授業の時間数について、目標が漠然としすぎているので、この目標の現状を維持なのか増加なのか方向性を示してほしい。

- ・柏崎市の取組として、青年期・壮年期の生活習慣病やフレイル予防に関する記載があるが、食育に盛り込む必要があるのか。評価指標にしている「毎日、間食や甘い飲み物を摂取する人の割合」を載せているのであれば、それを市の取組に盛り込んだ方が良い。
- ・小中学生の朝食の欠食率の目標値は、元々低い状況であるものを0にするより、高校生や30・40代の親世代を目標項目にしてはどうか。
- ・最終指標でE評価だった項目を次期計画で優先的に取り上げた方が良い。健康課題から施策として脳血管疾患が考えられ、高血圧や減塩や野菜摂取、栄養バランスのとれた食事に関する取組と結びつけるべきである。
- ・食に関する関心度をどう高めていくのか、関心がない方へどのように対応するのか。食の関心に関する項目をどう評価するのか。
- ・現状データにある「主食主菜副菜がそろった食事が一日2回以上ある人の割合」は評価指標の項目にはないが、今後の展開を示した方が良い。
- ・災害時の備蓄に関する「災害に備えて食料や水等を備蓄しているか」について、県では、災害時でもバランスのとれた食品を備蓄できる割合をすすめていく項目を目標指標に入れている。この視点も入れてほしい。
- ・薄味や主食主菜副菜に関する事、適正体重については、子どもの時から大人までつながる指標なので取り上げた方が良い。
- ・学校生活習慣調査の質問項目に必要な評価指標を載せてもらうよう、園や学校へアプローチが必要である。
- ・評価指標は計画の目玉になるので、市民に何が新しくなったか、食育の関係者に何が目玉か言えるものが必要である。

## 2 市民の取組・市の取組に関する意見

### (全年代)

- ・生活改善等の必要性を理解はしているが実践できないと思っている人が多いと感じる。実践できない理由を把握して事業を展開してほしい。
- ・朝食について、手間をかけずに簡単に準備できる具体的な提案をしてはどうか。
- ・事業をする上で、関係機関同士で協力を得て、連携を図ることができると良い。

### (乳幼児期)

- ・保育園では「食べる力」を育むことを大切にしている。離乳期には、安心できる大人との関わりを通して心が安定し、食べ物を見て・触れて・味わう経験から自分で食べる力が育つ。幼児期には、調理体験や食材に触れる活動を通して、味・色・香り・音など五感が刺激され、食への興味関心が広がる。
- ・十分に遊び、規則的に食事をとる経験を積むことで「おなかがすく感覚」が育ち、生活リズムの基礎ができる。栽培や収穫、簡単な調理の手伝いを通じて、苦手な食材も少しづつ受け入れられるようになり、食の幅が広がっていく。
- ・課題として、朝食欠食、不規則な生活、孤食が挙げられる。朝食を食べない子は元気が

なく、イライラや攻撃的な行動が見られるため、朝食の大切さを感じる。

- ・友達と一緒に食べることで楽しさを知り、安心感や信頼感が育まれるとともに、食事のマナーを学ぶ機会にもなる。お当番活動は、これらを習得する良いきっかけとなっている。
- ・家庭では嫌いな野菜を食べない子どもも、園では美味しそうに食べている。不規則な生活を送る家庭も多いため、栄養バランスの整った給食の提供は保育園の大切な役割である。
- ・咀嚼が弱い子どもには、月齢より離乳食の段階を下げる徐々に慣らしている。離乳食の進め方が難しい家庭もあるため、市の離乳食指導の取組が役立っている。「よく噛むこと」が消化や歯・口の健康に大切であることを教えていている。
- ・給食やおやつのサンプル提供、レシピ配布、調理体験の様子を便りで紹介するなど、保育園での取り組みを保護者に伝えている。今後も積極的に情報発信を続けたい。

#### (学童・思春期)

- ・学校では「早寝・早起き・朝ごはん運動」に取り組み、栄養教諭による食事バランスやおやつの適量についての指導も行っている。また、家庭科の調理実習では自分で食事を作る力を育み、食への関心や自立を養うことにつながっており、学校で身に付ける取組は概ね網羅されている。
- ・習い事等で忙しい子どもでも栄養バランスを確保できるよう、具体的な工夫や提案ができると良い。
- ・高校では食に関する学びの機会が少ないことを感じている。昨年度、高校3年生へ朝食に関する講話を行った際には、「10分でできる朝食」や「洗い物を減らす工夫」などのアイデアが生徒から出され、実際にできるかは別として、食に向き合う時間の大切さを実感した。今後も栄養講話等を通じて、家庭にも食の大切さを伝えていきたい。

#### (青壮年期)

- ・企業では健康経営の一環として従業員の健康づくりを推進しており、持続的な生産人口の確保を目的としている。従業員の中には健康に関する関心が薄い人もいれば、自ら積極的に情報を収集する人もおり、その意識には差がある。計画が令和19年までの長期であるため職場で継続的に健康に関する指導をする必要があるのではないか。
- ・青壮年期の行動目標の「食と健康に関する関心を持ちます」という項目は率直にその通りだと思う。食生活によって健康を崩すことの理解が十分でないため、関心の薄い人にどう伝えるかが重要である。

#### (高齢期)

- ・高齢期には介護を必要とする人もいる。介護を受ける人は自分で食べたいものを選んだり取ったりすることが難しい場合がある。施設では栄養士の管理で献立が提供されているが、自宅での介護では栄養管理が難しい。介護を必要とする人、介護者に対して栄養に関する知識を持つことの重要性を伝える視点が大事である。

#### (歯やお口の健康)

- ・歯の健康を保つことは、おいしく食べることや健康寿命の延伸につながる。歯科健診を

受診する人や県の事業を活用する人を増やしていきたい。

- ・歯が良くないと十分に噛むことができず、全身の健康にも影響を及ぼすため、乳幼児期からの取組が大事である。乳幼児期には、よく噛むことでだ液の分泌が促され、口輪筋が発達し口の閉まりが良くなる。そのため、食べ物を小さく切りすぎず、噛みとれる大きさに調理することが大切である。
- ・高齢期においては歯の健康が保たれないと食事が困難となるため、定期的な歯科健診や日々の歯磨きを徹底することが望まれる。今後も生涯を通じて歯の健康を維持できるよう、健診受診の推進や啓発を進めていきたい。

#### (郷土料理)

- ・日々子どもたちを見ている中で、柏崎の郷土料理が十分に浸透していないことが感じられる。郷土料理が何であるかを知らない子どもが多く、地域の食文化への理解が十分でない状況である。学校給食で月1回提供するなど、統一した仕組みを市全体で整備し、子どもたちへの認知度を高める取組が必要である。

#### (その他)

- ・評価シートの健康づくりの視点としての食育と地産地消の分野の棲み分けについて、地産地消推進会議でも説明があった。基本方針1は食育、基本方針2・3は地産地消に位置づくと理解できる。この場合、郷土料理はどちらに位置づくのか。