

会 議 録

会議の名称	令和6年度第1回小金井市食育推進会議
事務局	福祉保健部健康課健康係
開催日時	令和6年5月28日（水）午後2時
開催場所	保健センター1階大会議室
出席者	別紙のとおり
傍聴の可否	<input checked="" type="radio"/> 可 ・ 一部不可 ・ 不可
傍聴者数	0人
傍聴不可等の理由等	
会議次第	
会議結果	別紙のとおり
発言内容・ 発言者名（主な発言要旨）	別紙のとおり
提出資料	
その他	

令和6年度第1回小金井市食育推進会議 会議録

日 時 令和6年5月29日(水) 午後2時～午後3時20分

場 所 保健センター 1階 大会議室

出席委員 15人

会 長 山 岸 博 美 委員

副会長 松 嶋 あおい 委員

委 員 牧 野 ま や 委員 雀 部 かおり 委員 太 田 篤 胤 委員

委 員 三 毛 明 人 委員 横 山 英 吏 子 委員 長 谷 川 郁 子 委員

委 員 北 脇 理 恵 委員 井 上 正 子 委員 服 部 聡 委員

委 員 高 橋 健 太 郎 委員 大 石 和 孝 委員 山 田 五 月 委員

委 員 大 澤 秀 典 委員

欠席委員 1人

委 員 藤 澤 弘 委員

事務局職員

健康課長 伊 藤 崇

健康係長 渡 邊 知 子

健康課主任 近 藤 仁 美

傍 聴 者 0人

(午後2時 開会)

○山岸会長 では、改めまして、皆さん、こんにちは。本日はお忙しいところを御出席いただき、ありがとうございます。

それでは、これより令和6年度第1回小金井市食育推進会議を開催させていただきます。

初めに、委員の出欠に関して、事務局のほうからお願いいたします。

○事務局 本日の委員の方々の出欠でございますが、長谷川委員から10分ほど遅れてくるという連絡をいただいております。現時点では、本日は会長を除きまして現在、13名の委員の方の出席となっております。過半数以上の出席となっておりますので、審議会として成立することを御報告いたします。

次に、配付資料の確認をいたします。本日、机上に配付させていただいたものとして、まず次第と名簿、令和5年度の食育コーディネータの記録、次がカラー版の「未来はあなたの選択次第」という多摩府中保健所さんのチラシ、もう1つが令和5年度第4回小金井市食育推進会議の会議録案です。最後に、閲覧用の第4次小金井市食育推進計画です。今の時点でお手元に資料がない方はいらっしゃいますでしょうか。大丈夫でしょうか。過不足等ございましたら、会議途中でも、事務局のほうにお願いいたします。水色の表紙の第4次の計画の閲覧用は、お帰りの際、机上に置いたままをお願いいたします。

○山岸会長 ありがとうございます。

それでは、議事に入る前に、事前に皆様のところへ送付されている前回の議事録案で御自身の発言内容を確認していただきたいと思っております。訂正をされた方は、訂正どおりになっているか確認していただきたいと思っております。どうでしょうか。よろしいでしょうか。この案でよろしい方は挙手をお願いいたします。

(挙 手)

○山岸会長 ありがとうございます。

もし追加で何か気がついたことがありましたら、終了までに事務局のほうにお願いいたします。

では、議事進行に入る前に今年度から食育推進委員になられた方がいらっしゃいますので、事務局から紹介をお願いいたします。

○事務局 令和6年4月1日より、多摩府中保健所職員の松本委員の異動に伴い、新たに山田五月委員が就任いたしました。小金井市食育推進会議基本条例第14条第5項に基づき、任期は令和6年4月1日から令和8年1月31日までになります。それでは、山田委員から一言御挨拶をお願いいたします。

○山田委員 松本に代わって異動で4月から着任しました山田です。よろしく申し上げます。

お隣の圏域、多摩小平保健所から参りましたので、この地域のことは少しはなじみが深いなと思っておりますので、よろしく申し上げます。

○山岸会長 ありがとうございます。事務局も人事異動があったとのことなので、事務局のほうからも紹介をお願いいたします。

○健康課長 それでは、令和6年4月1日付で事務局職員に人事異動がございましたので、紹介させていただきます。

新たに健康係長になりました渡邊でございます。では、一言お願いいたします。

○渡邊係長 渡邊と申します。どうぞよろしくお願いいたします。

○山岸会長 ありがとうございます。

では、意見提案シートについて事務局からお願いいたします。

○事務局 意見提案シートの提出はありませんでした。

○山岸会長 ありがとうございました。

次に、今後の小金井市食育計画について事務局からお願いします。

○事務局 皆様のお手元にある水色の冊子をお出してください。いつも机の上にあって、なかなか広げることが今までなかったですけれども、中を御覧いただこうと思っています。

こちら、第4次食育計画でございます。こちらは令和4年から令和8年度、この5年間の計画となっております。現在、令和6年度なので、3年目ということですよ。令和8年度に計画が終わると、今度は第5次小金井市食育計画というものになります。第5次食育計画の策定を行っていくのは、今第4次から始めていくわけですが、今後の流れについてお話ししていきたいと思っております。

まず、この冊子を開けていただくと、1ページ目、食育計画の策定に当たってというページがあるのですが、ここでは食育とは何か、国の食育基本方針が書かれています。ここは毎回同じように作られています。その次、2ページ目の3の下に表みたいなのがあると思うのですが、そこを御覧になってください。小金井市の一番右のほう、令和4年から令和8年、こちらが第4次小金井市食育計画で、今、令和6年のところが現在のところですよ。その前には3次、その前の食育計画があったという形になっています。もちろん、国と東京都も食育計画を持っています。国と都につきましても、小金井市よりも1年早く5年間の計画が策定されています。うちは、東京都と国の方針が出た1年後にいつも、前の3次のときから、そこで計画をつくるような形に今のところはなっております。

なるべく国と東京都と歩調を合わせるためです。

今度、この次の計画をつくるためには、ただ、私たちもここで話し合いをするだけではなくて、市民アンケートというものを実施いたします。市民アンケートについては5ページです。市民の食に関する意識調査という形で行っています。このアンケートを行うのは、策定の前の年ですよ。どういう計画をつくるかというのには、市民の御意向もということで、前の年にやります。ということは、8年に計画をつくるということは、7年、だから、来年度ですよ。来年度にアンケートを作るようになります。前回はアンケートは大体秋以降くらいに行っている形になっています。アンケートの内容については、前に皆さんが委員をお引き受けになったときに、ピンクでアンケートの冊子、前に行ったものを配らせていただいたのですが、アンケート、1次からの流れもあるので、いずれ、この間の前回、今の第4次をつくるときのアンケートに準じてアンケートの項目を決めていきたいと考えています。

それから、この5ページの前に、4ページの下にお花の絵のようなものがあるのですが、そこで小金井市では「野菜」、「団らん」、「ふれあい」、「環境」をキーワードにして、指標とそれぞれの位置づけとを関係させて、毎回、この4つのKoganei-Styleという、小金井の食育のキーワードをうちのほうのいろいろな指標と結びつけています。

そこから急に飛びますけれども、30ページを御覧になってください。そこに取組の指標というのがあるので、ここには今、第4次の計画の中にこの目標が入っています。この目標が例えば、食育という言葉や意味を知っている、70%と書いてあって、下の51.7%というのは前の3次のときにアンケートを取ったときに、それを知っている人は51.7%だったけれども、次のときには70%の目標に達したいということです。あとは毎日朝食を食べるとか、家族と一緒にするとか、今回は7つの目標になっています。今度アンケートを取ったときに、この目標に達していない部分がまた次の計画の指標になっていくような形になります。

今、ここにある7つの指標のうち、2、3、4、6、7、毎日きちんと朝食を食べる、家族と一緒に食べる、バランスを取れた食事をする、それから6番の食生活に地産地消を取り入れる、7番の食品ロスの軽減というのは27ページにある第3次の計画のときの点検をしたときに、大体现状値が目標値に行かないので、BとかCの評価しかもらえなくて、それがそのまま今4次の指標としてここに書かれています。あと、1番の食育という言葉や意味を知っているかという質問なんですけれども、これは前に、第3次のときにこの目標が一回、指標のアンケートの調査の成績がよくて、一回外されたものなんですけれども、私たち、食育のことについて話しているのに、幾ら到達したからと言ってこの項目が抜けてしまうのはおかしいのではないかとということで、再度入った項目となります。

それから、5番目の野菜は1日350グラム摂取を目標とするというのは、国や東京都のほうにもある目標になっています。ただ、国のように健康栄養調査をするわけではないので、他市で行ったアンケートなんかを参考に写真または絵などで目安をお示しすることは必要かなというふうに考えております。とにかく、アンケートが終わらないと指標は決まりませんので、第5次の指標についてはアンケート終了後に決めていきたいと思っています。先ほど言いましたように、達成されなかったもの、Aの評価がもらえなかったものはまた指標に残るような形になります。国とか東京都もウェブ上なんかでも公開されているんですけども、やっぱり毎日きちっと食べるとか、バランスを取れた食事をするとか、野菜とかというのはなかなかどこも難しいような結果になっていました。

あとは、この水色の冊子の後ろのほう、次の32ページです。32ページに、施策の体系という形で、市役所の中の食育に関するいろいろな事業が掲載されていて、その後、34ページからずっと書いてあるこういう事業は毎年、皆さん、ほとんどの方、今日日御存じだと思うんですけども、大体第2回の

食育会議で御覧になっていただく各課の毎年の進捗状況調査の項目になっているものが後ろのものになっています。前回、課長のほうから、健康課は今年度より健康課とこども家庭センター母子保健係と分かれたというお話がありましたが、今後はこの担当課の部分、健康課という部分も物によっては健康課ではなくなっているのがありますので、そのことにつきましては次回、進捗状況調査の結果を皆さんにお示しするときに、今度こちらのものはこうなりましたみたいな形で説明させていただきたいと思っています。

今までこの冊子についてあまり説明することもなかったのですが、今後の流れも含めて説明させていただきました。今日はこのぐらいにしておこうかなと思っているんですけども、いかがでしょうか。

○山岸会長 ありがとうございます。では、市役所のほうの組織改革の詳細は次回、また教えていただくということでよろしいですね。健康課の担当が変わるというようなところは、次回また事務局のほうから詳細に担当が教えていただけるということでよろしいでしょうか。大丈夫でしょうか。

では、ここまでで何か御意見等ございますでしょうか。

近藤さん、すみません。ちょっと私も先ほど言ったんですが、担当課が若干変わることは次回また説明というか、どこがこの課になるというのはもう少し詳細にというか、分かりやすくしていただけるのでしょうか。

○事務局 そうですね。今日、説明するよりは来月事業内容とともにのほうの方が分かりやすいかなと思うので、言ってしまうと何分もかかることではないんですけども、次、その状況調査の結果を踏まえながらのほうの方が分かりやすいと思うので、そのときにしたいと思っています。

○山岸会長 ありがとうございます。委員の方、よろしいでしょうか。何か御意見等ありましたら。

では、またお気づきの点があれば、お聞かせくださいませ。

そうしましたら、今回は年度初めということもあり、事務局のほうから皆さんに事前に連絡があったかと思います。御自分が関わっていらっしゃる食育についてとか、また、成果ですとか、何かお話をいただければと思っています。そういったことがこれからの食育の話を進めるに当たり、参考になることも多いかと思うので、今回はお一人ずつ御意見をお伝えいただければと思います。こちらの山田委員からお願いしたいのですが、井上委員がちょっと御都合……。

○井上委員 はい。途中でちょっと。

○山岸会長 そうしましたら、恐れ入ります。

○井上委員 一番最初ですか。

○山岸会長 井上委員のほうからお願いいたします。

○井上委員 もう今まで皆さんにお話ししてきたことなんですけれども、私の行っている食育、今のこ

の第4次食育推進計画、これを参考にして考えてみました。食育の原点である共食が国と比べて少し小金井市が低いように思いました。まず、子供たちは学校給食がありますけれども、朝食はどうだろうか、夕食はどうしているだろうか、生活の多様化、家族との共食が難しくなっている人が増えているように思います。それから、こども食堂3か所を、前にもお話ししましたが、訪問してみました。どこでも子供たちが20人以上はいて、食事ができるまで勉強をしたり、遊んだり、お手伝いをしたりして楽しくやっているようでした。そこへ、小さい子供をおんぶして仕事から帰ってくるお母さんもいて、そこで少しですけれども、お金を払って一緒に食べて帰るそうです。子供たちにもとても好評で、ここを卒業すると、中学生を対象にやっている食堂があるそうで、2か所ぐらいあるんだそうです。ちょっと私もまだ行ってないんですけども、そこに行くそうです。

それから、私は後期高齢者ですので、後期高齢者のことがとても気になっているんですけども、高齢者の一人暮らしがやっぱり家庭環境と生活の多様化によって増えてきているようです。特に心配なのが男性の一人暮らしの人で、食事は自分で作ると言っているんですけども、買物をして野菜などを洗って刻んで煮て出来上がって、それでも一人で食べなくてはならないと食欲も湧かなくなってしまうと。それで、やっぱり冷蔵庫にしまって日にちがたってしまうというようなことになるそうです。配食サービスを利用してみたらというふうに話をしているんですけども、うちへ持って帰ってもやっぱり一人で冷蔵庫に入れてしまいます。食べずに終わってしまうことがとても多いようです。やっぱり本当に共食というのが大切だというふうに思いました。それから、生涯にわたって心身の健康を確保していきたいというふうに思います。国民一人一人が栄養のバランス、配慮した食事を習慣化していけたらというふうに思います。

それから、私の身近な人の話、個人的な話なんですけれども、食事をするのにいつもテレビを見ながら一人で夜の食事をするのはやっぱりおいしくない、食べたくないということで、その人はヨーカドーの4階、3階ですか、フードコートに行って食事をする。話し相手はいなくても、同じ場所に大勢の人がいるだけでテレビを見ながら食べるよりもとてもいいというふうに言っているので、本当に涙が出るような話を聞いたように思いました。結論としてどうしたらいいかというのはなかなか出せない、場所の問題、まず、調理室がそんなに持っている集会所、大きい調理室を持っている集会所はそんなにありませんので、また、調理室があってもなかなか取れなかったりということで、できないと思うんですけども、翁味会という男性の料理教室が長いことやっているところがあるんですけども、前、向こうの福祉会館にあるときには翁味会が地下の作業をしている障害者の人たちを呼んで一緒に食事をしていたんですけども、こっちへ来てからはそれもやっていない、自分たちで作って自分たちで食べて帰るというので、その責任者の人と話して、社協から一人暮らしの男性の人を紹介して、一緒

に食事を作って食べるようにしたらどうだろうかという話をしてみましたけれども、もちろん、翁味会は来てくれるなら、それでも一番いいけれども、なかなか男性の人は仲間に入れない、やっぱりやめてしまう人が大勢だということで、それもちょっとあれなんですけれども、ほかにこれといった結論というか、結果は出せないでいるところです。

以上です。すみません。長くなりました。

○山岸会長 ありがとうございます。それでは、次は山田委員のほうから順番にお話しいただければと思います。よろしくお願いいたします。

○山田委員 東京都多摩府中保健所で行っている食育について紹介させていただきます。保健所は地域のネットワークを強化し、栄養食生活の取組を推進するために、市の保健センターの栄養士さんや関係機関、大学の先生などの委員で構成されている北多摩南部圏域栄養食生活ネットワーク会議を開催しています。その会議では、地域の栄養課題解決のためにテーマを設定し、食育の媒体作成や健康に配慮したメニューのお店を増やす食環境整備について検討をしております。

令和4年度と5年度の会議では、新生活を迎える大学生や社会人向けに日頃から朝食を食べること、栄養バランスの取れた食事をすることの大切さを伝えるためのツールとして今日お配りしていますこの『「ちゃんとごはん」のススメ!』と題した普及啓発動画を作成しました。また、動画を知ってもらうためにこのチラシとか食堂に置けるような三角ポップなども作成しました。本日お配りしているのは昨年度作成しました社会人向けの御案内ものです。もしよろしかったら、保健所のホームページにも動画を掲載しておりますので、参考に見ていただければ幸いです。

今のところの成果ですけれども、制作した動画を見ていただいた学生向けとか若手社会人向けのアンケートを取らせていただいたところ、9割以上が分かりやすいとか参考になったという回答をいただいております。今後も若い世代のちゃんとごはんへの理解や取組意識をさらに向上させて行動変容につながるよう普及啓発を行っていくとともに、関係機関と連携して取組を進め、食生活の面から都民の生涯にわたる健康づくりを支援していきたいと思っております。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。では、続きまして北脇委員、よろしくお願いいたします。

○北脇委員 北脇と申します。小金井市立小中学校PTA連合会として参りました。PTA連合会いろいろな小中学校のPTAの会長・副会長が集まってできている組織です。直接こちらで食育を何かしているということはないのですが、その下の各小中学校での取組を簡単に説明させていただきたいと思っております。

市の補助金を頂きまして、各小中学校では2回講座をやっています。主催はPTAになりまして、1

つ目は親のための講座、思春期講座。2つ目は親子講座で、親子で参加できる、どちらかという音楽を聴いたり、劇を観たりとか、そういうお楽しみ企画になっております。その中で、やはり食育って子育てする中で切っても切れない間柄なので、PTAをやっているお父様、お母様、とても関心が高く、やはり食育をテーマにやりたいという声も聞こえます。過去には松嶋委員に講師で来ていただいたりですとか、そういったことを各学校で必要に応じてやっているというのが現状になります。

あとはプライベートの話になりますが、私、ここねっとという、小金井子育て支援ネットワーク協議会の事務局のサイト編集長をやっております。こちらは小金井市の子育て支援課の補助事業になりまして、小金井市と連携してやっているというような形です。お手元のパンフレットを開けていただきますと、のびのびのサイトのえにえにサイトがありまして、以前から井上委員が御紹介いただいている、こども食堂の話はこのえにえにサイトにまとめて集約した情報が載っております。子供目線で見たいので、写真多めで文字が下に書いてあり、どんな場所かな、どんなお顔の大人がいるのかな、というのを子ども達が写真で確認しながら、ここだったら行ってみようかなにつながるように意識して記事を載せています。のびのびのに関しては、乳幼児の親が見ていることが多くて、親御さんに向けたメッセージで文章多く、漢字多く載っております。こちらのトップページの下のほうにはバナー広告で食育ホームページさんのバナーも直接リンクで貼って御紹介させていただいております。その他に体験談コーナーで食育のホームページの簡単レシピを実際に作ってみた記事とか、農協さんのムーちゃん広場を紹介していたりとか、農家さんの無人販売の場所でいろいろな場所にあるよというマップの紹介だったり、実際にこんなものがあるよ等、情報を載せています。なので、子供と食育というテーマを多めに載せておりますので、御機会ありましたら、ぜひ御覧ください。

○山岸会長 ありがとうございます。長谷川委員、今、一言ずつ順番にこちらからお願いしているところですので、またよろしく願いいたします。では、続きまして服部委員、よろしく願いいたします。

○服部委員 服部でございます。地元の小金井の歯科医師会の代表として、こちらに参加させていただいています。

先ほどかなり説明されましたのが、青い食育推進計画の中で直接我々が明文化されている、タッチする領域としてはこの41ページの成人高齢者の食育推進の7番です。これ、8020、6020というのはあまり聞かれたことがないと思いますが、この内容につきましては前々回だったと思いますが、最近の状況というのを話しさせていただいたと思います。この数年で非常に進んでまいりまして、いい結果が出てきていると思いますけれども、ただ、これは数字ではっきり出てくる、80歳で20本歯があるかないかという、そういう言ってみれば非常に、単純と言うと申し訳ないけれども、分かりやすい結果が出てきやすいんですけども、最近問題になってきているのは、いわゆる脳血管疾患の後遺症と

して片麻痺だとかをお持ちの方なんかは物を食べる時のそしゃくと嚥下の機能というのが相当障害を受けてきますし、それ以外にも介護保険の対象になってくる老人、高齢者の方も大分物を食べづらい状況になってきて、最近、非常にとろみがついたものだとか、柔らかく調理されたレトルトのいろいろな食品というのが出るようになってきています。まるで子供の離乳食みたいな感じになっている。そういった方に対する、入れ歯が壊れてしまったから新しいのをと言われても、なかなかそういう方は簡単に入れ歯は作れないとか、そういう問題も出てきますので、これからはそういった問題についてもちょっと腰を据えて対応していかなくてはいけないのかなという時代になってきていると思います。多分に私も私見も入っていますけれども、概略、そういうことになります。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。では、続きまして大石委員、よろしくお願いいたします。

○大石委員 東京むさし農業協同組合小金井支店の大石です。よろしくお願いいたします。

農協としましてなんですけれども、直接食育に関係することとえば、小中学校の収穫体験と学校給食と、今、農協のほうで売っている、ムーちゃん広場のほうでやっている野菜のほうを生産者と協力しまして増産しまして、小金井市の方に提供できるように今動いている状況となっております。今、一応安全安心な農産物を提供できるように各農家を回りまして、今隣にいる高橋健太郎さんもそうなんですけれども、相談していろいろな野菜を増やしてもらっていることをやっています。

直接何かやっているという感じはちょっと私の中ではなかったものであれなんですけれども、小学校、中学生とかに安全安心な野菜が提供できるように今後とも動いていこうと思いますので、よろしくお願いいたします。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。では、続きまして高橋委員、よろしくお願いいたします。

○高橋委員 小金井市農業振興連合会から参りました高橋健太郎と申します。今、大石さんのほうからありましたとおり、私は農業者のほうなので、農協と、どっちが上とかではなく、パートナーとしていろいろな取組をしております。農業振興連合会としては農業祭での食育、絵画コンテストの絵をまず、あの事業が今、私、青壮年部の部長もやっています、青壮年部で担当して依頼をしているいろいろなことを、野菜を提供したりとか、農地はこういうふうなというのを書いていただいていますけれども、やり方は多分いろいろあって、それも青壮年部の中では去年の段階ではこうしたほうがいいのではないとか、そういう部分は考えました。今年度から絵画コンクール、青壮年部ではなく、農協のほうでやるということなので、その部分は、農業振興連合会としてはやりますけれども、青壮年部としては外れる形にはなっております。私たちはどう農業振興という部分をしていくかというので、個人的な取組とし

では子供たちと一緒に農業を通じていろいろな、体験農園だったりとか、地域絡めていろいろな事業はやっております。先ほど農協のほうからもありました農業体験も、例えば、ジャガイモだと掘るだけとかいうのが一般的なものだと思うんですけども、自分のところでは植えるところから経過を含め、最後の食するところまでを一貫していろいろやっております。農業を通じて感動してもらえるような事業を今後もいろいろ展開をしていきたいなと思っておりますので、生産者としても青壮年部、農業振興連合会としてもいろいろやっていきたいと思っております。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。では、長谷川委員、よろしくお願ひいたします。

○長谷川委員 小金井市の小中学校の栄養士会から参りました長谷川と申します。私、第二中学校で栄養士をさせていただいています。食育の成果といたしましては、学校給食を通して子供たちに正しい食習慣を身につけさせるということと、今、JAさんとか高橋さんにも御協力いただきまして、地場野菜を活用した食を選択する能力の向上ということで日々学校給食を通して子供たちに発信させていただいております。

服部先生もおっしゃっていましたが、今、子供たちってかむ力がすごく弱いと言われていますが、でも、何か小金井の子を見ているとそんなに弱くもないかなと、ちょっと私は思っております。でも、やっぱり、実は6月4日から10日まで歯と口の健康週間ということを毎年やっておりますし、年間に通して語呂でいい歯の日とか、いろいろ子供たちが語呂で覚えやすく、卑弥呼の歯がいーぜとか、歯と口の健康を発信する機会って結構あるので、定期的に発信させていただいています。来月にはICTを活用した情報掲示物とか、そういったものも栄養士会の指導研究会で用意しながら楽しく発信させていただいています。

あともう1本、地場野菜を活用した食を選択する能力についてなんですけれども、本当に芋掘りとか、野菜を活用した体験授業等ございます。地場の農家さんやJAさんに本当に御協力いただきまして、子供たちに貴重な体験をさせていただいております。来ていただいたり、それだけではなくて、江戸東京野菜も小金井市さん、すごくたくさん作っていただいているので、そのオリジナルメニューを小金井市の栄養士会みんなで考えて、江戸黄金汁というのを学校給食で出しているんですけども、その野菜たちを登場人物にした絵本を作ったりとか、そうやって子供たちに野菜に興味関心を持つ機会を栄養士会全員で積極的につくってまいっております。手作りであるからこそ子供たちの印象に残りやすいというところを大切にしながら、日々頑張っております。今後とも御協力いただければと思います。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。そうしましたら、次からは公募市民の委員の方からお願ひしたい

と思います。三毛委員様、よろしくお願いいたします。

○三毛委員 私は、公募委員として前回、2月のときに初めて参加させていただきました。2年前まで食品企業に勤めていた関係で、食育ということについては食育基本法ができました次の年に一般社団法人日本食育学会という学会ができて、この学会に関わってまいりました。恐らく学術団体としては食育を考える唯一の団体だろうと思います。いろいろ課題はあったんですけども、何とか昨年、『食育の百科事典』という結構立派な本を何とか学会として出すことができました、学術的には学会のほうでいろいろ情報収集等をしていますので、私も月1回ぐらいは学会の方たちとリモート会議等で情報収集できる立場にありますので、そういう学会のほうで新しい知見といいますか、そういうものがあれば、こちらと共有できればなというふうに考えています。

個人的には実は去年、御承知のように関東大震災から100年ということで、東京都は立派な防災ブックを都民に配ったりしていましたが、あれをざっと見ても、災害時の食育といいますか、災害時にこそ食育が役に立つというような視点はほとんど書かれていなくて、私はちょっとそれが残念でした。実は先ほど申し上げました日本食育学会ができて間もなく、東日本大震災がありました。その翌年に食育学会として「災害時でも健康的な食生活を」というパンフレットを作ってかなり配りました。当時は結構、学会としてお金もあったので配れたんですけども、今はちょっと在庫もありませんし、ただ、学会のホームページに載せてありますし、出典を明記すれば転載していただいて全然構わないよという承諾は受けています。先ほど事務局のほうから来年はアンケートを取るという話もありました。何事もないで過ぎているからいいんですけども、今年も能登半島の地震があったりして、自分がああいいう避難所生活というものをもし強いられたら、どうなるだろうって。まずはトイレとか、そういう衛生面とかってことはありますけれども、まず、次の食事、何しようかってやっぱり考えると思うんです。そのときに、ふだんの食育というものが大きく役に立つことはもう火を見るより明らかなので、私は何事もないときにこそ災害時と食育というものを小金井市としてぜひ取り組んで、市民挙げて、何かあっては本当はいけないんですけども、あったときにも安心して食事ができるというようなところを私がここに関わっている間に少し前に進められたらいいなと思いながら参加をしております。

ひとつ、いろいろ情報提供とアドバイスをよろしくお願いいたします。以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。では、太田委員、よろしくお願いいたします。

○太田委員 私も同じく公募市民の太田でございます。本業は千葉の九十九里のそばの城西国際大学というところの薬学部で薬剤師の養成課程の教員をやっております。病気を治す薬の専門家として養成するだけでは健康のベースがうまく関われないということで、それほどメジャーではないんですけども、薬学部の中で栄養を教える、栄養だけではなくて、最近問題になっている健康食品の系統のものも教え

るということをしております。食育が始まって10年以上たっているのに食育の効果というのが感じられないという気がしていて、今まで中年の太ったおじさんにばかり光が当たっていて、そこばかりが問題視されていて、それが過ぎたら、今度は高齢者のフレイルの問題ばかりが注目されていて、現実には起こっているのは、僕が思っているのは若年女性の痩せです。これが最大の課題だと思っていて、中年のおじさんが糖尿病になろうか肥満になろうか、結構薬がいいのが出てきたので、普通に生活できてしまっている人が大部分。それはそれで喜ばしいことなんですけれども、肥満をあまりにも悪いことだということで、世の中の風潮が出来上がってしまい過ぎて、若年女性が非常に痩せることに対して全く罪悪感を覚えなくて、本当に痩せていて、BMIが18なのに、まだ痩せようとしているのが普通です。本当にその辺のところを何とかしないといけないなというのが今日この頃でございます。

先ほど御紹介がありましたホームページのほうでもその辺のところを、食育ホームページのほうでも発信していきたいなと思っているんですけれども、見てくれないだろうなと思って、そこが今課題です。何とか突破口を見つけていきたいなと。小金井に先駆けて何かできればいいんじゃないかなという野望を抱いております。よろしく申し上げます。

○山岸会長 ありがとうございます。では、雀部委員、よろしく申し上げます。

○雀部委員 同じく公募委員の雀部です。私は、もともと保育園の栄養士をしていたことがきっかけで、2002年から20年以上になりますけれども、自宅で料理教室をしています。何人かのグループごとに少人数のクラスを幾つか教えているという感じなんですけれども、一番長い方ですと200回をもう超えてきているので、大分いろいろできるようになったから、もういいんじゃないかって思ったりもするんですけれども、皆さんの集いの場になって楽しいお話をしながらお食事を頂くという、先ほどの共食にもかなうのかなと思ひまして、楽しく続けていらっしゃるようです。

私の料理教室はあまり難しいものはやらず、身近な材料を使って手早く作れて、栄養バランスのいい食事を目指しています。それを教えることによってどういう効果があるかと言うと、もともと、例えば学校で食事を作ることについての授業の数がだんだん減ってきている、要は家庭科が減ってきているという状況の中で、特に家庭内伝承もなく、いきなり食事を食べる側から作る側になってしまった人たちがたくさんいて、その方たちが料理を習うことによって少しずつ料理を作るということに自信を持っていただき、それをまた家庭内伝承で、お子さんに伝えることができる、そしてそのお子さんがまたそのレシピを使って作るというつながりができてきているかなというふうに思います。やっぱり自信を持って作れるかどうかということがとても大切で、世の中にはあまたレシピはありますけれども、やっぱり失敗を恐れるあまり、なかなか新しいことにチャレンジできないという方もいらっしゃって、実際、サポートしつつ様子も見つつ、実際作る、リアルで作ることが大事なのかなというふうには感じて

います。

それともう1つは、小金井市内の中では市内の児童館で2007年より、これも15年以上になりますけれども、離乳食講習会、おやつ講習、幼児食講習会、あと、エコクッキングなどの料理の講師をずっとやっております。実際に市民の方と触れ合って、どういう悩みをお持ちかというお話も聞きながら、それに対する解決策やサポートなどもしつつ、長年小金井のその部分についての食は見てきたつもりです。やっぱり一番感じるのは、子育て中のお母さんと触れ合うことが多いので、フルタイムで働くお母さんの割合がどんどん増えてきてしまって、児童館に通える時期もとても短くなっていて、保育園に入るお子さんがすごく多いんです。なので、短い間に何を一体伝えて、それを持ち帰ってもらえるかということに主眼を置いていろいろな講習会をやっています。

小金井から外に出ると、いろいろな市とかで、地方公共団体のほうで食育の講演をやったり、料理教室の講師をやったりということも、あと、企業のアドバイザーなんかでも少しやらせていただいています。

以上になります。

○山岸会長 ありがとうございます。では、横山委員、よろしくをお願いします。

○横山委員 うちには今年高校1年になった子と中1になった子と2人、男の子がいます。我が家では日常的にはこんなで食育と言えるかどうか分かりませんが、食事の挨拶を必ずするだとか、家族で食事をする、一人でしないとか、食事中は携帯を見ないとか、あと、自分で下膳するとか、食べたその味わいを、おいしいだけじゃなくて、どんなふうにおいしいかとか、伝えながら食べるということを小さい頃からしています。食事は健康に生きていくために必要であることだけではなくて、人と一緒に食事することで心がほっとしたり、食事を楽しんだり、人間関係を結んだりすることができることを実感させたいと思っています。また、私にとっても家族の心と体の元気のバロメーターというか、見るのに顔を合わせて食事することは大切だなというふうに思っています。

地域の活動にも参加させていただいていて、子供会とか、あと、家がプレーパークの近くなので、そのプレーパークのところに行って、マシュマロを焼いてスモアを作らせてもらったり、カルパスを焼いて食べたりとかを楽しんで参加させてもらってきました。体の健康や栄養的な面では小さい頃から、私が食に興味があるというのもあるんですが、主食、主菜、副菜、汁物をそろえてバランスの良い食事を出すことを心がけてきました。私に時間がなくて1品、副菜が足りないときなんかは、そうやって出していたので、あれ、今日は何か野菜の料理ないよというふうに言うように成長しました。あと、1日3食、なるべく決まった時間に食べるようにしています。朝食を欠食したことはほぼないと思います。毎日の積み重ね習慣が大切だと思っているので、それが当たり前としたくて、これから大人になってどこで一人暮らしする段階に入るか分からないんですけども、大学生になったり、社会に出たりして、自

分で立ち立ちをしていったときにその習慣を当たり前で続けてほしいなというふうに願っています。

料理については、小さい頃は、小学校中学年くらいまでは一緒に買物に行ったり、家で料理したりとかはしていたんですが、高学年になったり、中学校、高校生になると、もうスポ少とか部活で忙しくて、全然家ではできずに、小学校や中学校の家庭科の授業任せになっているのが現状です。子供も作ることにそれほど興味がないように感じています。でも、それが駄目だというふうに私自身も思っていないで、そういう時期かなというふうに思っています。あと、高校生に入学したばかりの長男、今、5月ですから4月に入学してすぐに学校の行事で、多分仲良くなる目的で校外生活に行ったんですけども、そのときに、高校で班ごとでカレーライスを作るというプログラムがあって、同じ中学校から2人しか一緒に高校へ行かなかったんですけども、いろいろなお友達とそれを通して、その食事を作るということを通してコミュニケーションを図ることができて、すごい楽しかったと言って、高校でもそういう食を取り入れたプログラムをしてくれているんだなというふうに感じました。

あと、仕事では私、すぐその学芸大学で栄養教諭をしているんですけども、学芸大の子供たちは広域通学をしているので、小金井市の子供ばかりではないんですけども、農協さんとか農家さんの御協力の下、農協さんは去年、3年生の社会科の授業で農家さんを連れて、農協の方も四、五人来て、3人来てくださって、社会の授業をしてくださったり、江戸東京野菜のなすを一緒に植えてくださったりしました。農家さんも、今年は萩原さんが大根の種を植えるところから一緒にやろうというふうに言うてくださっているんで、楽しみにしているところです。あと、先週、給食委員会が学校で作った、自分たちが育てた野菜を給食に出したいというのを言ってきたので、農家さんに御協力いただいて、萩原さんがボランティアの方を連れてきてくださって、一緒に寺島ナスを植えたり、青じそとかバジルを植えるところからやったださって、給食委員会でレシピ開発したり、給食のメニューを作りたいと言って、今メニューを出してきていて、それを子供たちが考えたメニュー、自分たちで植えた江戸東京野菜で給食を出そうという取組を今しています。授業では、家庭科で5月は6年生と一緒に1食分の献立、パランスのいい献立を考えたり、今日、ちょうど2時間目が生活科で、ソラマメのさや取り活動をしたり、全校で味わったり、この後来月は、また農家さんに、農協さんに御協力いただいて、小金井市のトウモロコシを入れてもらって、皮むきをさせてもらったり、秋にはそれも小金井市のキウイフルーツ農園に行つてキウイのもぎ取りをさせてもらって、それを熟成してもらって、追熟してもらって給食に出すというのも計画しています。

成果なんですけれども、今日のことなんです。今日、ソラマメのさや取りをして、給食の時間、1年生は自分たちの活動なので楽しみにしていたんですけども、ほかの学年の子たちも、え、今日、1年生もいたんだってって言って、苦手だけど食べるわって言って食べていたりして、活動を自分たちがし

たわけじゃないけれども、ほかの学年がすることで食べてみたいというふうに思ったり、頑張ろうと思うんだなというのが分かりました。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。それでは、牧野委員、よろしく願いいたします。

○牧野委員 公募市民の牧野まやと申します。私は週数回なんですけれども、東京医科歯科大学の難治疾患研究所という研究室で先生のお手伝いをしているんですけれども、幹細胞制御分野というところで働いているんですが、食育とは全く関係はありません。

それで、私はその仕事以外では本当に普通の主婦なので、自分の主婦の中でも食育を考えてみたんですけれども、まず、ベランダでこの時期、野菜の苗を買っていて、青じそとルッコラとパセリを育てています。毎年、ずっともう3年以上育てているんですけれども、今年は青虫がすごくついて、泣き泣き農薬をまく羽目になってしまいました。運が悪いのか、季節変動の影響を受けているのか、その辺、ちょっと専門じゃないので何とも言えないんですけれども、青虫がいっぱいいつているのを見たときには、もう悲鳴を上げそうになったんですけれども、慣れたら大丈夫かなという感じでした。

あと、スーパーに行ったときなんですけれども、できるだけ旬の野菜を買うようにして、それも特定農家さんとのコーナーというので朝どれ野菜とか、今日仕入れたばかりの野菜ですというようなコーナーでできるだけ新鮮な野菜を買うように心がけていまして、それから、季節の旬のメニュー、例えば、春だったらタケノコ、今だったらヤングコーン、そういった今この旬だからこそ味わえる料理というのを素人ながらも心がけています。あと、この春から、プライベートなんですけど、主人が宇都宮に単身赴任になってしまっていて、そして、息子も大学生になったんです。そうすると、時間帯も大幅にずれて、主人も出たり入ったり出たり入ったりが激しくなりました、まさに食事が孤食オンパレード。そして、単身赴任になってしまうと、1人分のメニューを1人で作らなければいけないので、やっぱりすごく不経済になってしまう。私も家族3人が一緒にそろっているときは、シチューでもカレーでも何でもまとめてどんって作ることができたんですけれども、それが2人分とか、それも家族ばらばらってなってしまうと、まとめて作るというのは困難になってしまっていて、ちょっと困っているような次第です。

以上になります。よろしく願いします。

○山岸会長 ありがとうございます。そうしましたら、最後になりましたすみません。松嶋委員、よろしく願いいたします。

○松嶋副会長 こんにちは。私は今、こちらのほうの委員と別に、小金井市の農業委員、それも職務代理というちょっと上のほうになりました。3期目、今、運営をしております。私は市民公募の農業委員なので農家ではないのですが、農家さんと市民の間に立つ立場として、よりたくさんのお金井産の野菜

を市民の方に紹介したり、また逆に市民の方がこんな気持ちでいるんだということを農業者さんに伝えたりする立場にいるのかなというふうに考えて、食育としてやっています。

あまり考えてこなかったんですけども、大体、実際どういう活動をしているかというところ、こちらのほうからも紹介していただいたんですけども、例えば、公民館で今度、6月14日に小金井野菜を学ぼうという講座をさせていただいて、あと、座学で小金井の農業の実際をお伝えして農地がどんどん減っていて、私がちょうど農業委員になったときというのがちょうど農地の面積というのが小金井公園と同じくらいだった、ちょっと切っちゃったというような話からどんどん減っていて、でも、逆に市民の方の小金井の農業とか野菜に対する気持ちとか、興味というのがちょっと上がっている感じが私は実感していて、そこもうまく、では、小金井の農地をどういうふうに農業者さんはもちろん転用されていると思うんですが、例えば、市民農園がどんどん増えているんですが、そこに希望者が多いと。では、市民農園の方がその野菜をどういうふうに使ったらいいのかというところのアドバイスに今入っていて、ちょうどわくわく都民農園さんであったりとか公民館さんで、小金井野菜をおいしく食べたり、保存をしたり、よくあるのは、例えば、大根なりキャベツなり、大きな野菜を何本も収穫して、それ、どういうふう処理したらいいのかというような話もさせていただいています。

あとは、別の活動で江戸東京野菜のコンシェルジュというのが、協会があるんですが、そちらのほうで江戸東京野菜の普及に関わっていて、今、ちょうどJAの東京中央会の方もメンバーに入っていて、東京都でここで江戸東京野菜を使いたいんだけどというときに、小金井市の農家さんで今、主に萩原さんだったり、大堀さんだったり、江戸東京野菜を主に作ってくださっている方を御紹介して、つまり、江戸東京野菜を作ってもどうするのという話のところの出口を御紹介して、農家さんにたくさん使っていて、去年は健太郎さんのほうにもお願いして、お野菜を出していただいたこともあるんですが、やっぱり江戸東京野菜という、先ほども学校で作っていただいているということもあるんですが、一般の方がまだまだ知らないと思うので、そちらのほうの普及もどんどんしていきたいなと思っています。

あとは、食育ホームページのほうも長くやっております、雀部さんともう1人の方と月一でレシピを上げているんですが、この間は雀部さんがフキをメニューにさせていただいたんですが、今月はルバーブが6月の野菜というテーマ野菜になっていて、今までルバーブが上がっていなかったの、そちらのほうのレシピを上げようと思っていて、解説は雀部さんのほうにお願いして、レシピのほうも出す予定でいます。

あとは、やっぱりコロナ禍があったせいで、共食と言っているいろいろな方が御飯を集って食べるということが少しずつ難しくなっているのが、また少しずつ取り戻しつつはあると思うんですが、小金井市の

場合は子ども食堂などもあるということで、そこで小金井産の野菜をたくさん使っていただけるように働きかけたりとかもしていきたいなと思っています。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。委員の皆様、貴重な御意見をありがとうございました。本来でしたら、この後ちょっとディスカッションしたいのですが、まだ議題が2つございますので、またそういった意見は次回以降できたらなと思っております。大変今後の食育推進会議ではキーワードになるようなことがたくさん出て、本当に勉強になりました。ありがとうございます。

それでは、議題の2番目の令和5年度食育コーディネータ実績になります。食育コーディネータの大澤委員、よろしくお願いいたします。

○大澤委員 それでは、資料に基づきまして事務局のほうから説明させていただきたいと思いますので、よろしくお願いいたします。

○事務局 令和5年度食育コーディネータ記録というのが前年度のものです。3つしかありません。コロナぐらいからかなり減ってきてしまって、1つは東京都の食育フェアです。こちらは健康課のほうにポスターとチラシが来ましたので、窓口などにチラシを配布いたしました。2番目のなのはなひろばというのは、小金井市立けやき保育園、公立保育園の地域子育て支援事業の案内です。内容としては、ゼロ歳児の親子を対象に保育園の栄養士からの離乳食の話と保護者交流などを行うものだそうです。3番目、子どもの食育を考えるフォーラムというのは、日本小児医の学会のウェブによる講演会の案内です。これは一般の方を対象としたものです。こちらポスターとチラシが健康課に来ましたので、チラシを窓口のほうに置くようにいたしました。以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。ただいまの議題で御質問等ございますでしょうか。よろしいでしょうか。

それでは、御意見等ないようでしたら、次に食育ホームページ委員からの報告をお願いいたします。

○雀部委員 食育ホームページの編集委員長の雀部です。前回は2月の会議でしたので、それ以降に出たレシピを御紹介したいと思うんですけども、2月はその後、焼きにんじん、にんじんをフライパンで焼くという簡単なものなんですけれども、それと、3月が春キャベツのレンジ蒸しですので、ちょっと今キャベツは高いですけども、出ていた頃は多分安かったと思うので、それを簡単にレンジで調理ができるというもので、4月は新タマネギの明太バター炒め、おかずになるような野菜料理になっていきます。5月は、先ほど御紹介いただいたんですけども、フキ。小金井産のフキは細いフキですので、皮をむかずにちょっとシャキッとした歯応えを楽しむような感じで、フキと豚バラ肉の炒め煮のレシピを毎月上げて御紹介しています。よろしかったら、ホームページのほうに作り方も載っていますので、

御覧いただければなというふうに思います。

それから、日本の食文化のページも更新してまして、今、梅干しの作り方、レシピなども載っていますので、これから時期を迎えるので、梅干しの作り方なんかも御覧いただけるといいかなと思います。

あと、栄養成分表示活用クイズなんですけれども、とても面白いクイズなので、ぜひ皆さん挑戦していただきたいんですけれども、前回以降の内容としましては、2つのものを比べて食品の成分表示を見てどちらを選ぶことによって自分がそれにこういうことを目指しているということに見合うかということなので、例えば、体力や体型を維持したい、痩せたくない方もいらっしゃるし、あと、痩せたくないのと太りたくないの2つの立場によってどの食品を取ったらいいですよという目安にも一つなるのかなと思いますので、成分表示をよく見るようになると思います。2つを比較してとても面白いのが、マーガリンとファットスプレッド、どちらを選ぶかということや、メーカーの違うアーモンドミルク、アーモンドミルクが最近よく出ていますけれども、メーカーの違うもので一体成分表示がどのぐらい違うか、内容がどのぐらい違うかというもの、あと、成分無調整の豆乳と調製豆乳の違いなんかも紹介されておりますので、ぜひ挑戦していただきたいなと思います。この栄養成分表示活用クイズは、食育ホームページの編集委員会の有志ということで、Xにも投稿していますので、そちらを見て、いいねをつけていただけると励みになりますので、どうぞよろしくをお願いします。

それと、ホームページの課題についても、前回の編集委員会で話したことを皆さんにも御紹介しようかなと思っているんですが、2009年より情報発信を小金井市から委嘱されてボランティアで私たちは活動しているんですけれども、情報発信をしています。ただ、最初から、途中でシステムが一部変わった部分もあるんですけれども、システム自体も時代に合わなくなってきている部分もあったりとかしまして、立ち上がりが大変遅くて、不具合の微調整も場所によってはやりづらかったりとか、しにくくなったりとかという影響が出ています。そのために、せっかく見ていただいた方も、ホームページ、せっかく見たのに、ちょっと立ち上がりが待てないという感じで諦めてしまう事例なんかも出てきていると聞いています。あと、例えば、携帯で食育ホームページを開いて見ていただくと、一番上に安全ではありませんって出てしまうんです。市が委嘱しているホームページに安全ではありませんというワードがそもそも出てしまうということも、私たち、その部分についてはいじれないものなので、ちょっとそれは見る方がどう受け取るかなというふうに思います。私たちは知っているので、当然そこから入るんですけれども、初見で見た方の印象が多分すごく悪いだろうなというふうに、そうなんです。大丈夫かなって心配になってしまう方もいると思うので、そういうシステムについての詳しい話ができる機会が設けられればなというふうにとっても希望しているところです。予算のあることですので、私たちがどうのこうのというふうにはできるわけがないんですけれども、限られたフレーム内で活動を今現在して

いるという状況です。2009年よりやっているのですが、当初からメンバーが大分替わってきてしまっているんです。契約内容を知っていたりとか、当時の状況を知っている者がもう今ほとんどいない状況で、一番古くても途中から入った者なので、なかなかシステムについてどうかということについても、私たちもちょっとあやふやな部分があつて、一度やっぱり、これからこの活動を、ボランティアなのでどうしても意欲がないと続かないことなんですけれども、これだけ続いているので継続するために、関係機関と話し合いの場が持てればなというふうに希望しているところです。

以上になります。

○山岸会長 ありがとうございます。課題としまして、また事務局と連携を取って進めていければと願っております。

それでは、時間も押していますが、そのほかに委員の皆様から何かありますでしょうか。よろしいでしょうか。

それでは、本日の議事は以上で終了になります。次回の開催予定について、事務局のほうからお願いいたします。

○事務局 では、次回についてです。次回につきましては、例年と同じように、8月後半ぐらいの水曜日の同じ時間を予定しております。また、今回の会議録案ができましたら、前回同様、メールにてお送りいたしますので、御自分の発言のところを御確認等、お願いいたします。内容としては、先ほども言いましたが、食育推進計画の各課から上がってきた進捗状況の報告を行う予定です。

以上です。

○山岸会長 ありがとうございます。

それでは、以上をもちまして令和6年度第1回小金井市食育推進会議を終了したいと思います。皆様、本日はお疲れさまでした。ありがとうございました。

— 了 —