

令和4年度埼玉県食育推進検討会議 議事概要

1 日時

令和5年2月1日（水） 18時30分～20時00分

2 場所

埼玉会館 6B会議室及びオンライン参加

3 出席者

〈委員〉（敬称略・順不同）

市川 秋行（埼玉県農業協同組合中央会 J A 支援部農政対策担当部長）

伊藤 雄介（一般社団法人埼玉県歯科医師会 常務理事）

上園 竜之介（埼玉県公立小学校校長会 幹事）

佐藤 道子（埼玉県食生活改善推進員団体連絡協議会 副会長）

清水 恵子（埼玉州市町村保健センター連絡協議会 副会長）

田島 和彦（公益財団法人埼玉県学校給食会 常務理事）

登坂 英明（一般社団法人埼玉県医師会 常任理事）

中西 明美（女子栄養大学 栄養学部准教授）

平野 孝則（公益社団法人埼玉県栄養士会 会長）

福田 和子（埼玉県中学校長会 幹事）

*星島由香委員は欠席

〈関係課〉

食品安全課

農業政策課

農業支援課

生産振興課

保健体育課

〈事務局：健康長寿課〉

課長 加藤絵里子、主幹 荒井今日子、主査 小泉伸秀、主査 大谷栄里、

主任 塚越暁絵、主事 守菜々子、主事 小森広美

4 議事

埼玉県食育推進計画推進検討会議設置要綱第6条に基づき、平野委員長を議長として会議を進行した。

埼玉県食育推進計画とその進捗状況について

- 事務局から資料説明（資料1-1～3-2）

- 質疑、意見等

- 中西委員

- ・野菜の摂取量が298gから294gとほぼ変わらない状況の中で、食塩の摂取量は若干増える傾向にある。年次推移でも徐々に増えており、全国平均よりも少し悪いような状況が続いている。ここのあたりの要因を検討してもいいのではないか。

通常野菜の摂取量が多くなると、食塩の摂取量も一緒に増える傾向があるため、ここの結果が解せない。今後、食塩の摂取量を減少させていくにあたって、埼玉県の場合はどういったことが原因で減りづらくなっているのかということを見ていくと良いのではないか。給食施設で減塩をすることは、こういったことに寄与すると考えられるので、そういったところでの減塩の進み具合なども数値等があれば見ていくと、状況がわかると思う。

- ・学校給食について、金額ベースの地場産物を見ると、埼玉県は地場産物の状況が策定時から考えると、47%から42%に下がっている。一方策定時の値は全国は52.7%から、最新値は56%と増加している。全国が増え埼玉県が減っているといったところが、肉や魚が原因なのか。しかし野菜は結構多いため、もう少し良い方向にするため、何か方策がないものか。

- 事務局

- ・野菜と食塩の摂取の県の検討状況について、埼玉県ではこれまで概ね5年に1回、県民栄養調査を実施している。直近では今年度、国民健康栄養調査を拡大する形で実施した。前回の県民栄養調査は、平成29年に県民栄養調査を単独で実施している。

平成29年の食塩の摂取状況について解析した結果では、食塩摂取源として最も割合が高いのは調味料であった。男性では総食塩摂取量の6割、女性では7割を調味料から摂取していた。また過去の調査結果とも重ねて検討したところ、家庭で調理した料理から食塩を摂取する割合は、食塩摂取量の6～7割程度であると考えている。

野菜の関係については、中食や外食の摂取が多い方には野菜の摂取量が少ない傾向もみられるので一概に野菜の摂取量と食塩の量は結び付かないのではないかと推察している。中食や外食からついてくる食塩というところについても検討していく余地があると考えており、令和4年の県民栄養調査は食塩の摂取をテーマに実施している。来年度はそのような調査結果を、食塩を中心にデータをまとめて参りたいと思うので、解析の段階でご指導いただければありがたい。

・給食施設の減塩についても、埼玉県コバトン健康メニューというのを推進しており、1食当たり3グラム未満の給食の推進を行っている。ただ今、給食は物価高等の影響もあり、閉鎖する施設も見受けられる。そういったところを考えると、調味料という視点からはいわゆる高血圧学会が取り組まれているような減塩食品や減塩調味料をもっと普及していくという手だてもあるのではないかとということも検討しているので、そういった形で減塩対策を埼玉県もすすめていきたい。ぜひいろいろとご指導いただければありがたい。

○保健体育課

学校給食における地場産物の使用割合が金額ベースで下がってしまっている理由についてだが、まず前提としてこの調査が抽出調査であり全数調査ではない。抽出された県内自治体の方にヒアリングを行った結果、原因の特定が難しかったというのが実情である。国が行っている調査の方法が抽出調査かつ時期を特定月の特定週と定めて行う調査であり、例えばその調査週の前後は給食の予算の範囲で地場産物を比較的多く使えた週もあったが、たまたま調査週では比率が下がってしまった自治体もあった。しかしすべてがそうだったかというように特定までは至っておらず、原因の特定は難しかった。

引き続き、全県で給食において地場産物を多く使っていただけるような働きかけは続けていきたい。

○平野委員長

地場産物の割合が埼玉県は金額ベースで42%であるが、どのような食材が使われているのか。

○保健体育課

県では原則、学校給食用の牛乳、学校給食用のお米についてはすべて県産の

ものを使用している。その他、埼玉県学校給食会の協力をいただき県産小麦を使用したパンやうどん、県産大豆を使用した納豆やお醤油、みそを製品化しており、学校給食で実際に使用している。牛乳、給食会で取り扱っている米、パン、麺などは、県内統一の価格となっている。牛乳と主食で大体給食費の約4割を占めている状況である。

○平野委員長

市町村では食育の研修会を行っていると思うが、コロナ禍においてどのような状況だったのかということと、コロナによって住民の健康・栄養にどのような影響があるのか教えていただきたい。

○清水委員

令和2年度については、ほぼ食育に関する事業というのは、残念ながら中止をしていた。離乳食教室などを初めとして、調理や試食を伴うものが多く、感染のリスクが高かったということもあり中止していたが、特に離乳食については、赤ちゃんの月齢が1ヶ月2ヶ月と進むうちに、離乳食の硬さや回数が変わってくるため、どのようにアプローチをしたらよいかというのを非常に悩んだ。そういったところについては、管理栄養士がタイムリーに、お母さんをはじめ保護者の皆様に、離乳食について伝えたいという考えがあったため、独自に動画を作成し、市のホームページから発信した。しかしオンライン化のノウハウがなく、情報部門の職員や広報担当の職員に聞くなど、苦労した。

それ以外に、感染のリスクを下げるために、使い捨ての食器を利用したり、災害時にも役立つようなパッキングクッキングということで、ビニール袋に食材料や調味料を入れて鍋に、ビニール袋ごと入れてボイルをする等、調理方法を行いながら工夫した。食事は料理をした後楽しく会話をしながら食べたいところであるが、今現在、教室で調理をした後も黙食で、静かな雰囲気の中で食事をしているような状況である。

市民の皆様に対しての影響については明らかではないが、やはりそういった食育として本来皆様楽しく食べましようとお願ひしたいところがなかなか実行できなかったということが非常に残念である。

5 情報提供

(1) 次期埼玉県食育推進計画について

- 事務局から資料説明（資料4、5）
- 意見等

○市川委員

国の方から新しい部分が出たということであれば、それに沿うような形とした方がよい。国の指針にあるが県にはないものについても必要かどうかの検討を会議の中でしていけばよい。

ピクトグラムはわかりやすくよい。SDGs もこういったマークをつけわかりやすい形で国民に認知されているので、わかりやすいことが一番よい。

○伊藤委員

平成21年7月に厚生労働省の歯科保健と食育のあり方に関する検討会で検討された、歯・口の健康と食育「嚙ミング30」という報告書の中で食育の今後の方向性が示されている。この報告書には食を通して健康寿命を延伸するためには、小児期から高齢期に至るまで、口腔の健康とともに、健康づくりの視点から食育を推進していくことの重要性が示され、この一助として、一口30回以上嚙むことを目標とし、嚙ミング30の推進が望まれるとしている。

また関係者のための食育推進支援ガイドには、広く生活に根差した食育を推進するために、食べ方を中心にとらえ、ライフサイクルに応じた食育の推進の展開について、3つのステージに分けて食育の推進が図られるように示されている。乳幼児期、学齢期の食育として、食べ方を育てるステージの食育、それから成人期の食育として、食べ方で健康を維持するステージの食育、それから高齢期の食育として、食べ方で活力を維持するステージの食育。よく嚙む運動は脳の広い範囲を使った運動であって、食べ方としての食育の観点からすると、食物粉碎過程で生じる口腔感覚がフィードバックされることで、脳の広い範囲が活動し、脳の発達に重要な意義を持つことが示唆されている。

また、口から摂取する食品に応じた食べ方、これは嚙み方とか味わい方であるが、を通した広がりには5つあり、口腔機能への広がり、生理機能への広がり、精神機能への広がり、運動機能への広がり、安全性への広がり、この5つの機能への広がりが期待でき、それぞれに多くの様態を育むことに寄与している。そのため第4次の計画の指標の中の4番目の、ゆっくりよく嚙んで食べる県民の割合の増加と、指標5の60歳代における咀嚼良好者の割合の増加というのは、非常に重要な指標ということになる。

8020運動について、80歳で20本の歯が残れば嚙むことができるということ

で、これが始まった35年前には80歳で20本の歯がある方は14人に1人であったが、今では2人に1人の80歳の方が20本以上の歯がある。あとは食育すなわちよく噛んで食べていただければいいだけということになる。このように高齢者の口腔環境は改善されつつある。

このようなお話を参考にいただき、今後も食育についてもっと具体的に県民にアピールし、啓発していただきたい。

○上園委員

今小学校に校長として勤務をしているが、令和2年からのコロナウイルス感染症により、学校の現場は食育の推進というよりは、安全に食べることを子供たちに依頼をしているのが現状。そろそろ黙食から外れるとは思いますが、やはり現在のコロナウイルス感染症の蔓延やインフルエンザも流行ってきている状況で、まだまだ食育の推進には程遠いことが今の小学校の現状。

○佐藤委員

食生活改善推進協議会は、一般の減塩について取り組んできた。また地産地消にも取り組んできたが、料理教室では地場産のもので安く野菜が買えるものを利用しているのでさらにそれを推進していきたい。

コロナ禍でこの2,3年一般市民向けの料理教室が開催できない市町が多く、去年の後半あたりから少しずつ料理教室が開けるようになった。人数制限、予防や黙食をして、今すすめている。

私たちの会も高齢化しており、若い世代を地域の食環境の担い手としてどう育てていけるのかということが大きな課題になっており、高齢化とともに、自分自身も会議に出てくるのが厳しくなる。家族の介護等でどうしても会をやめざるをえないような状況の中で、その担い手をどう育成するかというところについて各市町で悩んでいるところで、今後考えていきたい。

○清水委員

コロナの影響もありデータベースの取得がなかなか継続して行えないということで、大変苦勞されていることと思う。実際に県民の方と接して食育を推進する現場である市町村としても、埼玉県の皆様と連携を持ちながら目標値に達していない指標については少しでも目標値に近づけるように努力をしたい。

また今後の計画の中で、ピクトグラムというのも非常によい。市町村の中で

も食育推進計画改定の時期を迎えているところもあるので、埼玉県の計画も参考にしながら、市町村の計画もそういったところも取り入れるかというのも検討しながら進めていきたい。

○田島委員

今回は学校給食がかなりテーマになっており、例えば指標の11の地場産物の増加の割合や指標12の課題が未達成であるということについて、県の教育委員会や学校栄養士協議会と共催して学校給食の調理コンクールを実施し、地産地消の献立部門、埼玉県内の地場産物を取り入れたご飯をテーマとした献立について行っている。この応募メニューに関して、学校給食関係者や県民にも広くPRしたく、広報誌やホームページを通して情報発信を行っている。

しかしなかなか周知が進まず、より多くの方々に興味を持っていただくためにも、現在はホームページだけであるが、今後県の教育委員会にも相談を行い、地場産物を利用した人気メニューの紹介をスマートフォンやSNSを使って発信したい。

また指標の3の食塩の摂取量の減少や指標6の朝食の欠食する若い世代の割合についても、他県の学校給食会の取組を最近知った。特に減塩に関してはうまみになるだしを利用した減塩メニューや、地元食材や郷土食を取り入れた朝ご飯のメニュー等をテーマにしたコンテストを児童生徒、また保護者を対象に、家族ぐるみで参加していただくという取組が好評だったと聞いた。今後、発信もそうであるが、実際に家庭での活用に繋がるような活動についても検討していきたい。

○登坂委員

まず一つには高血圧、腎不全はこれからの成人にとって非常に問題になってくる。指標3の食塩摂取量の減少が達成されていないので、是非ともこれを達成させるように取組んでいくことが必要。そういった意味ではピクトグラムが非常によくわかりやすくてよい。

そして特に小学校における黙食を早めに解除していただきたい。

また特に児童においては、間食は一つの食事になるのではないかと思うので、指標の中に入れていくのはどうか。

○中西委員

第4次の指標にピクトグラムを当てはめると偏りがあるということがわかった。目標に偏りがあると見えるものが見えなくなってしまう。国の計画に指標があっても埼玉県にない4つの指標や国にも県にもない災害については今後重要になってくると思うので、全国的に行われているような指標をまず探したり、独自の指標でも構わないので、今後検討すると良い。

11番と12番の指標のところ、可能かわからないが、学校給食栄養報告の内容をデータとして使っているのであれば、例えば国の計画に指標があっても埼玉県にない8の食べ残しピクトグラムについては、学校給食栄養報告の記入様式の残菜率を集計すれば学校給食だけではあるがどのぐらい食べ残しがあるのかについて見えてくるのではないか。

国のピクトグラム11の日本の食文化の郷土料理については、同じ学校給食栄養報告に料理名も書くので、指標12とあわせて郷土料理がどの程度彩の国のふるさと学校給食月間に行われているのかということ拾うことができる。毎年そんなにプラスで作業することなく、指標として使えるのではないか。

○福田委員

平成17年に食育基本法が示され、子供たちの豊かな人間性を育み、生きる力を身に付けるためには、何より食が知徳体の基礎となるものとなった。校長として日々子供たちの様子を見ている中で、朝食や共食などにより、家族と一緒に食事をすることの重要性を大変認識している。だからこそ義務教育の段階で食育が身に付けられるように学校でも指導しているが、より専門性が必要になってくると感じている。食に関する指導は、川越市内でも家庭科の授業とともに学級指導等でも進めているが、国の第4次食育推進基本計画の中の学校保育所等における食育の推進の中で、栄養教諭の一層の配置促進というのがある。栄養教諭が配置されてはいるが、実際に学校に常駐し、毎日学校で給食の時の子供たちの様子を把握しながら、その場で指導をしたり色々な情報を与えたりすることは、配置の人数等もあるため難しいというのが現状。したがってそういったことは、教員が給食指導という名のもとに日々行っている。しかし将来を担う子供たちが食育に関心を持ち、これらの指標を達成できるようにするためには、栄養教諭等の配置等により、今まで以上に専門的なところを拡充していくことが重要。予算に関することなのですぐにはいかないと思うが、栄養教諭を増やすことは、働き方改革にも繋がっていくと思う。そのような取組か

ら食育に興味を持つ子供たちが増え、さらに自分も栄養教諭や食に関わる仕事を目指す子供も増えていくのではないかと考える。

○平野委員長

栄養士として、栄養教諭の役割は大変大きいと考える。専門的な視点を教育に取り入れていただくということも非常に大事である。

県は食塩の摂取減少がなかなか進んでおらず、色々な原因があるということにはわかっているが、本人が健康教室等に出たり勉強したりしてその時はわかっても、家へ帰るとなかなか実践できないケースもある。したがって売っているものが減塩のものであったり、塩分の多いものはあまり売らないようにしてもらったり、或いは高くしてもらったり等、そのように極端な制約を社会として進めることも必要なのではないか。人に教育をして多くを改善することは難しい部分もあるということを理解いただきたい。

病院や施設は食塩の制限をしており、普通の一般食でも、食塩 7～8 グラム程度の薄味で提供している。したがって病院や施設では国、県からの指導等もあり食事摂取基準に基づいた塩分量での提供ということになっている。埼玉医大では塩分量を一般食 8 グラム、減塩食の人は 6 グラムで提供している。病院で嗜好調査を行い味つけについてアンケートをとると、8 グラムの常食の患者よりも 6 グラムの患者の方がちょうどいいと回答する。なぜなら減塩食の患者は栄養指導を受けているためである。また、減塩食に慣れることでこの味で十分だという認識で入院しているのだと考える。一般食の方は個別の栄養指導はされていないので、家よりも味が薄いから薄いと答えるのではないか。つまり病院や施設で塩分が控えめで慣れていても、家に帰って継続するのは、なかなか難しいというのが現状である。したがって、そういったことも含め減塩対策としては食育（栄養教育等）のみならず、社会の仕組みなど合わせて、色々なことを考えていかななくてはいけないと考える。

現在、国の計画にはあるが県の指標にはないピクトグラム等、色々なことを含め皆さんからご意見いただいているので、次年度の参考にしていただきたい。

(2) その他

- 伊藤副委員長から参考資料 1 「ひみこのはがいーぜ」について説明

以上