第１６回　千葉県食育推進県民協議会　会議要旨

１　日　時　　平成３０年７月２７日（金）　午後２時～４時

２　場　所　　千葉中央ツインビル２号館 １４階 第２ホール

３　出席者　　構成員１７名

４　結果概要

（１）開会

（２）あいさつ

農林水産部長

（３）議題

① 第３次千葉県食育推進計画について

資料（第３次千葉県食育推進計画 概要版等）により安全農業推進課から説明

※ 構成員からの質問等は特になし

② 本年度の食育の取組について

資料１により農林水産部 安全農業推進課から説明

資料２により健康福祉部 健康づくり支援課から説明

資料３により教育庁教育振興部 学校安全保健課から説明

資料４により千葉市保健福祉局健康部 健康支援課から説明

（明石座長）

ありがとうございました。以上、議題について各々説明がございました。

これからは、各構成員からの御質問、御意見がありましたら、お願いいたします。

（明石座長）

千葉県での地産地消は、進んでいるのか、横ばいか、それとも減っているのか。

（今田氏）

データが手元にないので詳細は申し上げられない。

各ＪＡにおいては、食育ではなく食農教育として取り組んでいるが、都市部と農村部では、多少の温度差がある。

農村部は児童数が少ないところが多く、先生方とも連携した取組がある一方、都市部になると学校数も児童数も多いということもあり、ＪＡによっては取組に前向きではないところもあるのが実情である。

（明石座長）

漁業組合の地産地消について、最近子供達がスーパーで魚の切り身しか買わず、切っていない魚やイカ、タコ等はあまり買っていないようだが、漁協組合として生きた魚を子供に提供するための工夫があるか。

（鶴岡氏）

魚は、健康にいい、食べてみたいという話はあっても、魚を本当に食べてるかというと、実際には特に子育て世代において肉類が圧倒的に多い。

漁業組合では、少しでも魚を身近に思ってもらえるよう、特に女性部で、中学校、小学校、あるいは一般の消費者の方々に料理教室をしたり、ちばの魚をＰＲしたりしているが、なかなか定着まではいかないという厳しい状況である。

今後も、特に子供達に、魚を普及していくような活動に取り組んでまいりたい。

（明石座長）

地産地消を進めるにあたり、今の流通を考えると、例えば千葉県の物を買うと高くなって、築地から運んだほうが安いなどの問題があるようだが、本気で地産地消を進めるにはどのようにしたらいいのか。

（鯨岡氏）

今は、いつの時期でもスーパーに行けば買いたいものはすぐに手に入る、食べたいものはすぐ口にできるという時代であり、それは悪いことではない。

しかし、野菜や果物、水産物など、食品には旬というものがあり、違いがある。それが例えば栄養学的に違うのか、食べて味が違うのか、というようなことを啓蒙していきたい。

その中で、いつでも手に入る食品が多いが、可能であれば旬の時期に買ったほうがおいしく食べられるということや、例えば旬の時期に買って、味が良ければ、味付け等を工夫しなくてもおいしく食べられる、ということなども伝えていきたい。

（明石座長）

学校給食について、千葉県産の食材とそれ他の食材の比率はどうなっているか。

（岩島氏）

詳しい数字は資料がないので申し上げられないが、学校給食に携わる栄養士は地産地消を推進している。

私は、現在船橋市の中学校に務めているが、船橋市では、まずは船橋産が手に入れば船橋産、次に千葉県産、次に国産、国産もなければ外国産ということで順序を決めて取り入れている。千葉県は様々な食材があるため、今、私の学校では千葉県産の食材が入る割合は非常に高くなっている。

（明石座長）

横芝光町では、食をとおした町おこしはどのくらい進んでいるのか。

（佐藤氏）

横芝光町は、九十九里海岸の中央にある、農業を中心とした町である。私は１２年前に横芝光町の合併と一緒に町長になり、学校給食の米飯を町内産のコシヒカリに限定することに、まず初めに取り組んだ。今は週４回が米飯である。

議会等で、学校給食の食材に横芝光町産の農作物をどのくらい使っているのか、とい

う質問がでることがある。米と肉については横芝光町産が９９％程度であるが、他の食材については、旬なども考慮する必要があり、全てを横芝光町産にしようとすると献立が難しくなるなど、給食センターの栄養士さんが大分苦労している。

日々努力を重ねているが、なかなかこれからもう一歩が大変だというお答えをさせてもらっている。

（明石座長）

横芝光町では週４回米飯ということであるが、千葉県全体では平均はどのくらいか。

（教育庁学校安全保健課、岩島氏）

週３．５回です。

（明石座長）

かなり米飯給食は進んでいると理解してよろしいか。

（岩島氏）

進んでいる。市町村によっては週５回米飯給食というところもあるが、考え方としてご飯も大事だが、パンや麺も取り入れたいということもあり、なかなか週３．５回から増やすというのが難しい部分もある。

（明石座長）

米飯給食のお米は千葉県産が多いのか。横芝光町は千葉県産が９割くらいとのことであったが。

（岩島氏）

他の市町村も、千葉県産のふさこがねを使っているところが多い。

（明石座長）

千葉県保育協議会は、食育をどのように推進しているのか。

保育所と幼稚園の違いもあると思うが。

（田中氏）

保育所の特色の一つとして給食の提供がある。また、栄養士をなるべく各園に配置するようにしている。

子供たちの日常の食べる様子をきちんと観察し、今の子供たちにふさわしい食は何か、というのを考えながら提供していくことが一番大事と考える。

また、クッキングをしたり、栽培をしたりという食育活動をしているが、それを通して、食べることが好きで、食べることに興味関心を持つ、そういう子供達を育てていきたい。

大きくなったときに、大人から何かを教えられて、言われて何かをするのではなく、子供達が自ら主体的に、意欲的に食に関わることができるように、子供達の意欲を延ばすという点を重視している。

（明石座長）

家庭の食育と学校の食育はどのように連携し、活動しているのか。

（加藤氏）

学校の給食は栄養バランスがとても考えられており、家庭ではとても真似できない。

保護者は、食育に関してとても興味を持っており、家庭教育学級を開くと、給食試食会は参加率が高い。

１１月に千産千消デーにおいて、例えば給食試食会を１１月にすると、宣伝になり興味を持ってもらえると思う。学校で食育の時間をとるのは難しいため、家庭教育力が重要になる。家庭教育力をつけたいと思っても、食育を考える機会に接することがないと、気がつかずに過ごしてしまうため、機会を増やしていけるようにしたいと考えている。

個人的なことだが、周りではフェイスブックを利用している親子が多い。

例えば「教えてちばの恵み」では、お店の紹介なども入っていて皆さん興味をもって見ている。先日、秋に千葉ピーナッツの新種の名前が決まった、「Ｑナッツ」など、知識を得ると保護者の間でも話題になり、興味を持ってくれる部分もある。

（明石座長）

イオンさんには千葉県の食育で貢献していただいているが、何か問題は感じているか、また、改善点はあるか。

（金丸氏）

私たちは小売業として、お客様との接点、場を提供するというのが大きな強みであるため、ぜひ様々な企画を私どもに声をかけていただきたい。

以前、食品ロス削減という取組をしたときに、子供たちにアイデア募集をしたが、好き嫌いをなくそうとか、残さず食べようとか、みんなで大きなお皿で食べようとか、すごくかわいいアイデアがあり、これが大きな食育につながっていくのだと感じた。

家族でそういうことを話すきっかけができたというお言葉もあり、私たちにとっても大変いい経験になったので、そのようなことを是非また皆さんとできる機会があればと思っている。

（明石座長）

キッコーマンさんも、千葉県と連携していただいているが、民と官が食育を進める場合、利点や注意点などがあるか。

（岡村氏）

質問の意図とは外れてしまうが、昨日東京都の教員の方の民間企業研修というのがあり、意見交換をした。子供たちが、はしの持ち方も間違っている、食器の持ち方もわからない、ということについて学校が全部教えるのが普通だと、今の親御さんが思っているということがあるようだ。

食育の第３次の計画にも関わるが、子供たちの朝食の欠食率が前に比べて増えているというのが一番の問題だと考える。

学校の先生方や栄養士は本当にしっかりやっている、子供達も理解はしている。

子供たちの朝食はやはり保護者がやってあげないといけない。家庭まで入り込んで指導していかないと朝食の欠食率は絶対に下がらないと思う。

（明石座長）

千葉県の食材について、栄養的とか食品的、衛生的に全国に一番自慢できるか、普通なのか。千葉県の海の幸、山の幸のいいところは。

（小俣氏）

非常に難しいと思う。

食の安全・安心については、北海道から沖縄まで、同じ立場で取り組んでいるというのが日本の状況である。

２０年前は関東でさんまのお刺身は食べられなかったが、今は当たり前に食べられる。

なぜ可能になったかというと、フードチェーンという、産地から消費、販売されているところ、それから食べるところ、それに付随して調味料もあるが、全体がうまく回っているからそういうことができる。全てがチェーン、鎖のようにうまく連結しているから可能になっていると理解している。

（明石座長）

藤村先生、歯科医師会で「一口で３０回噛む」というのを推進しているようであるが、状況はどうか。

（藤村氏）

私は２０年以上、小学校歯科指導の授業後「給食」を食育の場としている。「なぜ３０回以上噛むのか？」子供たちと一緒に「一口３０回噛む」ことを実践して、考えてもらうことを大切にしている。

第３次食育計画で、「ゆっくりよく噛んで食べる県民の割合」について、５５％を目標としているが、どのような調査方法なのか興味がある。「ゆっくり食べることが」が目標ならば、小学校の給食の時間をもう少し長くしてほしいと考えている。また、日本の次世代を担う子供たちの成長に重要な役割を果たすのが学校給食であり、学校栄養士の先生、学校給食者に感謝している。

食育は大きく分けて二つあると考えられる。一つは「食べる前の食育」で範囲は広く、五感で楽しむことも大切である。もう一つは「体に入ってからの食育」で、よく噛んで

消化吸収を良くすることである。

窒息事故のパンフレットを御覧いただきたい。わが国では、交通事故の死亡率より窒息の死亡率のほうが高い。窒息事故は高齢者に多いため「刻み食」になりやすい。しかし、「刻み食」は咀嚼の補助にはなるが、口の中でバラバラになり食塊がうまく作れず飲み込めないか、誤嚥してしまう。刻み食に「とろみ」を加えることがよいと思われる。「ゆっくりよく噛んで食べる」ということは口内消化である。ドロドロした食塊を作ることで飲み込みやすくなる。つまり、消化の最初の段階である。３０回以上噛まないと唾液と食物が混ざらない、というのが「一口で３０回噛む」ことを推進しているひとつの理由である。

（明石座長）

食生活改善協議会は、日本で地域や家庭の食育のトップを走ってきたが、現在抱えている問題はなにか。

（髙橋氏）

私たちの食育活動は第３次の食育推進計画にあわせて同じような歩みをしている。

去年までは高校生の食育活動について、高校に入れないという悩みがあったが、県の協力を得て、高校等へ「食生活改善推進員の活用について」というお知らせを２年続けてしていただいた。去年活動できなかったところもお願いに行って、顔を覚えてもらい、今年は食育活動できるところが大分増えてきた。

今年で３年目になるが、引き続き関係の皆様に御協力いただいて、続けていきたい。

また、３９歳くらいまでの働き世代にも食育活動をしたいが、普段働いている世代なので、私たちが食育活動する場がなかなか見つからない。土日に開催すればいいのかもしれないが、食生活改善推進員は行政と一緒に動いているところがあり、平日の活動が多いので働き世代の人をつかむことが問題になってきている。

一つ解決すれば次の解決に向かわなければならないということで、いつもいつも抱えているようなところがあるが、少しずつ、着実に進んでいる。

力を入れているところは、生活習慣病予防のための減塩活動と、もっと野菜を食べましょうということである。地域で活動する食生活改善推進員は減塩をテーマに、推進員

自らが学んで、地域におとしていくという活動を地道にしている。

（明石座長）

第３次計画において、食育を進める人材確保が大事ということがあるが、食育ボランティアにはどのような問題があるか。

（鈴木氏）

私たちの食育は、子供達と同じ価値観で、先生方と一緒に指導していきたいと考えている。６月の食育月間では市内の保育所９か所をまわった。野菜を持って行き、子供たちに、五感で感じてもらう。野菜の色、におい、花の色、かたち。根っこまで全部持って行って、子供たちにこれなんだ？と見せて、野菜クイズをする。子供たちの返事がきたら、じゃあそれをどうやって食べるの？と聞く。野菜の名前を、いち、に一、さん、はいっていうと、一斉に大きな声で答えてくれる。

今が旬の時期なので、トウモロコシを持ってきたお母さんに、トウモロコシのヒゲがなんのためにあるのか、子供たちに教えてっていうと、お母さんたちはわからない。

ヒゲと実の関係もあるし、このヒゲが黒くなってきたら、食べ頃だと見分けがつくんだよ、と教えてほしかったのだが。

また、枝豆を持ってきた人に、枝豆がおじいちゃんになったら何になるんだろ、と子供達にわかるように教えてもらいたかったが、わからない人もいて、ここも勉強会なんだ、と感じた。

小学校では、旭ではどれだけの地域が農地で、どれだけの地域が工業地帯で、畑、田んぼ、海、魚などはどうか、という勉強も農水産課と一緒に行っている。

中学生には、生のさんまを三枚におろすのをやってもらう。子供達は青白くなって、やだと言いながらも、さんまのかば焼きをつくると、おいしいと言いながら食べる。

お店に売っている魚は三枚におろしてきれいになっているから、魚がそういう状態になっているのは子供たちは知らない。お家に帰ってお母さんにも教えてあげてね、という話もする。

子供たちにとってとてもいい体験になると思うが、ボランティアはもっと若い人たちに入ってもらって一緒に活動していきたいと思っている。

（明石座長）

学校給食があるから子供の栄養バランスがよろしいということだが、そうすると７月と８月の４０日間、学校給食はないため、家庭の食育がそのまま子供に反映される。そのようなことも踏まえて、校長会は夏休みの食育について、どのように学級担任と保護者に提案しているのか。

（金本氏）

休み中の食育は、家庭にまかせているので、なかなか指導ができない部分である。

基本的に規則正しい生活をすることを休み前に指導しているので、朝食を含め３食しっかりとること、なども伝えているが、家庭によってはお仕事があり、お昼はどうしても作り置きだとか、一緒に食べられない部分が多いので、難しい部分もある。

しかし、夏休みだからといって、だれた生活ではなく規則正しい生活をしましょう、という指導の中に、食育も入っている。

休み以外のとき、子供たちは給食を楽しみにしていて、最近給食本当においしいなぁという声もある。給食センターの方々の努力によるものと感じている。

各学校で、給食を食べよう会、なども企画し、多くの保護者が参加し、興味を持ってくれている。

ところで、千産千消デーというのは１１月の１回しかないのか。

（教育庁学校安全保健課）

１１月の中で学校に１日を指定してもらい、その１日の分について御報告いただいている。

（金本氏）

そのようなメニューは子供たちに人気がある。よくテレビで、北海道で毛ガニがでたり、松阪では松阪牛がでたりしているが、千葉でもすごく高級でおいしいものが給食に出ると、宣伝にもなり、興味を持ってもらえると思う。

例えば伊勢エビをだしていただいて、報道してもらえば、皆さんが給食に注目するきっかけになるかもしれない。生ものは給食で出せないため、調整が必要となるが。

先ほど歯科医師会の藤村先生のお話しにあった、一口で３３回咀嚼するということについて、学校に持ち帰りたいと思っているが、実際、教育課程の中で給食時間は、準備と片付けを含めて３０分から３５分くらいしかとれていないのが実情なので、給食の時間を増やしたいが、他のやるべきこともあり、非常に難しい。

よく噛んで食べなさい、と子供たちに指導はしているが、咀嚼がなぜ必要か、という意味も含めて子供たちに説明すると、納得して実践してくれるかなと感じた。

（明石座長）

保健医療大学の渡邊先生は、長年千葉県の食育を推進されているが、第３次計画で、もっとここに重点をおいたほうがいいなど、御意見をお願いしたい。

（渡邊氏）

子供から高齢者まで各世代に応じた食育の推進の説明のところで、家庭への働きかけをするという話があったが、就学前に各家庭に働きかけていただくことはとてもいいことであると感じた。

実際小学生は、特に低学年は自分で整えるということができず、家庭の御家族の方がなんとか用意しなければという気持ちになっていただくということがとても大事になる。自分たちは大人で体ができているが、子供の場合は日々成長してもらわないといけないので、そこの働きかけが重要である。

ゆっくりよく噛んで、ということについて、少しでもいいから給食の時間を増やしていただければとてもありがたいなと思う。

それと学校給食について、各市町村で食器の充実をお願いしたい。例えばうちの卒業生が務めた学校は、お椀が一つとお皿が一つしかなく、唐揚げや焼き魚などの主菜が御飯の上にのるので、それに慣れて子供が家でもしてしまうということがある。

ワンプレートを食器としている学校も、お茶碗を持つという練習を学校でできないので、そばにいかないと食べられず、御飯も犬食いのようになってしまう。

また、高校で食に関する指導の全体計画を作ろうという取組はすばらしいと思う。なかなか小中学校までは文科省からも一生懸命働きかけがあって、達成率が高いが、高校が一番大切である。

グーパー食生活の表４を御覧ください。

表４のエネルギーの蓄積量というのは１７歳で終わっている。高校を卒業した時点で、この足し算がなくなるので、高校のときにこういったことを学んでいくと、メタボになる可能性が減る。

千葉県でリーフレットを配っている意味の一つは、自分のエネルギー量が自分で計算できるということである。栄養表示をみても、自分との関係がわからなければ、食べ物を選べない。しかし、ここで計算をあらかじめしておけば、これは必要な自分のエネルギー量の３分の１だとか、半分だとか、選択ができる。せっかく県が配っているリーフレットなので、これを活用して、栄養表示にいかしてもらいたいなと思っている。

もう一点、計画の調査の９番と１０番で、主食主菜副菜をそろえた食事、というのがあるが、「主食」はほとんどの人が理解できているのに対し、「主菜」と「副菜」の理解がなかなかできていないというのが現状である。

主菜副菜の理解がないので、ここで「はい」といっても「はい」でない可能性もある。千葉県ではグーパー食生活の観音開きの表紙に、「主菜」は肉、さかな、たまご、大豆製品であるとか、「副菜」は野菜、きのこ、海藻、こんにゃくであると書いてあるので、是非これも活用して説明していただけるとうれしい。

私の大学では、「ほい大ごはんカフェ」といって、大学生のための食事を学生が提供するという取組を月１回程度やっているが、学科連携ををすることになり、今年度から歯科衛生士の先生にも、いつもは食事に関するリーフレット配布のみであったところを、歯に関するリーフレットをお願いして、口臭に関してのものなどを順次配布する予定である。

歯のことも大事であり、体全体大事なので、いろいろな職種と連携して食育が進んでいくといいかなと思っている。

最後に、地産地消についてお話ししたい。安くて便利でないと、なかなか野菜を食べろと言われても難しいということもあり、簡易的にはトマトの缶詰やコーンの缶詰など、とても安く売っている。しかし、千葉県で食の豊かなところに生まれているというのをいつも気にかけるべきであるし、そういうものを食べたときにやはり香りもいいし味もいいし、おいしいね、と伝えなければならないと思う。販売するときに、これはどこのナスで、これはここがおいしい、など一言ポップをつけてもらうと、その言葉だけでも

買いたいという気持ちが高まる。そのようなことを買うほうに働きかけていただけると、お店の人に聞きづらくても、書いてあれば選ぶことができるので、そこをお願いしたい。

（明石座長）

学校安全保健課に伺いたい。先ほど渡邊先生が学校給食の食器についてお話しされていたが、県はデータを持っているか。

（教育庁学校安全保健課）

食器については、全体は把握していない。

栄養士さんが集まる機会があるので、これから状況等を調査したい。

（佐藤氏）

給食の食器について、素材がいけない等という理由で、急に食器を変えてください、と給食センターや教育課に言われることがある。安いものではないため、それを手当てするのは、首長としては勇気のいる作業であったが、２回ほど記憶にある。

（岩島氏）

私は学校の栄養士になる前に、船橋市の教育委員会に在籍しておりましたが、船橋市は、食器は５種類ある。

食育を進めていくには、おはし、お茶碗と汁もの、おかず、主菜副菜、デザートがのせられるもの、が必要であるが、小学校１年生からは教室で配膳をしなければならないので、５つも食器を使うとなると先生方も驚いてしまうため、小学校は４枚ぐらいまで、中学校も４種類から５種類くらいかと思う。

短い給食時間の中でやっていくには、あまり食器が多くなると困るという部分もある。

小学校長会の金本先生、給食の時間は、小学校だと４５分くらいあるのでは。中学校は比較的３０分から３５分くらいで、短いと言われているが、小学校は意外と１単位、授業時間と同じくらい確保されているのではと思うのですが。

（金本氏）

正味４０分くらいかもしれない。

私の学校では、１２時１５分から１２時５５分までの４０分ということで、出し入れ含めてということで、低学年は当然準備片付けに時間がかかる。中学校のほうが、時間が短いのは確かである。

（明石座長）

副座長、何か御意見は。

（小松氏）

計画の目標数値のところで、３番の農林漁業体験に参加したことがある県民の割合が４９％ということで、目標数値が上がったというのは、うれしい数字である。

夏休みに入り、千葉自然学校では、６泊７日の子供キャンプをやる。

その中で、食物アレルギーを持っている子供がキャンプに参加したいという話が最近よくある。キャンプのなかでグループで食事を作るという体験はできるが、作ったものが食べられないとなると、目的とかけ離れてしまうかと思い、最近はお母さんとお話しさせていただいて、どの食べ物がだめで、なんの食べ物に変えることができるのかという話をして、食物アレルギーが原因で子供の体験の機会を奪わないように、受け入れることにした。できるだけ子供を自然の中に連れて行ってあげたいと考えている。

特に学校の給食もアレルギー対応で大変苦労していると思う。

なかには、アレルギーが入っている食事のときは、その子は保健室で保健の先生と一緒に食事をとるということもある。食事をとるときに、みんなと一緒に食べるという楽しみも欠かせないと思う。そのような子が増えてきているのを、長い目を持って、少しずつでも受け入れていきたいと思っている。

あと、イオンワンパーセントクラブという財団が、昨年から中学生作文コンクールというのを始めた。このテーマが、大切な人とごちそうさま、心に残る食事や料理への感謝の気持ち、である。

昨年から私は作文の審査員をさせていただいているが、昨年は千葉会場で、千葉の食育ということで子供達をツアーに連れていき、南房総市千倉の包丁式を見たり、古民家

で郷土料理を食べたりした。今年は１１月に名古屋が会場で表彰式を行うということで、９月１２日までが締め切りになっているので、中学生に書いていただければ、もしかして名古屋に旅行に行けるということで、中学生に広めていただければうれしいなと思っている。興味を持っている子はたくさんいる。

最近多いのは、心に残る味は、おばあちゃんの味ということが多い。お母さんもお仕事されてなかなか夕食が作れないのかな、と作文を見て感じた。

(明石座長)

私は、渡邊先生からお話しがあった、グーパー食生活の見開きのリーフレットについて、ぜひ高校生の生徒手帳にいれていただけるといいと思う。この資料は大きくて高校生は持ち歩きできないでしょうから、生徒手帳に入るくらいの大きさのものがあればいいなと考える。

また、小学生５、６年生の自分の弁当コンクールについて、ベスト３をイオンとタイアップして食品開発して、提供するというのはいかがか。

２千名も応募があったのだから、ベスト３は率先して企業とタイアップして、開発しますよ、くらいのことをやってくれると子供はもっとがんばれると思う。
いろいろな知恵を出していただきたい。

それでは用意した時間がまいりましたので、議題を終わります。

その他について、事務局なにかありますか。

(安全農業推進課)

特にございません。

(明石座長)

では、以上を持ちまして、議事を終了いたします。どうもありがとうございました。