

平成30年度京都市民健康づくり推進会議食育推進部会 摘録

- 1 日時 平成31年2月26日（火）午後1時30分～3時
- 2 場所 職員会館かもがわ 3階 大多目的室
- 3 次第
 - (1) 平成30年度の食育推進事業報告及び平成31年度事業予定について
 - ア 京都市の食育推進事業について
 - イ 各団体の食育の取組について
 - (2) 市民の健康づくりに関する目標の設定，リーフレットの作成等について
- 4 構成団体及び出席者 資料1，2のとおり
- 5 主な内容

事務局	～開会～
事務局	～挨拶～
事務局	<p>本部会については，京都市市民参加推進条例第7条第1項の規定に基づき，公開とさせていただいているので，御了解いただくよう，お願い申し上げます。</p> <p>当会議は，京都市民健康づくり推進会議の部会として，食育を市民運動として展開していくため，食育に係る関係団体の連携を図ることを目的に，御意見や御助言をいただく場として，平成19年6月に学識経験者や関係団体，市民公募委員を構成員として設置し，開催してきたものである。</p> <p>本日の出席者については，お手元の【資料1】構成団体名簿及び【資料2】出席者名簿をもって，御紹介に代えさせていただきます。</p>
事務局	これから先の進行については，中山会長にお願いします。
座長 健康長寿企画課	<p>○京都市の食育の取組みについて30年度報告及び31年度予定をお願いします。</p> <p>○健康長寿企画課の食育推進の取組について資料3</p> <p>京都市の食育推進プランに基づく施策のうち健康長寿企画課の取組みについて，ご報告する。</p> <p>基本施策1京都市民版健康づくり応援ガイドブックというリーフレットを作成し，京都市の食育や栄養改善の事業において配布し，食育の普及啓発を行っている。</p> <p>基本施策2ライフステージに応じた食育を推進している。大学との連携における食育の取組みについては，今年度新しい取組を行ったので，後ほど紹介する。また，京都市内12箇所ある京都市地域介護予防推進センターにおいて65歳以上の方を対象にフレイル対策を実施している。実績は資料のとおり。栄養に関する取組については「栄養」単独の実施と「その他(栄養や運動を複合的に取り組んだプログラム)」として実施されている。</p> <p>基本施策6事業者との連携による食育の推進については，若い世代や壮年期における健康課題に対する取組を行っている。食品表示に係る指導は，平成27年4月に食品表示法により加工食品への栄養成分表示が義務付けられ，相談が増えている。京都市としては，食品関連業者に対する講習会を開催したところである。食の健康づくり応援店事業は，京都府と協調して実施する事業である。試行的に</p>

座長
体育健康教育室

中京区と下京区と東山区のベーカリーに対し、アレルギー表示をしていただけるよう、登録勸奨を強化した。

基本施策7食育指導員活動推進事業は31年度に10周年を迎える。現在登録者数258名、9期生の募集は44名、認定予定は34名、3月に認定予定。新しく食育指導員を養成するだけでなく、既存の食育指導員の活動を広げるため、スキルアップのための研修会や、食育のメニューを新たに作成した。2019年度は養成講座を開講しない。1年目は養成講座、2年目は食育活動ができるよう、2年をかけて養成していくイメージで丁寧に活動の支援を行っていく。来年度は10周年記念事業を検討しているので、皆様の御協力を賜りたい。

健康長寿・笑顔のまち・京都推進プランの栄養・食生活の分野における取組として、健康づくりに取組める環境の整備として、平成30年3月から、糖尿病重症化予防戦略会議の設置し、平成30年度は2回会議を開催する。

基本施策2大学との連携した食育事業について、担当から説明する。事業報告を別添につけている。国民健康・栄養調査等では、野菜の摂取量が少なく、特に20歳代、30歳代の摂取量が少ない。若い世代にターゲットをおいた食育を進めるため、「そうだ、野菜とろうキャンペーン」として、市内大学の食堂における食育事業を展開した。大学・短期大学39校中22校において実施された。大学と食堂運営事業者とで話し合いをもっていただき、10月に各校で食育の取組を行っていただいた。京都市からは、共通のポスターやポップを提供させていただいた。キャンペーン期間中に限定の野菜メニューを提供される場所もあった。キャンペーンと同時に、大学からの希望があった場合は、保健福祉センターの管理栄養士が出向き、学生等と共に食育クイズや栄養相談など食育の啓発を行った。2019年度は6月に実施予定である。

○京都市の関係課の取組みについて報告をお願いします。 **資料4**

○京都市の小学校給食は、手作りをモットーにしており、揚げ物やルーも手作りである。ご飯を中心とした一汁二菜を基本としており、日本料理アカデミーの御指導のもと、だしも昆布を60度で40分煮出して、だしをとっている。スチームコンベクションは、5か年計画で毎年30校ずつ導入しており、焼き魚やういろうといった和菓子、豆乳グラタンなど、新しい献立の幅が広がっている。

食物アレルギー対策について、小学校給食で初めて食べたことによって、食物アレルギーが発症する方が40%いるとの報告がある。そのため、入学説明会にて、1年間で使用する食材を示し、食べた事がない食材については、小学校に入学するまでに、一度御家庭で体験させてあげていただきたいことを説明している。

中学校給食では来年度から、スマホから給食申し込みができるよう検討を始める。

小学校の学校給食の摂取基準は2015年の食事摂取基準に合わせているが、2019年4月から新しい基準が使用される。新しい基準のもとになったのは平成27年度に厚労省の科学研究費の補助金により研究された「食生活改善に資するエビデンス構築に関する研究」である。全国で910名の児童を調査された結果、朝と夕食の家庭の食事だけで1日分の塩分を摂取してしまっている結果がでた。それによって、新しい学校給食の基準では、塩分は2gという数値になった。しかし、1日のトータルとしては依然として目標量を超えており、給食だけではなく、家庭での減塩、子ども達への減塩の啓発が必要になっている。脂質量は多

中央卸売市場第一市場	<p>いが、カルシウムやビタミンは不足しているとの調査結果も出ており、アンバランスな食生活をしている実態がわかった。2019年4月から、文科省の基準を暫定的に使用するが、果たして京都市の子ども達にその基準が合うのかどうか、基準となった先ほどの研究では、京都市の結果が入っていなかったため、来年度は京都市の小中学校生を対象にしたBDHQによる食事摂取調査を行うとともに、食生活の調査を行う予定であり、京都市の実態に見合った取り組みを行っていきたいと考えている。</p>
座長	<p>○平成25年にオープンした食の文化ミュージアムあじわい館を活用し、京都料理芽生会などにも御協力頂き100回程度調理実習を行っている。健康長寿をテーマにした講演会も行った。小学校出前板さん教室など様々な食育のイベントを行い、京都府産の農水産物や京料理、京都のおばんざい、伝統的な食文化をPRしている。今年度から京都新聞に2週間に1回、「きょうの市場から」というタイトルで旬の水産物や青果物、さらには野菜や市場の役割などを発信している。4月からは毎週金曜日に情報発信をしていく予定である。</p> <p>○以上、京都市の食育関係課の取組報告であった。</p>
京都市保育園連盟	<p>引き続き、関係団体からの取組報告をいただきたい。資料5を参照</p> <p>○保育園連盟のホームページで給食レシピを情報発信している。職員向けの研修も行っており、スチームコンベクションの使い方、災害等の研修会を行っている。</p>
京都市老人福祉施設協議会	<p>○介護の日にみやこめっせでイベントを行った。高齢者の施設や病院の食事が出来合いのもので美味しくないと考えられており、そうではない事をアピールするためお弁当を提供し、好評いただいた。今年は9月に災害が起き、食のあり方、非常食のあり方を見直すこととなった。また、高齢者のアレルギーの対応が多くなってきており、重要となっている。</p>
座長	<p>○多くの報告に感謝する。さらに食育の取組の輪が広がっていくように、よろしく願います。</p> <p>続いて、次の議事【報告・議事】2に移る。事務局から「市民の健康づくりに関する目標の設定、リーフレットの作成等について」の説明をお願いします。</p>
事務局	<p>○昨年策定した「健康長寿・笑顔のまち・京都推進プラン」について、6項目の目標を掲げ、具体的な数値目標を設定し、経年でアンケート調査（来年度8月に予定）し、市民の実施状況を確認していく。</p> <p>健康づくりの取組について、こういう取組をすると、こんな効果があるというのを漫画で分かりやすく解説したリーフレットを作成し、保健福祉センターの事業等において説明、配布していく予定である。市民の方へ少しでも興味を持っていただき、健康づくりの機運を高めて頂きたいと考えている。</p> <p>今後の予定としては、各部会で説明し、来月下旬には、京都市民健康づくり推進会議にて御意見をいただき、来年度6月の京都市民会議にて最終的に内容を固めていきたい。</p>
座長 日本料理アカデミー	<p>○只今の説明について、御質問や栄養・食生活の目標設定について御意見があれば挙手をお願いします。</p> <p>○PTA活動や社会活動に「かかわる」ということを例にあげているが、全国的に、来年度から、PTA活動は保護者の選択制となる。しかし、京都は昔から地</p>

	<p>域が子どもを育てるという考えが根付いており、PTA活動や社会活動に参加していくべきだという考えのもと活動しており、地域で強固なつながりができているという背景がある。地域の活動は「無駄」、「めんどくさい」と思われる方がいらっしゃるかもしれないが、どうして京都市がそのような活動を推奨されるのか、と反発があるかもしれないので、そのような背景を書かれるとよいのではと思う。</p> <p>また、「一緒に食べる」という点では、若者の孤食が進んでおり、社会性が欠けてきていることが指摘されている。そのようなことも盛り込んでいただけると良いのでは。</p> <p>健康づくりのためのリーフレットではあるが、近年、和食が世界遺産になり、食が文化として認定されたところでもあるので、文化や社会的なことも含めて作成いただければと思う。</p>
事務局	<p>○いただいた御意見や文言を、反映するよう、検討していきたい。ただ食べるだけではだめで、一緒に食べるというところをPRできるようにしたい。</p>
京都市PTA連絡協議会	<p>○学校給食に多くの方が関わっていただき、支えていただき、ありがたく思っている。先ほどお話にあったPTAのあり方については、個人情報への取扱いの関係から、親の意思を確認したうえで、活動していただくこととなる。学校からPTAに個人情報をお渡しすることができなくなる。任意団体であるので、参加自由であるが、地域の子どもは地域が育てるというのが京都の特性であり、引き継いでいかなければならないことだと思うので、そのように取り組んでいきたい。</p>
京都市老人福祉施設協議会	<p>○「一緒に食べる」意味は、いろいろな意味がある。運動は「メンタルヘルスや生活の質の向上につながる」との記載があるが、最近はメンタルが弱い方が増えてきているといわれている。子ども達が社会に出たときに、社会に適応する事が難しいことがあるといわれている。メンタルの強い人間を育てるという意味でも、一緒に食べることでメンタル面でのつながりもPRしていただきたい。</p>
京都府栄養士会	<p>○一生を通じて食は関連してくる。お腹にいる時期から、食育は始まっている。皆様のご理解がいただけるようなリーフレットを期待している。それを活用し、食育を広げていきたい。</p>
市民公募委員	<p>○地域の活動の中で、地域食堂に関わっている。年に3回、旬の食材で料理を提供させていただいている。PTAの親子と一人住まいの方を対象としており、一緒に食べるということは大切なことだと思っている。3月3日にはばら寿司を提供したり、食事後はひな祭りのタペストリー作りなどを行う予定である。これらの活動は「一緒に食べる」ことに貢献できているのかなと思う。これからも続けていきたい。</p>
食育指導員	<p>○一緒に食べたくても食べられない方もいる。面と向かって食べるだけではない色々な「一緒に食べる」があっても良いかと思うので、そういう方への気持ちも寄せていただければと思う。</p>
京都市地域女性連合会	<p>○1人暮らしがさみしいといわれるが、1人は1人なりに楽しく食事をしている人もいる。また、みんなで寄って食事ができる時は、会話を楽しんでいる。しかし、男性の場合は、調理が難しく、そうはいかないことも多いように聞く。</p>
日本料理アカデミー	<p>○高齢者に限らず、子ども達の中で、親が共働きや1人親の場合、一緒に食べるのが難しい場合がある。一緒に食べる機会がないというのは孤独であるというだけではなく、話しながら、先人である親や地域の人達から、子どもへ、地域独</p>

座長	<p>特の伝統や文化といったものが伝わっていくことが難しくなっているという側面がある。</p>
京都私立幼稚園協会 京都府助産師会	<p>○いろいろな状況にある方がいらっしゃることを理解しながら、表現を考えることが必要である。</p> <p>○保護者へ給食だよりで食育の情報提供を行っているが、情報が多すぎると混乱してしまう。ターゲットに届かないと意味がないので、まずはシンプルに訴えた方がよいのではないかと。</p> <p>○今は、一世代、二世代前の人たちが自然としていたことが、学習しないとできないようになってきている。わかりやすいメッセージで端的に伝えることが大切になっている。</p>
学校指導課	<p>○リーフレットのターゲットとどのような場所での配布を考えているか、参考までに教えてほしい。</p>
事務局	<p>○幅広い年齢層の方を対象に、京都市の事業だけでなく、関係団体様にも、お使いいただきたい。当リーフレットを皮切りに健康づくりに関心を持っていただけるように活用いただきたいと考えている。</p>
日本料理アカデミー	<p>○食は、伝えたり、教えたりしないと、わからない方が増えている。京都市独自の取組なので、地域性を打ち出していった方がよいのではないかと。また、一つの物事に特化せず、複合的に物事を見ていただきたい。</p> <p>関心のない方に関心を向かせることが大切ではないかと、理論的、ぱっとみて「ああそうか」と思えることが大切ではないかと。</p>
体育健康教育室 座長	<p>○塩分について、給食で塩分が多い日を見ていると、炊き込みご飯や麺類を提供している日が多かった。一汁二菜の場合は、それほどでもなかった。週1回提供しているパンの塩分も気になる場所である。以前行った小学校の食生活調査で、朝ごはんにおみそ汁がある子の方が、お腹が痛くならない子が多かった。おみそ汁をとる事で、野菜摂取が可能となっていた。</p> <p>また、「一緒に食べる」とは、人と一緒に食べるのか、野菜と一緒に食べるのか、いろいろな意味を含める事ができるのかと思った。</p> <p>また、「学校で運動クラブに参加していますか」という表現であるが、文科系の子ども達もいるので、どう表現するか、また、「学校で健診を受けていますか」という文言も、学校で受けないといけないものであると記載する必要があるのか。また、「フッ化物洗口」も任意なので、表記を確認させていただきたい。</p>
事務局 座長	<p>○押し付けにならないように、表現を見直したい。</p> <p>○活発な御意見に感謝する。本日の議事は以上とさせていただく。円滑な進行への協力に感謝する。</p>
事務局	<p>○御報告、御意見いただき、感謝する。今後も「健康長寿のまち・京都食育推進プラン」に基づき、各食育関係課・団体から食育の取組を推進していくよう、お願いしたい。</p>
事務局	<p>～閉会の挨拶～</p>