

## 令和7年度 京都市民健康づくり推進会議「食育推進部会」摘録

### <開催日時>

令和7年12月15日（月）午後2時～午後3時30分

### <開催場所・形式>

Zoomによるオンライン開催

ハートンホテル京都 2階「嵯峨」

### <摘 録>

1 開会挨拶 京都市保健福祉局健康長寿のまち・京都推進室長

2 出席者紹介等 事務局

3 議 事 進行 食育推進部会長

(1) 「京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プラン」に基づく取組について

○機関・団体等 ◎部会長 ●事務局

●事務局	(資料に基づき説明)【資料3-1】、【資料3-2】
◎部会長	京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プラン（以下、本プラン）では小中学生の朝食喫食率100%を目標であるが、各学校等で取り組まれていることはあるか。
○体育健康教育室	各小学校の朝食喫食率を生活しらべから見たところ、高い学校では96%から100%となるが、低い学校では87%となっている。 朝食摂取率向上に向けた各校の取組としては、給食だよりを通して保護者に対して朝食の大切さやレシピ等を周知している。4年生の保健や6年生の家庭科等の授業において、朝食に関する取組を行っている。その他、全校朝会の際に、委員会から朝ごはんクイズや夏の熱中症予防のための水分摂取に絡めて朝食について伝えている。今年度の取組を各校で振り返り、次年度に向けて進めていきたい。
◎部会長	プランに基づく取組について、関係団体や京都市関係課からご発表をお願いしたい。
○JA 京都中央	(資料に基づき説明)【資料4】 今年度の活動について報告させていただく。まず、京おくらの取組として、6月のゼスト御池でイベントを実施し、食育指導員の方と野菜摂取啓発につながる

	<p>食育を実施した。また、京都光華女子大学短期大学部の学生が考案した京おぐらのレシピを用いて、8月に実施した感謝祭での特産物の啓発を行い、イベントではレシピの試食を実施した。その他、環境政策局と企業と連携した取組として、食品ロス削減をテーマに実施したエコクッキングイベントに食材提供を行った。2つ目の取組として、10月1日に府ブランド産地指定となった「京はたけ菜」について紹介する。冬の伝統野菜である「京はたけ菜」は農業産地現場の高齢化に伴い、生産規模の減少が続いている中で、新たなブランド産品として認定を受け、JA 京都中央管内の京都市伏見区、西京区、大山崎町の地域がブランド産地として指定された。はたけ菜は2月に伏見の地域で辛子和えを食べ、邪気を払うという風習があるが、今年から多くの方に味わってもらうため、11月から4月の期間で生産拡大を行っている。また、「京はたけ菜」の啓発リーフレットを作成し、表面に風習や保健福祉局の「そうだ、野菜とろうキャンペーン」について記載し、裏面には、様々なレシピを紹介し、調理法が分からない方にも関心をもってもらえるような取組を進めている。</p>
○農林振興室	<p>(資料に基づき説明) 【資料5】</p> <p>南部農業振興センターでは、農業者の支援を行っており、持続可能な農業の実現のため、若い世代への都市農業への理解醸成や農業就労者数増加を目的に、京都女子大学家政学部食物栄養学科の学生と連携した取組を令和6年度から実施している。</p> <p>具体的には、学生がなすやかぼちゃ等の夏野菜の栽培を体験し、6月には学生考案のメニューを学食で提供した他、6月28日に実施した山科区農業祭では地域のお弁当屋さんと連携し京野菜弁当の販売を行った。</p> <p>この活動を通して、学生が農業に対して関心や理解を示すきっかけとなっており、大学の後輩に引き継いでいきたいという声も聞かれるため、引き続き、取組を実施していきたい。</p>
○食育指導員	<p>食育指導員の活動は、保育園(所)や児童館等や保健福祉センターで行っており、伏見区独自の活動として酒粕アレンジレシピを作成し、酒粕の良さを伝える取組を実施している。また、小学校5年生の家庭科において、だしの先生や授業アシスタントとして活動をしている。今年度、初めての活動として、中学2年生を対象に家庭科の研究授業にて、和食の魅力と課題を伝える教材作成のお手伝いを行った。和食離れが課題となっている中、和食の文化の継承をテーマにインタビュー形式で講話した。中学校で行うことにより、小学校からの繋がりある学びとすることができ、この活動を通して食文化の継承の一助とまれたと感じた。</p>
○学校指導課	<p>日本料理アカデミー様のご協力のもと、学校での食育カリキュラムの充実を図るため、平成30年度からだしの先生の養成を行っており、家庭科等の授業で、</p>

<p>○日本料理アカデミー</p>	<p>昆布とかつおを使って児童にだしの取り方を教えることや、だしを使った料理の実演等の指導を行ってもらっている。全国的には煮干しでだしをとるとされているが、京都では日本料理の真髄である昆布とかつおでだしをとる授業を展開している。だしの先生は、今年度66名の方にご登録いただいている。</p> <p>今年から全ての小学校でだしの授業を実施できるよう、体育健康教育室や学校指導課、各校の家庭科担当教諭、日本料理アカデミー会員や食育指導員が協力するとともに、原材料のかつおと昆布を配布するという体制が整った。これまで様々な取組を聞かせていただいたが、イベント的なもので、興味をもっていただくことも大切であるが、やはり継続していくことが大変であるので、継続を大切にしてもらいたい。</p>
<p>○市民公募委員</p>	<p>食に関する活動として、学生と一緒にこども食堂を運営しているが、学生が料理をするという機会が少なく、野菜に関しても知らないことが多いと感じるので、一緒に勉強していく機会を設けたい。また、若い世代や地域の方に広く食育を伝えていく手段としてポスター等の紙媒体よりもスマートフォンを通した広報など工夫していくことが大切である。</p>
<p>○京都市保育園連盟</p>	<p>保育園連盟ホームページにてアレルギー対応を含めたレシピの紹介を行っている。</p>
<p>○京都市私立幼稚園協会</p>	<p>私立幼稚園協会としての食育の取組は園独自で行うことが主となっている。給食の実施方法は自園調理や委託、お弁当提供などがある。本園は委託となっているが、乳児クラスからしめじをほぐすことやトウモロコシの皮むき等の機会をつくるようにしている。また、食育に関しては保護者の協力が必要と考え、給食試食会を行い、おだしの大切さや子供に野菜を食べてもらうための工夫を伝えている。今後は小学校でのだしの取組を保護者の方に紹介できればと感じた。</p>
<p>○京都市老人福祉施設協議会</p>	<p>保育園や幼稚園、小学校での取組から子供の頃からだしの味をしっかりと覚えていくことで、食塩の過剰摂取を予防し、健康につなげていくことができるのだろうと感じた。私は、高齢の方と日々接しているため、どのような食の形態でも口から食べる楽しみを大切にすよう、日々対応している。施設においては、高齢者の健康維持のために、栄養管理を栄養士が担っており、口腔面では歯科衛生士や歯科医師と連携しながら、食を常に楽しんでもらえるように体制を組んでいる。寝たきりの方も増えているので、姿勢や食べ方に気を付け、きちんと飲み込みができる状況を確認しながら、食べてもらえるようにしている。</p> <p>京野菜での取組については、京都府農政課の「たんとおあがり 京都府産」に登録し、月1回京都府産のお野菜を食べる日を設けている。</p>

○幼保総合支援室	<p>市営保育所では毎日の給食を中心に、日常の保育の中で食育を行っている。例えば、給食で使用する野菜を子供たちが小さくちぎる体験や、園庭で野菜を育てて給食で提供を行うことをしている。菜園活動においては、食育指導員の方から野菜の育て方を教えてもらっている。</p> <p>令和7年4月時点の市内保育利用率が過去最高となっており、保育現場での食育がますます重要になっている。子供たちが食べることができるようになるまでには、多様な食材に触れ、様々な食の経験を積み上げていくことが大切であるが、献立の工夫や調理師の技術、保育士の食事介助や声掛け等、多職種の役割が重要となるため、京都市保育園連盟と連携をとり人材育成を引き続き取組でいきたい。</p>
----------	--

## (2) 食にまつわる健康課題と取組方針について

●事務局	(資料に基づき説明)【資料6】
○京都府歯科医師会	<p>本プラン柱3では「生涯を通じた歯と口の健康づくり」が掲げられており、健康寿命の延伸に向けて、口腔と栄養・食育を一体的にとらえて取組を進めることが非常に重要であると認識しており、歯科医師会として食育関係機関の皆様と連携しながら、口腔保健、食育の推進に協力していきたい。</p> <p>資料6の「ナトカリ」について、歯科の観点からの見解として、高血圧予防のために野菜摂取量増加ということは重要であるが、そのためにはおいしく食べるための嚙む力や咀嚼嚥下機能の維持が必要である。カリウムを多く含む野菜は繊維質であり、口腔機能に課題があると敬遠され、塩分量が多い加工食品や炭水化物に偏ることが推測される。そのため、ナトカリによる取組の土台として口腔機能低下予防が重要となる。歯科医師会としても、食育や歯の健康、歯科健診を進めながら、健康づくりに関して協力していきたい。</p>
○京都府栄養士会	<p>京都市との取組として、就学前の子供と保護者を対象にした「わんぱくクッキング」や「マタニティクッキング」がある。「マタニティクッキング」では、鉄やカルシウム補給や減塩の取組や、野菜をしっかり噛んで食べることが実行できるよう教室を行っている。この他にも小学校や特別支援学校高等部での授業や高齢者へのフレイル予防対策など、様々な年代に介入を行っている。</p> <p>食環境整備の点からは、調理が難しい方や働き世代の方へ惣菜を活用した減塩のポイントを紹介している。</p> <p>今後、栄養士、管理栄養士の活動の成果が目に見えるようになれば幸いである。</p>
○京都市食品衛生協会	<p>高血圧予防に関する取組を広げていく必要があると考える。これまで、食育指導員の活動について聞かせてもらったが、制度開始から一定の人数を維持し、構成されている組織はなかなかないと思う。食育指導員が小学校などで活動するこ</p>

<p>○京都市地域女性連合会</p>	<p>とにより、子供だけでなく保護者の方にも伝えることができると思う。当協会も情報発信という点から協力していきたい。</p>
<p>○京都市PTA連絡協議会</p>	<p>小学校でのだしの取組や各行政区での取組など初めて聞くことができた。本日聞いた内容を会員に共有し、意見を聞いていきたい。</p> <p>保育園や幼稚園、小学校を通して、子どもたちが幼い頃から様々な経験をさせていただいていることが分かり、親としてありがたいと感じた。</p> <p>歯科の話で「噛む力」が大切であると聞いたが、子どものことを考えると、しっかり噛んで食べることが少なくなっていると思い、保護者として見つめ直す必要があると勉強になった。</p> <p>京野菜について子供を通して保護者が知る機会はあると思うが、PTA活動の中でも保護者が栄養や食育を知ることが大事であると感じた。</p>

(3) 「京都市 健康長寿・口腔保健・食育推進プラン」に関するアンケート調査の実施について

報告・説明【資料7】 事務局

意見聴取等 なし