

# 令和5年度 第3回高知市食育推進会議 議事録

日時：令和5年11月28日（火）18：30～20：30  
場所：総合あんしんセンター 3階大会議室

## 1 開会（司会：健康増進課 課長補佐）

自己紹介

## 2 議事

### （1）協議事項 第4次高知市食育推進計画（素案）について

#### <事務局説明>

第4次高知市食育推進計画（素案）を用いて、第1章～第4章の1取組の柱について説明。

#### 【質疑応答】

委員からの質問なし

### 第4章 2 具体的な取組

#### <事務局説明>

第4次高知市食育推進計画（素案）について説明。

#### 【質疑応答】

1-①基本的な食習慣を身につけるための取組、②生活習慣病を予防するための取組

#### ●喫煙や薬物について

##### <委員>

・喫煙や薬物についてこの項目でアプローチしてもいいのかなと思う。

##### <事務局>

・食育推進計画であるため、食に関連の深い内容を記載している。喫煙に関しては、現在策定中の健康づくり計画で、重点施策として設定し、実施していく予定。

#### ●飲酒について

##### <委員>

・高知では、飲酒のことが課題。特に毎日飲む量が全国に比べてすごく多いと聞いている。そのため肝臓障害やアルコール依存症が危惧される。週に1～2回お酒を飲まない日を設ける等、そういう取組を高知県ではされているが、高知市ではどうか。

##### <事務局>

・健康増進課で「いきいき健康チャレンジ」を実施している。5つの取組目標の中から目標を選び、3カ月間記録するものだが、その中に「週に2日休肝日を設ける」目標がある。いろいろな生活習慣の中で、飲酒に課題があると感じている方は、この目標を設定し実践している。現在、策定中の健康づくり計画にもアルコール対策の内容も含める予定。  
・毎日毎日飲んでいくと、依存症になっていくのではないかと危惧している。  
・アルコールの量が、ある程度いってしまうと、お酒だけ飲んで、主食・主菜・副菜のそろった食事を摂るといことが乱れてしまうのではないかと危惧している。特に男性の40～60歳代、女性の50～60歳代は生活習慣病になりやすい年齢なので、続けていると70～80歳代でいろんな障害が出てくるのではないかと危惧している。

## ●かむことの大切さについて

### <委員>

- ・ゆっくりよくかんで食べることについて、学校でも、子どもたちの給食の時間が大変短くなっている。高知市に要望書を提出させていただいたが、準備やいろいろなことにより、時間が削られているという話を聞いた。
- ・小学一年生でも食べる時間が10分ぐらいしかない状況下では、ゆっくりよくかんで食べることは難しく、できない状況であることが小学校でも中学校でも見受けられる。
- ・かむことの大切さをどのように推進していくかということが課題になると思うが、どのように考えているか。

### <庁内関係課>

- ・学校には校時表があり、各学校で授業時数に合わせ、各課程に合った時間を設定している。4時間目が終わってから準備にとりかかるまでの時間の使い方は各学校によって違う。
- ・学校によっては1年生だけ、4時間目の授業の終わりを早くして準備を始めるところもある。
- ・給食の時間も学習教育の一環として学校も取り組んでいる。限られた時間の中で準備を進めながらゆっくりよくかんで食べる指導も、給食と併せて実施しているところである。
- ・学校給食には給食室まで取りに行く学校（カウンター校）と教室まで給食が運ばれてくる学校（リフト校）がある。カウンター校でも準備開始から10分までに取りに来ている学校が多い。
- ・給食の準備が早い学校の準備風景を撮影したビデオを作製し、他の中学校に紹介した。
- ・食べる時間が確保できてないと給食の食べ残し、よくかむということが定着していかないので、声掛けをするなど工夫をして、取り組んでいるところである。

### <委員>

- ・準備にどれだけ時間がかかるかによって、食べる時間が学校やクラスにより少し違うのではないかという気がする。当校は小規模校なので、25分ぐらいは食事の時間をとれているのではないかと思う。食べる時間が少ないとかめないし、残してしまう。
- ・給食にはかむためのメニューなどもあり、よくかまないと食べられないものも美味しく作られている。
- ・給食の時間については、各学校や各学級で検討していく部分もあると思う。
- ・給食の時間は確保できているのではないかと思うが、実際はちょっと時間がかかり過ぎているところもあるかもしれない。
- ・低学年はかむ時間が特に必要ということは、よくわかる。よくかんで食べるということは、これからのことなので大事ではないかと思う。

## ●ライフコースアプローチを踏まえた取組の取組例について

### <委員>

- ・1-②生活習慣病を予防するための取組の（ライフコースアプローチを踏まえた取組の）取組例として栄養ケア・ステーションでの栄養食生活相談を入れていただきたい。

### <事務局>

- ・取組例については、現段階では行政が関係していることを一例として記載しているので、提案のあった内容の記載を検討する。

## 1-③低栄養を予防するための取組、④歯と口の健康のための取組

### ●歯科疾患の予防

#### <委員>

- ・コロナにより学校での歯磨きが中止になっているという報道があったが、コロナ期間中に歯肉炎が悪化したか。

### <事務局>

- ・コロナ期間中は歯磨きが中止になったことだけでなく、生活習慣の乱れも歯肉炎に影響し、自粛期間が明けたばかりの時は、だだらら食べが増加し、飛沫を心配して歯磨きが休止ということもあり、口腔内の環境が悪化していた。
- ・学校歯科健診の結果は、令和2,3年は少し悪化していたが、改善してきている。

### <庁内関係課>

- ・コロナ期間中は学校内での歯磨きを一旦中止している学校も多く見られたが、コロナ以前から校内で歯磨きができない環境の学校もあり、コロナによって歯磨きが完全にできなくなったわけではないと思う。
- ・各学校では歯科受診を推奨するなどして、家でのケアをしっかりとるよう啓発していた。

## ●低栄養予防の目標値について

### <委員>

- ・低栄養の目標に80歳代がないのはなぜか。
- ・高齢者は家族がいない時の昼食などは気をつけないと食べない。甘いものだけ食べて終わらせるようなことがあるので心配。
- ・高知市でも、子ども食堂を開催している団体も多数あり、子どもしか利用できないわけではないが、みんなが利用できるということは十分認知されていない。高齢者にも子ども食堂のようなコミュニティがあり、みんなが楽しく、バランスのよい食事をとれる場所があればいいと思う。
- ・フードバンク事業を行っている団体も、高齢者に対してアプローチしているか等、取り組みの状況について聞かせていただきたい。

### <委員>

- ・NPO食と健康を学ぶ会では、地域で高齢者が集って一緒に料理を作って食べる、リハビリキッチン の取組を進めている。コロナでしばらく実施できていなかったが、自分たちが作って楽しむという ような取組をしているので、広がればいいと思っている。

### <事務局>

- ・リハビリキッチンの他に、介護予防の取組で集まっている方々に向けた、バランスよく食べるこ との啓発活動や、ヘルスメイトさんが料理教室を実施し、一緒に食べる取組も低栄養予防のきっ かけづくりになっている。
- ・高齢者も子ども食堂に行き、一緒に食べるという取組を社会福祉協議会さんも実施していると 聞いている。

### <委員>

- ・子ども食堂に高齢の方も参加し、一緒に楽しく過ごしているところもある。また、いきいき百歳 体操が終わった後に、サロン活動をしているところもある。
- ・コロナで休止になっていたが、徐々に再開する話も聞こえてきている。感染予防には十分に留意 しながら、自分たちの楽しみ、生きがいとして食を通じてやっていこうという状況。

### <委員>

- ・一番心配なのは、80歳代だと思うが、目標の対象に80歳代が含まれていないのはどうしてか。

### <事務局>

- ・この計画では、アンケート調査結果をもとに目標値を設定している。
- ・アンケートは自記式であるので、対象を70歳代までとしたため目標値の対象を70歳代までで設 定した。
- ・今回の計画は、ライフコースアプローチを踏まえ、手前の世代に取り組むことで、80歳代の食事 の改善にもつながる取組にしていきたいと考えている。

- ・80歳代については、高齢者保健福祉計画などで取組を進めている。その中で80歳代の食に関する評価についても、取り組んでいくことになるかと思う。

## 1-⑤安全な食生活を送るための取組、⑥災害に備えるための取組

### ●衛生習慣の啓発

#### <委員>

- ・手洗い指導は、青年期・壮年期・高齢期にもあったほうがよいのではないか。子どもに限らず必要と思う。

#### <庁内関係課>

- ・全世代共通の取組目標として「手洗い指導」の記載を検討する。

### ●災害時の食の備え

#### <委員>

- ・災害時を想定した取組の中で、食生活改善推進員さんが避難訓練等に参加や、取組を行っていると思うが、自主防災組織との連携の状況や課題等について教えてほしい。

#### <委員>

- ・地域での取組については地域から声をかけていただき、一緒にさせていただいた。
- ・コロナ下で、炊き出し訓練等は全体的には難しかったが、地域によっては継続して実施していた。

## 2-①環境を大切にするための取組、②高知の食（食材・食文化）を大切にするための取組

### ●食品ロス削減

#### <委員>

- ・昔は、給食を食べきるまで残されていたが、今は残してもいいみたいな環境になっていると聞いている。実状も教えていただきたい。

#### <庁内関係課>

- ・給食について、無理強いしないようにはしている。学校、クラスにもよるが、食事の前に自分が食べられる量に調整し、全く食べないのではなく、少しは食べるように声掛けしている。
- ・基本的には自分の分については、できるだけ食べ切ろうと取り組んでいるところが多いと思うが、それでも無理な場合には、昼休みがなくなる状況まで食べるということではなく、一定時間は決めて、しっかり食べ、どうしてもの場合には、残すということもあると思う。

#### <委員>

- ・エネルギー確保というところもあるが、今は無理強いをしないことがやはり多い。
- ・アレルギー対応は進んでおり、学校にも協力をしていただいているが、アレルギー対応の必要な子どもは、必要なエネルギーを摂りきるまではできてないところもあると思う。
- ・家庭でも、子供たちにいかに食べさせていくかということが難しい現状もあるので、給食に頼ってばかりでなく学校側と協力しながら、保護者も、もっと改善していかなければと感じている。

### ●高知ならではの料理や食材について

#### <委員>

- ・もう少し生産者をつなぐ取組を高知市にさせていただいてもいいのかなと思う。
- ・伝統的な食材を紹介いただける機会がないように思っていて、来年度以降でよいので量販店との取組も少し入れていただけたらと思う。

#### <委員>

- ・この計画は上手くまわしていかなければいけないと思う。
- ・一次産業を担う生産者と消費者をいかにつなげて、社会的にまわしていくかというのは、大きな問題。高齢化で一次産業を担ってくださる方がいなくなっている。

#### ●食文化の伝承

##### <委員>

- ・食文化というとヘルスマイトさんや土佐の传承人さんが、あちこちに関わってくれており、すべてが高齢化をしている中で、これを今、つなげていかなければいけない。高知県の将来にとっても、重要なポイントだと思う。
- ・できることをみんながやっていると、絵に描いた餅でまた終わってしまうような気がする。
- ・私自身ももちろん頑張るが、本当に皆さん方お一人おひとりに、お願いしたいと思ってこれを読ませていただいた。良い計画なので、あとは実行のみだと思っている。

#### ●街路市の活性化

##### <委員>

- ・日曜市、木曜市などは、行っても早い時間に物がなくなることや、お店をどんどん片づけていることがある。お店の数も減ってきている。どういう状況で、お店が少なくなったのか。逆にお店を出したい方がどうすれば出せるようになっていくのか、前からシステムが変わってきているのか、街路市の活性化について具体的に進めているようなことがあれば教えていただきたい。

#### <庁内関係課>

- ・日曜市を含めて街路市への出店者が減っている現状は、10年以上前から続いている。
- ・以前は農家メインの市にするとして、活性化構想を作成して進めてきたが、農家の高齢化、後継ぎ問題もあり、徐々に出店者が減っている状況から、10年前に作成した活性化構想の時は、農家メインから、徐々に許可を緩めた経過がある。
- ・高知市内の農家限定に制限していた時期もあったが、高知県内に広げ、農家メインから手づくり食品や手づくり工芸品等も含めてきた。
- ・最近、急激に出展者が減った原因としては、コロナを警戒して出て来なかったことがある。
- ・以前は、新規の出店者が年間20~40件あったが、現在は新規応募が少なく、恒常的に年間20件ずつ辞められることとあわせ、減っているという状況もある。
- ・出店者の年齢が上がったこともあり、持ってくることも、長く居ることも、しんどくなったという現状がある。
- ・コロナ下で、お客さんもお昼過ぎたらいなくなる状況が3年程度続き、出店者も、お昼以降居てもしょうがないという気持ちになっていた部分がある。
- ・最近、観光客を含め、お昼過ぎても来客が増えているので、出店時間も長くなってきている。お客さんが長く買い物できるように、また高齢化が進んでいるところも、新規の若い方に出店いただいて、高知市の街路市を継続して、活性化していければと考えている。
- ・来年度には、新規の活性化構想を策定する予定としている。

#### 2-③農林漁業への理解を深めるための取組、④人の輪をつなげるための取組

#### ●食を通じた地域との協働の取組

##### <委員>

- ・昔は地域の方が餅つきを手伝いに来てくれて、地域の高齢者との交流がよくあった。
- ・ある時、(もちつきを手伝いに来てくれている)地域の方全員、検便をしていますか、ということがあり、地域の方に来ていただけなくなり、それから交流というのはなかなか難しくなった。

#### <庁内関係課>

- ・提供したものが原因で食中毒が起こらないように、イベントで食品を取扱う場合は当日の体調の

確認や手洗い等の衛生管理について助言をさせていただくことがある。

<委員>

- ・取組を行うときに「検便」と言われると、どうしても敷居が高くなると思う。難しい問題とは思う。

第4章 3 食育推進に向けた目標

第5章 関係者の連携・協働による取組

<事務局説明>

第4次高知市食育推進計画（素案）を用いて説明

**【質疑応答】**

委員からの質問なし

(2) 今後のスケジュール

<事務局説明>

パブリック・コメント用の第4次計画（案）は、本日の協議内容を踏まえ、事務局で作成。作成した計画（案）のパブリック・コメント前の確認は会長に一任でお願いしたい。

⇒会長一任承認

3 事務連絡

4 閉会