

## 瑞穂市食育推進会議会議録

|                  |  |
|------------------|--|
| 審議会等の名称          | 第 3 回 瑞穂市食育推進会議  |
| 開催日時             | 平成21年11月27日(金曜日)<br>午後3時00分から5時00分   |
| 開催場所             | 瑞穂市総合センター5階 第4会議室  |
| 議題               | (1) 第2回食育推進会議の懸案事項について<br>(2) 目標に向かっての実施内容について<br>(3) 今後のスケジュールについて<br>(4) その他   |
| 出席委員<br>欠席委員     | 出席委員(会長)小川宣子、石山絹子、大野和代、加藤悟、加藤嗣泰、<br>河野秀明、小林京子、千田美穂子、棚橋和子、林春代、広瀬弥恵子<br>欠席委員(副会長)福野寿英、馬場晴美、堀口峯子、松久智子   |
| 公開の可否<br>(非公開理由) | 可  |
| 傍聴人数             | 1 人  |
| 審議の概要            | (1) 第2回食育推進会議の懸案事項について<br>前回の会議で出た意見を元に修正した箇所を中心に、協議をしました。<br><瑞穂市の食を取り巻く現状について><br>以下の意見が出ました。<br>・県の3歳児の朝食欠食率は4.7%だが、瑞穂市は13.5%ととても高い。このことが問題だということを、強調した方がよいと思う。<br>→事務局：問題点等について次回までに追加。<br>・肥満者の割合で、30歳代の資料はないか？<br>→事務局：40歳代以降のデータしかないため、30歳代の資料は用意ができない。<br><br><めざす姿と目標について><br>めざす姿(案)：<br>食を通じて、元気な心と体を育む力を身につけ、<br>感謝の気持ちを養い、笑顔で地域と共に生きる<br>目標(案)： |

- ①楽しく食事をとり、「食」を通じてコミュニケーションを深める
- ②健全な食生活を実践し健康な体をつくる
- ③食べものを大切にする心豊かな生活を送る
- ④ふる里の味・旬の味を大切にする

以上のめざす姿と目標は案の通り全員一致で決定致しました。

<ライフステージ別の目標について>

ライフステージ別の目標（案）：

- ①妊娠期（胎児期）：元気な赤ちゃんを産むために、丈夫な体をつくる。
- ②乳幼児期（0～5歳）：食べものに興味をもつ。
- ③学齢期（6～15歳）：食の学習や体験を通して、健康を自己管理できる力を身につける。食べものに感謝する心を育てる。
- ④青年期・成人期（16～39歳）：自らが正しい食習慣を確立し、次世代に食の大切さを伝える。
- ⑤壮年期（40～64歳）：食生活を見直し、生活習慣病を予防する。食の体験を活かし伝える。
- ⑥高齢期（65歳以上）：心身ともに健康で、活力ある生活を送り、いつまでも食事がおいしくたべられるようにする。

以上のライフステージ別の目標は案の通り全員一致で決定いたしました。

<ライフステージ別の具体的な目標について>

以下の意見がでました。

①妊娠期：

- ・前回からの変更点→「皆と食事を楽しみ、悩みや不安がある時は周りに相談しましょう。」を追加。
- 特に異論なし。

②乳幼児期：

- ・前回からの変更点→「見る、触る、味わう、嗅ぐ、聴くといった五感を通して食について学びましょう。」を追加。
- 特に異論なし。

- ・「虫歯予防のために、しっかり歯磨きをしましょう。」を「虫歯予防のために、歯磨きの習慣をつけましょう。」に表現を変えたほうが良い。

→事務局：変更します。

- ・「食べ物に触れる機会（育てる、収穫する、旬を知る、調理する）をもち、食べ物を大切にする心を育みましょう。」という目標を学齢期にも入れた方がよいと思う。

→学齢期ではその他の目標に同じような意味合いが含まれているため、新たに追加しなくても良いと思う。

③学齢期：

- ・前回からの変更点→「見る、触る、味わう、嗅ぐ、聴くといった五感を通して食について学びましょう。」を追加。

→特に異論なし。

- ・「食後の歯みがきを習慣づけ、虫歯などの歯のトラブルを予防しましょう。」を「食後の歯みがきを習慣づけ、虫歯や歯周病を予防しましょう。」という表現に変更したほうが良いと思う。

→事務局：変更します。

- ・「地域で取れる食材や、地域に伝わる伝統料理を知りましょう。」の目標で、知るだけでなく実際に食べて味を知ることも大切だと思うので、「知りましょう」を「味わいましょう」に変えたほうが良いと思う。

→事務局：変更します。

#### ④青年・成人期：

- ・前回からの変更点→「勉強、仕事の集中力アップのためにも、朝食を食べる習慣をつけましょう。」を追加。

→特に異論なし。

- ・文章中の「子供」は「子ども」とひらがなにした方が良い。

→事務局：変更します。

- ・「環境問題や世界の食糧事情を理解し、食べ残しや賞味期限切れによる食品の廃棄などをなくし、無駄のない生活を送りましょう。」を「環境問題や世界の食糧事情を理解し、食べ残しや賞味期限切れに気をつけ、無駄のない生活を送りましょう。」に表現を変えた方が良いと思う。

→事務局：変更します。

#### ⑤壮年期：

- ・「薄味にした食事を中心に、自分にあった適量をゆっくり食べましょう。」の目標で、「ゆっくり」という表現よりも「よく噛んで」という方がわかりやすい。

- ・同じく「薄味にした食事を中心に、自分にあった適量をゆっくり食べましょう。」の目標で、「薄味にした和食」の表現の方が良い。和食は健康にも良く、世界でも日本食が注目されているため、和食という言葉を入れたほうが良いと思う。

→・和食はたしかに良いが、洋食、中華なども食べる人もいる。この計画は全ての市民が対象となるため、脂を控えよう。塩分に気をつけた食事にして。などの表現を追加し、和食と限定しない方が良いと思う。

- ・和食と限定しなくても、主食・主菜・副菜をそろえたバランスのとれた食事を心がけるなどの表現をすれば良いと思う。

- ・洋食などは脂が多いという面はあるが、食べ方に気をつければ良いと思うので、「和食」ではなく「食事」という表現のままが良いと思う。

#### ⑥高齢期：

- ・案のままで良い。

|              |   |
|--------------|---|
|              | <p>(2) 目標に向かっての実施内容について<br/>次回までに、取り組み内容について各委員は確認し、事務局は整理したものを提示する。</p> <p>(3) 今後のスケジュールについて</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・ 次回の会議は12月に行う予定です。</li><li>・ 取り組み内容を中心に全体を協議します。</li></ul> |
| 事務局<br>(担当課) | 瑞穂市 市民部 健康推進課<br>TEL : 058-327-8611<br>FAX : 058-327-4556<br>e-mail : kenkou@city.mizuho.lg.jp  |