

平成27年度第2回食育推進会議次第

日 時 平成27年8月25日（火）
17時から

場 所 保健センター 1階 大会議室

1 開会

2 議 事

(1) 小金井市食育推進基本条例第14条第2項の規定に基づく提言（案）について

(2) 食育コーディネータについて

3 その他

4 閉会

※ 配布資料

資料1 小金井市食育推進基本条例第14条第2項の規定に基づく提言（案）

平成27年 月 日

小金井市長
稲葉孝彦様

小金井市食育推進会議
会長 南 道子

小金井市食育推進基本条例第14条第2項の規定に基づく提言（案）

小金井市食育推進基本条例第14条第2項の規定に基づき、下記の事項について別紙のとおり提言いたします。

記

「小金井市食育推進計画」を推進するための施策の展開について

「小金井市食育推進計画」を推進するための施策の展開について

はじめに

第4期小金井市食育推進会議（以下「会議」という。）では、食育推進計画に基づき、ライフステージ毎の食育活動の実績や、進捗状況について確認をするとともに、「具体的な施策の展開」に焦点を当てて現状の小金井市における食育の課題等について審議した。また、審議会以外にも、自主的勉強会を平成27年6月以降3回開催し、課題の整理を行った。

これまでの審議や課題の整理を踏まえ、平成27年度第3回の会議において、食育に関する施策の課題を審議会として取りまとめたので、以下のとおり提言する。

提言

(1) 小金井市食育ホームページの更なる充実と周知の強化

平成21年6月から開設された小金井市ホームページは、Koganei-Styleのキーワードである「野菜」「団らん」「ふれあい」「環境」をテーマに、江戸東京野菜を含む、野菜の解説やレシピ、食文化、ゴミのリサイクル等、様々な情報を発信している。

平成26年度には、サイト内で紹介している朝ご飯メニューや、編集委員の食育活動が評価され、優れた「早寝早起き朝ごはん」運動の推進にかかる文部科学大臣表彰を受ける等、内容の充実が図られ、閲覧数も上がってきたところである。審議会で検討され、課題として挙げられた以下の点について、更なる充実を望む。

- ・ 低栄養の情報や、咀嚼困難者でもとれる野菜のレシピ等の情報提供
- ・ 乳幼児向けに、量の目安をのせた食事のレシピの提案
- ・ レシピについての栄養情報の充実
- ・ 離乳食や生活習慣病予防食等の提案
- ・ 食育基本法の紹介と解説

(2) 乳幼児期から学齢期、及びその保護者への食育推進の継続

乳幼児期から学齢期への食育推進については、保健センター、保育所、小学校、中学校と、関係機関等で一定程度の食育の取組がなされている。

今後も継続して実施することで、保護者への食育推進につながるよう、以下の点について、更なる充実を望む。

- ・ バランスのよいお弁当や補食の内容・作り方等、幼児期の保護者向けの食育の提案
- ・ 児童・生徒が生活で実践出来る食育の提案
- ・ 食事マナーや食選力等家庭での食育の重要性の普及啓発

(3) 高校生から主に若い世代の成人を対象とした食育の強化

高校生から若い世代の成人は、食生活が乱れやすく、また、体も若くある程度の健康は維持出来るため、食への意識が比較的低い世代である。

しかし、この時期の食習慣は、将来糖尿病や脂質異常症等の生活習慣病の発症と大きく関連しており、出来るだけ早期に健康への関心を高め、望ましい食習慣を身につけることが重要である。現状では成人を対象とした施策はあるが、現実として若い世代の利用状況は少なく、今後、若い世代に向けた以下のような食育の実施を望む。

- ・ 若年単身者へ食育の強化
- ・ 高校生・大学生向けの食育の強化
- ・ 男性向けの調理実習の実施
- ・ 「今食べているものが、未来の体をつくる」ことに気付く食育の提案

(4) 若年女性の「痩せ」についての食育啓発

若い女性については、過度のやせ志向や過激なダイエットによる弊害等が健康課題として様々な場面で取り上げられている。

10代の発育盛りの栄養不良は、脳と体の成長障害につながるといわれており、具体的には、飢餓状態により、骨粗しょう症、子宮・卵巣の成長障害、不妊症精神障害等のリスクがある。また、妊娠期も継続して「痩せ」の女性が増えていることは、次世代に関わる問題となっており、妊娠中の低栄養が胎児に与える影響についても指摘されているところである。

若い女性に対して、痩せのリスクと望ましい食生活について、思春期から妊婦、

単身若年女性まで、幅広い普及啓発を提案する。

- ・若年女性が集う場所での情報提供や学校等での食育ポスターの掲示
- ・正しいダイエットを切り口とした媒体の作成
- ・妊娠期の情報提供の充実

(5) 高齢者の食育の強化

高齢者の低栄養は、感染症等のリスクを高める要因となっており、健康上、大きな問題となっている。咀嚼や嚥下機能の低下等、食べることは、多くの人が、いずれ直面する問題である。食べる機能のみならず、老化により食欲や栄養吸収率も低下するため、十分な食事が摂取出来なくなり、その結果、低栄養になってしまう高齢者も少なくない。

また、介護において、介護者の調理技術や栄養知識の有無は、被介護者のみならず、介護者の健康維持に大きく影響する。

今後、高齢者人口が増えていくなか、高齢者の食に関する問題も増加していくと予想されるため、以下のような、高齢者に向けた食育の取組みを提案する。

- ・高齢者の低栄養についての食育の提案
- ・地場野菜を使った嚥下食（高齢者や障害者向け）の開発と地域展開
- ・高齢者向け配食サービスについて、残菜量の確認や適した形態（やわらかめのご飯、煮物等）の提供、体重測定など低栄養予防の提案
- ・調理を行う機会がなかった世代、調理をしなくなった世代（特に男性）向けに、基本的な栄養・食事作りの普及啓発