

審 議 会 等 の 会 議 結 果 報 告 書

		課所名	健康推進課
会 議 名	令和 8 年度 諏訪市食育推進計画専門委員会		
開催日時	令和 8 年 7 月 15 日（水） 午後 2 時 ～ 午後 2 時 55 分		
開催場所	諏訪市保健センター2 階 多目的ホール		
出席者	（出席者） 【食育推進計画専門委員会】 藤森恵子委員長、 小平広志副委員長、 藤森健二委員、 矢崎真樹子委員、 藤森寿美子委員、 堀 綾子委員、 小林裕子委員、 牛山美恵子委員、 竹村美夢委員 【庁内関係課】 玉井常泰高齢者福祉係長、 伊藤恵梨子保育係主査、 田中由香利教育総務係主査 雨宮寛之健康推進課長、 矢澤祐美健康予防係長、 小口直子健康支援係長、 蟹江千絵健康支援係母子担当係長、 草間裕美健康支援係主査、 市川結菜健康支援係主事 京谷春奈健康予防係主事 （欠席者）長島一幸教育総務係長、藤森 秀農業振興係長・次長、 花岡真弓農業振興係会計年度任用職員		
資料	別添		
協議議題（内容）及び会議結果（要旨）			
1. 開会（健康予防係長）			
委嘱状交付（藤森恵子委員、小平広志委員、藤森健二委員、矢崎真樹子委員、藤森寿美子委員、堀 綾子委員、小林裕子委員、牛山美恵子委員、竹村美夢委員）			
2. 健康推進課長あいさつ			
本日はお忙しいところ、食育推進計画専門委員会の皆様にお集まりいただいたこと御礼申し上げます。また、委員の皆様におかれましては「健康すわプラン 2026」の策定に大きな力添えをいただきましたこと、御礼申し上げます。諏訪市では、今年 3 月に食育推進計画と健康づくり計画を改定し、併せて第 2 期自殺対策計画を統合した、「健康すわプラン 2026」を策定した。今年度はそのスタートの年となる。本来この委員会は、食育推進計画の評価や進行管理を行う場であるが、本日は新体制での第 1 回目、いわゆるキックオフの回となる。委員の皆様のご大半が交代されていることもあり、まずは 3 月に改定された計画の概要や、本市における食育の現状について事務局より説明させていただく。その上で、これからの取組や、取組を進めていくために、それぞれの専門的な立場や日々の活動から、ご意見やお気づきのことをお聞かせいただければ。本計画の目指す「豊か			

な食卓ではぐくむ健やかな心と体」という基本理念を大切にしながら、皆様のお知恵を拝借して、新しい計画を共に進めてまいりたい。

(正副委員長選出)

「諏訪市食育推進計画専門委員会設置要領」第 5 条の規定により、当専門委員会の委員長に長野県栄養士会諏岡支部会員の藤森恵子様、副委員長に食生活改善推進協議会の会長、小平広志様を選出した。

(委員長あいさつ)

皆様こんにちは。昨年、「健康すわプラン 2026」の作成に当たり、少し関わらせていただいた。この中にも何名か一緒にやった方もおられるが、また同じ職種として共に関わらせていただきたい。よろしくお願いいたします。

3. 議事（進行：委員長）

諏訪市の食育に関する取組について

■事務局より説明

・諏訪市の食育に関する取組について

■質疑応答・意見

・なし

4. 意見交換

(1) 専門委員の分野での食育について

■専門委員より説明

【委員長】長野県栄養士会諏岡支部では、栄養の日を年に 1 回、諏訪湖ハイツ（おかや総合福祉センター）で、展示にて実施している。期間は 13 日間程度。

「まちかど栄養相談」を諏訪市の健康まつりで実施しており、そこに来られる方、相談がある方にお話をしている。研修会もやっており、災害の研修会なども全県一斉にやっている。

栄養士会が諏訪市で存続できず、なくなったため、個人の方（組織に属さず活動している方）を講師として、社協（諏訪市社会福祉協議会）から声掛けがあれば栄養の教室を実施している。毎年ではないが、昨年は諏訪市が担当でフレイル予防教室を実施した。参加者は 23 名ほど。

【副委員長】食改（食生活改善推進協議会の略称）では「食を通じて健康管理を」ということで、料理や栄養について勉強し、そこで学んだことを市民対象の料理教室で市民に見てもらうことで、各自の健康管理に役立てていただきたいという思いで取り組んでいる。健康まつりでは、

「野菜を多くとりましょう」というテーマで内容を提案・実施している。課題としては、料理教室（市民向けの健康料理教室）のテーマとして、「男性の料理教室」を実施したが、6 月には応募者がおらず、実施回数を減らすことになってしまった。男性はそういう場に出にくいとかと思うが、ニーズはあると感じているため、開催の方法を工夫しながら、広く取り組んでいきたい。

【委員】農協の取組としては、地域貢献活動、食農活動という取組があり、茅野市で 1 つ、原（村）・富士見（町）で 1 つ、岡谷（市）・下諏訪（市）で 1 つ、諏訪市で 1 つ、4 ブロックそれぞれで

企画をし、小学生対象の稲作体験を実施している。諏訪市では今年、2校の5年生が稲作体験をした。田おこしから稲刈りまでですが、農協がスポンサーとなっている松本山雅の元選手に来ていただくなどで盛り上げている。

また、小学校の秋祭りに参加し、その中のブースで簡単な食に関するクイズを出し、クイズに正解すると粗品をお渡しするといった取組をしている。昨年度は保護者の方含めて100名以上の方にチャレンジしていただいた。内容は、セロリに含まれる成分は何種類あるか、かぼちゃの本当にある種類の名前はどれか、など。このような取組で、市民の食に対する意識を高めている。

大人向けには、女性部という組織が行っている料理教室にて、牛乳月間では牛乳を使った料理、減塩料理、麴を使った料理などをテーマに開催している。

課題としては、稲作体験は年によって参加の学校も変わるため、去年は実施したが今年は開催できないという課題がある。また、作業の中で肌荒れ等があった際に、新しい田んぼを見つけることが課題。

【委員】諏訪保健福祉事務所では、諏訪市と同様、諏訪地域の食育推進連絡会を開催しており、管内の食育関係者の皆様、諏訪市をはじめ、本日ご出席いただいている委員のご所属から協力をいただき、長野県の食育を推進している。長野県食育推進計画の進捗状況より、いくつか課題がある中で代表的なものとしては「若い世代への食育」、「若い世代の野菜摂取量」「日頃塩分を控えるように心がけている人の割合」といったことが挙げられる。今の20代の方は、20年前に食育基本法ができたため、子どものころから保育園や学校などで食育を受けてきている「食育ネイティブ」のような世代のため、知識はついているが、それを実践するまでに至らないというのが課題だという意見を度々お聞きする。また、諏訪保健福祉事務所の職員の取組のご紹介としては、諏訪地域食育フォーラムがある。当フォーラムは毎年行っており、昨年は9月に岡谷市との共催で、「野菜の力 知って食べて元気になる」というのをテーマに開催、その他講演会、学校や生産者の事例発表も行っている。今年は11月28日に下諏訪町の共催で開催予定。最後に長野県でも食の情報に関するコンテンツを新しく立ち上げており、「Eatpi（イートピ）」という名前で、この5月に公開した。毎日の食事をもっと楽しく、そしてちょっと健康的に選べるように、というコンセプトでサイトを作っている。

【委員】保育園では諏訪市の保育所食育計画というものを組織全体で作成しており、それに基づいて各園、職員計画の中で取り組んでいる。主には食育計画に書かれているが、旬の食材に触れる、その日の給食の献立に出てくる食材に触れる、といったことを季節ごとに行っている。また、バランスよく食べることや、年長になると、どういう姿勢で食べたら一番体に吸収されやすくなるかなどを、お箸の持ち方も併せて、栄養士より媒体を使った食育活動を行っている。保育の中では、保育園で栽培物もしており、その栽培した食材を使って、年長さん年中さんを中心にクッキングを実施している。小さいお子さんも、実際目の前で作物が育つことによって、その食材への関心が高まり、普段出てくる食材がどんな形でできるか知ることができる。まずは子どもたちに、とにかく食べ物を口にする、食べることが元気の源になることを伝えていけたら。また保育園の中で、朝食を食べてきているか等のアンケートがあるが、まずは食べることが一日のエネルギー源になるので、朝食を食べているか、また実際その中身もどうか、というところも担任で把握しながら、その声掛けをどうしていくかということも、保育の中で話しながら進めている。一年間を通して、子どもたちや保護者さんに働きかけるという保育

園の役割と、それから今後いかに保護者さんに取り組んでもらえるかが大きな課題であるため、栄養士とも相談しながら保育活動をしている。

【委員】6月はカミカミ月間のため、かむおくんの媒体を用いて歯のお話をしている。そのほかにも食するときの姿勢が崩れる子が多いので、正しい姿勢の話、(年度の)後半になると、年少さんがお箸に移行していくため、箸の持ち方やマナーについてのお話を1年間通して実施している。保育園に来る子どもたちは、見たことのない食材が多くあると、給食にでてきても手を付けないことが多い。そのため、年に数回しかでない食材や郷土食は、実物を見せたり、お知らせをしている。献立は、毎月カミカミの日を1回、郷土食の日を1回、お話給食を1回必ず取り入れている。献立に合わせて、カミカミの歌を流す、直接お部屋に行き、よく噛んでねと声掛けをしながら給食を食べるなどしている。

保護者向けにファミリー健康料理教室を毎年開催しているが、興味を持ってもらうためにどうすればよいか、参加率が下がってきているのが課題である。

【委員】食習慣を身につけられるよう、学校給食の7つの目標というがあるのでそれを基にした指導を行っている。具体的には、児童会の給食委員会によるお昼の放送でのレシピ紹介、6年生が家庭科の授業で考えたバランス給食を提供する、お話給食(ぐりとぐらのパンケーキなど)の提供、全校対象の希望献立、災害時メニュー、栄養価等についての指導を実施。また、保護者に向けては、試食会を通じて、朝ごはんの推進をしている。

課題としては、食物アレルギーの対応を含めた食育の在り方について。子どもたちに対しては、食物アレルギーに関する一般的な知識や理解を深める学習等、アレルギーのことを先生に話していただく機会を設けている。児童への指導や校内の対応体制の充実が十分に追いついていないという現状がある。

【委員】4月、5月に各学校4年生、5年生を対象とした健診を行う中で、肥満や痩せの子たちに対して個人面談を担任と一緒に実施し、どう対策を取っていくかを、今年の栄養士会で年間計画の中で実施しようとなった。

課題としては、痩せている子どもが多いこと。どう見ても食事を減らしすぎているが、本人は「私はまだ太っている」と思っている。クラスの中で残食をゼロにしたいという気持ちがとても強いクラスもあり、そこも併せて対応が難しい。食べ始めるとすぐに満腹になってしまう子もいるので、残食はいけなのではなく、一生懸命一口食べる努力をすれば、残食はあってもいいという風に気持ちを切り替えさせたいと思っている。

【委員】本校では、保健だよりで、主に朝食についてなどの発信をしている。現状としては、本校は女子が多いため、痩せたいと考えている子が多い。朝食を食べていない、昼ご飯も持っていない、そういう子は体調不良を起こして保健室に来ている。その子たちに話を聞いてみると、食欲がない、人間関係のストレス等が原因で食欲がなくて食べられない、などの理由が多い。

■質疑応答・意見

【事務局】今、諏訪市の農林課の方で、学校給食に地元の食材や有機食材を使いたいということで、実際に地域の農家さんを紹介していただき、そこから学校等へ協力をしていただいているという話を聞いているが、何かお話がありましたら教えていただきたい。

【委員】地元の食材の利用という形で(JAとしてもそれを推進しているため)、農家の方にも前向きに取り組んでいただいている。

【事務局】保護者に対しての食育について、保護者の食生活による子どもの影響や、保護者の方

へも食育に対しての課題がある印象を受けたが、実態など具体的にお聞かせいただきたい。

【委員】きちんと食べてくるご家庭もあれば、子どもの給食の食べ具合をみたときに、朝食を食べていないと推測できるお子さんもいる。園としては、そういったお宅には個々に職員から働きかけをして様子を見ている。また、ファミリー健康料理教室を各園で行うが、なるべく参観日に合わせて実施するようにしている。参観日は必ず来ていただけるため、その時に一緒にお話を聞いてもらう工夫をしているが、参加者も少なくなっている。以前は保育園の給食を試食していたが、コロナで実施が難しくなった。手軽に用意できる朝食のレシピの紹介、関心を持ってくれる保護者と関心のない保護者の差が大きいため、課題は各家庭で違うが、栄養士のお便りや、担任の方からお話をするなどの対応をしている。

【委員】小学校では、6月に試食会を1年生の保護者を対象に実施。明日は、2年生～6年生の保護者に試食会をするが、年々来られる保護者が少なくなっている。働いているお母さんたちが多いためか。

明日の試食会に合わせて、献立を諏訪地域の郷土食にしたため、お母さんたちにも郷土食を知ってもらいたい。どうすればたくさんの保護者に参加してもらえるかが課題。

(2) 専門委員の所属と市との連携について

■質疑応答・意見

【事務局】

高校生アンケートの実施について協議中だが、アンケートの実施後、市内高校へその結果に応じて作成したチラシの配布をご協力いただきたいと考えているが、いかがか。また、ほかに市と連携してできることなどがあれば、教えていただきたい。

【委員】チラシの配布については、よろしくお願いします。連携事項についてはこちらでも検討する。

【事務局】市の食育課題の一部に郷土食があるが、先ほどお伝えいただいた活動内容以外にも、郷土食について情報提供などしていることがあれば、教えていただきたい。

【委員】先ほど紹介した女性部活動の料理教室の中で、郷土食をテーマに料理教室を開催した。その際、郷土食料理のレシピを、女性部の皆様に共有した経緯がある。

(その他) (健康予防係長)

本日協議した内容については、7月30日開催の健康づくり推進協議会にて、事務局よりご報告させていただく。

国の食育基本法が新しくなり、今後の方向性も明示されたところ。諏訪市としてもこの動きにしっかりと対応していきたいが、また皆様にご相談等やご協力をお願いしたい。

5. 閉会 (小平副委員長)

個人的にもすごく興味深いものを聞かせていただいた。通勤時などに、駅の周辺のコンビニなどで高校生が1人で座ってお弁当を食べている光景を見かける。家族やみんなとわいわい楽しく食べることはすごく貴重なこと。高校生はもうすぐ親になるような立場にある子たちでもあるため、食育の大事さを感じている。これからの食育も皆様と協力しながら、諏訪市民の食育に役立っていききたい。

(午後2:55 終了)

