

令和3年度長野市健康増進・食育推進審議会議事録

日 時 令和3年12月16日(木)  
午後2時～3時13分  
場 所 信州大学工学部内  
長野市ものづくり支援センター  
5階 産学行交流室

出席者：中村会長、青木委員、伊藤委員、小笠原委員、尾形委員、北沢委員、久保委員、  
栗林委員、黒岩委員、小泉委員、小林(と)委員、小林(博)委員、小松委員、  
佐藤委員、原委員、

傍聴者：なし

1 開会

2 あいさつ 中澤保健福祉部長、中村会長  
委員の紹介

3 議題

(1) 第三次長野市健康増進・食育推進計画(ながの健やかプラン21)推進について

ア 庁内委員会の活動報告(食と運動関係、フレイル予防関係) 資料1

イ ながの健やかプラン21推進市民の会の活動報告 資料2

ウ 計画の指標に係る進捗状況について 資料3

(2) 計画期間の延長について 資料4

4 その他

(1) 長野市健康増進・食育推進審議会の開催予定について

5 閉会

議事における意見等

議題(1)ア 庁内委員会の活動報告について

(会長)

介護の認定率が下がったのは何か理由があるのか。

(事務局)

今まで介護認定だけを受けてサービスを使わない方がいたようだが、そういう方は、若干だが減少したという状況。介護認定されている数は、やはり微増の状況である。

(会長)

認定だけをされて、元気に過ごされているということか。

(事務局)

要支援の方々は、通いの場などの活動を通じて介護サービスを使わずに生活を維持できることを目指している。

議題(1) イ ながの健やかプラン21推進市民の会の活動報告について

(会長)

もんぜんぷら座が広場になってしまうと報道でお聞きしたが、何か影響はあるのか。会場として使用していることがあるのではないか。

(事務局)

推進市民の会では、昨年度の状況の中で活動の拠点に利用していないが、まちかど栄養相談室とか、イベント等の中では利用があるかもしれない。

(会長)

幼児の遊び場とかあった気がするが影響はあるか。代替施設があればいいが。広場というのは建物の中の広場ではなくて、空き地というか公園のようになるのか。

(保健福祉部長)

取り壊して広場になると新聞報道にあった。耐震補強をしたが、あと10年位しか持たないと聞いている。今後どうするかという方針は、まだ決定していない。保育園、幼稚園へ行く前のお子さんと母親が利用している施設『じゃんけんぼん』の機能、役割は市として重要だと思っている。市南部には『このゆびとまれ』がある。市内には2か所あり非常にニーズが高い。

(会長)

こういう推進市民の会等の活動の場はぜひ必要だと思う。建物は非常に重要だと思うので考えていかなければならない。

議題(1) ウ 計画の指標に係る進捗状況について

(事務局)

久保委員から「私は、子ども園で働いており、子どもの肥満が目立ってきていること、また、コロナ禍で子どもたちの食生活の変化や運動不足による体や心へ影響を受けていることが心配なので、子どもが室内でもできる体の動かし方のレシピの立案をお願いしたい。

長野市民がよく購入している食品の資料から、塩分の摂取が多いこと、調理パンの購入が多いことに驚いたが、きのこ類の購入も多いことは良かった。」というご意見をいただいている。

(会長)

子どもの肥満が問題になっている。数値を見れば多少ばらつきはあるものの暫増傾向だが、コロナの影響だけではなさそうだ。どういう原因か、推測できることがあるのか。

(事務局)

乳幼児期から一人ひとりに合わせた取組をしているが、背景には体を動かす運動の機会や、遊びの場が少ない、また少子化もあって外に出て遊ぶ場面が少ないことが影響していると考えられる。個人の取組だけでなく、食の場面では知らずに取っている脂肪や糖が多いこともあると思う。手作りだけでなく、中食、外食の行動パターンもあるので、そういった栄養素を自然に取ってしまっている背景もあると考えられる。

食の部分では、若い保護者は、栄養素を認知していない。これがエネルギー過剰につながるということあまり考えずに、中食・外食がいつでも手に入る時代になった。社会的な環境の要因もあると感じる。

(保健所長)

データの出所は文部科学省の全国学校保健統計であるが、長野市の数字と合わせて県全体でどうなのか、全国的にどうなのか、長野市の課題が見えてくるので分析してみたい。もう1点は、子どもたちのことなので、学校自体がどう捉えてどんなことをしているか、学校現場に確認したい。

(会長)

肥満の数値は、対象となっている人は変わっているのに、それにも関わらず増えているのは、大きな流れになってしまっているということになる。これは、なかなか修正できないと思うので、少し力を入れた方がいいと思う。

(伊藤委員)

昨年度はできなかったが、食生活改善推進協議会において子どもプラザなどで食育の話を保健所から紙芝居を借りてやっていた。そこで朝ご飯を食べたか聞くと、だいたい7割位が食べていなかった。その中で聞いたことだが、「お母さんが給食でたくさん食べなさい。」と言う。その日休んだ子どもの分も全部食べるとか、帰宅してご飯の前にあんパンを食べたりしている。母親の帰宅が遅かったりするので、炭水化物や甘いものを食べ過ぎではないかと思い、我慢できるかと聞くと、お腹が空くからと言う。子どもではなく、母親へのアドバイス、手助けができればと思っていたらコロナで活動できなくなってしまった。代謝もコロナで落ちてきているが、もう少しカロリーを落としてもいいかと思って食育活動していた。できるなら、母親にも教えてあげれば良いとずっと思っている。

(会長)

家庭に対する食育の出前講座はあるのか。

(事務局)

乳幼児期は母子保健事業で保護者向けのセミナー、食の講座・相談をしている。幼稚園や学校等においては、希望により参観日等の場面において専門職が出向いて生活習慣病と生活リズムとの関連の話をさせていただいている。学校では養護教諭からの通信や、保健学習、総合的な学習指導プログラムの中で取り組んでいる場面もある。保健所から情報提供や連携はしているが、それぞれ独自の取組になってきている。

(佐藤委員)

資料1の食育の部分で、生ごみの堆肥化などのことが取り上げられている環境問題の講座の中で有機堆肥を作り、有機肥料につながり、有機食品につながって体に入っていく、これが食の循環と紹介している。これは話を聞きに来た方に反応が良い。そういった問題をこういう中で表現していてもいいのではないか。

先日報道で見たのは腸内細菌の問題で、母親の腸内細菌低下で生まれた子どもの腸内細菌も減る、それによって、アトピーなど、いろいろな病気につながりやすいことが起きていると聞いた。私たちの活動の食の循環、有機肥料から有機食品、お腹の中の菌の活動、人間の排泄物と食品の残渣、これが発酵するのは菌であり、菌の活動も人間の社会で生きていることも表現してほしい。

(事務局)

肥満の問題は、課題解決が難しいところであるが、肥満のメカニズムが解明されてきているので私たち専門職も勉強中である。腸内細菌が肥満や健康面と関係があるので学びつつあるが、市民にどのように伝えていくかはまだ十分に理解できていない。食の循環は大事なことなので、食育や生活習慣病予防の取組の中で参考にさせていただきたい。

(会長)

家庭への啓発も力を入れていかなければいけないということか。肥満というと中高年というイメージだったが、子どもへの取組を増やしていかなければならない。

(小笠原委員)

教育委員会では小学生に『しなのき子どもわくわく遊び』で、子どもたちの運動促進に対応してもらっている。基本的に運動する子としない子の二極化と言われている。小学生もそうだが、中学生になってくると、体育の授業しか体を動かさない子どもの生活習慣パターンが根付いてしまっている。運動でどれくらい改善するのかということがあり、食生活はかなり大きな部分であることは承知しているが、やはり運動、体を動かして楽しく遊ぶということが子どもの段階からしっかりと身につくような状況になっていくことはとても大切なことである。それぞれの学校において、子どもたちが体を動かしたくなるような施設をPTAと作っていく取組をしている小学校もある。すぐに効果が出てくることではないが、学校と

して取り組んでいることを紹介した。

(会長)

体育の時間は昔からどういう推移をしているのか。

(小笠原委員)

体育の時間は、小学校は1週間に3時間で45分が3回、中学校も1週間に3時間で50分が3回である。これしか積極的に体を動かす時間がない状況である。

(会長)

総合的学習や環境教育など、いろいろな教科が増えた影響があるのか。

(小笠原委員)

子どもたちの生活習慣の変化だと思う。例えば、朝学校に来た段階で昔であればグラウンドで遊ぶところから始まるが、今は集団登校をしているので早くから学校に来られない。放課後も不審者等の対応によってすぐに学校から帰らなければならない。そのような生活習慣の変化が大きい。家に帰ってから遊ぶのも、体を動かして遊ぶことから今はゲーム等で遊ぶと完全に変わってしまっているのが、基本的に少ない。二極化とは、スポーツを習っている子どもたちは非常に長い時間とっており、小学校低学年の段階からかなり専門的なスポーツを時間かけて学ぶということをやっているのが、やる子とやらない子の差が大きいのが現状である。

(久保委員)

就学前の子どもを400人位お預かりしているが、子どもの頃から心身ともに健康であるための食習慣は小さい時からやらなければならない。パンフレットはあるが、どうやってしっかりと保護者にわかりやすく伝えられるか。簡単でわかりやすいものを配布していただくことをお願いしたい。体を動かすこと、今、課外活動の中でサッカーとか運動とかプログラムを組んでいるが、貧困とも関係が出てくると思う。先ほど言われた差が出てくると言うのは、貧困が入ってきている。習い事に出せる家庭、出せない家庭がある。学習問題とも関係があるし、専門機関が声を出し合いながら長野市として長野県として住みやすく、子育てしやすいまちづくりをするためには、ここが根本ではないかを感じる。

(会長)

ご提言いただいた内容は、直接計画に関わるものもあるが、それ以上にもっと大きなテーマだと思う。今後とも行政として取り扱っていただきたい。

議題(2) 計画期間の延長について

(会長)

国に合わせて延長ということで順当である。

(保健所長)

追加説明だが、国の延長の趣旨は、医療計画、医療費適正化計画、データヘルス計画、特定検診実施計画、介護保険計画は6年毎としていくことになったので、ながの健やかプラン21も1年終期を揃えていくことにした。県はもともとその予定であり、市は1年延長して揃えたい。これで国・県・市と併せて一体的に令和6年から新計画を始動したい。

(会長)

データヘルス計画と連動するということは、指標の数値をかなり使えるということになってくる。

(小林(博)委員)

長野市第5次総合計画の後期でパブリックコメント募集中だが、このことと今回の健やかプラン21とは別なのか。

(健康課長)

長野市全体の中で総合計画があり、健やかプラン21は健康分野に関する個別計画になる。もともと計画策定にあたっては、国の計画を遵守する中で計画期間が定められているが、位置付けとしては総合計画があって個別計画がある。プランの期間については、総合計画とは必ずしも連動はしていない。

(保健所長)

総合計画に関して、保健医療分野でこういったことも必要ではないかというご意見があれば出していただいて、反映できるものがあればしていくことになる。令和6年度から健康の計画を作るので、総合計画に書かれているものの中で、入れた方がいいものがあれば個別計画の中に入れていく。それぞれ行ったり来たりしたりしながら必要な対策を進めていくということでご理解いただきたい。関係性は難しいが、その時々こういった対策が必要ではないかというご意見があれば、それぞれに出していただければたいへんありがたい。