

# 令和7年度伊予市健康づくり・食育推進計画協議会 議事録

日 時 令和8年1月28日（水）午後2時～

場 所 伊予市総合保健福祉センター 2階 第1・2会議室

出席者 （会長） 田中美和委員

（副会長） 佐々木典彦委員

（委員） 小笠原裕子委員、西田洋一委員、岡市等委員、安渡偉典委員、  
友澤千代委員、高石達也委員、横田美佐子委員、郷田直子委員、  
米湊明弘委員

（事務局） 西山安幸健康増進課長、影浦ひとみ課長補佐、谷本恵子課長補佐、  
松浦あずさ係長、戸田ゆかり係長、岡市真由美主査

欠席者 曾我郁恵委員、向井早苗委員

次 第 1 開会

2 伊予市健康づくり・食育推進計画の概要について

3 協議事項

（1）取組報告

①関係課の取組報告

②関係機関・団体からの報告

（2）意見交換

（3）その他

4 閉会

1 開会

2 健康づくり・食育推進計画の概要について

伊予市の評価指標における現状値と評価について事務局より説明

3 協議事項

（1）取組報告

①各関係課の取組報告

（田中会長）

それでは議事に入ります。はじめに、関係課の取り組みについて米湊委員よりご報告をお願いいたします。

（米湊委員）

伊予市健康づくり・食育に関する庁内・関係課における令和6年度の取組状況と令和7年度に向けた目標および方向性について、ご報告いたします。令和6年度における伊予市の健康づくり・食育の取り組みについて、関係10課から提出された事業をもとに、整理

を行いました。資料2をご覧ください。令和6年度の評価を踏まえ、今年度の方向性を表の右側にAからEの区分で整理しております。本日はその中でも特に廃止とされる事業Eと、新たに充実・強化する事業Aについてご説明いたします。

まず、廃止となる事業についてです。

4ページ上段をご覧ください。学校教育課では、幼稚園の統廃合に伴い、伊予幼稚園が令和6年度末で保育所と統合し、令和7年度からはみなみいよ認定こども園として再編されたため、廃止となりました。

4～5ページでは、各学校の判断により継続が難しくなった事業もあります。

8ページ最下段をご覧ください。健康増進課では、長年ご利用いただいていた伊予市健康ポイント事業「ますますいよ健康ポイント」が、令和7年3月31日をもって契約終了となっております。この事業に代わり、令和7年度からは、愛媛県健康アプリ「kencom」と連携し、毎日の歩数管理や健康情報の提供など、引き続き行われております。

次に、令和7年度からさらに充実させた事業についてご説明いたします。

3ページ中段をご覧ください。長寿介護課では、地域リハビリテーション活動・支援事業の充実を目指し、リハビリ職と連携して、みかんまる体操のテキストを作成し、地域での自立的な健康づくり活動を支援しています。また、指導者育成講座を開催し、地域の人材育成にも力を入れております。

6ページ中段をご覧ください。健康増進課では、SOSの出し方教育を市内小中学校で実施し、心の健康を守る体制強化を図っています。令和6年度は中学校1校のみでしたが、今年度は小学校5校と中学校2校で実施となっております。学校教育現場における子どもの心の健康への関心の高さが伺えました。

8ページ中段をご覧ください。健康診査の受診率向上事業においては、勧奨方法や対象者抽出を工夫し、令和6年度特定健康診査受診率が、愛媛県11市中1位となる成果を上げました。しかしながら、第2次伊予市総合計画の目標数値60%と比較すると、まだ低い状況です。今後は特に受診率が低い層への働きかけを強化し、健康寿命の延伸につながるよう、生活習慣予防の取り組みに力を入れてまいります。

このように、庁内・関係課における今後の取り組みは、これまでの成果をもとに、さらに健康づくり・食育の取り組みを深化させ、「いきいき健活 増やそう笑顔」を目指してまいります。そのため、制度や事業の見直しを行い、地域の健康課題の改善に向けて、効果的な事業展開を進めてまいります。今後とも、市民の皆様には、よりよいサービスを提供し、健康づくり・食育の取り組みを一層充実させていく所存です。市民の皆様の温かいご理解とご協力を賜りますようお願い申し上げます、報告とさせていただきます。

(田中会長)

ありがとうございました。続きまして関係機関・団体の皆様からそれぞれの取り組みについてご報告いただきます。それでは伊予市小中学校養護教諭代表の横田委員、お願いいたします。

(横田委員)

資料3の1ページ目をご覧ください。伊予市養護部会では、令和6年度子どもの心の健康問題への対応、性に関する指導資料の作成に取り組んできました。心の健康への対応については、児童・生徒・保護者へ向けた心の健康をテーマにした健康通信「はあとふる」を発行しました。子どもの心の健康課題へ対応するため、教職員への研修も各校で実施しました。市内の取り組みとしましては、栄養教諭と連携した児童・生徒・保護者対象の栄養相談の実施があります。小児生活習慣病予防検診は、肥満度や貧血、血圧測定、脂質検査などの検診ですが、それらの結果で要医学的管理・要経過観察の児童・生徒を対象として、栄養相談を行いました。他にも中学生を対象に、外部講師や養護教諭による性に関する指導、思春期教室を継続しています。今年度はこれまでの継続的な活動に加え、新たに中予保健所の保健師によるご指導のもと、血圧対策を見据えた教材研修を実施しました。市内養護教諭の数名が参加をさせていただき、各校へ研修内容を周知しました。来年度からは教材の作成、授業実践に取り組んでいく予定となっています。

その他、各校で実態に応じた取り組みをしており、心の健康については、心理療法士によるSOSの出し方教育、ストレス対処法を学ぶ講演会などの実施、食育については、地元産の食材を紹介する校内放送の実施、依存症対策としては、非行防止教室、飲酒喫煙・薬物乱用防止教室の啓発、がん教育や自殺予防対策などの計画を行いました。

家庭との連携につきましては、生活習慣調べを毎月実施し、朝食・睡眠・スマートフォンやゲーム利用を把握することで、個別の指導に役立てています。学校保健委員会につきましても、各校で様々なテーマを取り上げて、睡眠や転び方講座など、子どもたちの身体機能の維持・向上に直結するテーマで実施しました。

評価については、令和6年度の自己評価はAとしておりましたが、課題もございました。学校保健委員会などを通じて家庭への周知を行っていますが、活動内容によっては十分に浸透していないと感じる面もあります。今後はより家庭と連携し、地域全体で子どもたちの健康を支える仕組みづくりを模索していきたいと考えています。令和8年度に向けて、現在の取り組みを維持・発展させて、子どもたちが将来にわたって健康に過ごせる基盤づくりを目指していきたいと考えています。

(田中会長)

ありがとうございました。引き続き、伊予市立郡中小学校の郷田委員、お願いいたします。

(郷田委員)

栄養教諭は、伊予市に3名しかおらず、13校の学校を3名で担当しております。

まずは学校給食についてですが、例年通り、地場産物の活用や郷土料理を取り入れた給食の運営を行っています。また昨年度から、ALTの出身国の食事を給食に取り入れるということで、試作品をALTに試食していただき、承認されたものを学校給食として提供しています。子どもたちにもおおむね好評な給食ができたと思っています。

それから、給食の紹介などの放送と毎月給食だよりを発行しております。全国の中でも愛媛県は朝食欠食率が高いということで、今年度は給食だよりの中で、朝食についての啓発を行っています。

小学校での食育については、市内全小学1年生でそらまめのさやむき体験を実施しています。また数校の小学3年生では、とうもろこしの皮むき体験を実施しています。今月は、伊予小学校と郡中小学校の2年生で、大根の収穫体験を予定しています。体験活動をどんどん増やして、子どもたちに肌で感じる食育を増やしていきたいと考えています。

また「伊予國みそ汁ポスター」を夏休みの宿題で募集をしておりますが、入賞した児童のポスターを、給食の海苔のパッケージに印刷をして、提供しています。選ばれなかった児童たちも、「来年こそは、もう一度頑張って書こう」と話しており、いい啓発になっていると思います。

また1学期と2学期の最終日は、セレクト給食といって、自分が選んだ給食を食べるという形式になっています。1学期は学級ごとで選んだもの、2学期は個人で選んだものというように、継続して実施しております。

子どもクッキングについては、給食センターの大きな調理器具を体験できるため、人気です。同じ児童・生徒が重ならないような抽選にして、できるだけたくさんのお子どもたちが体験できるよう実施しています。

その他の事業ですが、先ほど資料にて、「郡中小学校の健康教育を廃止」との報告がありました。これにつきましては、参観日に一斉実施する形式を廃止したものであり、健康教育そのものは継続して実施しています。参観日に一斉実施となると、郡中小学校の養護教諭2名と栄養教諭1名では、3クラスにしか専門性のある職員が関われないという課題がありました。そこで、今年度は全てのクラスに栄養教諭や養護教諭が入り、食育や保健指導を実施できるように、各学年における健康教育は、より充実した形で継続して行っています。

それから給食試食会ですが、今までは保護者の方が来て、試食して帰るだけという学校もありました。そこで、今年度からは全ての試食会に栄養教諭が出向き、保護者の方へ食に関する啓発活動を行っております。内容は、現在課題となっている朝食欠食についてお話をしています。「食べてはいるが、内容は菓子パンやジュース、お菓子」という児童も多く見られるため、今後は朝食の中身についても考えていただけるような啓発ができればと考えております。

(田中委員)

ありがとうございました。引き続き、認定農業者協議会の岡市委員、お願いいたします。

(岡市委員)

第3次伊予市健康づくり計画をふまえて、現状を報告いたします。昨今の生活用品の値上がりの中でも、特に主食の米問題は日本中を巻き込み、日本農業の現状を浮き彫りにしています。昨年開催された「第27回全国農業サミット in 鹿児島」では、農業のあり方、また進む方向性が示されました。なり手がいない、新規農業者が少ないなど厳しい状況ではありますが、農産物の栽培方法・栽培技術・栽培環境から加工技術、チェック、販売、そして食育まで、6次産業化を取り入れた形へと社会状況が変化してきています。先週開催されました愛媛県認定農業者交流会では、省力化と規模拡大、地域の水田農業を守る取

り組み、環境性能の向上や販路の市場再開・拡大に向けた取り組みと情報交換を行いました。さらに農地では、イノシシを筆頭に、ハクビシン、アライグマ、猿、鹿、カラス等の鳥獣被害が激しくなっています。

伊予市農業振興課の関連機関・団体等の取り組みにおいても、現状維持・継続の方向であります。伊予市認定協議会は、伊予地区農業者経営者協議会、愛媛県認定農業者連絡協議会等も農業生産物提供者の役割として、研修会や交流会などを中心に取り組んでいます。現状維持・継続の状況です。経済状況も気にしながら、知識を身に付けてより良くしたいと思っています。体が資本の農業者にとって、健康づくり・食育への取り組みは大切です。項目によっては優先的に啓発活動をすることも考え、進めていきたいと思っています。

最後に、農産物を収穫し、商品として農協や市場、さらには生産者が運営参加している伊予市の町家、いよっくら、スーパーの産直コーナーなど消費者＝家庭を結びつけ、健康づくり・食育推進に寄与できればと思っています。

(田中会長)

ありがとうございました。食生活改善推進協議会の友澤委員、お願いいたします。

(友澤委員)

食の健康づくりの視点から、減塩や野菜を1日350g摂ることを目標に、日々活動を行っています。令和6年度に実施した活動内容は、お手元の資料4ページをご覧ください。この中からおすすめしたい取り組みとして2点報告します。

まず、7月10日に一日食品衛生監視員事業に参加しました。食品事業者の方と、さざなみ館で食品衛生管理の状況を確認しました。現場を実際に見学することで、食の安全が多くの関係者の努力によって守られていることを改めて認識しました。この経験を、今後の食改の活動に生かしていきたいと思えます。

次に、8月4日IYO夢みらい館で開催された「伊予市市制20周年記念事業」に参加しました。佐伯矩博士を題材としたラジオドラマの放送に合わせ、私達食改の料理を紹介していただくための収録がありました。広報紙や市のホームページに掲載されたことで、食改の活動を知っていただく良い機会になりました。今後も引き続き、市民の皆様とともに食育活動に取り組んでまいります。

(田中会長)

ありがとうございました。いよし健康づくりの会の安渡委員、お願いいたします。

(安渡委員)

令和6年度におきましては、役員会やイベント実施に伴う実行委員会、一日研修旅行、ウォーキング大会、総会の開催、会報誌の作成・配布のほか、会員に向けて健康教室や健康セミナーなどの案内を行っております。健康づくりの会は5つの支部がございますが、各支部の取組について簡単にご説明します。令和6年度は、全支部においてゲートキーパー養成講座チラシの配布や講座参加者の報告をしております。

郡中支部では、健康講座参加者の報告、ヨガ教室、体操教室の開催、来年のウォーキング大会の下見を実施しました。南伊予支部では、健康講座のチラシ配布と参加者の報告をしております。双海支部では、健康講座のチラシ配布と参加者報告、ふれあい館までのウォーキング、毎日のラジオ体操を実施しております。中山支部では、健康講座のチラシ配布と参加者の報告、東温市の春秋のウォーキング大会への参加、役員会を年に5回実施し、随時会員も募集しております。また中山支部が主催した一日研修旅行の下見も実施しました。おかげさまで令和7年度は、予定通りのイベントを行うことができました。令和8年度においても、更なる取り組みを行う予定です。また各イベントを通じて会員も若干増えており、新しく入会される方もおられます。

最後に成果について共有します。会報第36号を作成し、全会員に周知しております。また、ウォーキングコースの下見では、交通量が多い等の危険箇所を指摘し、迂回ルートを作成するなど安全確保に努めました。大会当日は、愛媛大学の先生方や留学生にも参加いただき、交流を深めることができたと思っております。

(田中会長)

ありがとうございました。商工会議所の西田委員、お願いいたします。

(西田委員)

当会議所の活動は、地元の中小企業を対象にした経営支援が主でありますので、健康づくりに関しては、当会議所の職員向けの取り組みを報告することをご了承いただきたいと思います。なお、複数の従業員を抱えていらっしゃる事業所も福利厚生の一環で、同じような取り組みをされているのではないかと思います。

資料の①と②についてですが、毎年9月にウエルピア伊予で実施しております健康診断を職員全員が受診するように徹底しており、受診率100%を目標としております。受診後は、診断結果に基づき、保健師による保健指導を受けております。

⑨⑩については、会員事業所向けに健康診断の受診を推進しております。同時期にしている健康診断の受診でございまして、受診料の一部お一人につき500円を補助しております。

③については、業務量の偏りによる長時間労働などの健康被害を防止するために、事業配分の適正化により、適切な働き方を実現しています。

④については、健康情報冊子の回覧、⑤については、運動機会増進として協会けんぽが主催のウォーキングイベントに参加をしております。

⑦⑧については、職員の禁煙推進や、建物内での喫煙禁止に取り組んでおります。

## (2) 意見交換

(田中会長)

次の意見交換に入る前に、事務局より取組報告を受けて提案があるようです。

(事務局)

ただいま皆さまから取り組みについてご報告いただきました。それぞれの取り組みから

は、地域の特色を意識したものや、様々な形での取り組みの様子が伺えました。これらを踏まえまして、ここからは意見交換のテーマを「食育と地場産物の活用」「健康づくり・生活習慣病予防」の2つのテーマに沿って、ご意見をいただければと考えております。

(田中会長)

ただいま、事務局から2つのテーマについて提案がありました。本日は2つのテーマごとに、それぞれの機関での取組状況やそれぞれの立場からのご意見をお伺いしたく思います。

それでは1つ目のテーマ「食育と地場産物の活用」について意見交換を行いたいと思います。はじめに郷田委員にお伺いします。学校給食における地場産物の活用について現在の取り組みや工夫されている点がありましたら、ご紹介いただけますでしょうか。

(郷田委員)

現在、学校給食では、地場産物をできるだけ取り入れた献立を組むようにしております。前年度に使用した食材で、愛媛県産・伊予市産のものが何月にどのようなものがどの程度購入できているかを表にしておいて、翌年の献立作成に生かすようにしています。ただJAが昨年度撤退をしまして、現在は、(株)フジと地元の生産者の方にご協力いただいています。特に伊予小校区の方で大根やキュウリなどの季節の野菜を作って下さる方がお一人いらっしゃるもので、その方から入るものについては完全な伊予市産です。また、中山のタケノコやミニトマトも入るようになっておりますが、JAが撤退されたために、中山の栗などは使えなくなっているのが現状です。物価高騰の関係もあって、なかなか地場産物の推進が進まない状態ではあるのですが、現在県内産では、市町村で区分すると2位で、92~93%は地場産物を活用できている状況です。ただ季節によっては地元のものが入らない場合もあり波はありますけれど、年に3回、県で「地場産物強化週間」が設けられていまして、その時期には大体90%超えの地場産物が使えそうな状況になっていきます。

(田中会長)

ありがとうございます。続きまして、認定農業者の岡市委員にお伺いいたします。地域で生産されている野菜や果物など地場産物の種類や、その活用状況についてお話いただければと思います。またご参加された農業担い手サミットでのご経験も踏まえまして、第6次産業化や食育の重要性について、生産者の立場からご意見いただければと思います。

(岡市委員)

伊予市認定農業者協議会としては、6次産業化の取り組みについて、色々な会合等で、多くの経験を踏まえた形で報告や研修を行っています。6次産業化というのは、農林漁業者が第1次産業、自ら加工するのが2次産業、流通・販売・サービスが3次産業ということで、これを付加価値・所得向上と地域活性化を目指して、取り組みを進めるということです。1次産業の生産、2次産業の加工、3次産業の流通販売、これを6次産業という掛け算で表して、目的と効果を高めていくという内容になります。メリットは、所得の向上

を目指しています。付加価値の向上を目指して、中間コストの削減、経営安定、ブランド化、販路の多様化、雇用創出、農閑期の活用、若年層の雇用、地域の活性化、観光誘致、関係人口増加、地域文化・資源の保全など、多岐にわたり、生産者だけでなく地域全体の持続可能性を高める効果が期待できるということになります。

付加価値は、企業の原材料などを仕入れて、製品サービスを販売する際にその活動を通じて新たに付け加えた価値のことですが、単なる価格の安さでなく、高品質、消費する取り組みなど、サービスを魅力的に顧客に選ばれる理由をつくり、利益率を向上させるのが目的です。素材、デザイン、利便性など諸々ありますが、取り組みを進めているところがあります。

新鮮で安全・安心な食材を手に入れるために、生産者の顔が見えるような取り組みをするということが1つと、消費者のニーズを直接聞けるという立場から、販売上また販路確保、地元経済の販路確保、地元経済の活性化、輸送削減、そして食育の推進にも繋がると考え進めています。スーパーマーケットに地場産の農産物コーナーを設置し、新鮮で安心できる農産物を求め、消費者を確保していきたいと思っています。さらに、料理店や路店で地元食材を活用した特徴のあるメニューを提供することも、1つの利点としてあるのではないかと思います。食品製造者にとっては、地元食材を利用することで、流通経済や環境負荷の軽減に繋がります。こうした地産地消はSDGsの目標とも深く関わっており、森林大国日本における建築木材の活用が大きなCO2削減に繋がることなども踏まえ、取り組みを進めているところです。近日「伊予地区農業・生活研究フォーラム2026次世代へ継承する『協同』の精神と農村の未来」という、フォーラムが開催される予定です。

気象の影響など、農産物づくりには非常に苦勞しているのが現実ですが、地域の商品をスーパーマーケット、産直市場等へ届け、できるだけ皆さんに提供したいと思っています。

(田中会長)

ありがとうございました。次に高石委員にお伺いいたします。学校における食育の取り組みと、特に農業体験などを通じて子どもたちにどのような影響や学びがあったかについてお話いただければと思います。

(高石委員)

まず学校での食育というと、時間をかけているのは給食指導です。給食の準備から片付けの一連の指導の中で、正しい手洗い、配膳方法、食器の並べ方、箸の使い方、食事のマナーなどを習得させています。また献立を通して、食文化についての理解を深め、地域の食料の生産・流通・消費について理解を深めているところです。授業の中でも学年ごとに食育を行っています。例えば2年生では、自分の選んだ野菜を育てています。これは多分全ての学校で行われているのではないかと思います。最初からずっと自分で世話をしていきますので、そうすることで野菜への愛着が湧いてくる。「家で食べて美味しかった」、「また今度はこういう料理にしたい」という感想もよく聞きます。生産者の気持ちを理解するとともに、好き嫌いをなくすことにも繋がっていると感じています。

本校の話なのですが、3年生で地場産物である「唐川びわ」について学習します。昨年度ちょうどアンケートを取ったのですが、地場産物ではあるものの、意外と世話をしたことがある子どもは少なく、うちでもほんのわずかな子どもたちだけでした。本校の敷地内にも小さなびわが、今1本だけありますので、びわについて調べるだけでなく、袋掛け作業や収穫も行いました。主な活動としては、地域の方にお世話になって、収穫からパック詰めまでを体験させてもらっています。これらの体験を通して、地場産物について調べるだけでなく、実際に体験することで理解をさらに深めるといふことと、もう一つは地域の方と繋がった活動になっていきますので、郷土を愛する心情もあわせて育てているというふうな、そういう効果を感じています。

(田中会長)

ありがとうございました。続いて友澤委員にお伺いいたします。日頃の活動の中で子どもや若者に向けて伝えていきたいことや、また食育に関する思いなどがありましたら、お願いします。

(友澤委員)

私達食生活改善推進協議会は、子どもたちに食育、「五つの力」を育ててほしいと願い、日々活動しています。その五つの力とは、「食べ物の味がわかる力」、「食べ物の命を感じる力」、「食べ物を選ぶ力」、「料理ができる力」、「元気な体ができる力」です。また、若い世代はウェブサイトやSNSから情報を得ていることも多いことから、正しい情報の取得方法についても伝えていきたいと思っております。

(田中会長)

ありがとうございました。本来であれば、ここで最後に全体のとりまとめ（総括）として、曾我委員よりご意見をいただく予定でしたが、本日はご欠席のため、事前にお寄せいただいたコメントを事務局より代読させていただきます。

(事務局)

曾我委員のコメントを代読させていただきます。

まず、地域の食文化を次世代へ継承する上での日々の教育や地域連携の重要性についてのコメントです。

地域の食文化を次世代へ継承するためには、日々の教育と地域連携が欠かせません。政府が掲げる食育の目標にもあるように、食べる力は生涯にわたって人の生活を支える基盤です。栄養や健康の知識だけでなく、食材を選ぶ力、調理する力、そして食を通じて他者と関わる力など多面的な能力が含まれています。その中でも、食文化や食にまつわる体験を次世代に伝えることが、大人が担うべき重要な役割として位置づけられています。しかし現代社会では、核家族化や生活スタイルの多様化により、家庭内で受け継がれてきた食文化が希薄になりつつあります。かつては祖父母や地域の大人たちから、季節の食材の扱い方や、行事食の意味を学ぶ機会が多くありましたが、今ではそのような生活の中での学びが減少しています。だからこそ、家庭だけに頼らず、地域全体で子どもたちを育てる視

点が求められています。地域連携の取り組みとしては、地元農家との交流、学校給食での地産地消の推進、地域行事での食文化体験など、多様な形が考えられます。これらは単なるイベントではなく、子どもたちが自分の住む地域の食に触れ、理解し、誇りを持つための大切な学びの場となります。

続いて、食育と地場産物、第6次産業との繋がりについてのコメントです。

まず、食育を進める上で大切なのが、子どもたちが、食べ物がどこから来て、どのように形を変えて自分たちの元に届くのかを、実感として理解することです。そのために大きな役割を果たすのが、地場産物と第6次産業です。地元で育った食材に触れることは、地域の自然や文化を知るきっかけになります。さらに第6次産業の現場では、生産・加工・販売までの一連の流れを体験できます。畑で育てる、加工する、そして実際に提供される場を見る、このプロセスを子どもたちが経験することで、食への興味は大きく高まります。実際に自分の手で収穫した野菜は、普段より美味しく感じられますし、加工の工夫を知ることによって食品を見る目も変わります。こうした体験は、教室の学びだけでは得られない主体的な学びに繋がります。また地域の農家の方や加工業者の方と関わることで、子どもたちが食文化を未来へ繋ぐ意識を育てる上でも、非常に重要です。食育と地場産物、第6次産業の連携は子どもたちの食べる力を育むだけでなく、地域全体で食文化を守り、次世代へ継承していく大きな力になります。

以上、曾我委員からの見解でした。

(田中会長)

ありがとうございました。曾我委員からのご見解を受けて、また皆様からいただいたご意見と合わせて、この「食育と地場産物の活用」というテーマのところは、それぞれの立場での取り組みにぜひお役立ていただければと思います。どうもありがとうございました。

他に何かないでしょうか？

(米湊委員挙手)

(米湊委員)

私の方から、委員の皆様にお伝えしたいことがございます。令和8年は本市ゆかりのある人物で、栄養学者の佐伯矩博士の生誕150周年にあたります。皆様ご存知の通り、佐伯先生は栄養学の発展に長年ご尽力され、特に食育の大切さを広く伝えてこられた方です。国立栄養研究所の初代所長を務められるなど、そのご功績は非常に大きなものがあります。この節目の年に向けて、先生の食や教育への思いを、「今」に生かすような取り組みが広がっていくことを期待しております。今後も連携・協力しながら、地域一体となって取り組んでまいりたいと思います。どうぞよろしく願いいたします。

(田中会長)

ありがとうございました。続いて2つ目のテーマ「健康づくりと生活習慣病予防」について意見交換を行いたいと思います。それでは横田委員にお伺いいたします。学校で実施

されている生活習慣病検診の中でも、特に子どもの肥満の実態について、現場で感じておられることがありましたらお聞かせください。

(横田委員)

小児生活習慣病予防検診では、要医学的管理・要経過観察になった児童・生徒につきまして、事後調査で生活習慣についてのアンケートを行っております。その結果を見ますと、偏食傾向が高い、外遊びが苦手、あまり外に行きたくない、ゲームやタブレットでの活動が好き、というようなお子さんが多いと感じています。ゲーム・スマホ・タブレットなどの利用時間もどんどん長くなっています。睡眠時間が後ろになって、朝も起きるのが辛くて、朝食も欠食して、食生活が乱れてくるので、ちょっと食べただけでまた体重が増えていくというような感じで、生活習慣の悪循環というのが続いているなど感じております。しかし一度栄養相談の対象になった児童・生徒が、その後も健診を受け、年に1回の栄養相談を続けていくと、少しずつ改善が見られることも実感しております。本人が「自分の生活を変えなくては」という意識を持たないと、改善に進めていくことは難しいのですが、それでも重ねて啓発を続けていくことが重要と感じております。

また中山小学校では「ウォーキング活動」という取り組みをされています。肥満傾向の児童・生徒に歩数計を持たせ、1日の活動量を数字で見えるようにし、友達と競い合ったり、日本地図でスタンプラリーにして、何万歩達成したらスタンプ・シールを貼るというふうに、ゲーム感覚で楽しんだりすることで、活動量を増やす効果を上げていると聞いております。私自身も伊予市外での経験ですが、そういう取り組みをして、子ども自身が楽しく動けるという意識が変わり、体型も生活習慣も変わったというのを目の当たりにしてきました。子どもたちが楽しみながら取り組める活動を通じて、生活習慣の改善につなげていければと考えております。

(田中会長)

ありがとうございました。続いて郷田委員にお伺いいたします。実際の栄養指導を通じて、子どもたちの家庭での過ごし方や、保護者の生活習慣の繋がりなどについて見えてくることがあれば、教えていただけますでしょうか。

(郷田委員)

先ほど横田先生がおっしゃったように、健診後に保護者の方に食事の調査を書いていたが、それを分析した結果が出てくるのですが、肥満の対象になっている方の分析結果は実はあまり悪くないです。保護者の方も、知識は持っていらっしゃるのですが、書くときは上手に書いてこられます。しかし栄養相談で直接保護者の方から話を聞いていると、個々の課題が見えてきます。初めは「朝食はきちんと食べさせています」と言われるのですが、具体的に聞いていくと、よく食べているものが揚げ物やたんぱく質とご飯だったりします。また主食のご飯の量も、最初は「1杯しか食べていない」と言われるのですが、詳しく聞いていくと、「3杯ぐらい食べている」ということもあります。なかなか一筋縄では前に進んでいかないなど感じております。ですから、親子で栄養相談を受けてくださる方は、翌年確実に良くなっています。やはり相談がきっかけづくりになっているのではない

かと思われま。小学校の間は、保護者の影響力はとても強いので、保護者の方が来られない場合も、お昼休みなどを使って児童全員を指導するようにしています。例えばおやつのお食べ方や、朝ご飯も「パンだけじゃなくておかずも作って」と保護者をお願いするなど、児童が自分でできることも伝えてい。また運動面は自分でもできるので、休み時間は外に遊びに行く、度々保健室に来て体重を測るなど、自分でできることをしてもらい。ですが、児童だけの指導であっても、翌年には少し良くなっています。

逆に、今心配なのは中学校での「瘦身」の方です。女の子は痩せたいと思って痩せている子、男の子はよく食べるけれど、部活などの運動量が激しくて食事が追いつかない子という2パターンがあります。女の子の痩せたいと思って痩せている場合は、改善がなかなか難しいです。「食べなさい」と言っても、自分はもっと痩せたい、綺麗になりたいという気持ちがあるので、改善は難しい。一方で男の子の運動量が激しく、食事が足りていない場合は、補食の提案をすると改善は見られます。一番難しいのが、小学生の「痩せの高コレステロール」の児童です。肥満の子なら痩せると数値も下がるのですが、元々痩せている子はさらに痩せるわけにはいかないので、食事をしっかり取りながら数値を改善するということが難しく、私も悩んでいます。

(田中会長)

ありがとうございました。続きまして佐々木委員にお伺いいたします。歯周病と生活習慣病との関連や、それを予防するための歯磨き習慣の重要性について、先ほどの学校での取り組みの様子を踏まえまして、ご意見をいただければと思います。

(佐々木委員)

学校教育の現場では、現代人の子どもは育て方が難しいのではないかという気がしています。昔であれば、ある程度見守っていれば自然に成長していた部分もありましたが、今は色々気を遣って、「ああでもない、こうでもない」と大人の正解を子どもに言うように見受けられます。そうした中で、いつの間にかオーバードーズの状態になって、家出したり、予期せぬ場所に行ってしまうたりと、もう大変なことになっているわけです。現場でも、多少はそのような経験があるかと思。つまり今はそういう時代にきているということです。歯科医の立場として、そういう社会全体に関わる大きいことを話したいわけではありません。私は毎日口の中を専門に見ております。口の中の変化で社会はこうなっているのではないかな、ということをお知らせしようと思。

例えば、今「生活習慣病」という言葉がありますが、これはもう少ししたらおそらく名前が変わると思。一昔前は「成人病」と言っていました。それが今では、生活習慣病になり、まるで個人の生活習慣だけに原因や責任があるかのような、考え方が通ってしまっています。しかし医学を少しでも学んだ人間からすれば、それはおかしい話です。親からの遺伝もあれば、社会的な環境の影響もあるのは当たり前なのです。ですからこの生活習慣病イコール個人の責任とするのは、少し的外れな考え方ではないかなと思っております。かつて成人病と言っていた頃に、「小児成人病」という名称がついたこともありましたが、それも違和感のある話でした。その後「生活習慣病」に変わったわけですが、どうも病気という概念は、その時々の方が決めているような側面があるようです。また現

場では少し個性のあるお子さんについて、「これは精神科に紹介していいのだろうか」と判断に迷う場面もあります。いわゆる一般的な行動パターンとは少し異なるようなお子さんに対しては、精神科の先生方も非常に悩むところではないでしょうか。

いわゆる「お口」というのは、生物にとっては非常に重要な要素です。例えば、顎が小さくなる、歯が小さくなる、筋肉が衰えるというのは、実は退化傾向にあるのです。その代わりに脳が発達して、口の中は「話すこと」に特化してきました。動物の舌は平たいだけですが、人間の舌は色々発音するために、丸めたりすぼめたりして、器用に使うわけです。味わうことだけではなく、喋るためにも進化を遂げたわけです。例えば、男性は声変わりをすると喉仏が少し下がります。赤ちゃんは泣きながらもおっぱいが飲めますが、成人になると、飲み込む瞬間は息を止めなければなりません。この仕組みが狂ってくると、誤嚥ということになるわけです。人間は、息が詰まるような構造に進化してしまったというわけです。そうした中で、もともと顎が小さく、筋肉も弱くなっているため、正しく姿勢を保ち、口を閉じることが難しくなっています。赤ちゃんをおんぶしたらつい口が開いてしまう様子は、誰でも経験があると思います。そのまま育ってしまうと、上唇と下唇が閉じず、いつも口が開いた状態になってしまいます。これを改善するために、最近では「フーセンガム運動」をやっています。ガムを噛んで、ぷーっとふくらませるには、口をしっかりとすぼめる必要があります。そうすることで口の筋肉が鍛えられて、口が正しく閉じられるようになります。そういう工夫も行っているところです。

つまり、放っておいたら、なかなか健やかに育たない時代なのだと思います。だからこそ難しいのです。異常も正常も境界領域も曖昧になっており、専門家ですら頭をひねることが多いということが大前提としてあります。例えばむし歯については、フッ素洗口の効果が明らかで、本当に改善されました。一時期「フッ素は大変な薬だから駄目だ」という、誤解や迷信のようなものがありました。要するに正しく理解されていなかったのでしょう。自然界にフッ素は山ほど含まれているわけですから、ワカメやひじきなども、フッ素だらけなのです。一時は否定された時代もありましたが、フッ素で本当に歯の状態は先進国並みに改善されました。

今の問題は歯槽膿漏、歯周病です。例えば、糖尿病と歯周病の関連は非常に重要視されて、糖尿病が悪化すると歯周病が悪化する、歯周病が悪化すると糖尿病が悪化するという、負の相乗効果になってしまっています。ですから改善しようと思ったら、歯周病だけではなく、全身の糖尿病なども治療しないといけません。小児でも遺伝子の関係もあるかもしれませんが、糖尿病のお子さんもいらっしゃいます。インシュリン等のコントロールを行いながら、非常に気をつけて歯周病の対策をする必要があります。これは単に汚れを取るだけではなく、歯茎のマッサージなども非常に必要になってきます。

(田中会長)

ありがとうございました。続きまして、西田委員にお伺いいたします。健康経営優良法人として、職場での健康づくりに取り組まれていると伺っております。特に健康習慣に関するアンケートを実施されたとのことですが、その結果から見えてきた職場の健康課題や、従業員の生活習慣の実態についてお話いただけますでしょうか。また、従業員の健康への意識づけに向けた部分についてお話いただけますでしょうか。

(西田委員)

各事業所の健康経営ということに関して、非常に興味を持って取り組んでいます。その健康経営を進めるにあたりまして、「アクサ生命」という会社と会議所が連携をしまして、取り組みを推進しております。推進の取り組みの一環として、アンケートを実施しましたので、その結果を報告いたします。複数ある中の、「従業員の健康意識行動」という回答項目の中で、「飲み物のカロリーや砂糖の量の意識をして飲んでいるか」、「食生活、健康を意識した食べ方をしているか」、「食べ物の選択をしているか」、「心の健康、仕事のストレス、家族の病気・看護・介護、人間関係などを意識しているか」といった項目に対し、職員の意識が希薄であるという点が課題として挙げられました。一方で、それ以外の項目では「適度な運動をしている（1日1回30分以上、週2回以上の軽く汗をかく運動）」について、半数以上の職員が取り組んでおり、喫煙者はゼロ、また「睡眠を十分取っている」という回答者も、半数に達しております。これらが課題と改善点であると同時に、できている項目であるという結果でした。これらの結果に基づきまして、アクサ生命の担当者による「健康経営セミナー」を実施しまして、職員に対し、課題や改善点について意識づけを行う機会を設け、それぞれ取り組んでおります。

(田中会長)

ありがとうございました。最後に中予保健所の小笠原委員にお伺いいたします。本テーマに関するご見解やこれまでの委員の皆様のご意見、県の取り組みなどを踏まえまして、総括的なご意見をいただければと思います。特に県内から心不全による死亡率が全国的にも高いという課題もありました。こうした現状を踏まえて、県民の健康づくり活動についても併せてお伺いできますでしょうか。

(小笠原委員)

まず心疾患について、伊予市の小学校の皆様と養護教諭の皆様に協力をいただき、「愛顔のハート」の体験プログラムを展開しております。令和6年度に伊予小学校で、参観日を使って公開授業という形で、他校の先生方にも見ていただきました。そのときに来ていただいた先生方から、「これなら私達でも教材を使って自分たちの学校で展開していけるのではないか。心疾患に関しての授業ができるのではないか。」ということで、今年度、中予保健所において、皆さんに教材を実際に作って持って帰っていただき、来年度からそれを使ってやってみようという形で進めていただいております。大変ありがたいことだと思っております。「愛顔のハート」につきましても、各保健所がモデル校を中心に進めております。今年度は、中予保健所では久万高原町で実施し、2月には東温市でも予定しています。市内の養護教諭の先生方も集まった公開授業や、保護者の方にも来てもらう参観日を使うような形で展開をしていき、将来的には伊予市のように、養護の先生方が自分たちで、学校の他の先生方と協力しながら、子どもたちへ心疾患について、減塩やタバコなどの話ができるように進めていけたらなと思って取り組んでいるところです。

またいろいろな取り組みを聞かせていただいて、保健所のほうも「これは頑張らねば」という感じで聞いていたのですが、まず県民の健康づくり事業としましては、やはり心疾

患ということもありますので、食事のほうも気をつけましょうということで「ご塩慮活動」を展開しております。ポータルサイトには啓発動画もありますので、研修会や会議の待ち時間などにぜひご活用ください。

商工会議所には、今度保健所のほうで開催している「地域職域連携会議」において、地域や職域の健康課題について話し合う場がありまして、そこで健康経営について話し合う予定です。また参加していただいているところへ、健康情報メールマガジンを毎月送付させていただいております。各事業所で職員の方へ転送していただいたり、プリントアウトして見てもらったりというお声は伺っておりますので、引き続き取り組んでいきたいと考えています。

愛媛県全体としましては、先ほど企業のほうで働き方という話がありましたが、同じように仕事と健康、家庭との両立を支援する「ひめボス事業所」認定制度があります。男女共同参画という意味だけではなく、男性も女性も、体が少ししんどくても、介護や看護をしないといけなくても、働きやすい、無理なく働くことができる事業所が増えることを目指して取り組んでおりますので、参考にさせていただいたらと思います。

（田中会長）

ありがとうございました。以上で意見交換を終了とさせていただきます。本日は様々な立場から貴重なご意見をいただき、誠にありがとうございました。ここで最後に、本日の意見交換を通じて感じたことや、今後の取り組みに対しての気づきなど、1人1分以内でお願いできればと思います。

（横田委員）

伊予市における成人の健康課題は、今後成長していく子どもたちの将来の課題にも繋がっていくと思いますので、目の前の子どもたちの健康課題をよく見ていくことも大事ですが、今日のように色々なお立場の方から、色々な情報をいただいて、先を見据えた健康づくりのための活動をしていきたいと思いました。

（郷田委員）

健康教育の基本は、義務教育の間の9年間だと感じています。特に食に関する指導については、9年間の間に自分で選択できるような能力をつけて、高校・大学と進めるような子どもたちを育てていきたいと考えております。今後ともよろしくお願いたします。

（岡市委員）

食育を大事にした形の研修や働きかけをしていかないといけないということを強く感じましたので、今後さらに深めていきたいなと思います。よろしくお願いたします。

（友澤委員）

子どもや若者の食育は、学校や家庭、地域が連携して取り組むことの大切さを改めて感じました。それぞれの立場の声を聞くことで、私自身も多くの気づきをいただきました。皆様のご意見を、これからの活動に生かしていきたいと思います。

(米湊委員)

冒頭、本市の取り組みとして特定健康診査の受診率が、愛媛県下の市で1位であるご報告をいたしました。この1位に甘んじることなく、さらに受診率を上げて、健康寿命の延伸に繋げていきたいと考えております。そして各委員さんからいただきました貴重なご意見を生かしまして、効果的な事業展開、そしてこの情報を各課に共有しつつ健康づくり・食育の取り組みを一層充実させていきたいと考えております。また皆様のご協力をよろしくお願いいたします。

(小笠原委員)

皆様の活動を聞かせていただきまして、子どもの頃から一丸となって、健康の町で暮らしてもらおうという取り組みを進められていること、大変素晴らしいと思っております。中予保健所としても、支援者側の研修会や情報提供等、皆様と一緒に取り組んでいけたらと思いますので今後もよろしくお願いいたします。

(安渡委員)

いよし健康づくりの会はほとんど高齢者ですので、今後の会員の健康増進・食事が大事だと思えました。5つの支部で大体300名ぐらいの会員さんがいらっしゃるのですが、食も大事。それから生活習慣病予防・減塩に努める、それからもう一つは、足腰の筋肉が衰えないように頑張っただけのよう、今後とも活動を進めていきたいと思えます。どうぞよろしくお願ひします。

(西田委員)

健康づくり・食育推進に関しては、幅広い世代にわたって関係することですので、本日は様々な立場の団体の皆様からご意見をお聞かせいただきまして、非常に参考になりました。伊予市におかれましては、本日の皆様の意見を参考にして、計画に盛り込んで取り組んでいただければと思っておりますので、よろしくお願ひします。

(高石委員)

初めて参加させていただきましたが、健康づくり・食育推進に関して、様々な機関が予想を超える様々な取り組みをされていることに、まずは驚いたことと同時にありがたく思いました。学校におきまして、子どもたちのために健康づくり・食育推進について、これまで以上に今後進めてまいりたいと思えます。ありがとうございました。

(佐々木委員)

私の雑駁なお話、失礼いたしました。

(田中会長)

ありがとうございました。それでは私からも一言申し上げます。日頃診療しておりますと、やはり高血圧、糖尿病、脂肪肝、脂質異常症等の生活習慣病が非常に多いのが実情で

す。十分な教育などは、なかなか時間をとることが難しいため、皆様のご協力が不可欠だと思います。また、がん検診の受診率が良くないということで、日頃、胃・大腸内視鏡検診をしている立場からしますと、症状が出てから検診をしても、内視鏡治療で済むような早期がんは少なく、進行がんになっていることが多いので、受診率を何とか上げるような啓発をしていただければというのが私の希望です。

### (3) その他

肝疾患対策の評価指標の追加について、事務局より説明。

2月10日に開催予定の健康づくりに関する講座について事務局より説明。

## 4 閉会

(田中会長)

以上をもちまして本日の議事を終了いたします。皆さまにはスムーズな会の進行にご協力をいただき、誠にありがとうございました。それでは進行を事務局にお返しいたします。

(事務局)

委員の皆さま、長時間にわたり熱心にご協議いただき、誠にありがとうございました。委員の皆さまからいただいた貴重なご意見は、今後の健康づくり・食育の推進にあたり、参考とさせていただきます。

以上をもちまして、伊予市健康づくり・食育推進協議会を終了いたします。

午後3時40分 閉会