

会 議 名		令和6年度(2024 年度) 第3回八王子市食育推進会議
日 時		令和7年2月20日(木) 14時30分～16時00分
場 所		八王子市保健所 4階401会議室
出席者氏名	委 員	加藤 直樹、野下 清子、峯尾 誠、松本 賢一、佐藤 高雄、内藤 里美、浦野 慎一、能渡 規子、榎本 愛子、池田 博
	事 務 局	鷹簀保健所長、白石保健総務課長、野口主査、森居主任、茂木主任、上地主事、秋廣
	ごみ減量 対 策 課	小岩井主査、村田主事
欠 席 者 氏 名		横田 由香里、米津 元一、岡部 貴代、小池 さとみ、松久保 雅和、角 宏美
報 告		(1) 食品ロスの取組について
議 題		(1) 八王子市民の食育に関する意識調査結果について (2) 第4期八王子市食育推進計画の基本方針について
公開・非公開の別		公開
非 公 開 理 由		
傍 聴 人 の 数		なし
配 付 資 料 名		次第 【資料1】八王子市食育推進会議委員名簿 【資料2】八王子市食育推進会議開催要綱 【資料3】八王子市民の食育に関する意識調査結果について（抜粋） 【資料4】第4期八王子市食育推進計画(令和8年度～11年度(2026年度～2029年度)の基本方針について ご意見シート

【会議の内容】

《開会》

発言者	内容
保健総務課長	定刻となりましたので、ただいまより令和6年度第3回八王子市食育推進会議を開催いたします。委員の皆様におかれましては、大変お忙しい中、御出席をいただき、誠にありがとうございます。本推進会議は設置要綱にもございますように、八王子市における食育に関する取り組みを総合的な見地から協議、意見交換を行う場としております。また、本食育推進会議は原則、公開となっていることから、会議録作成のため録音をさせていただきますので、御了承ください。 なお、議事録については議事録案を作成し、皆様に内容の確認を行った後、本市のホームページで公開しております。議事録における委員の発言につきましては、これまでと同様に委員の皆様

	の個人名は記載せず、「委員」と表記させていただきます。 また、本日配付しております【資料1】の名簿については、この内容でホームページに公開させていただきますので、よろしくお願いいたします。 本日の傍聴人はいますか？ いないようですのでこのまま進行します。 それでは、会議の開催に先立ち、保健所長より御挨拶をさせていただきます。
保健所長	八王子市保健所長の鷹簀でございます。 皆様におかれましては、大変お忙しい中、御出席をいただき、誠にありがとうございます。 本日の会議でございますが、市民意識調査の結果がまとまりまして、それを基に次年度以降の食育推進計画について皆様に御協議をいただく予定です。 また、1月に消費者庁と厚生労働省の連名で食べ残し持ち帰り推進ガイドラインが発出されました。それを受けまして、本日の報告の話題としてごみ減量対策課から食品ロスをなくして、いかにおいしく最後まで食べきるかといった話題について皆様に御報告をさせていただきます。 どうぞ、よろしくお願いいたします。
保健総務課長	ここから、八王子市食育推進会議開催要綱、第5条により、会議の進行を保健所長の鷹簀所長にお願いします。
保健所長	それでは、これより私の方で会議を進めさせていただきたいと思います。始めに、次第の1つ目「食品ロスの取組について」の報告です。ごみ減量対策課から、御説明をよろしくお願いいたします。
ごみ減量対策課	それでは、資源循環部ごみ減量対策課より食品ロス削減に向けた取組について、御報告いたします。短い時間とはなりますが、どうぞよろしくお願いいたします。 資源循環部では、「循環型都市八王子プラン ごみ処理基本計画」における基本施策の重点プロジェクトとして、食品ロスの削減推進を掲げています。毎年10月の「食品ロス削減月間」をはじめとし、各種イベントや展示、広報特集号「ごみゼロ通信」のほか、SNS や市公式 YouTube チャンネルなど様々な場面、媒体を通じて、食品ロス削減に向けた取組の市民への周知啓発を行っているところです。そのなかでも、昨年(令和6年)10月に新規取組としてはじめました、民間企業「キューピー株式会社」との連携事業である「エコサラダレシピ」について、この場をお借りして、御報告いたします。 事業コンセプトとして、【八王子エコサラダは2度おいしいプロジェクト(仮)】を掲げています。【仮】としている理由は、今後、このプロジェクトが計画・実行・改善されていくなかで、幅広く展開・進化していく、という意味をあらわしています。 食品ロス削減推進に向けた普及啓発が必要になる背景としては、日本における食品ロスの量にあります。農林水産省・環境省によると、令和4年度(2022年度)の日本の食品ロスの量は、家庭系・事業系を合わせて約472万トンとされています。 食品ロスになる主な物としては、次の3分類に分けられます。1つ目は、野菜の皮の剥きすぎなど本来食べられるのに捨てられる食品(過剰除去)です。2つ目は、作りすぎなど、食べきれずに廃棄される食品(食べ残し)です。3つ目は、長い間保管されて食べられないまま捨てられる食品(直接廃棄)となります。なかでも、食卓に並ぶ頻度の多い食材であるキャベツ・白菜・だいこんなどの野菜類(厨芥類)は食品ロスの約4割を占めています。 八王子市は、人口50万人以上の都市のなかで、1人1日あたりのごみの排出量の少なさ全国1位となっており、市民の皆さまの、ごみの減量に関する意識が高いことが推測されますので、野菜類に焦点をあて、食品ロス削減に向けた取組の周知啓発を行うことは、食品ロス量の削減、強いてはごみの減量にとって効果的と考えています。

また、食品ロス削減に向けた周知啓発を行ううえで重要となるのは、「必然性」です。市民1人1人、食品ロスの削減に向けた取組を行うことは、大切なことだと思っても、なかなか自分自身の行動に取り入れられる方は少ないことが想定されます。健康維持・向上や自己肯定感を高められるような取組である、いわゆる、自身に有益であることが、重要になります。そのほか、気軽に参加ができる、仲間と一緒にできることが、食品ロス削減に向けた取組への行動変容につながると考えています。

そこで、食品ロス量の約4割を占めている、なおかつ、食卓登場頻度の高い野菜(サラダ)に焦点をあてて、新規取組として「エコサラダレシピ」をはじめることになりました。

サラダの食卓出現頻度が高い理由として、あらゆる食場面・場面・メニューに合うことが挙げられます。また、サラダが支持されるわけには、情緒性・健康性・持続性の特徴があります。例として、野菜に多く含まれる「カリウム」が、食塩の調節に役立つところです。健康面を考慮した食事をするうえで、食塩の摂取を制限するだけでなく、カリウムを摂取することが重要とされています。「エコサラダレシピ」をとおして、自然と適塩につなげることも考慮しています。

前置きが長くなりましたが、ここで「エコサラダレシピ」の内容について、説明します。「エコサラダレシピ」は、キューピー株式会社とメニューの試食を行い、考案したものを最終的にレシピとして決定しています。レシピは、約3～4か月ごとの頻度で、月2メニューずつを目安にキューピー株式会社と考案、作成しています。スライドの画像は2025年2月公開分になります。現在、「エコサラダレシピ」は、市のホームページや SNS などで公開しています。特徴的な公開場所としては、市内のスーパーマーケットなどの小売店様にご協力いただいて、商品棚やレジ周辺に店頭 POP 形式で設置しています。主な POP の設置場所は、キューピー株式会社の商品陳列棚、いわゆる「エンド」と呼ばれる棚になります。

「エコサラダレシピ」のPOPには、レシピの写真や材料、ワンポイントを掲載しており、二次元コードから市のホームページにアクセスできるようになっています。市のホームページでは、メニューの特徴や作り方の詳細を確認することができます。

なお、POP には、キューピー株式会社の取組のほか、八王子市のごみ減量・資源化推進の取組、食品ロスの削減に向けた取組の紹介を掲載しています。レシピと同様に、二次元コードから市のホームページにアクセスできるようになっているため、市民の皆さまへの周知啓発の場面として有効活用できています。

市内小売店様での食品売場のエコサラダレシピ POP 設置状況となります。写真は、株式会社スーパーアルプス様での昨年10月分の POP になります。

写真は、スーパーバリュー八王子高尾店様での今月分のエコサラダレシピ POP 設置状況になります。今月2月1日から食品売場で展開しています。

今後の店頭コミュニケーションとしましては、株式会社キューピーと情報交換等を行い、スーパーアルプス様、スーパーバリュー様以外の市内スーパー小売店につきましても設置協力を依頼し、展開する予定です。

まとめとなりますが、本取組の市のメリットとしましては、3つ挙げられます。まず、食品ロス削減の取組として何をすればよいかわからない市民の皆さまも多いですが、手軽にできて健康によいため、参画しやすく取り組みやすいということです。また、市としましては、キューピー株式会社が持っている量販店の食品売場を活用できるため、市の食品ロス削減に向けた取組を効率的に周知啓発することができます。なお、定期的にエコサラダレシピを公開することで、継続的な啓発活動を行うことができます。

「食品ロスの削減の推進に関する法律」では、食品ロスの削減に関する活動を行う団体その他

	関係者は、食品ロス削減の総合的かつ効果的な推進を図るため、相互に連携を図り協力することが定められています。 今後、キューピー株式会社はもとより、市の関連所管やパートナーの方々と協働・連携体制を構築し、本取組を食品ロス削減に向けた周知啓発の方法の一つとして、充実したものへと発展させたい次第でございます。 エコサラダレシピの説明は以上となりますが、最後に、情報提供です。令和6年12月に、消費者庁及び厚生労働省の連名で「食べ残し持ち帰り促進ガイドライン～SDGs 目標達成に向けて」が策定されました。食品ロス削減を推進していくなかで、食べ残してしまったものの持ち帰りも一つの有効な方法と考え、安心・安全な持ち帰りを推進すべく、事業者が留意すべき点と、消費者に求められる行動について整理したガイドラインとなります。今後、このような取組が推進されていくことで、より食品ロス削減に対する意識づけが強化されていくことと思います。 ぜひ、御参考いただければと思います。 説明は、以上でございます。
保健所長	御説明ありがとうございました。御質問、御意見等ございますか。 ないようですので、議事に入ります。議事1、「八王子市民の食育に関する意識調査結果について」、事務局より説明をお願いします。
事務局	私からは八王子市民の食育に関する意識調査結果について抜粋したものをお伝えいたします。 初めに本調査の回収率についてです。無作為抽出と大学生のものを合わせた合計の回収率が43.8%です。また、子ども意識調査の全体の回収率は62.3%です。 続いて『食育』についての関心度を聞いた設問では、「関心がある」が8割近くとなっており、5年前に行った前回調査と比較すると大きな差はありませんでした。 『食育』について関心のある内容は、「心身の健康の維持・増進について」が7割台半ばと最も多く、続いて「生活習慣病の予防」、「食品の安全性について」となっています。その中で、『『痩せ』について』関心があると答えているのが、女性の10代、20代で4割強と、他の年代と比べて多くなっているという特徴がありました。 続いて、市の食育に関する取り組みの認知状況についてです。印がついているものに関しては学校給食での取り組みのもので、前回の調査ではなかったのですが、新しく付け加えた項目です。「知っているものはない」と回答した方が6割台半ばから4割台半ばまで減少していましたので、八王子市の食育に関して知っている方が前回と比べると増えたのではないかと考えています。 続いて、市に重点的に取り組んでほしい食育の取り組みに関しては、前回行った調査と同じく、最も多かったのが「学校、保育所、幼稚園などでの食育」という結果となりました。続いて、「食品の安全性の確保」、「地産地消の取り組み」となっています。 続いて、朝食についての設問です。こちらで前回の調査と比較して大きな差があったところは、大学生の朝食摂取状況についてです。「ほぼ毎日朝食を食べている」と答えた大学生の割合が、前回の調査では6割近かったところが、4割台半ばまで減少しています。また、「ほとんど食べていない」と答えた大学生の方が、前回の調査では1割強だったところが、約2割へ増加をしています。朝食を食べない理由については、年代別に見ると、「時間がないから」がおおむね年代が低いほど多く、「食べない方が体調が良いから」と答えた方はおおむね年代が高いほど多いという結果となりました。 続いて、朝食の摂取状況(子ども意識調査)についてです。こちらは、幼稚園・保育園児、小学生、またその保護者、中学生・高校生への調査を行ったものです。結果として変化のあったところは、中学生で「ほぼ毎日朝食を食べている」と回答した方が、前回約9割だったところが、今回の調

査では約8割へと10%減少しています。朝食を食べない理由は、幼稚園・保育園児、小学生は、「やせたいから」や「食欲がないから」などの回答がありました。中学生・高校生、幼稚園・保育園児、小学生の保護者では、「時間がないから」といった理由が最も多くなっています。

続いて、食に関する情報入手経路についてです。こちらは、前回調査と比較すると、「テレビやラジオ」と答えている方が8割から7割近くへ減少し、「SNS」と答えた方が2割台半ばから4割へ増加をしていました。

続いて、中学生・高校生に対して、食に関することに限らず、自分が必要な情報をどこから入手していますかと尋ねたものについてです。最も多いのが「インターネット」、続いて「SNS」という回答となりました。

続いて、共食についてです。前回の調査と比べて変化があった部分は、「平日3食＋休日3食すべてひとりで食べている」と答えた方について、男性の60代では、前回は1割だったところが2割近くへと増加、女性の60代が、該当なしから1割弱へと増加、女性の70代が1割未満から約2割近くへと増加をしました。高齢者の孤食が増えているという結果となりました。

続いて、子ども意識調査で、「平日の夕食を誰と食べているか」を尋ねたものです。こちらは、前回の調査と比べて変化があった部分は、前回の調査では「家族の誰かと一緒に食事をしている」という回答が多かったのですが、今回は「家族全員と食事をしている」という割合が増えているという結果となりました。こちらはコロナ禍において在宅ワークなどが普及されたことから、平日の夜に家族全員が家の中にいるという環境が増加したことが背景としてあるのではないかと推測しています。

続いて、生活習慣についてです。BMIの結果をまとめた表の中で変化のあった部分は、男性の40代以降のどの年代においても、BMIが「25以上：肥満」の方の割合が増加しました。特に、男性50代においては、前回の調査時ではBMI「25以上：肥満」の方が24.6%だったところが、今回40.3%まで大きく増加していました。また、女性10代、20代のBMI「18.5未満：低体重（やせ）」については、前回の調査と比較すると少し減ってはいますが、依然として高い状況にあります。

ここからは、今回の調査から新しく追加した設問についてです。まず、「食事を楽しいと思うか」という質問についてです。「食事を楽しいと思う」と答えた方は9割強です。「食事を楽しいと思わない」と答えた方の最も多い理由は、「ひとりで食事をすることが多いから」です。

続いて、過去1年間に家族が必要とする食料を経済的な理由で購入できないことがあったかの有無についてです。「あったと」答えた方が1割近くです。また、「あった」と答えた方の中で、「子ども食堂や高齢者サロンなど、無料または低価格で食事をとることができる場所を利用したことがありますか」という設問については、「利用したことがある」と答えた方が1割強となっていました。また、全体に対して、大学生の方が「利用したことがある」と答えた方が多いという結果が出ています。市内の大学においては、朝食を100円から200円など低価格で定食を提供している大学があり、そのような場所を利用しているのではないかと予想しています。

続いて、環境への配慮についての設問です。こちらも今回新しく追加した設問で、「環境に配慮した農林水産物・食品を選んでいますか」という設問です。「選んでいる」と答えた方が4割台半ばとなっています。どのようなものを選んでいるかは、「国産のもの」が9割近くと最も多い結果となっています。

災害への備えについての設問です。「災害により電気、水道、ガス等といったライフラインが停止したことを想定して食料を備蓄していますか」という設問です。「備蓄していると」答えた方は、6割台半ばです。合わせて、『ローリングストック』という言葉の意味の認知度も聞きました。ローリングストックの「言葉も意味も知っている」と答えた方は、42.9%という結果でした。

	以上が抜粋したものになります。前回調査と変化があったところや、今回新しく取り入れた質問についてお伝えをさせていただきました。 以上です。
保健所長	事務局の説明が終わりました。御質問、御意見等ございますか。
委員	資料3の12ページ、朝食の摂取状況(子ども意識調査)の朝食を食べない理由についてです。資料3の幼稚園・保育園児、小学生の朝食を食べない理由の選択肢には、「やせたいから」と、「作るのが面倒だから」とありますが、調査票の選択肢では、「太らせたくないから」と、「用意できないから」となっています。同じように、資料3の中学生・高校生の朝食を食べない理由の選択肢には、「作るのが面倒だから」とありますが、調査票の選択肢では、「準備されていないから」となっています。大事なところで気になりましたのでお伝えさせていただきます。
保健所長	大変失礼いたしました。現状、案の状態なので修正の対応をしていきます。 他に御質問、御意見等ございますか。ないようですので、続いて、議事2、「第4期八王子市食育推進計画の基本方針について」、事務局より説明をお願いします。
事務局	では、第4期食育計画の基本方針について、15分ほどお時間を頂戴して説明いたします。 皆様にはこちらの会議で3期計画の進行管理をしていただきましたが、3期計画が令和7年度までの計画のため、8年度から始まる4期計画を、7年度中に策定する必要があります。そのため、本日は新規計画の考え方や進め方について、現時点での案を説明いたしますので、ぜひ皆様にも御意見を頂戴できればと思います。 まず、八王子市の計画のなかでの、食育計画の位置づけについて説明します。市の最も上位の計画が八王子未来デザイン2040で、その下に「健康」と「医療」2つの視点から市の考え方を示した健康医療計画があり、食育計画は、この健康医療計画を補完する計画です。ほかにも「がん予防推進計画」といった計4つの補完計画があります。 こちらのスライドは先ほど説明した関連計画や、国や都の食育計画の期間を示したものです。健康医療計画と、食育計画以外の3つの補完計画はすべて期間がそろっており、令和11年度までを期間として計画を推進しています。現在、食育計画のみ期間がずれている状況ですので、4期計画は他計画と終了年度を合わせる形で11年までの計画としました。 次に、第3期計画の進捗状況について説明いたします。こちらのスライドは7月の会議で報告した内容と同じであるため説明は割愛しますが、ほとんどの取組がA評価であり、おおむね順調に進行しております。 こちらは、3期計画で定めている評価指標の一覧です。市民意識調査の項目から設定しています。令和元年から4以上の増減があったものについて色塗りしました。黄色が悪くなったところ、青が良くなったところ。特に変化が大きかったのは、大学生の朝食を食べていない人の割合です。約4割の大学生が朝食を食べていない結果となりました。3期計画の説明は以上です。 新計画の説明に移ります。こちらは3期計画の体系図です。青で囲んだ部分、将来像と基本目標については、第1期から継承しておりまして、食育を推進するうえで基本的かつ普遍的なものであるため、4期についても継承いたします。オレンジで囲んだ部分、施策の柱と活動内容については、国や都の動向、市民意識調査の結果に基づき再構築できればと考えております。 体系図案についてご説明します。こちらの図は先ほどの体系図から活動内容を抜粋したものです。3期計画では、ライフステージ、各世代毎に取組内容を設定しておりましたが、新計画では、取組毎に世代毎の取組を設定したいと考えております。例えば、「生活習慣病予防」について、3期計画では壮年期から高年期までの世代のみ記載していましたが、新計画では、小さいころからの習慣や意識付けも重要であると考え、幼年期から高年期にいたるまでのそれぞれ取組を設定したい

と考えております。こちらの体系図案は、厚生労働省が提唱する「ライフコースアプローチ」という考え方を参考に作成しました。「ライフコースアプローチ」について、簡単に説明いたします。

「ライフコースアプローチ」は、令和6年に厚生労働省が健康日本21という健康づくりの指針の中で示した考え方です。ライフステージ、こちらは皆様なじみがあるかと思いますが、幼年期や高年期等、独立した各世代を指す言葉です。一方、ライフコースとは、人の生涯を切れ目なくとらえようとする考え方で、ひとが歩む人生の道筋そのものを指す言葉です。そして、ライフコースアプローチとは、現在の健康状態はこれまでの生活環境に影響されたり、次世代の健康にも影響を及ぼす可能性があるとし、ひとの人生を幼年期から高年期までつなげて考えるとともに、生活環境等にも着目し、切れ目のないアプローチをしていこうとする考え方になります。この幼年期から高年期までつなげて考える、というアプローチを基に、先ほどの体系図案を提案させていただきました。

こちらは今まで御説明した基本的な考え方をまとめた表になります。御説明したライフコースアプローチについてもこちらに記載しております。

最後に、策定の進め方を御説明します。こちらの食育推進会議や、パブリックコメント等を実施し、皆様の御意見を伺いながら進めていければと思います。また、4期計画では新たな試みとして、ワークショップを実施したいと考えております。ワークショップ案について御紹介します。

このワークショップは、食に関する団体や企業、学生の方に参加いただき、御意見やアイデアを伺いながら、計画に取り入れていきたいという思いから企画いたしました。進め方としては、3つのグループを作成し、グループごとに異なるテーマで議論していただき、取組アイデアを提案いただければと思っています。スケジュールは御覧のとおりです。5月～7月までは、月1で全体会を開催し、8月には取組アイデアについて、発表いただく場も設けたいと考えております。食に関する計画ということで、皆さんと一緒に楽しく作りたいたいと思っております。皆様から読んでいただける計画を作りたいたいと思っております。

テーマ案はこちらの3つです。それぞれが計画の3つの基本目標とリンクしています。メンバーは記載の方々を中心にお声がけできればと思っています。それぞれのテーマについて詳しく説明いたします。

1つ目のテーマは「三食、三色食べる！」です。こちらは計画の基本目標の1つ目「望ましい食生活を身につける」にリンクしております。用語の説明について、簡単に書かせていただきました。朝食を抜いてしまう方や、食事を炭水化物のみで済ませる、という方も少なからずいらっしゃると思いますが、できる限り欠食をなくし、栄養バランスの取れた食事を心がけていただきたいという思いからこちらのテーマを設定いたしました。

具体的に参加者の皆様にお話しいただく内容としましては、若い世代の朝食摂取率の向上や、バランスの良い食事をする方を増やすための取組についてアイデアをいただきたいと思っております。市の課題としては、若い世代の朝食摂取率の低下や、若い女性のやせ、40代～70代男性の肥満率の増加、子どもの野菜への苦手意識といった問題がございます。

2つ目が「選んで食べる！」です。基本目標の「食の基本的な知識、スキルを養う」こととリンクしております。環境に配慮した食品の選択や、地産地消の推進の取組についてアイデアをいただきたいと思っております。市の課題としては、産地を意識して購入している人の割合が前回調査時より下がっていることや、食品購入時に気を付けていることを聞く質問で、10代・20代の4割近くが「特にない」と回答したことなどがあります。また、地産地消を推進する市の取組として、学校給食で八王子産の野菜を積極的に使用しております。

3つ目が「楽しく食べる！」です。基本目標の「食を通じて、家族、地域、自然とつながる」こととリンクしております。誰かと楽しく食事をする機会を増やしたり、自然と健康になれる食環境づくりに

	ついてアイデアをいただければと考えております。まず前提として、「楽しく」食べる、という定義は人それぞれです。一人で自由に好きなものを、好きな時に食べるのが楽しい方もいらっしゃると思います。ただ、市民意識調査で、食事を楽しいと思わないと回答した方の4割がその理由として「ひとりで食べているから」を選んでおり、最も多く選ばれた選択肢でした。そのため、誰かと一緒に食べることを「楽しく」食べることの手段のひとつとして考え、こちらのテーマを設定いたしました。市の課題としては、70代以上の男性が他年代と比較して食事が楽しくないという回答が多かったことや、三食すべて一人で食べている人の割合が60代男性、70代以上女性が前回と比べ高くなったこと等があります。市の現在の取り組みとしましては、地域での料理教室の開催や、学校を休みがちな子供たちへの給食提供等の取り組みがございます。 ワークショップの説明は以上です。策定体制としましては、皆様に御参加いただいているこちらの会議で引き続き御意見をいただくとともに、庁内の関連所管とも連携を図り進めてまいります。推進会議につきましては、今回で皆様の任期は満了となりますが、引き続き委員として御就任いただく方もいらっしゃると思いますし、ワークショップやパブリックコメント等、市民の方の御意見をお聞きする場を御用意しておりますので、ぜひ一緒に新しい計画を作っていただけたらと思います。 説明は以上です。
保健所長	事務局の説明が終わりました。御質問、御意見等ございますか。
委員1	おそらく何回も申し上げているとは思いますが、「朝食の欠食」がいつも問題になります。特に大学生について、私のお店で雇っているアルバイトの大学生もそうですが、大体朝ご飯を食べていない学生が多いです。その理由としては、「寝る時間が欲しいから」と言っていました。大学生もアルバイトで夜12時～1時位に帰る子たちも多く、次の日朝食を食べないことも多いとのことでした。市で今回のような市民意識調査をする時に、「睡眠時間はどのくらいですか」という質問を年齢別で聞くと、睡眠時間の回答によって、朝の食事時間と朝食の摂取に関係性を結びつけることができるのではないかと思います。もちろん幼稚園、小学生・中学生まではまだ保護者が面倒を見ている場合が多いので、ある程度規則正しい生活で朝食をとる機会も多いと思います。しかし、大学生になると1人暮らしを始めるなど生活も変わるので、大学生以降に焦点当てる時に、朝食をとる時間や睡眠時間などの実態が調査を通して分かったと根拠や分析が分かりやすくなるため良いのではないかと思います。また、食事の楽しさについて、調査結果から、60代、70代は、1人暮らしが多くなっていることから、「ご飯が美味しくない、楽しめない」というに回答に関連しているのではないかと考え、今後どう取り組んでいくべきか、課題の一つだと思いました。
保健所長	ありがとうございました。朝食について、委員のおっしゃる通り、朝食の定義が人によってこれだけ生活時間帯が年齢や環境とともに変わると、そこも問題かなと思いますし、朝食や睡眠時間等の質問で、一律の調査になっているかどうかの問題もあるかと思います。この件に関して何か事務局から説明または意見があればお願いします。
保健総務課長	「健康日本21」という国の健康の取り組みの中でも、「睡眠」の課題と取組があがっていました。皆さんご存じの通り、「日本人は睡眠時間が短い」、「朝食の定義とはなにか」という問題もあり、行政としては、朝食や生活リズムに関する啓発をしていますが、これからは「睡眠」も合わせて啓発していくことも必要であると感じているところでございます。 また、先ほど事務局の説明の中でもありました、八王子市の上位計画の中でも睡眠等に関する取り組みをしていきたいと思っています。また、孤食について、「1人での食事」ということに関しては、福祉的な要素もあるのではないかと思います。「孤食」の問題も大きく関連して、福祉部の施策である第4期八王子市地域福祉計画の中でも地域等での「つながり」をキーワードにして計画を作り、取り組んでいるところです。孤食の問題を解決するのは、とても難しいと思っておりますが、地

	域とのつながりを深め、「孤独感」というのを無くしていくことを行政として取り組んでいきたいと思っております。
保健所長	新計画策定の進め方についてワークショップ形式を提案させていただいております。冒頭でお話をさせていただいたように、「楽しく食べる」ことや、それぞれ皆さん個別に思っている「楽しい食事のイメージ」、「どのような工夫をしたら食事を美味しく食べられるか」など、そのような個人の御意見をいただくには、少人数でたくさん発言してもらいたいという思いもあり、ワークショップでは、それぞれのテーマや課題に沿って、ざっくばらんにお話できたら良いと考えております。 先ほど、ごみ減量対策課より、キューピー株式会社の協力のお話がありましたが、場合によってはワークショップのメンバーで、民間企業の方に来て話をさせていただく、あるいはワークショップのメンバーが民間企業の見学に行くなどに取り組んでいただくなど、ぜひ、現在の委員の方々の御協力もいただきたいと思いますと思っております。 また、事務局よりワークショップのテーマ例を説明した中で、資料4の基本目標「望ましい食習慣を身につける」ために、「1日3回食べるという3食」、また、系統の異なるものを食べて体のバランスを良くしようという「3色を食べる」という1つ目のテーマ案や2つ目のテーマ案の基本目標「食の基本的な知識、スキルを養う」ために「自分で体にいいものをバランスよく選べるようになる」というテーマ、さらに3つ目のテーマ案、地産地消を考えながら楽しく食べるために、「食材がどのようにこの市内で作られているのか」などをワークショップで取り組んでいけたらと考えております。 前回の会議でもお話したかと思いますが、地産地消ができる自治体というのは特に都内では八王子市ほどないかと私は思っております。そのため、「地産地消」の取組も八王子市ならではののかと考えております。是非、御意見がある委員がいらっしゃいましたらお願いいたします。
委員2	新計画策定の進め方について、ワークショップを通して、課題や取組などに関しているような意見が出て、聞けることが期待できるので良いと思います。 市民意識調査の結果について、資料3の17ページに記載してありましたが、40代以上の男性の肥満率の増加に限らず、10代、20代のBMI25.0以上(肥満)が男女とも増えているのではないのかなと思いました。 私は、小中学校で学校医をしており、現在、学校と連携して八王子市基準の成長曲線をうまく使っていけるように啓発もしております。実際に小中学校で成長曲線をつけてみると、肥満の子がとても多く、その対象の全員に受診勧奨するとなると八王子だけで何千人にもなり、医療機関でもどうにかしないといけないという話もあがっています。今回の結果でも、10代、20代の肥満率が前回調査より高くなっており気になったのですが、あえてその点についてお話されなかったかどうかいかがでしょうか。若年者の肥満についてもBMIの高い方が多く、その方々の検査してみても、コレステロールや中性脂肪が高い方も結構いるので、肥満や適正体重について警告していくと良いと思いました。
保健所長	ご指摘ありがとうございます。委員のおっしゃる通り、令和元年の男性10代、20代でBMI25.0以上が12.5%でしたが、今年度では、19.2%で増加しています。また、女性の「やせ」問題や10代、20代の肥満率の増加の課題についても次年度以降、計画に切り込んで取り組んでいく必要があると思いました。 他に御意見がある委員がいらっしゃいましたらよろしく願いいたします。
委員3	新計画策定の進め方について確認したいのですが、本会議もこれまでと同様に行い、それとは別にワークショップも行うということでしょうか。
保健総務課長	はい。御認識の通りでございます。

委員3	ありがとうございます。 先ほど朝食と生活リズムについてお話がありましたが、私自身も夜遅くに夕飯を食べたら、朝ごはんを食べられないことがあります。若い方は、直前まで寝ていたり、夜遅くまでバイトなどをしていたりとなかなか生活リズムを整えることは難しいと思います。そのため、朝食の前の段階、前日の夜の過ごし方なども考えていく必要があると思いますがなかなか簡単なことではないと感じました。また、今回の調査結果から、朝ごはんを食べない理由の中で、「朝ごはんを食べない方が体の調子がいい」という人が結構いるということに驚きました。いろんな人がいるので、朝ごはんを食べて、健康になろうということも全員に当てはめられることではないのではと思いました。 また、今回の調査は主に食事に関してアンケートをしていましたが、70代男性の2割が「食事を楽しんでいると思っていない」と思う人がおり、このような方たちは、食事以外も楽しいと思って生活しているのか気になりました。今回は、食事に関することを聞かれて、「楽しくない」と答えていますが、そう思う生き方は、食事だけに限らないと思い、他の事についても楽しんでいるかどうか気になりました。孤食についても、1人暮らしをしていて1人で食事をしているのと、家族と暮らしているのに1人で食事をしているのは、寂しさが全然違うのではないかと思います。 さらに、資料3の18ページで、「食事を楽しんでいると思わない理由」の質問項目で、4.4%が「噛むことや飲みこむことが難しいから」という理由で食事を楽しんでいないと思っている人がいるのだと私の職業柄から気になりました。その問題に、私なりにサポートできたらいいなと思いました。令和6年から八王子市で、76歳と80歳の後期高齢者医療制度の被保険者を対象に「後期高齢者歯科健診」が始まり、私の地域柄なのか、かなり多くの方に検診を受けに来ていただいております。今回は、2つの年齢のみが対象となっておりますが、より多くの方を対象として、早い段階でオーラルフレイルを予防していただけるようにして、先ほどの理由で食事を楽しめない方が減っていけば良いのかなと思いました。そのため、市の健診事業の対象者や年齢を広くするなど、多くの人にそういった検診を受ける機会を増やしていければよいのではないかと考えております。
保健所長	ありがとうございました。孤食についての課題もワークショップで取り組んでいければと思いますので、是非、御協力をお願い致します。
委員4	私は、企業で勤めておりますので、企業目線でお話をさせていただきたいと思います。地産地消の話がありましたが、地元で積極的に取り組んでいる企業や会社を応援していく取り組みなどがあると良いのではないかと考えております。 私の会社でも、ただ美味しい、安い商品を作るという観点だけではなく、健やかな生活、サステナブルな未来を実現する新しい商品を作り、お客様に提供しようという目標もあります。トレーを無くし、綺麗に見栄えがするような袋に変えるなどエコに繋がる工夫にも取り組んでおります。 このように地元の企業がサステナブルの観点や健康的な商品開発などこだわっていることをお伝えできるような場があると、皆さんの食事や食育にも繋がるのかなと思いますので、そういうところで協力できればなと思っています。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員5	今回の新しい推進計画について、新計画体系というところで、食育では、高齢者、青年期だけではなく、少年期や幼年期、小さいお子様からのアプローチがすごく大切だと思いますので、新計画の取り組みはいいのかなと思っています。 また、先ほど委員からお話がありましたように、食事だけでなく睡眠の問題も気になりますけれども、各年代で生活習慣の違いがありますので、大きな差が出てしまうのかなと思っています。 私は、普段、高齢者の方々と接することが多いお仕事をさせてもらっていますが、1日2食でいい

	と言う方については、「動かないから、2食食べられればいい」というような気持ちの問題もあると思います。また、先ほどの睡眠の問題というところで、夜遅くまでお仕事されていて、夕飯が遅くなるので、朝ごはんを食べられない、または朝起きられないから食べないなど、時間とともに食事もしんどんずれていき、生活リズムが変わっていくこともあるなと思いました。 また、新計画策定の進め方のワークショップについて、グループごとのテーマ例についての説明がございました。3つ目の「楽しく食べよう」というテーマ例に関して、メンバーの中に、子どもの教育・保育推進課がありますが、基本目標では、「食を通じて、家族、地域、自然とつながる」とあり、高齢者に関しても、地域と繋がることはとても大切なことですので、メンバーの中に高齢者の担当されている行政の方を入れていただくのもいいのかなと思いました。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員6	私は、保育園に勤めておりますが、やはり生活リズムと食事はとても関連しているなと常々感じています。普段、お子様と接していて、小さい時から食体験をすることはとても大切だなと思っています。 私の保育園では、食品ロスをなくす取り組みの中で、各クラスに小さいバケツを置き、残食をバケツに入れてもらうようにしています。そして栄養士が残食を調べます。私の園では給食が2週間のサイクルメニューのため、次のサイクル時には、「なぜ園児が給食を食べなかったのか」、「切り方や味が良くなかったのか」などを検証し、なるべく食品ロスをなくそうと取り組んでおります。 また、お子様方に、自分で美味しいと思って食べるという、食への意欲やお子様から発言できるようなアプローチが必要ではないかなと考えており、実際に野菜を育ててみることもそのような意欲や関心に繋がるのではないかなと思っています。ワークショップのテーマ例の中でも「3食、3色食べる」、「選んで食べる」、「楽しく食べる」テーマがそれぞれありましたが、保育園でも取り組んでいるなと思いました。例えば、「3色列車」でお子様たちが食品を分けがけができるような遊びも行っています。また、地産地消の取り組みに関しても、八王子産米を食べる日があり、保育園では11月にお米だけではなく、その他の食材も八王子産の食材を使用した給食を提供したり、「かて飯」や桑の葉を使った給食などを提供したりしています。このように今後も八王子ならではの食育にも取り組んでいけると良いと思いました。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員7	私は、「食事を楽しいと思う方」の70代の2割が楽しくない、逆に言えば8割の方が食事を楽しんでいることについて、それいいのか悪いのかっていうのが分かりませんが少し気になりました。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員8	朝食のことについて、中高生の朝ごはんを食べる割合が前回の調査よりも下がっており、また朝ごはんを全く食べない状態もありました。中学生も忙しいという状況も関係していると思います。例えば、塾に行き、帰りが夜遅くて、その時間から夕飯を食べたり、寝る時間が遅くなるから朝起きられず朝ごはんを食べられなかったりという生活をする子もいます。 調査の結果から、「市に重点的に取り組んでほしい食育の取り組み」の質問項目で、「学校・保育所・幼稚園などでの食育」が1番多くなっていました。私は、中高生の保護者、仕事としては保育園の栄養士をしております。保育園では食育を既に行っていると思いますが、コラボして一緒に食育をできたら、おもしろいかなと思います。市と保育園と幼稚園と一緒に何かしたり、また、工場に出向いたりする活動などでもできたらいいかなと思いました。 また、ワークショップの進め方について、私の子どもの中学校で熟議を行っており、進め方はそれぞれありますが、意見を出し合う際に、付箋に意見や内容を書いて紙に貼る方法(KJ法)があり、様々な言葉を収穫するのに大変良いと思っています。今後の計画で、ワークショップを行う際

	にぜひ参考にしていただければと思います。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員9	ワークショップのグループ3のことについて、「食事を楽しいと思わない」男性70代以上の割合が2割ということや高齢者の孤食が増加したという報告がありました。それに合わせて、『食育』について関心のある内容-性・年代別」の設問について、「食生活の乱れについて」を選んだ男性70代以上が50%になっています。その結果について、割合がとても高いと気になり、前回の調査と比較してみました。前回の結果は33.3%で、今回の結果は前回より16.7ポイントも増加していることが分かりました。「食事が楽しいと思わないこと」と「孤食が増加」したこと、そして「食生活の乱れ」、これらは多少なりとも関係し合っているのではないかなと思いました。先ほどの話で、「生きがい」という言葉も出てきたのですが、それに関連して、『食育』について関心のある内容」という設問で、「農業などに関する体験について」も少し増えています。そのため、心の健康、外に意識を向けて何かをしていくと食にも関心が向き、健康づくりにつながる好循環になると思います。しかし、ボランティア活動を行っている中で、高齢の男性は外に出ることが女性に比べて少ないように感じます。例えば、男性を対象とした料理教室や高齢者サロンへの参加率も女性に比べると男性の参加率はまだまだ少ないのではないかと考えています。 そのようなことから、ワークショップを行う際は、高齢の男性がもっと外に目を向けて楽しくなるように繋がっていくといいと期待をしておりますので、ぜひ前進していただきたいと考えております。
保健所長	ありがとうございます。続いての委員の方よろしく願いいたします。
委員10	ワークショップのメンバー構成について、栄養士さんや大学生、食に関する企業や団体が挙げられていました。私も八王子市で、食に関する企業で勤めておりますので、今後も是非協力させていただければと思います。先ほど高齢者サロンのお話もありましたが、私の仕事の中でも、高齢者が集まるサロンで健康教室を行ったり、市内の小学校で出前教室として食育の話をしたりすることがあります。生活リズムのお話がありましたが、私がお話させていただく際には、「早寝、早起き、朝ごはん、朝うち」が大事で、「1つでもできれば、各々全部つながってできるようになる」ということをお伝えしています。また、睡眠に関しても話がありましたが、他の自治体の給食センターから食と睡眠を繋げた話をしていただきたいという案件もございました。今後も、そのような形で八王子でも携わっていきたいと思いますので、どうぞよろしくお願いいたします。
保健所長	ありがとうございます。他に御意見がある委員はいらっしゃいますでしょうか。
事務局	本日御欠席の委員の方から御意見をいただいておりますので事務局よりお伝えさせていただきます。 まず、食育に関する意識調査から特に大学生の朝食の欠食が増えたことについて、委員は大学で教鞭を取っており、栄養学を専攻されています。実際に大学においても、栄養学を専攻している学生も朝食を欠食している学生が一定数いるとのことでした。このことについては、生活リズムとの関係が大きいと思いますが、別の視点で突き詰めると、そもそも学生は基本元気があり、特に病気への意識が低いことも朝食の欠食に関係しているのではないかと御意見をいただきました。来年度のワークショップの計画でも大学生を巻き込みながら、いろんな方面から課題に対して考えてもらえれば若者のその意識を上げていくことができるのではないかなというお話がありました。 また、ワークショップの形式で計画を作っていくことは大変素晴らしいという御意見をいただきました。ワークショップだけでなく、可能であれば、大学でもゼミなどでも活用し、課題やテーマについて学生自身にも研究など取り組んでもらうのも1つの案として良いのではないかなという御意見をいただきました。以上でございます。

保健所長	本日予定しておりました議事は終了いたしました。次第の4つ目、「その他」に移ります。まずは、全体を通して、御質問、御意見等ございますか。次に、委員の皆様より連絡事項などございますか。 — 委員から情報提供はなし — それでは最後に、事務局より連絡事項をお願いします。
事務局	本日、お配りしている御意見シートについては、追加で御意見がありましたら、御記入いただき、3月7日(金)までに、下記に記載のメールアドレスまたはFAXで御提出くださいますようお願いいたします。また、今回の謝礼は、後日、口座にお振込み致しますので、お振込み先が変更になっている場合は、事務局までお知らせください。 皆さまに、令和5年9月よりご就任いただいております委員任期は、令和7年3月をもちまして満了となります。在任中は、公私共に御多忙な中、多大なる御協力を賜り誠にありがとうございました。次期委員の選任につきましては、今後事務局より御所属団体の代表者の方に御依頼の連絡をさせていただきますのでどうぞよろしくお願いいたします。事務局からの連絡は以上です。
保健所長	本日は、お忙しい中御出席いただき、ありがとうございました。 皆様にいただいた御意見を参考に、次期計画を検討し、本市の食育事業を推進して参りますので、よろしくお願いいたします。これで閉会とさせていただきます。ありがとうございました。