

平成 23 年度第 1 回健康づくり推進協議会議事録

日時：平成 23 年 12 月 14 日（水） 18：00～20:00

会場：宗像市役所 202 会議室

出席者：橋本委員（会長）、岡田委員（副会長）、石松委員、石井委員、権田委員、
竜口委員、棚橋委員、中嶋委員、中村委員、平尾委員、松尾委員、的場委員、
水崎委員
（欠席：井本委員、山根委員）

1. はじめに
〈健康づくり課長あいさつ〉
2. 委嘱状交付
3. 会長、副会長選出
〈会長に橋本委員、副会長に岡田委員〉
4. 議題
(1)「健康むなかた 21」の推進について(今年度の取り組み、来年度の予定)
〈事務局説明〉【資料 1】【資料 1 の 2】

橋本会長

事務局の説明について質問や、新しい取り組みをはじめた団体などがあれば、発言をお願いしたい。子どもの食育推進でいろいろな取り組みをしている JA さんでは、今後力をいれていこうと考えていることや、お母さんたちからの要望などで何か話題になったことはないか。

中村委員

年に 2 回ほど子育て支援料理教室を託児付きで実施しており、小さい子をもつお母さんたちからは、託児があると参加しやすいと喜ばれる。しかし、12 月に計画した際には、マンネリ化してきたのか、参加人数があまり伸びなかった。また、リピーターが多い。

橋本会長

託児のスタッフや講師は、専門家に頼んでいるのか。

中村委員

託児は、専門家に依頼と JA 職員で対応している。託児の専門家には、予算が少なく交通費程度で、ほぼボランティアで実施してもらっているような状況であ

る。講師は、女性部のなかに栄養士がいるので、そちらにお願いしている。こちらにも、ほぼボランティアで実施してもらっているような状況である。

橋本会長

実施回数を増やしてほしいなどの要望は、お母さんたちからないか。

中村委員

当初は、回数を増やしてほしいという要望はあったが、この12月は、あまり集まらなかった。実施時期の問題もあるかと思う。毎年、同じ時期に実施しているので、時期をずらすのもひとつの方法かもしれないと思う。

橋本会長

PTAも、こどもの食育で取りくんでいることがあると思うが。

的場委員

各学校の教育部会などで、学校の栄養士に依頼して、給食の試食や、その他食育の教室などを行っているようである。また、母親部会では、年に1回程度講習会をするようにしており、今年は、業者に依頼して、牛乳を使った料理の講習会を実施した。

橋本会長

各学校に任せて実施されているのか。

的場委員

各学校で、それぞれ取り組みがされている。母親部会は各学校の代表者が来ているので、部会で習った講習を各学校でも広げられればと思うが、そこまでは実施できていない。

橋本会長

小学校での食育の取り組みは、何か力を入れていることがあるか。

水崎委員

各学校で、食育計画を作って取りくまれている。その中でも、学校給食は、作る過程を学ぶ機会も必要があればいいし、給食の事前事後の指導も行うので、学校では、給食を中心とした食育が重点的にすすめられている。それだけではなく、総合の時間等を活用して、農協、漁協に協力してもらい、地元で採れた食材を使って、実際に作って、食べてという体験もする。地元の食材を知るといって、地産地消の学びにもなっているのではないだろうか。つくる、味わうなどの体験をとおして五感で食を感じることで、食に対する関心が高められていると思う。食については、家庭と地域と学校それぞれで取りくむことができるし、また、健

康づくりや生きることの学びに大切なことだと思う。

橋本会長

健康づくりの取り組みで、何かあれば。

棚橋委員

ゲーム機を活用した健康づくりはどのようなことを考えているのか。実際、子どもとコミュニケーションをとって触れ合うというよりは、携帯などのアプリを活用して子守代わりにしているお母さんも増えているので、メディアの問題が気になるところであるのに、ゲーム機を活用した健康づくりというのが理解しがたいところであるのだが。

事務局

対象を高齢者やコミュニティでの活用、次年度からの健康づくりの推進テーマとしている働く世代と想定している。体を動かすきっかけづくりになればと考えているが、使用できる人数が少人数であることなど、展開については課題がある。教育大学で研究的に取りくまれた先生がいるという情報があったので、今後、確認をして検討したいと考えている。

平尾委員

機械工学の先生が高齢者の身体バランスなどを測定して、ゲーム感覚でバランス感覚を養うようなものを開発しつつあるということ、試行的に公民館などで実施したという話を聞いた。対象を高齢者としている点や公民館で試行的に実施したという点で、市（健康づくり課）の考えと一致するため、情報として報告書に記載した。担当教員に話をしたところ、対象者や市からの要望があれば、協力できるのではないかとということであった。

橋本会長

看護大学も、地域といっしょに健康づくりをやっていることがあると思うが。

松尾委員

数年前には、食進会の協力を得て、一人暮らしの大学生を対象に料理教室を実施した。また、学生が自分たちで食に関する学習をしながら、大学生のお弁当の日を展開したこともあるが、継続しなかったため、食についての取り組みは、今後も考えていく必要があると思う。

今年度の重点項目となっている、「子どもと家族の健康づくり」については、積極的に学生に働きかけて、関われるところが増えると思われるので、実習や、実際に地域に出て行っている活動があるので、それらとつなげていくようにしていきたい。

次年度の重点課題となっている「働く人の健康づくり」については、今年から

大学のカリキュラムの中でも強化しているところなので、実習などをおしてすすめていけるといいのではないかと思いますし、連携できることがあるのではないかと思います。

棚橋委員

こねっこの活動は、看護大と連携して実施しているが、骨密度測定と、学生が食と健康の情報などを指導してくれる。その時に、お母さんたちから産後太りやすくなり、どうしたらウエストが細くなるかという話がでて、教員が、家でも簡単にできる体操を教えてくれて、とてもよかった。お母さんの身体づくりという視点で、他のサークルなど、乳幼児が集まる場で実施してもらえたらいいと思う。

実際、ずっと赤ちゃんを抱っこしていて、身体が固くなり、肩こり、腰痛、腱鞘炎になったというお母さんが多く、そのようなお母さんは疲れ果てている。赤ちゃん向けのベビーマッサージなどはよくされているが、お母さん向けに、呼吸法や肩こり体操などを紹介すると、自分向けの体操ができてよかったと喜ばれる。

今後も、家でも簡単にできる体操や体験をとり入れた内容の紹介などで、連携できたらいいと思う。広報などにも毎掲載せてあるが、見るだけよりは実際に体験しないとできないと思うので、いろんな場で、少しずつとりいれられたらいいと思う。

橋本会長

働く人の健康づくりとして、商工会はどうか。

石松委員

商工会では、年に数回、ソフトバレーボールを実施しており、普段運動していない人も楽しんでいるし、食についての情報交換もされている。衣食住は生きていくなかで大切であるが、健康づくりや子育ての大切なことにつながるのが食であり、食の取り組みがとても大切だと感じる。

橋本会長

働く人は、なかなか運動する時間がないと思うが、市（健康づくり課）が推進している「ながら運動」なども紹介してはどうか。

石松委員

来年の女性部主催の企画で、自宅でもできる肩こり・腰痛体操などを実施することを検討している。

橋本会長

漁協も働く人が多いが、どのような取り組みがあるか。

権田委員

漁協の組合員は、仕事（漁）で身体を動かしているのので、特に組合員向けに何かするということはないが、青壮年部では、年に数回、宗像地区のソフトボールやボーリング大会などがされている。以前は、組合員のレクリエーションでグラウンドゴルフ大会などもしていたが、今はしなくなった。

職員に対しては、特に取り組みはなく、年に一回健康診断をうけるが、その後の健康管理は個人に任せている。

岡田副会長

コミュニティは、こどもと高齢者向けの取り組みが主で、高校生から64歳までを対象とした取り組みは特にはない。南郷まつりなど、子ども主体の行事を催しても参加は中学生までで、高校生の参加はほとんどないし、他の行事でも参加は高齢者が多い。全体的な問題として考えていかないと難しい。南郷の主催事業の「南の風大学」は、多いときは130人程の参加があるものの、他の事業などで、中高年がたくさん集まるということはない。

橋本会長

県の取り組みとして、働く人を対象に展開していることは何かあるか。

石井委員

今年は、職域の人を対象に糖尿病予防教室を開催するというので、商工会に働きかけて、希望する2か所で実施した。保健福祉環境事務所で関わるのは、健康な人よりも、病気や障がいをもつ人が多い。

(2)「健康むなかた食育プラン」の推進について(今年度の取り組み、来年度の予定) 〈事務局説明〉

【資料 2-1】【資料 2-2】【資料 2-3-①、②】【資料 2-4】講演会開催案内

橋本会長

食育は歯も関係があるが、歯科医師会で力を入れている取り組みなどないか。

中嶋委員

現在、積極的な取り組みは特にはないが、毎年実施している「めざせ8020」フェスタで、食進会に、歯によいおやつや食事のレシピを配布や試食を出してもらって啓発している。例年700人くらいの参加がある。

橋本会長

先ほどの議題で、すでに食育の取り組みについては話が出たが、その他に、特に力を入れている取り組みや団体があれば。

平尾委員

JA むなかたが、今年から「田んぼアート」をはじめられたそうで、声をかけていただき、サークルなどの学生らが7月に田植え、11月に収穫祭に参加した。田植えと収穫という体験が食育につながるし、多くの団体も参加していたので、この取り組みもとりあげられてはどうか。

岡田副会長

本所裏の田んぼでされていて、上から見れるようにもされていて、よかったと思う。教育大学は、はじめからたずさわっていたのか。

平尾委員

JA スタッフから声をかけられて20名程の学生が参加した。収穫祭では、一品持ち寄りがあった。

橋本会長

こどもや高齢者の食育は、いろんな取り組みがあるが、大学生に対する食育の取り組みで、看護大学ではどのようなことがあるか。

松尾委員

先ほど報告したように、一人暮らし対象の料理教室の開催を計画したり、学生から弁当の日実施したいという要望があって1年くらい実施したが、継続しない状況であり、継続しない理由を分析しないといけないと思う。

学生はお金がないので、100円、200円でできる栄養のある料理や、10分でできる料理などがあるといいのではないかと思う。実際に、男子学生が聞きに来るので、つなげていくといいと思う。簡単で安くできるというキーワードで、企画してみようかと思う。

橋本会長

教育大学で料理教室を実施するが、200円くらいだと学生は参加しやすいと話している。100円でできる夕食など、考えてみるといいかもしれない。

岡田副会長

今年、宗像市は新嘗祭で天皇陛下にお米を献上した。大豆で日本一になった田中さんをお願いして作られた。献上米は厳しい制約があり、途絶えないように親子で作っていることや、中学生の女子が田植え、収穫するなどがある。機械ではなく、すべて手作りで、苗の作り方から決められている。

事務局

食べるだけでなく、このような食の話も文化なので、いい話だと思う。

石松委員

お米の話が出たので、我が家も米を作っているのだが、こどもの学校で田植え、収穫し、ごはんを食べるという体験があった。学校のカリキュラムの都合で、継続はされなかったが、学童保育の保護者からの要望で体験をされた。広報でもこのような体験の記事をよくみるが、自分たちでつくったものを食べる体験ができたらいいと思う。スーパーでは人参に葉がついていないので、人参の葉を知らない子どもたちもいるので、体験ができるといいと思う。

橋本会長

小学校は、体験で植えているものなどがあると思うが。

水崎委員

多いのがさつまいも、学校によっては田植えと稲刈りの体験ができるところもある。簡単にできる、ミニトマト、キュウリなどの栽培もしている。

橋本会長

夏休みの宿題のあさがお観察を、野菜に変えてはどうか。

水崎委員

あさがおとミニトマトの時期が一緒で、2年生でミニトマトは作っているが、夏が収穫なので。

岡田副会長

南郷では、もち米を作って、もちをついて食べる体験を毎年して、子どもたちもどろんこになって楽しんでいる。

水崎委員

大島小学校では、3年生から6年生が、自分で魚開きをする体験をする。包丁も扱うが、おじいちゃん、おばあちゃんが指導者になり、上手に開いて干物を作る。自分たちの口に入るものが、どのような過程で作られるのかを体験をとおして学ぶのでいいと思う。

橋本会長

地島小学校では、学校あげて親子で干物づくりをする。おじいちゃん、おばあちゃんが先生になって干物をつくり、干している間に、食進会が米粉を使った料理教室をしている。

(3) 今後の予定について

〈事務局説明〉

- ・ 今後のスケジュール予定は【資料 3】のとおり
- ・ H23～24 年度の各団体の進行管理シート（「健康むなかた 21」および「健康むなかた食育プラン」）の提出について。（提出期限：3 月末日）

5. その他

- ・ 2 月 8 日（水）に、平成 23 年度福岡県地域自殺対策緊急強化基金事業として、心の健康と玄米ニギニギの講演を開催する。講師は変更になる。各団体において、お知らせをお願いしたい。