

【食生活改善推進協議会の取り組み、地震災害時に役立つ調理方法等の研究と普及】

C：私からは南国市食生活改善推進協議会の取り組みについてお話をさせていただきます。

活動としましては、地域の方々の健康増進に貢献することを目的として、食生活改善のための講習や研修会を開催したり、食生活に関する調査、研究を行い、健康増進のための実践活動の推進を行っています。愛称は「ヘルスマイト」、または「食改さん」と呼ばれています。

実施活動としては、料理の講習会で地域の方々に伝達したり、検診時の試食配りや親子での食育教室、健康増進プロジェクト事業などを行っています。その他にもボランティア活動やフェアなどで地産地消のレシピの配布と試食配りなども行っております。また、地元小学校から依頼があり、昨年度から家庭科の調理実習の支援も行っていきます。

今後の活動の課題としましては、学校関係者の中で知名度が低い分、学校訪問で組織や活動内容、ボランティアの提供を説明しているのですが、校長先生や家庭科の先生によっては、食生活改善推進協議会を全く知らない方もいるので、学校によってヘルスマイトの活動に差があります。昨今、地域全体で子どもを育もうということの重要性が強調されつつありますが、ヘルスマイトも事業支援や食育活動を行う中で社会的な役割を担っていきたいと思っておりますので、教育委員会でも協力していただければと思います。

また食生活や健康に関心の低い人は、例え料理教室が無料であっても参加してもらえません。積極的な参加を呼びかけていますが、共働きで忙しい方が多く、料理講習に参加が少ないのが現状です。参加してもらうためにはどうしたらいいかということが、これからの課題にもなっています。

今後の協議会の取り組みとしましては、地元産の食材を利用したレシピの研究や研修を積極的に行っていきたいと思っております。また、7月17日に南国市内のスーパーマーケットで行われます「朝食&野菜で健康キャンペーン」では、食改が提案する夏野菜料理をスーパーがアレンジしまして、お惣菜やお弁当として商品化したものをヘルスマイトが自ら売り場に立って試食の配布とともに、販売も行うという内容です。このように食改のレシピは、量販店でも活用されておりますし、南国市の農家レストランでもレシピを参考にしたいと、推進員の養成教室に参加された方もおられます。今後さらに地産地消に貢献し、レシピの開発に力を入れていきたいと思っておりますので、県でもレシピの開発などを支援していただけたらと思います。

また、この度の東日本大震災は高知県にとって他人事ではないので、震災関連のホームページなどを参考にしながら、災害時に役立つ調理方法も研究し、研修に取り入れていく必要があると考えています。今回、被災地の避難所で食中毒が発生しており、食中毒の防止も大きな課題となっています。災害時の料理や調理方法の工夫、食中毒の予防に役立つ料理講習などをまた県で企画してくださったら、食改もできるだけ協力していきますので、是非、南海地震対策の一環として組み込んでいただけたらと思います。

知事：学校関係者の中でヘルスメイトさんの知名度が低いとお話でしたが、それは非常によろしからずかなと思いますので、教育委員会のいろんな場でヘルスメイトさんの知名度を上げるように努力をします。

けれど、南国市ぐらい食育が進んでいるところはないと言われてますし、それから給食で地元の食材を使っている比率が日本でもトップクラスぐらい高いところですよ。全国のニュースでも取り上げられたぐらい、本当に素晴らしい取り組みだと思いますが、とにかく学校教育の中で食育を行っていくということが、体力づくりやいろんな人とのつながりづくり、さらには学力の点も含めてありとあらゆる点に関係していると思います。学力日本一の秋田県は、朝食を摂る比率、あと睡眠時間の2つが日本一なんだそうですね。そういうことで、しっかりそういう生活ができるようにしていくことが、全てに関係していくところかと思います。

地産地消の関係でレシピ開発について、地産地消・外商課の中に食品加工室というチームがあって、この間、そういうレシピを開発していくためのアドバイザーを、テレビなんかでお馴染みの方々にもお願いしています。そういう先生方は高知県の食材のことをすごく褒めてくださって、いろんなところに喜んで来てくださいます。是非、また後でご紹介申し上げたいと思います。

それと防災の関係で食中毒防止の料理をどうするかというお話は、確かに極めて重要なお話でしょうね。今回の震災を受けていろいろと教訓となることあると思っています。教訓となることの最たるものが、想定外のことを想定することの必要性だと私は思いました。併せて、例えば行政機能が同時に倒れてしまうことにそもそも対応していけるような応援体制を、広域で作っておく必要があるということも一つの教訓だと思います。もう1つ、非常に重要だと思うのは、南三陸町に行った保健士さんたちから話を聞いたんですが、被災地で行政機能が倒れた後に、住民の皆さん方の助け合いの組織が、行政の代わりとして機能して、復旧復興のすごい力になったんだそうです。最初はもう行政機能そのものが破壊されていたので、どこにどう行ったらいいかわからないような時もあったんだそうですが、そのうち地区長会が非常に機能し始めて、区長さんがそれぞれ仕切っていくようになって、結果として動き出したそうです。

やっぱり平時に保健、医療、福祉の体制をしっかりと作り上げておく、そういう支え合いの力を作っていくこと、平時の備えがいざというときの備えであるし、また逆に言うと、いざというときに、日頃できないことは絶対できないということかもしれないと思っています。長寿県構想を推進していくときも、南海地震対策を意識して、平時の備えがいざという時の備えにもつながっていくという意識で進めていきたいと考えているところなんです。

特に、レシピの関係のお話は、非常に重要なことだと思います。今は乾燥した、水を入れると食べられるようになるお米もありますが、いつまでもそれではいけませんし、前に進んでいった段階でどういう被災食、防災食を作っていくかは一つの課題だと思います。

是非今後開発できればと思っていますので、またよろしくお願ひしたいと思ひます。

また、できれば南海地震対策を、経済効果ももたらすような形で進めていきたいと思ひておひります。高知県は災害県だっただけに、いろいろ災害関係の技術とか産業というのが結構あるんですよ。防災対策を進めていくのに合わせて、防災関係のいろんな産業を振興していくという形で、経済の力も付けながら対策を進めるということになれば、両方加速していきます。是非、長寿県構想も、またその経済の関係も、防災対策と同時に進められればと思ひたりしてゐるんです。

防災関係でレシピづくりというので具体的にされてきたりもしているんですか。

C：まだ具体的にはしていませんが、昭和の南海地震を経験されている方が、食改さんの中にはたくさんおひでます。それと、戦後（の間もない頃）も経験されていますし、そういう何もない中からどういうふう調理を行ったり、温かいものを人に食べさせたりということをしてきたのか、今だったらまだ聞く人がいるので、参考にさせていただくとともに、神戸の震災で、主婦の方がこういうお水を使わない料理をしたとか、調理器具を使わない調理ができるというのがホームページに載っているんです。それを参考にして、やっぱり常日頃から料理教室の中に一品そういう（災害時の）ものを入れていくとか、徐々にいろんな年代の方にそれを広めていくようなことをやっていきたいと思ひておひります。そういう知恵を日頃から出し合ひって取り組んでいかないと、いざという時に突然知恵なんて出るものではないです。

知事：備蓄というか、高知の食料問題をどうするかということも検討対象として、またいろいろ知恵を貸してください。今日はいいお話を聞いたなと思ひました。