

広報ちりゅう 1月16日号および市ホームページなどで意見を募集した「知立市食育推進計画(案)」について、貴重なご意見・ご提案をいただきありがとうございました。  
寄せられたご意見に対して、市の考え方をまとめましたので、その結果を公表します。

### 【パブリックコメントに提出された意見】

#### ★食育について

まず戦後の日本の栄養教育は間違っていたと思います。

アメリカの調査によれば、世界中で日本の和食が一番健康食です。またその国の伝統食がその国民の体に合っています。できるだけ地産地消で。

目標

- ・ 塩分を減らした手作り和食
- ・ 化学物質の少ない食事

戦後アメリカより2年間、給食にパン、牛乳が無償贈与されました。日本の食事がおかしくなった最初の原因はこれです。ならば逆をやれば良いです。

給食(幼、保、小、中学生)

毎日玄米ごはんと野菜いっぱいのみそ汁と和食の手作りおかずにする。

蛋白質は豆が一番多く、その次は天然の魚を食べる。

牛乳は中止して小魚、海草、ひじき、干しえびにする。

おやつは出さない。

加工品は使わない。(ハム、ちくわも含めて)

だしはかつお、こんぶ、煮干で(化学調味料は使わない)

母親教育

和食の大切さ、手作りの大切さを教える。

ベビーフード害があるので使わない。

6才までの子供の脳には化学物質が行き易いので加工食品、チェーン店の外食、化学調味料は使わない。

おやつの与え方

ケーキ、アイス、ジュース、スナック菓子、チョコ、ゼリー、市販の飲料はできるだけ控える。

昔ながらの果物、あられ、もち、さつまいも、とうもろこしなどにする。

こうすれば10年後かなり変わると思います。

これが逆に一番早い方法だと思います。

## 【提出された意見に対する市の考え方】

### ★学校給食について

玄米ごはんについては食物繊維も多く、かみごたえのある発芽玄米入りごはんを平成 22 年度より取り入れていく予定です。たんぱく質においては植物性の豆や豆製品を中心に季節の魚などを多く取り入れていきたいと考えております。

小魚や海草など、カルシウムを含む食品はいろいろありますが、そのうちのどれだけの栄養素が体内で活用されるかという「吸収率」をみると、牛乳が小魚や海草よりも高く、手軽に摂取できる点からも給食に利用しています。成長期は大人の体を作る大切な時期です。バランスの良い食生活を送ることはもちろん、丈夫な骨を作るために、大人以上のカルシウムをとる必要があります。

給食では、おやつは出していませんが、子どもたちの楽しみのひとつとしてセレクトデザートを年 3 回行っております。卵や乳抜き食品も考慮して子どもたちが主に 3 種類の中から選べるようにしています。

ハムやちくわなどの加工品については、調理の用途に応じて必要な場合もあるので使用することがあります。

だしはかつお、昆布、煮干などを使い、化学調味料は使っておりません。ただ、食の多様化という面から和風を中心に洋風、中華風も取り入れております。

地場産物を使用する割合についてですが、知立産の大豆も含め、愛知県内産使用が、平成 21 年度 28.8%でしたが、今後愛知県の食育目標値でもあります 35%使用を目指して努めてまいります。

### ★保育園の給食について

ご意見いただいたとおり、和食というすばらしい健康食を伝統食や行事食など文化も伝えながら、これからも子ども達に提供していきたいと思っております。

知立市で主に栽培されている農作物として大豆があるように、またブラジル国民が豆の利用が多いことから、豆の利用を今後もいろいろな形で取り入れていきたいと思っております。

(きなこ・おから等おやつでも利用するなど)

使用するだしは原則、化学調味料は使用しないこととしており、かつお・昆布・煮干などを使用しておりますが、献立により洋風・中華風のお料理の際はスープの素なども使用しております。

母親教育については昔と違い働くお母さんが増えているライフスタイルを考え、負担をあまりかけないように、保育参加時の給食試食会や調理員さんからのお話、子育て支援の場などで情報提供や啓発活動を家庭と連携をとりながら手作りのよさ、食事の大切さを引き

続き伝えていきたいと思います。

おやつについてですが、皆さんご存知のとおり乳幼児期は一度に食べる食事量が限られ、食事の一部としておやつがあり、そういう意味でも食事とおなじようにできる範囲で手作りのおやつや旬の野菜等素材をそのまま利用したおやつを提供していきたいと思います。しかし、作業的にも無理な場合もありますので、今までどおり市販のお菓子を利用する際は添加物不使用や材料が確認できるおやつを今後も利用していきたいと思います。

乳幼児期はこれからの生活習慣の基礎を確立する重要な時期であり、これからも子ども達に安心・安全・おいしい給食が提供できるよう地域の方、保護者の方、園の職員等で進めて参りたいと思います。

### ★ 食を通じた健康づくりについて

食を通じた健康づくりに関する健康増進課の主な事業としては、管理栄養士を中心に離乳食講習・パパママクラス（妊婦教室）を行っています。

離乳食は子どもが食材としてはじめて口にするものであるため、離乳食講習では、食材本来の味を生かした内容、天然だしの利用、薄味、手作りの大切さを伝えながら、保育者に試食の提供を行っています。大人の料理をひと工夫した離乳食の作り方などをご紹介します。「離乳食作りは面倒くさい」、「難しいといった」イメージを払拭できるよう離乳食のポイントをお伝えしています。

おやつ(間食)は、生活リズムを整えるよう規則正しく与え、食事に影響しないように心がけること、市販の甘いお菓子、スナック菓子は好ましくないことは、これからも伝えていきます。

また、自分で作る楽しさを味わう、みんなで食べるといった体験を通し、食の楽しさを伝えていきたいと考えています。

そして、家族みんなで食卓を囲み、手作り料理を食べるという中にある愛情やぬくもりが、子どもの成長にとってどんなに大切なことかを伝えていきたいと思います。

こどもの健康を維持し、成長発達を促すような支援をし、健やかなところとからだをつくるためには、ご意見がありますように、親や親となる人に「食事の大切さ」を伝えていかなければなりません。

しかし、こどもの個別性、家庭環境も視野に入れながら、対応していく必要があると考えているため、ご意見の意味を含めながら、食育を進めてまいりたいと考えています。

貴重なご意見ありがとうございました。