

# 会 議 録 概 要

会 議 の 名 称	令和5年度第2回ひろさき教育創生市民会議
開 催 年 月 日	令和6年2月8日(木)
開 始 ・ 終 了 時 刻	午後2時30分 から 午後4時30分 まで
開 催 場 所	岩木庁舎2階 多目的ホール(弘前市大字賀田一丁目1番地1)
座 長 の 氏 名	国立大学法人弘前大学 教育学部 学部長 福島 裕敏
出 席 者	座長 福島 裕敏      委員 矢田 公夫      委員 佐藤 滋子 委員 萩臺 美紀      委員 佐藤 信隆      委員 藤田 俊彦 委員 奥野 武志      委員 福井 深雪      委員 猪股 豊 委員 木村 文宣      委員 高野 光      委員 花田 流久 委員 木村 憲夫      委員 佐藤 義光      委員 佐藤 智絵 委員 福島 龍之      委員 黒木 和実      委員 清宮 絵里子 委員 鈴木 勝久      委員 山本 勝則      オブザーバー 本田 知也
欠 席 者	委員 古川 浩樹      委員 長内 かおる      委員 佐藤 忠全 委員 浅原 奈苗      委員 成田 祐介      委員 相馬 隆子 委員 柁澤 睦子      委員 佐藤 優輝
事務局職員の職氏名	教 育 長 吉田 健      教育センター所長 成田 頼昭 教 育 部 長 成田 正彦      生涯学習課長 原 直美 学校教育推進監      博 物 館 長 兼 兼学校指導課長 鈴木 一哉      高岡の森弘前藩歴史館長 熊谷 義昭 教育総務課長 菅野 洋      文化財課長 石岡 博之 学務健康課長 相馬 隆範      中央公民館長 中川 元伸 学務健康課保健給食係長 境 麻紀      中央公民館主幹 学校整備課長 高山 知己      兼学習支援係長 工藤 俊介
関係職員の名	弘前市健康こども部健康増進課長 山内 恒
会 議 の 議 題	教育委員会の小・中学校の健康教育について
会 議 資 料 の 名 称	資料①「健康都市弘前」の実現に向けて～弘前市の健康増進への取組～ 資料② 教育委員会の小・中学校の健康教育の現状について
会 議 内 容 (発言者、発言内容、 審議経過、結論等)	1 開会 2 教育長挨拶 3 議事 4 閉会

**【内 容】(概要)**

**3 議事(グループ討議)**

「弘前市総合計画の教育関連部分について」

次の二つの視点で各グループで討議し、発表する

- ・「現行の取り組みの発展について」
- ・「新たな取り組みについて」

**(弘前市及び事務局説明)**

説明者：健康増進課長

資料①「健康都市弘前」の実現に向けて～弘前市の健康増進への取組～

説明者：学務健康課長

資料② 教育委員会の小・中学校の健康教育の現状について

座長から、グループ討議の進め方について説明

**○グループ討議**

**○各グループからの報告**

**(A グループ)**

まず、健康目標ということを第一番に取り上げたい。食・運動・睡眠の三つの目標である。

就学前の子ども達には少し難しいが、小学校1年生から中学校の子ども達は自分の目標を持つことができる。その中で、すぐに出来そうなこととして、まず食について自分の好き嫌いや、食べる時間が遅いこと等を自分で自覚していれば強制されたものではなく、自分の目標にする。

例えば運動であれば、自分にとって何が足りないのか、走ることが最近出来ていないとか、登下校時歩くということすら出来ていないからもう少し体を鍛える等の目標があってもいい。

非常にネックになってくるのが睡眠である。先ほどの説明や資料では睡眠に関する話は出てきていなかったと思うが、非常に重要な事だと考える。起きる、寝る時間を自分で決める形で健康目標を考える時間を設けて、あくまでも自分の立てた目標だから頑張ろうという点で定期的にサポートしていけばいいと考える。

次にフードロス教育について、時間20分ぐらいで給食を食べること等がグループ内で話題になった。食べたくないものを20分まで待つ時間になれば、残食として全て捨てるなど、学校の給食時間の仕組みに乗っかって、自分の好き勝手、都合の良いように食べている。

保育園では、子ども達はほとんど完食しているが、小学校になると時間的な問題があるからだと思うが、子ども達は小学校まで食べてきたも

のも残している。今、地震などの悲惨な光景を見て、食べることが大変な状況があることも考えれば、フードロス教育をしっかりと考え、今自分達どういう状況に置かれてるかをもう1回振り返ることで、自分達もしっかり食べるという気持ちになるのではないかと考える。

ジャンクフードに関する点としてメリットデメリットを学ぶことも必要である。ジャンクフードが駄目だと全面に出すのではなく、良い部分として美味しく、また食べたくなること等があり、デメリットとして、高カロリーであることや、炭酸飲料等が欲しくなる等色々あると思うが、そのデメリットについても考えていけるような部分としての教育である。

そして、休日の食生活を振り返るのが非常に大事だと考える。保育園では休日の親子での過ごし方を振り返る際に、お菓子だけ食べたという子が出てくる一方で、昨日はステーキを食べたとか、野菜もいっぱい食べたとかそういう話も出る。そもそも日曜日に本当はどういうものを食べるのが理想かということ等を振り返ることで、また自分で考え、自宅に持ち帰って保護者との共有を図り、家庭でも展開ができればいい。

最後に防災食教育ということで、レトルト食品等を知ることに加え、カセットコンロを使った調理とか、ビニール袋にご飯を入れておにぎりを作ってみる等を学ぶことが必要である。そのような非常時の食べ物を知り、結果として自分の体に何が足りなくなるかを考えることで、普段から食べることが大事なんだという事へ繋げて学んでいく事が必要である。

### (Bグループ)

・給食の献立プラスレシピ配布ということが、Bグループ全員一致した意見である。昨日、子ども達と給食を食べる機会があり、今注目されているブロッコリーが出た。ブロッコリーとコーンにオリーブ油を絡めた献立で、子ども達に大変好評であった。子ども達が全員完食していた姿から、レシピ配布は食育への押しの一手であると考えた。

・中学校でも、一層の薬物啓発推進をお願いしたい。

・肥満の話題について、冬の運動がキーワードで、学校を開放し、子ども達の安心安全も考えながら、自主的な運動になってほしい、朝のラジオ体操をもっと大切にしたいという意見も出た。

・朝ご飯を抜きにして食べている子ども達も多いということで、朝ご飯のモデル校を指定して、市内に浸透させていけば良いのではないかと。

・虫歯を無くすことも食育に繋がるということや、地域と学校が一体になる取り組みが、大切である。

・健康教育について、いわゆる改善課題をもっと拾い上げて、明確に市民に発信して欲しい。視力・肥満については、YouTube等も、影響があるのではないかと話題になった。運動部が強制ではなく、自由参加であることについて、もっと運動に対する促しが必要である。

・親子の活動のあり方について、親子の料理教室などを実施しているが、今市とPTAの活発化という点で、家庭と一緒に連携した活動も求められる。しかし、少子化、高齢化、リーダーになる人材の不足などが課題であることから、人材育成が必要であり、町会1単位では足りないので2単位3単位とか、一緒に何かと再編する方法も工夫の一つだと考える。

・地産地消、県産品で月1回は献立の中に工夫された県産品を使う給食の献立の提供も求められるのではないかと。自校給食には良さがある。

・子ども達の体力が貧弱になっており、Aグループからもあったように、おやつ・夜食が悪循環となっており、学校への登下校時には、親が送迎している場合が大変多く、歩くことがない子ども達にどう対応していくのかという話題もあった。

・若い頃的生活習慣から大人になっていくので、小・中・高校から、保健体育の時間を有効に使っていく必要がある。

### (Cグループ)

たくさん意見が出た中で多くの頷きを集めたのが、まずは弘前ならではのデータがもう少し欲しいということであった。例えば肥満傾向に対しても、雪国だから運動が減ってしまうのか、ゲームをしてしまうから運動不足になり、睡眠が減るのか等、弘前だからこそそのデータがもっとあると健康の取り組みや次の取り組みに繋がっていくのではないかと考える。

もう一つは朝ご飯食べていない子がすごく多いとのことで、どうしてそうになってしまうのか、朝ご飯を食べない代わりに何で栄養をとっているのか、昔から胃の容量は変わらないと思われる中で、色々なところで野菜を増やしていけるのではないかと意見が出た。

そのような話題の中で、子どもの意見も聞いてみたいという意見が出た。どうしてゲームをしてしまうのか、外で遊びたいけど場所が無いからゲームをしてしまうのか、単純にゲームが楽しいからなのか、本当はもっと遊びたいと思っているのではないかと、野菜に対して自分の健康に対してどんなふうに思っているのか等、色々な意見を聞いてみる必要があるということ新たな取り組みのテーマで討論した。

その他、まずは小中学生になると、親が料理を作り、買い物に行くので、親子でもう少し学ぶ機会を作り、意識を高めるような取り組みが必要と考える。参観日や親子レクを使って何か食育の意識を高めることや、現状の生活で変えられるものがないかを一緒に考える機会を持たないかというところが話題となった。

体を動かすことについて、遊び方を子ども達は知らないのではないかと意見や、どんなことをしたら体が動かせるのか、こういう方法もあると選択肢を増やすことも良いとの意見があった。あとは、子どもが外で遊べる環境づくり、遊びたくても遊べないとか、安全安心で子どもも親も一緒に遊べる環境づくりをどうにかできないかという意見があっ

た。体を動かせばお腹も減るし、睡眠も整っていくと考えるので、良い循環を整えられるような取り組みを考える必要がある。

#### (座長まとめ)

皆さんの意見を聞いての感想や考えていることをお伝えしたい。

一つはグループの話で出ていたが、健康教育では何が目的になるのだろうと考える。同じ運動をみんなに定期的にやらせることが健康教育になるのかという視点で考えたときに、私は専門では無いが、今その分野だとヘルスリテラシーという視点がある。ヘルスリテラシーについては、自分や家族、社会の健康について、自分で決定する力をきちんと身につけさせることが大事だと言われている。

そういう中でAグループでは健康目標の話が出た。それぞれ色々な、特に家庭には制約が出てくる。子どもはこうしたいと思ってても、どうにもならない事もある。例えば、ブロッコリーの話の様に、自分はこういう形であれば野菜を楽しめるということ判断出来るようになるのは多分、小学校の高学年、もしくは3、4年生位から少しずつ練習して出来るようになると思うが、一つ大事な事だと考える。教育全般についても、今はエージェンシーという言葉があり、一人一人が判断して行動して解決していくというところで、健康教育、大きな目標というのを置くべきだと考える。

それから、Bグループの発表を伺って、家庭では色々な事情があるが、学校は公的にどの子もアクセスできる大事な資源だと考える。

私の同級生から聞いて驚いた話だが、自分では食べ物の好き嫌いは無いと思っていたが、親が好きなものだけ与えていたから嫌いなものが出てこなかった。だから嫌いなものがないと思っていたが、学校へ行ったら嫌いなものも出てきて、自分に嫌いなものがあったのだと気づいたという話があった。Bグループのレシピを公開するという手段は、給食で出たこれが美味しかったからまた作ってと保護者に伝えられるので、少しでも野菜が好きになる事に繋がる可能性があると考え。そのように情報を発信する機能が学校にはあるのではないか。特に学校の場合、エビデンスや科学的な知識できちんと伝えていく点で、保健体育だけではなく、例えば家庭科の中でも6年生5年生ぐらいで自分の生活時間を見直そう、衣食住について考えようという单元もある。様々な科目や保健委員会の活動など、学校全体での取り組みの中で、情報を提供していくことも必要があると考え。

もう一つ、学校の施設の話があった。私は東京で生まれ育ったが、当時は土地が無く、道路で遊ぶと車が危ないからということで学校開放運動というのがあり、放課後に朝礼台にランドセルを投げだして、5時ぐらいまで学校で遊んでいいことになっていた。そのように学校という施設が公共空間であることと、今の子どもは地域に戻ったら友達が近くに居らず、友達のところへ遊びに行くまでに時間がかかり、結局30分し

か遊べないといった状況もあると思うと、学校の施設の活用のあり方を考える必要があると考えた。私の通っていた小学校では、PTAの方が見守り活動をしながら学校を開放していたが。そのような方法が大事になってくる。

Cグループでは、とにかく今の子は、親は、という目線で話してしまうが、エビデンスベースにして、特に実態として弘前はどうなのかという視点がないと、自分事になっていかないとのご意見だった。このことは、ヘルスリテラシーの点でも大事になると考える。そのような実態について、学校、保護者としてどう考えるのか。もしくは先ほど出た意見で言うと、子ども達は易きに流れてしまっているとも考えられたが、ある条件さえ整えば「体を動かして遊ぶって本当は楽しいよね」という結果にもなるかもしれない。やはり具体を前にして、子ども達に話を聞いてみることは、ヘルスリテラシーとして意思決定していく点で、とても大事だと考える。

あとは、子どもだけではなく、親も一緒に、場合によっては弘前市もコミュニティスクールがあるので、そのような仕組みの中で地域の方、もしくはおじいちゃんおばあちゃんを巻き込んで健康意識を高めていくことが大事なのではないかと考える。弘前大学のCOI-NEXT等でも言われているのは、健康増進課の説明にあったように、70歳80歳でがんや心臓、いわゆるメタボやロコモ等の問題が出てくるが、20歳位までで骨の密度が作られてしまうように、ライフコース、人生全般を見ながら、今ここで何を取り組むべきかを考える必要があるということである。そうした時に小・中・高校生、保護者の世代、おじいちゃんおばあちゃんの世代で共有できる課題と、それぞれ固有の課題というのを考えて、みんなで行き組む。みんなが健康で幸せに生きていくために、学校が一つの基点としても、社会的インフラとしても意味があるのかなと発表を伺いながら考えていた。

いずれにしろすぐ何かを変えようと言うよりも、みんなが大事だと思いつながりながら継続していかないと、根付かないものと考えるので、自分も含めぜひ色々な形で気をつけていく必要がある。

本日は本当に様々なご意見を頂き感謝申し上げます。

#### 4 閉会