

第 1 回仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会議事録

- 1 日 時 令和 5 年 6 月 27 日 (火)
午後 6 時 00 分開会
午後 8 時 00 分閉会
- 2 場 所 仙台市役所 5 階 第 2 会議室
- 3 出席委員 黒川修行委員長、菅野拓生副委員長、赤間早苗委員、太田博文委員、齋藤ミユキ委員、
佐藤直美委員、丹野久美子委員、平田政嗣委員、藤原幾磨委員、三浦方也委員、宮川季士委員
- 4 事務局職員 福田教育長、渋谷総務企画部長、加藤健康教育課長、
五十嵐健康教育課主幹兼主任指導主事、佐々木保健体育係長、
菅原指導主事、佐藤指導主事、門脇指導主事、船山指導主事、近藤指導主事

5 配付資料

- 資料 1 仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会 委員名簿
資料 2 仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会設置要綱
資料 3 仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会の運営について (案)
資料 4 「仙台市健やかな体の育成プラン 2017」 3 つの習慣における指標の検証
資料 5 「仙台市健やかな体の育成プラン 2017」 具体的な施策の実施状況 (令和 4 年度末現在)
資料 6 「仙台市健やかな体の育成プラン 2017」 用語解説
資料 7 次期「仙台市健やかな体の育成プラン」の策定について

6 会議の次第

- 1 開会
- 2 委嘱状・任命状交付
- 3 教育長挨拶
- 4 委員紹介
- 5 委員長・副委員長選出
- 6 検討依頼
- 7 議事
- 8 閉会

7 委員長及び副委員長の選出

仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会設置要綱第 4 条第 1 項の規定により、委員長及び副委員長は委員の互選によって選出することとなっており、黒川委員が委員長に、菅野委員が副委員長に選出された。

8 議事の概要

(1) 「委員会の運営に関する事項について」

- 委員長 事務局より案が示されているので、説明願いたい。
- 加藤課長 -資料 3 に基づき説明-
- 委員長 事務局案の通り、会議は原則として公開とし、審議の中で非公開とすべき事項が出た場合は、都度委員に諮りながら決定していきたい。また、今回の議事録の署名は赤間委員にお願いすることにしようか。
- (異議なし)

(2) 「仙台市健やかな体の育成プラン 2017」の取組状況と課題

- 委員長 「仙台市健やかな体の育成プラン」の改定について、事務局より説明願いたい。
- 事務局 -資料 4、資料 5 に基づき説明-
- 藤原委員 資料 4 は、各指標についてパーセンテージで表示されているが、実際どのくらいの集団の調査なのか。学校によって傾向が異なるということも考えられるため、対象の子供が仙台市全体なのか、あるいは一部抽出しているのかを知りたい。
- 事務局 各学年 20 校くらいの学校を対象としている。

委員長 おおよその人数は何人くらいか。

事務局 小学校では学年により 1,200～1,400 名程度、中学校では 2,000～2,800 名程度である。

平田委員 抽出は完全無作為抽出なのか。

委員長 抽出校が 20 校程度とのことだが、仙台市の学校総数を考慮すると、どこの学校を抽出するかによって、数値に影響が出てくるのではないかと。無作為ではないということではあるか。

事務局 全ての学校が対象になっているものの、学年によって対象校が決まっている。

委員長 この調査は、年度によって学校が異なっており、そのことが数値に影響を与えている可能性がある。同じ学校の変化を見ていくほうが、学年・年度ごとの変化やその変化量が明確になっていくのではないかと。

他に質問等はあるか。

平田委員 スポーツ・運動に対する意識が、中 2 の女子がかなり低いと感じたのだが、想定される傾向や特徴、また、運動をするための効果的な働きかけについて考えられることはあるか。

委員長 中学 2 年生ぐらいの女子は、そもそも動きたくない傾向にあり、全国のデータを見ても、1 週間身体活動時間がゼロのような子供たちが大幅に増えてくる学年でもある。今後委員会の中で対策を考えていくべき観点である。

平田委員 現行プランの指標値は、平成 22 年度から平成 27 年度までの最高値を設定しているが、今回策定するプランでは、現行プランと同様に平成 27 年度から令和 4 年度までの最高値を設定するのか教えてほしい。その場合、現行プランに比べ、随分と指標値が下がってしまうことになるが、どのような指標の設定を検討しているか。

委員長 そのことに関しては、次の議事に関わる部分であるため、また改めてお話をいただきたい。事務局からコメントはあるか。

事務局 相応しい指標については、十分に検討する必要がある。数値で指標を設定するべきか、あるいは指標を設定せず経年変化を捉えていくべきか、今後検討委員会でのご意見をいただきながら決めていきたい。

委員長 指標の設定の仕方は非常に難しく、そもそも指標を設定するのか、設定した場合どこまで引き上げるか、という問題も出てくると思う。そのあたりの困難さを含め、今後議論していきたい。

藤原委員 資料 4、6 頁の「給食を『残さず食べる』『食べることが多い』」という回答結果について、ほとんどの学年が過去 3 年間において徐々にパーセンテージが下がってきている中、唯一中 2 男子が微増している。他の学年も、黙食を行い、会話がない中で黙々と食べれば、きちんと食べるように思われるが、この結果の解釈として、黙食によって給食が楽しくないから食べないのか、それとも他に考え得る原因があるのか教えていただきたい。

事務局 今までは、グループになって給食を食べていたが、コロナの流行に伴い、全員前を向いて会話を控えて食べるようになってからは、一人一人が孤食をしているような状況になった。そのため、子供たち同士の声がけが、全くなくなってしまったということが想像できる。味わって食べることもできたのではないかとと思われるが、小学生には難しい部分もあり、他の子の様子が分からず、給食を残すことへの躊躇や申し訳ないという気持ちが薄れていったのではないかと考えている。

事務局 中 2 男子については、前を向いて食べることによって、むしろ食べることに集中できたということはあるかもしれない。しかし、全体的な傾向を見ると残食は増えおり、本市全体の給食の残食率はこの間上昇している。

佐藤委員 わが子と話をする、コロナ禍 3 年間については、食事や給食を楽しむというよりは、目の前にあるものを食べなければならないという、食に対する圧迫感のようなものを感じていたようだ。給食の時間は楽しくないと口をそろえて言っており、特に食べるのが好きなわが子ですら圧迫感を感じていたのであれば、食に対して苦手意識がある子供たちにとっては、さらに辛い時間だったのではないかと。友達と共感したり、応援し合ったりすることで、食が進むこともあるのではないかと。

普段は、幼稚園や保育園で給食を作る仕事をしているが、コロナ前よりも食べる量が減少してお

委員長 委員長
事務局長
赤間委員
り、残食が増えている。配付された資料を見て、運動量等が関係しているのではないかと思った。
令和4年度時点の小学校5年生や中学校2年生は、3年間コロナ禍での給食時間を過ごしてきている。その結果、このような現状になっているという見方もできるかと思う。中2の結果については、単にお腹がすいて食べているのだろうなと想像できる。

(3) 次期「仙台市健やかな体の育成プラン」の策定について

委員長 次期「仙台市健やかな体の育成プラン」の策定について、事務局より説明願いたい。

事務局 -資料7に基づき説明-

赤間委員 資料4、16頁③「テレビやゲーム等のメディア接触時間」に関して、年々メディア端末に接する機会が増えてきている。メディア端末の使い方や長時間使用による体への影響等を指導し、学校と家庭でのルールを設けることで、意識付けを行っている。具体的には、朝会や放送などで全体指導、時として個別指導を行ったり、お便り等で啓発したりしている。しかし、まだ十分とは言えないため、今後も引き続き保護者にご協力をいただきながら、繰り返し取り組んでいきたい。

資料5の実施状況にもあったように、仙台っ子健康セミナーはとても良い研修会だと感じている。保護者も教員も、健康について学ぶことができる貴重な機会であり、今後も続けていただきたい。

太田委員 7頁からの「体力向上につながる運動習慣」について、中学校においては、これまで部活動を通じて体力をつけてきたが、年々部活動に入っている生徒が減少してきており、このことが体力の低下と関連するのではと感じている。また、コロナ禍によって会話がなくなったり、チームを組むことに制限があったりしたことから、運動の楽しさが浸透せず、運動量の減少につながったのではないかと思う。今年度から、マスクを外したり、会話をしたりしながら運動ができるようになってきており、徐々に回復するのではないだろうか。しかし、最近、公園等の子供が自由に遊ぶ場所に制限が出てきており、基本的な運動に繋がる「遊び」がしにくくなってきていることも問題である。

食習慣の「給食を『残さず食べる』『食べるが多い』』という指標に対して、中2男子の値が高かった結果については、実際に黙々と食べる生徒が多かったように感じる。今年度に入り、対面のグループで、マスクを外して会話をしながら食事ができるようになったが、コロナが全くゼロではないことや受験等を心配する生徒や保護者、マスクを外すことに抵抗がある生徒がいるという実態から、グループでの給食には踏み切れていない。そういう部分へのケアについても考える必要性があるのではないか。

副委員長 育成プラン2017の取り組みを4つの観点から説明を受けて、コロナの感染状況を思い出し、この5年間を振り返ることができた。

今の小5から中3までは、コロナの3年間にぴったりとはまった学年であり、空白の3年だったのではないだろうか。教職員や教育委員会が、答えのないものに対して必死にもがいたが、結局ベターな答えを出すことができず、子供たちを苦しめたのではないかと思う。

給食は全員がマスクを取る唯一の時間だったが、令和3年にオミクロン株が流行し始めてから、消毒・下膳・配膳・おかわりの仕方、それから唾液がついた牛乳のストローの始末の仕方等、かなり縛りをかけたと思う。高学年が発した「あ、給食か。」が、給食を喜んでいる声ではなく、給食は食べたいけれど別の意味で面倒だという含みを持った言い方だったことが、印象に残っている。5月8日以降は、規模が小さい学校だったこともあり、思い切って黙食はやめ、グループを組んで食べることにした。その結果、明らかに残食は減った。しかし、まだ完全に元に戻っていないため、食育や学校保健の担保をどのようにしていくべきか考える必要がある。陸上記録会や中総体などのイベントにも多くの制限を課し、自己有用感が保てる機会を大人が遮ってしまった。今回策定する健やかな体の育成プランにより、新たな道しるべを示すことが、我々にできる恩返しなのではないだろうか。

令和4年度に発出されたコロナ下集中対応プランのおかげで、3年間何とかしのぐことができた。この令和5年度に新しいプランを策定するということが、歴史的な意味を持つものと思う。

委員長 非常に貴重なお話が届いた。教室での小学生の状況や、我々大人が決めてきた対応について、非常に重い言葉として受け止めた。

- 齋藤委員 肥満について、健康診断が終わって実際の数値を見ると愕然とする。学校現場としては、急いで手を打つ必要がある。一方、残食については、コロナに慣れてきたこともあり、一生懸命食べようとする姿勢が見受けられる。むしろ、令和5年5月以降5類に移行してからは、活発に運動するようになり、子供たちの食欲が急激に増してきている。
- 現行プランの指標の中に、バランスよく食べる・おかずを用意する等の家庭での食事に関わるこ
とが盛り込まれており、きちんと用意できる家庭と用意が難しい家庭とで二極化している現状を踏
まえると、現行プランのまま継続することは難しいと思う。また、現場では、このプランについて
あまり認知されていないため、今回策定するプランは周知の仕方を含めて検討していきたい。
- 佐藤委員 生活習慣の「テレビやゲーム等のメディア接触時間が3時間以上」について、3時間以上メディア
の使用に時間を費やした場合、それに伴って就寝時間も起床時間も遅くなり、朝食を食べる時間が
確保できず欠食となるため、日中も十分に体を動かすことができないという、悪循環に陥ってしま
う。家庭環境に左右される部分が大きいため、プランを策定するには、子供たちの生活の現状を
把握することが必要である。働いている母親が多いので、昔とは違う子供たちの現状を知ることが、
より実効性を伴ったプランにつながってくるのではないかと思う。
- 丹野委員 普段、女子大学で管理栄養士の養成に携わっているが、子供たちが食べる量が減っているのと同
様に、大学生も食べる量が少なくなっている。学生に対して、体力テストや体組成の測定を行った
ところ、体力には極端な低下は見られず維持されていたが、体組成は体重こそ少ないが体脂肪が多
い隠れ肥満が30%を超えていた。食と運動は表裏一体であるため、肥満の改善を図るのであれば、
どちらから対策を始めてもいいと思う。しかし、成長期の子供たちにとっては、必要なエネルギー
量や栄養素はかなり多く、運動から対策を始めることが賢明ではないだろうか。他の委員から自
由に遊ぶ場所が減ってきているという情報を聞き、遊ぶ場所や運動する施設を確保するために、地
域と連携することが必要不可欠であると感じる。
- 委員長 大学生の実態について知ることができた。プランの対象になる小中高生が、あと数年で大学生に
なるということを視野に入れると、改めて現状の改善が必要であると感じる。
- 丹野委員 平成27年に乳幼児調査が全国で行われ、その際仙台市の乳幼児調査を5年前と比較してみたところ、
すでに肥満児や虫歯が増加しており、就寝時間も遅くなっていた。その子供たちが、今小学生
になっている。
- 平田委員 普段、学校歯科医ということで学校での歯科検診に従事している。学校健診の中で、虫歯の有無
や本数にばらつきが見られるが、これらは健康格差を反映していると考えられる。この健康格差は、
様々な要因により発生しており、かなりシビアな問題である。歯肉炎は、格差に関係なく生活習慣
病として増加しており、食生活に影響を与えている。うまく噛めないことで、パンやご飯などの柔
らかい白物ばかりを食べるようになり、早食いになって肥満につながっていく。さらに、最近の子
供たちは、歯並びが悪い傾向にあり、噛みにくさゆえに食事に時間がかかってしまったり、口呼吸
になりアレルギーや風邪・インフルエンザ・その他もろもろの感染症を誘発したりしている。しか
し、歯磨きをきちんと行い、適切に管理をすることで治すことができる疾患である。自ら努力して
管理をすることで、健康を獲得することができるという、健康教育にもつながっていくのではない
かと思う。
- 歯と口の健康は、知育、食育、体育のうち、食育の基盤になる部分であるため、プラン策定に盛
り込んでいきたい。
- 委員長 人間の生命の中で、食べることは必要不可欠であり、口腔衛生という重要な側面からの話だった。
虫歯の減少は統計的にも示されているが、ある一定数の虫歯の子は、虫歯が増えていくという話も
あるため、そこも含め検討していきたい。
- 藤原委員 2021年に宮城県小児科医会にて、宮城県小児肥満対策マニュアルを策定し、肥満小児の減少を期
待して県内の各小中学校に冊子を配付したが、肥満が増えている現状から、コロナ禍での肥満対策
は困難であったことを痛感した。
- 外来にきた肥満の子供と話をすると、彼らは給食を非常に楽しみにしており、ほぼ100%おかわり

をしていた。子供の成長に必要な栄養を考慮して給食は与えられているため、それ以上食べることは、本来とるべき栄養よりも多い量であると申し上げるようにしている。また、肥満の子供は、学校までの通学時間が5分程度であることが多い。仙台市は広いため、地域の特徴や学校の立地によっては、通学の時点ですでに運動することができている子供もいる。プランの策定の際には、場所による対応の違いについても触れていきたい。また、子どもたちの健康な体をつくるという意味では、家庭に関わる部分についてもあわせて検討していきたい。

委員長

仙台市の学校を取り巻く地域環境の違いは、かなり前から知られている話であり、そのことによる影響は、肥満のみならず体力にも及んでいるようである。もし、その観点で検討するのであれば、ポピュレーションアプローチをとるのか、ハイリスクアプローチをとるのかといった、アプローチの仕方も吟味する必要がある。

三浦委員

残食について、子供たちがよく言うのは、給食時間が短いということだ。学校単位で実施される学校保健委員会に出席した際、ご飯食よりもパン食の方が、残飯が増えるということを知った。パンの方が、喉通りが悪いため、食べるのに時間がかかってしまったり、食べかけのパンを残すことを恥ずかしく思い、最初から配膳されることを拒んだりするようだ。

また、マスクの着脱について、激しく運動をした時でさえも、顔を見られることに抵抗があり、外すことができない子供が大勢いる。マスク生活が、子供たちの心に与えた影響が大きいのを感じた。

メディアの触れ方について、我々の学生時代は、男子がテレビゲームをする風潮があった。しかし、最近は男女問わずテレビゲームをするようになり、食欲に関する部分には男女比が明確に表れていた一方、テレビゲームや睡眠時間については、男女比があまりなかった。徐々にメディアの触れ方に対する価値観も変化してきているのを感じた。

指標を定めることでデータとして読み取れるものもあるが、中には読み取れないものもあり、今の子供たちの感覚に寄り添った対応が必要である。長く継続すべき対策と、単位ごとにきめ細やかにすべき対策を、時代の流れや情勢に合わせて柔軟に見極めることが、本委員会では求められるのだと思う。

宮川委員

学校薬剤師は、直接子供たちと関わる機会が少ないため、今日のお話を聞いて、様々な場面でコロナの影響を受けていたことを知った。コロナによって、我々も体力や筋力が落ちてきているのを感じており、小学生や中学生にとってはかなりつらかったのではないと思う。

最近、プールの水質検査で学校を訪問した。コロナによってプールが使用できなかったり、夏休みのプールの開放が中止になったりすることで、運動不足や肥満の増加、運動への興味の喪失につながっていると感じた。

6年生に対して、学校薬剤師が行う薬物乱用教室も、コロナ禍だったため中止になるかと思っていたが、会場を分散させて実施することができて良かった。

冬場は、空気の検査を行った。冬場であっても欄間や窓を対角線上に開け、空気の流通をよくする必要があり、かなり寒い状況ではあったが、子供たちは換気の重要性を考えて行動していた。コロナによる換気対策の徹底により、二酸化炭素の濃度が上がることもなく、適切な環境に整っていた。

薬局をやっていると、小学校2年生が町探検でやってくる。今までは、子供たち自身で鉛筆を使ってメモをとっていたが、今年度は全員タブレットをもって来るようで、時代の変化を感じた。そういった端末を授業でも用いるようになったことから、当然メディア端末に触れる時間が長くなることは想像できる。今回の策定の際には、その点も視野に入れておくべきだと思う。

委員長

タブレットの使用については、GIGAスクール構想が進んでおり、これからの時代必須のものになる。どう付き合っていくかということも意識したプランにしていきたい。

9 その他

委員長

本日の議事は以上で終了とさせていただきます。次回は「改定後のプランにかかる骨子案の検討」について審議したい。

事務局

本日以降も気付いた点や意見、質問、必要な資料があれば、お知らせ願いたい。また、次回の開

催は8月下旬を予定している。配付した用紙に都合の良い日程を記入の上、後日提出願いたい。

以上

令和5年8月21日

署名委員 仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会委員長

黒川 修行

仙台市健やかな体の育成プラン検討委員会委員

赤間 早苗